

Teresa Zukic

Warm ums Herz

24 Lichter für Deine Adventszeit

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C014496

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2022
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Umschlaggestaltung und Illustrationen im Innenteil:
Sabine Hanel, Gestaltungssaal

Weitere Illustrationen: Sterne: George J/Shutterstock;
S. 27: Tanja Geier/Nice Day, S. 44: Zozo Kharitonova/Shutterstock;
S. 58: Helena-art/Shutterstock; S. 73: ArtMari/Shutterstock;
S. 95: frescomovie/Shutterstock, S. 96: Natata/Shutterstock;

Fotos: Teresa Zukic

Umschlagmotiv: © Teresa Zukic

Satz: Carsten Klein, Torgau

Herstellung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN Print 978-3-451-39370-9

Inhalt

Was mir die Adventszeit bedeutet	8
Erster Advent	12
Vorfreude	12
Ich habe das Licht tanzen gesehen.	13
Lebkuchenlaterne	16
1. Dezember	18
Eine Kerze der Hoffnung	19
2. Dezember	20
Danke, Gott!	21
3. Dezember	22
Du bist berufen	23
4. Dezember – Barbaratag	24
Barbaraweizen	25
Kirschblüten aus Papier.	27
Zweiter Advent	28
Im Advent lasse ich mich nicht stressen.	28
5. Dezember	30
Mein Lieblingsgebet	31
6. Dezember – Nikolaustag	32
Schwester Teresas gesunde Nuss-Nikolausriegel	34
7. Dezember – Tag des Heiligen Ambrosius	36
Ambrosius von Mailand und seine Geschichte	37
8. Dezember – Mariä Empfängnis	38
Du bist einzigartig	39

9. Dezember	40
Rezept für einen Adventstag voller Licht	41
10. Dezember	42
Ja, ich spinne!	43
11. Dezember	44
Dritter Advent	46
Auf der Suche nach der Freude	46
12. Dezember	50
Kostbare Stunden	51
13. Dezember – Luciafest	52
Ein Fest zum Gedenken an die Heilige Lucia	53
Schwester Teresas schwedisches Hefengebäck »Lussekatte« (Luciakatzen) am Luciatag	54
14. Dezember	56
Öffne Dein Herz	57
15. Dezember	58
Ein Stern ist aufgegangen	59
16. Dezember	60
Bereit für den großartigsten Tag Deines Lebens?	61
17. Dezember	62
Lass Dich beschenken	63
18. Dezember	64
Warten auf das »Bobbelen«	65
Vierter Advent	66
Im Schein der Öllampe	66
19. Dezember	68
Nur einer kann heilen	69

20. Dezember	70
Der Herr ist nahe.	71
21. Dezember	72
Vorfreude	73
22. Dezember	74
Komm nach Hause	75
23. Dezember	76
Herbergssuche heute	77
24. Dezember – Heiligabend.	78
Heilige Nacht	78
Ein Bild von meinem »Bobbelchen«	80
Ein Weihnachtslied aus Sommertagen	82
Gesunde Tannenbäume als Häppchen und Dekotipp	84
25. Dezember – 1. Weihnachtstag.	86
Freude für alle	87
Das 57-Cent-Wunder einer 6-Jährigen	88
Wie wir Weihnachten feiern	90
26. Dezember – 2. Weihnachtstag	92
Das Fest der Versöhnung.	93
Köstliches Schokoladen-Dattel-Eis und -Mousse	94
Die Muskatnuss.	96
Herz-Wärmer-Kekse nach Hildegard von Bingen	97
Ein Licht für alle.	98
Was bleibt von der Weihnachtsfreude?.	100
Weihnachtsausklang.	102
Silvestersegen	103
Die Autorin	104

Was mir die Adventszeit bedeutet

Gerne denke ich an meine Kindheit zurück und an den Schokoladen-Adventskalender, an dem wir voll Freude jeden Tag ein Türchen geöffnet haben. Wir hatten einen Tannenbaum und sogar eine Krippe aufgestellt. Erstaunlich, denn als Kinder waren wir nicht getauft worden und meine Eltern praktizierten kein Christentum und gingen auch nie in die Kirche. Über den tieferen Sinn haben wir nie nachgedacht. Wir freuten uns auf ein köstliches Weihnachtsessen und natürlich auf die Geschenke.

Nach meiner Taufe als 18-Jährige kam ich aus dem Staunen nicht heraus: Gott war Mensch geworden! Dieser Große, Erhabene, mächtige Schöpfer, der das ganze Universum gemacht hat, ist wirklich Mensch geworden. Und obwohl er der Sohn Gottes war, hatte er sich alle Brutalität am Kreuz gefallen lassen, ohne sich aufzubäumen. Er tat all das, weil er die Sünden aller seiner Kinder lieber auf sich nehmen wollte, als nur eines seiner Kinder verloren gehen zu lassen. Was für eine Liebe, für die ich einfach keine Worte finden kann. Und so ist dieses Staunen bis heute geblieben, wenn ich das »Bobbelen«, das Jesuskind in der Krippe, betrachte. Ich kann mich an keinem Weihnachtsfest sattsehen.

In meinen Klosterjahren war die Adventszeit geprägt von der geistigen Vorbereitung auf die Ankunft des Herrn. Diese Zeit steht nicht allein für sich, sondern man lebt auf das Weihnachtsfest zu. Es ist eben eine besinnliche Zeit, in der man auf das Wesentliche schaut.

Am meisten bewegte mich dann am Weihnachtstag – neben dem feierlichen Weihnachtsgottesdienst – der Moment, wenn alle Schwestern sich im Refektorium vor dem Festessen gegenseitig ein »fröhliches Weihnachtsfest« wünschten. Es schien, als schwappte die Freude in dieser hochheiligen Nacht auf alle Schwestern über. Man sagte, was man meinte, man nahm sich herzlich in den Arm oder gab sich die Hand, als wäre es immer ein Neubeginn. Was auch Belastendes gewesen war, es wurde im Angesicht der Freude der Weihnacht vergeben und geheilt. »Fürchtet Euch nicht, ich verkünde eine große Freude« – die Botschaft des Engels wurde jedes Jahr neu erlebt.

In den 28 Jahren unserer Gemeinschaft der Kleinen Kommunität war die Adventszeit natürlich geprägt von der Arbeit in der Gemeinde und Schule. Chor- und Krippenspielproben und Schulunterricht, die Vorbereitung aufs Weihnachtsfest in der Gemeinde und Vermittlung der Bräuche. Für pastorale Mitarbeiterinnen und Pfarrer war dies immer eine Hoch-Zeit und mit viel Arbeit verbunden. Ich bemühte mich innerlich »mitzufeiern« und nicht nur für andere vorzubereiten. Man brennt so schnell aus, wenn man nur gibt. Ich genoss natürlich die Arbeit mit den vielen Kindern. Viel Liebe und Mühe investierten wir in die kindgerechten Abenteuerlandgottes-

dienste, den modernen Go X-Gottesdienst, Rorate oder Lobpreisabende, um allen Stück für Stück einen Zugang zum wundervollen Weihnachtsfest zu ermöglichen.

Als Pfarrer Franz mit 75 Jahren in Rente ging und wir die Seelsorgeeinheit wechselten, durfte ich ein Sabbatjahr von der Gemeindegarbeit machen und Gott hatte neue Pläne für mich. Nun lag der Schwerpunkt auf meiner Vortragstätigkeit und Evangelisation. Nur noch ein paar Stunden widmeten wir der Gemeindegarbeit mit unseren Kindergottesdiensten und der Erwachsenenbildung. In der Adventszeit wurde ich zu besonders vielen Feiern mit Vorträgen und Predigten eingeladen.

In der Zeit zwischen Weihnachten und der Hl. Drei Könige nehme ich dann in der Regel keine Einladungen zu Vorträgen an. Da gehöre ich meiner Gemeinschaft. Diese Zeit ist für mich etwas ganz Besonderes. Ich genieße die Zeit mit dem Kind in der Krippe und habe freie Tage zum Verschnaufen.

Wie jeden Morgen und Abend, so schreibe ich allerdings auch in dieser Zeit ermutigende und besinnliche Texte für meine Communitys und App-Follower. Das tue ich an 365 Tagen im Jahr und daran hat sich bis heute nichts geändert. Selbst während meiner Krebserkrankung. Für mich ist jeder Tag mit Jesus ein Geschenk und deshalb versuche ich ihn bewusst zu leben.

In der Adventszeit bemühe ich mich, auch ein adventlicher Mensch zu sein. »Advent« leitet sich vom lateini-

schen »Adventus« ab und bedeutet Ankunft. Es ist die Vorbereitungszeit, die große Erwartung auf die Ankunft des Herrn.

Deshalb gibt es kein spezielles Programm in der Adventszeit für mich. Es ist für mich keine Zeit, um fromme Höchstleistungen zu vollbringen, sondern ich bitte Gott wach zu sein und mich für Seine unermessliche Liebe zu öffnen. Sie kann mir überall begegnen. In jedem Ereignis, Telefonanruf oder Begegnung.

Das ist die Spiritualität unserer Gemeinschaft: »Gott in allen Dingen suchen und finden.« Ob an der Tankstelle, beim Einkaufen, hinter den Kulissen einer Fernsehsendung oder einfach auf der Straße. Er kann Dir überall über den Weg laufen. Ob in einem jungen oder alten, kranken oder gesunden Menschen. Beim verspäteten Zug oder wenn Deine Pläne über den Haufen geworfen werden. Selbst in traurigen oder schwierigen Zeiten.

Immer mit IHM zu rechnen, macht das Leben abenteuerlich und es wird einem warm ums Herz.

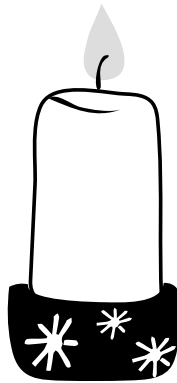
Und das wünsche ich auch uns allen: eine Adventszeit, in der uns warm ums Herz wird! Dazu möchte ich mit meinen Texten und Rezepten beitragen und die Bilder kann man sogar ausmalen.

Eure Teresa

Erster Advent

Vorfreude

Ich freue mich
auf den Advent.
Es ist die Zeit, um sich
auf die große
Umarmung Gottes
zu freuen.
Ich mache keine Pläne,
fromme Höchstleistungen
zu vollbringen,
sondern ich bitte Gott,
mein Herz zu öffnen
für Seine unermessliche Liebe.



Ich habe das Licht tanzen gesehen

Nari war eine fleißige Schülerin, so wie alle Kinder in Korea sehr fleißig sind. Ihre strengen Eltern taten alles, um ihr Kind zu fördern.

Schon im Kindergarten werden die koreanischen Kinder im Lesen und Schreiben unterrichtet. In der Grundschule lernen die Kinder von frühmorgens bis spät-abends. Zum Spielen haben sie oft wenig Zeit. Nari verbrachte besonders viel Zeit damit zu lernen, sodass sie die Klassenbeste war. Ihre Schulaufgaben erledigte sie immer besonders zuverlässig.

Wie konnte sie eines Tages nur den Zettel vergessen, den ihre Eltern noch am Abend vorher unterschrieben hatten und der heute der Lehrerin zu übergeben war? Sie rannte zurück nach Hause, während ihre Freundinnen schon das Schulgebäude betraten. Völlig außer Atem hielt sie auf dem Rückweg zur Schule auf der Hälfte der Strecke plötzlich an. Sie war schon über die Brücke gelaufen und über den kleinen Fluss. Nur noch zwei Straßen, dann wäre sie in der Schule. Nari schaute auf ihre Uhr. Nie und nimmer würde sie es jetzt noch rechtzeitig zum Morgenappell schaffen. Das Mädchen spürte, wie ihr Herz raste. Sie musste erst mal nachdenken und kletterte die Böschung hinab zum Flussufer und setzte sich auf einen Stein. Zur nächsten Stunde würde sie in die Schule gehen. Sie musste sich nur noch eine gute Ausrede einfallen lassen. Ihre Lehrerin würde ihr Fehlen sicher sofort bemerken.

Plötzlich fiel ihr Blick auf das spiegelnde Licht des Flusses. Das Licht tanzte vor ihren Augen. Noch nie zuvor hatte sie dieses wunderschöne Schauspiel be-

obachtet. Sie kniff ihre Augen ein wenig zusammen und die Lichtstrahlen funkelten über dem Wasser. Wie ruhig, wie friedlich, wie schön war es hier. Die Sonne wärmte sie und sie konnte sich nicht sattsehen am Funkeln der Wasseroberfläche. Nein, zur nächsten Stunde würde sie auch nicht gehen. Was sollte sie denn jetzt sagen? Stattdessen legte sie sich ins Gras und schlief beim Plätschern des Flusses ein. Wie herrlich, wie köstlich verflohen die Stunden. Nari genoss ihre kleine Auszeit. Als sie die anderen Kinder am Nachmittag vorbeigehen hörte, ging sie nach Hause. Nein, das konnte sie ihrer Mutter nicht erzählen. Sie hatte ja nicht mal eine vernünftige Erklärung für ihr Schulschwänzen.

Am nächsten Morgen würde sie einfach zur Lehrerin gehen und erklären, dass sie sich gestern nicht gut gefühlt hatte. Aber das war ja nicht wahr! So gut, wie es ihr gestern ergangen war, war es ihr noch nie gegangen. Vor der Brücke ging sie wieder an das Flussufer. Wieder war sie wie verzaubert. Die ganze Woche ging sie morgens aus dem Haus und kam abends pünktlich nach Hause.

Am Freitagabend klingelte das Telefon. Sie lauschte an der Tür. Ihre Lehrerin rief an und erkundigte sich nach dem Befinden ihrer besten Schülerin, die ja wohl krank war. Ihre Mutter war außer sich. »Warte nur, bis dein Vater heimkommt«, drohte sie Nari. »Dann bekommst du eine Standpauke zu hören!« Vor ihren strengen Vätern haben koreanische Kinder besonders viel Respekt, so auch Nari.

Als der Vater spätabends von seiner Arbeit nach Hause kam, hörte Nari, wie sich ihre Eltern stritten. Sie lag in ihrem Bett und erwartete das Donnerwetter. Ihr Vater be-

trat das Zimmer mit ernster Miene, legte seinen Finger auf seine Lippen und deutete Nari an, dass sie ganz ruhig sein sollte. Dann schimpfte er mit der Wand. Beide kicherten.

»Warum bist du nicht in die Schule gegangen?«, fragte ihr Vater sie dann ganz ruhig. Da erzählte sie ihm von dem funkelnden Licht am Wasser.

»Ich habe das Licht tanzen gesehen. Ich habe noch nie so was Schönes gesehen.« Der Vater nahm seine Nari in seine Arme und flüsterte: »Das hast du gut gemacht. Vom Licht kann man viel lernen. Und deinen ›Urlaub‹ werde ich schon entschuldigen. Aber morgen gehst du wieder in die Schule, meine Starke?« Nari strahlte ihren Papa an. Ja, morgen würde sie wieder in die Schule gehen.

Nach einer wahren Geschichte meiner koreanischen Freundin Scholastika.

