

Ein schönes Weihnachtsfest

Von Antje Sabine Naegeli und Kerstin Heß

Der Kalender auf meinem Schreibtisch ist schmaler und schmaler geworden. Wieder neigt ein Jahr sich seinem Ende zu. Viele Häuser und Gärten in meinem Dorf sind mit Lichterketten geschmückt. Wenn ich abends mit meinem Hund durch die Straßen laufe, mutet es mich fast märchenhaft an, vor allem, wenn der einsetzende Schneefall das Seine zur vorweihnachtlichen Atmosphäre beiträgt.

Das Leise und Stille dieser Wochen bedeutet mir viel. Ich weiß, dass ich es suchen muss, dass es gefährdet ist. Wachsende Hektik, äußerer und innerer Druck überfluten es. Was brauche ich wirklich? Ich möchte nicht einer Gärtnerin gleichen, die ihr „Dezemberbeet“ so dicht bepflanzt hat, dass nichts wirklich gedeihen kann. Wenige Schwerpunkte will ich setzen, Raum geben dem, was mir zuinnerst am Herzen liegt.

Bewusst schmücke ich die Wohnung eher sparsam mit Weihnachtlichem. So kann mein Auge bei den einzelnen Dingen verweilen: bei dem gläsernen Engel an der Fensterscheibe, dem Räuchermännchen aus dem Erzgebirge, dem golden bemalten Stern, den eins meiner Kinder vor langen Jahren liebevoll gebastelt hat. Jedes dieser Dinge hat eine Geschichte, die nachklingt in mir und mich mit warmer Erinnerung erfüllt.

Engel und Stern sind weihnachtliche Symbole, die mir viel bedeuten. Engel erinnern mich daran, dass es Erfahrungen gibt, die wir nicht einordnen können. Erfahrungen des Behütetseins, des Getröstetwerdens, der betroffen machenden „Zufälle“. Es gibt Momente, in denen wir ahnen, dass Engel mehr sind als frommer Zauber. Wie auch könnten wir zuweilen überhaupt weitergehen ohne eine Spur von Vertrauen, dass es Kräfte gibt, die uns unsichtbar begleiten. Ich lasse mich gern von der Weihnachtszeit an die verborgene Wirklichkeit der Engel erinnern.

Ein Stern am dunklen Himmel birgt etwas Tröstliches.
Er ist eine lichte kleine Insel im Meer der Nacht.
Sterne sind zuverlässig da, auch wenn unser Auge sie nicht immer erblicken kann.
Sie begleiten alle Nächte unseres Lebens.
Es sind die gleichen Sterne,
die uns vor Jahren ins Kinderzimmer geleuchtet haben.
In einer Zeit sich überstürzender Veränderungen scheint mir dies ein tröstlicher Gedanke.
Es ist, als wollten die Sterne sagen: Sieh uns an. Das Dunkel ist nicht alles.

Sterne sind Zeichen der Hoffnung.
Nicht umsonst gibt es den alten Brauch,
einen Wunsch auszusprechen beim Herabfallen einer Sternschnuppe.
Oder wir reden von „Sternstunden“,
wenn es um besonders beglückende Augenblicke geht.
Ein Stern ist es, der den Weisen den Weg nach Bethlehem zeigt.
Ich verschenke gern Sterne in diesen Wochen und ich freue mich,
wenn ich mit diesem Symbol beschenkt werde.
Es ist beglückend, wenn Hoffnung und Zuversicht geteilt werden können
und wir einander durch solche Zeichen sagen:
„Vergiss nicht, es gibt ja das Licht.“

Wenn ich zurückdenke an die Weihnachtszeit früher Jahre,
spüre ich deutlich, dass es nicht die äußeren Dinge sind,
die sich der Erinnerung eingepägt haben.
Ich sehe das Kind, das ich war, im dämmerigen Wohnzimmer der Tante,
angelehnt an den wärmenden Kachelofen.
Manchmal fallen Worte, ein Lachen wird hörbar.
Es riecht nach frisch geschälten Mandarinschalen und nach Tannengrün.
Nichts Spektakuläres.
Die Atmosphäre des Wohlwollens, des Bejahtseins,
der Zugehörigkeit war es, die diese Stunden so bedeutsam machte,
dass ich sie mein Leben lang nie vergessen werde.

In uns allen wohnt eine tiefe Sehnsucht nach Freude.
Diese Sehnsucht macht sich in den Weihnachtswochen besonders bemerkbar.
Mit ihr wächst auch die Angst vor Enttäuschung.
Es scheint mir so wichtig, dass wir in dieser Zeit gut für uns selber sorgen,
dass wir achtsam umgehen mit unserer Verletzlichkeit, unseren Grenzen,
unseren Bedürftigkeiten.
Dann können wir besser damit umgehen,
wenn Erwartungen auf der Strecke bleiben.
Dann auch können wir anderen Menschen weniger fordernd begegnen.

**Wer die inneren Türen öffnet, wird aufmerksam auf die Geschenke,
die uns der Dezember bereithält.**

**Warum sich nicht Zeit nehmen für ein Buch mit weihnachtlichen
Geschichten.**

**Warum nicht wieder einmal musizieren,
auch wenn die Flöte lange in der Schublade gelegen ist.**

**Warum nicht Kerzen anzünden und den Tisch liebevoll schmücken
auch für mich allein.**

**Warum nicht versuchen, ob ich das Weihnachtsgedicht von früher
noch zusammenbringe aus meinem Gedächtnis.**

**Warum nicht einem Menschen eine Freude bereiten,
der damit nicht rechnet.**

**In diesen Wochen lasse ich mich gern von einem Weihnachtsbild
begleiten. Manchmal ist es eine Kunstpostkarte,
manchmal ein Bildband, den ich eine Weile aufgeschlagen liegen lasse.
Besonders gern habe ich die Darstellungen alter Meister wie Rembrandt,
Breughel oder Fra Angelico.**

**Es ist mir eine stille Freude, von Entdeckung zu Entdeckung zu wandern:
Was erzählen die Farben, Körperhaltungen, Gesichtsausdrücke,
Gegenstände?**

Bilder können so viel mehr sagen als Worte.

**Sie sind gute Freunde und meine wohltuenden Weggefährten
in der Weihnachtszeit.**

Einen Dezember ohne Musik kann ich mir nicht vorstellen.

**Wenn es zum eigenen Musizieren nicht reicht,
müssen es wenigstens Klänge aus dem Radio oder von einer CD sein.
Es ist mir wichtig, solche Musik nach Möglichkeit nicht nebenbei zu hören,
sondern mir Zeit fürs Zuhören zu nehmen.**

Musik dingt in Tiefen vor, die für Worte verschlossen sind.

Musik kann uns wärmen und trösten.

**Eine Advents – oder Weihnachtskantate von J.S. Bach sagt mir mehr
vom Geheimnis der Weihnachtszeit, als je eine Predigt vermocht hätte.**

**Weihnachten und Schenken gehören für die meisten von uns zusammen.
Off ist es eine zwiespältige Sache, mischen sich Freude und Unbehagen.
Schenken kann auch zur Last werden.**

**Es wäre viel gewonnen, wenn wir wieder entdeckten,
dass es beim Schenken um eine Herzenssache geht.**

Der materielle Wert ist gänzlich unwichtig.

**Eine Schachtel mit selbst gebackenen Keksen, kann,
wenn sie von Herzen kommt, ein großes Geschenk sein.**

Dies aber versteht nur der, welcher der Sprache des Herzens mächtig ist.

*Wenn ich am Heiligabend durch die Straßen laufe,
liegt eine besondere Ruhe über dem Dorf.
Aus vielen Fenstern dringt Kerzenschein.
Es ist, als sei die Welt heiler als sonst.
Ich weiß sehr wohl, dass es diese Friedensinsel nicht wirklich gibt.
Aber vielleicht sind wir in solchen Momenten hellhöriger
für den tiefen Wunsch nach Frieden, der in uns allen wohnt.
Und vielleicht ist es gerade diese Sehnsucht,
die uns über Gräben hinweg verbinden kann und die,
wenn wir sie wach halten,
einen kleinen Schritt der Versöhnung möglich macht.*

*Würde das Weihnachtsfest mir fehlen, wenn es als Tradition verloren ginge?
Ich könnte auf manches verzichten, was zum Drumherum gehört.
Einige wenige Dinge jedoch möchte ich nicht verlieren,
die brennende Kerze, den Stern, den Engel, die Musik.
Wenn ich mich auf sie einlasse,
beginnen die Dinge von der Hoffnung zu reden.
Ohne sie kann und mag ich nicht leben.
Mehr noch als die Dinge gehören aber Menschen zu diesem Fest,
denn die Hoffnung trägt das Gesicht eines Menschen,
der mir zugetan ist
und dem auch ich Zeichen des Wohlwollens schenken möchte.*

Zur Betreuerrunde am 01. Dezember 2010 vorgelesen