



# Exkurs

## Weihnachten

### **Weihnachten – Zeit der Wünsche und der Selbstermächtigung**

Gerade zur Weihnachtszeit knallen viele Erwartungen, Traditionen und Wünsche aufeinander. Jeder hat seine eigenen Vorstellungen davon, was ein „perfektes“ Weihnachtsfest sein sollte. Doch das Wichtigste ist: Wie möchtest du Weihnachten verbringen?

Stelle dir diese Frage bewusst. Was wünschst du dir von diesem Fest? Ist es Ruhe, Frieden, Zeit mit der Familie, oder vielleicht etwas ganz anderes? Die Feiertage sollten nicht in Stress und Kompromissen enden, nur weil du versuchst, es allen recht zu machen. Weihnachten ist eine Zeit der Erfüllung – aber damit es für dich ein erfülltes Fest wird, musst du dir deiner Wünsche bewusst sein und sie nach außen tragen. Fange heute an, deine Vorstellungen von einem friedlichen, liebevollen Weihnachten zu formen und setze dich aktiv dafür ein, dass es dieses Jahr dein Fest wird.

Und genau hier ist es wichtig, deine Bedürfnisse und Wünsche zu kommunizieren. Wenn du dir ein Weihnachtsfest in Harmonie und nach deinen Vorstellungen wünschst, dann frage dich: „Was will ich wirklich?“ Und dann kommuniziere das liebevoll mit deinen Lieben. Denn nur, wenn du dich für deine Wünsche einsetzt, können sie auch Wirklichkeit werden.



