Popandacht zu „Have yourself a merry little Christmas“

Es wird gar nicht mehr so richtig hell.

Die Tage zerfließen und dann ist schon wieder eine Woche um.

Alles ist grau, und es ist irgendwie gar nicht so, wie es sein sollte.

So gar nicht glanzvoll und großzügig und voller Gnade, wie wir es so dringend bräuchten.

Ich kann das ganze Versagen nicht mehr ertragen, besonders mein Eigenes.

Die Rechthaberei und die hohlen Worte,

die Lieblosigkeit und warum es dieses Jahr wieder keine Weihnachtstrucks gibt,

die die ganze Welt erleuchten

und immer noch nicht alle, alle, alle zu Frank Sinatra zusammen tanzen.

Und wann wird endlich dieser eine Tisch gedeckt, von dem alle etwas abkriegen?

Seht auf und erhebt Eure Häupter, weil sich Eure Erlösung naht. (Lk 21,28)

Seht auf und erhebt Eure Häupter.

„Heb den Blick und heb Dein Herz“ (Yoga mit Mady Morrison)

Let your Heart be light.

Lass für einen Moment Dein Herz leicht sein,

so leicht, dass Du es in den Himmel werfen kannst.

Dahin, wo die himmlischen Heerscharen wohnen und das Licht

und die Gnade, nach der Du Dich sehnst.

Seht auf und erhebt Eure Häupter.

Heb den Blick und heb Dein Herz.

Damit Du die Häuser siehst, die die Wolken ankratzen

und die Mistelzweige, die zum Küssen einladen.

Die Kronen, die die Bäume tragen.

Und die Glockentürme, die „Joy to the world“ läuten.

Heb den Blick und heb Dein Herz.

Damit Du erhobenen Hauptes durch die Straßen gehst –

würdevoll, nur so versuchsweise,

damit Dir jemand in die Augen schauen kann

und in Dir eine Verbündete findet

für etwas, das unter die Haut geht.

Heb den Blick und heb Dein Herz.

Und häng einen Stern an den höchsten Zweig, den Du findest.

Für Andere, damit sie einen Grund haben, den Blick zu heben.

Und im Sternenlicht einkehren ganz in Deiner Nähe.

Das wird etwas bedeuten.

Seht auf und erhebt Eure Häupter, weil sich Eure Erlösung naht.

Sie kommt mit goldenen Schuhen.

Das darfst Du nicht verpassen.

Heb den Blick und heb Dein Herz.

And Have yourself a merry little Christmas. Now.

Mit zugehörigem Video unter:

<https://www.youtube.com/watch?v=-Sjbm1F5avM>

Autorin: Sarah Stützinger, Musik: Dr. Stephan A. Reinke.