

Liora flüstert:

„Loslassen ist kein Verlust.  
Es ist das leise Zurückkehren zu dir.  
Manchmal genügt ein einziger Moment,  
in dem deine Hände weicher werden,  
damit etwas in dir atmen kann.“



Mika sagt:

„Festhalten klingt stark,  
doch oft ist es das Öffnen,  
das die grössere Kraft braucht.  
Wenn du erlaubst,  
dass etwas von dir fällt,  
schafft das Raum für das,  
was bleiben will.“



✨ Leiser Dezember-Impuls

Lege für einen Augenblick deine Hände in den Schoss.

Spüre, wie sie ruhen,  
ohne etwas festzuhalten.

Vielleicht beginnt genau dort  
ein kleiner innerer Raum sich zu öffnen.

✨ Schlussnotiz

Diese Flamme ist Teil des Adventspfadcs „24 Flammen für dich“, begleitet von Liora & Mika.  
Jeden Tag öffnet sich ein neuer still leuchtender Dezembermoment.

