

## Vom Schenken und beschenkt werden



**W**enn der Dezember unerbittlich weiter fortschreitet, das Tageslicht immer kürzer wird, sich dafür aber Fenster, Balkone und Vorbauten von Mietwohnungen, Geschäftsimmobilien und Einfamilienhäuser zur Freude der Stromlieferanten in wahre Lichtermeere verwandeln, wenn immer mehr Türchen am Adventskalender offen stehen – sofern man nicht bereits am ersten Dezember alle Schokoladenteilchen herausgegessen hat – kann man so gut wie sicher sein, das in Bälde Weihnachten und kurz darauf der „alljährliche“ Jahreswechsel ansteht.

All diesen Warnsignalen zum Trotz werden doch wieder viele MitbürgerInnen überrascht sein, wie schnell der Rest des Jahres verfliegt und in so mancherlei Hinsicht unter Stress geraten. Natürlich sollte man darauf achten, was – jenseits aller Feiertagsvorbereitungen und Einkäufe – noch in diesem Jahr oder zum Jahreswechsel in Bezug auf das „Unternehmen Arztpraxis“ erledigt werden muss. Weil wir (fast) alle das „auf später Verschieben“ beherrschen, möchten wir Sie in unserem Wirtschaftsteil an die wichtigsten diesbezüglichen Erledigungen erinnern.

Unsere Rubrik „Medizin Spezial“ widmet sich dem Thema Sucht und deren Folgen auf die intrafamilialen Beziehungen, insbesondere auch auf die Kinder. Vielleicht kein ganz klassisches Weihnachtsthema, dennoch von hoher Brisanz. Denn gerade an den Festtagen, an denen Viele glauben, sich und die Familie einer zwanghaften Stimmung aus Freude und Eintracht unterwerfen zu müssen, häufen sich in suchtbelasteten Familien die Konflikte und Übergriffe, nicht selten mit schlimmen Folgen für die beteiligten Kinder. Ein Netzwerk kann da helfen, ein genaues Hinschauen der Umgebung auch.

Ein anderes Thema, bei dem für Viele Stress aufkommt, ist das Schenken und beschenkt werden. Nach welchen Maßstäben beschenken wir andere und mit welcher Erwartungshaltung und welchen Gefühlen lassen wir uns beschenken? Joachim Ringelnatz (1883-1934) hat es perfekt zusammengefasst:

### *Schenken*

*Schenke groß oder klein, aber immer gediegen.*

*Wenn die Bedachten die Gaben wiegen, sei Dein Gewissen rein.*

*Schenke herzlich und frei.*

*Schenke dabei, was in Dir wohnt an Meinung, Geschmack und Humor, sodass die eigene Freude zuvor Dich reichlich belohnt.*

*Schenke mit Geist ohne List.*

*Sei eingedenk, dass Dein Geschenk Du selber bist.*



In diesem Sinne und mit den besten Wünschen für ein gelungenes, friedvolles Weihnachtsfest und ein gutes, gesundes und erfolgreiches Jahr 2012

Ihre

*J. Schwerhoff*