

Weihnachten unbeschadet überstehen Tipps für Anfänger und Fortgeschrittene

Auszeit Gottesdienst am 9.12.07
(Michael Rathgeb)

Weihnachtsbredle, Familienstress und gute Filme. Drei zentrale Brennpunkte der kommenden Tage. Was da wieder auf uns zukommt ahnen wir. Auch wenn uns die vorweihnachtliche Idylle unserer Innenstädte versucht anders einzustellen:

Adventlich dekorierte Geschäfte, Weihnachtslieder, tausende Menschen, die sich Samstags durch die Innenstädte wälzen, Lichterketten, Weihnachtsmärkte. Manchmal kann das Schlendern über den Weihnachtsmarkt, der abendliche Plausch bei einem Glas Glühwein doch so schön, beschaulich und ruhig sein.

Und doch: Der Stress, der Erwartungsdruck und die immer gleichen Fragen nach den Geschenken holen uns irgendwann wieder ein. „Mit wem werde ich dieses Jahr feiern?“ oder „Was essen wir an Weihnachten?“. Und wenn man auf der anderen Seite der Theke steht: „Wie lässt sich der Umsatz dieses Jahr steigern?“. Der Sinn des Ganzen ist lange schon im Hintergrund.

Vorgestern im Flieger habe ich in der Dezember Ausgabe des LH Magazins gelesen. Mir noch überlegt, ob die Airline irgendwie Weihnachten aufgreift. Das tut sie. Mit einem eigenartig ironischen Reisebericht über die Suche nach Santa Claus. Ein Reporter macht sich durch halb Europa auf den Weg. Mit dem Flieger natürlich um den Weihnachtsmann zu suchen. Und natürlich findet er ihn nicht. Auf der gegenüberliegenden Seite sind dann nochmals die entsprechenden Flüge angeboten. Der eigentliche Sinn des Festes? Oder seinen – wenn auch nur historischer Ursprung – den habe ich vergebens gesucht. Der ist auch grade mal für etwa 10% unserer Bevölkerung wirklich wichtig.

Kindliche Erinnerungen

Vielleicht erinnern sich noch einige hier an ihre Kinder - und Jugendzeit. Die Vorfreude und Spannung auf diesen heiligen Abend hin. Als Kinder haben wir gewartet auf den großen Augenblick. Den Moment in dem sich die Tür zum Wohnzimmer geöffnet hat. Wir den weihnachtlich geschmückten Christbaum sehen durften. Die Krippe. Holzfiguren. Akkurat geschnitzt. Die Hirten. Schafe, zwei Kühe, Maria, Josef und das Kind in der Krippe. Das hat uns das Zentrum des Heiligen Abends immer

wieder neu bildhaft vor Augen gestellt. Trotz aller Geschenke. Wer von ihnen hat eine Krippe? Bauen Sie die auf?

Gott wurde Mensch

Ist die heilige Nacht noch zu retten? Bleibt uns etwas von dem, was diese Nacht von allen anderen Nächten unterscheidet? Neben dem Stress, den Weihnachtsbredle und den Monumentalfilmen? Nicht der Nostalgie wegen. Die ist schön aber nicht entscheidend. Wichtiger ist etwas anderes. Wichtiger ist, dass uns eine Brücke, ein innerer Zugang zum Sinn und eigentlichen Anlass dieses Abends erhalten bleibt.

- Weihnachten heißt: Gott wird Mensch. Kommt in unsere Welt. Macht sich mit dieser Welt und ihren Menschen vertraut. Und lädt uns gleichzeitig dazu ein, uns mit seiner Welt, mit ihm selbst vertraut zu machen.

- Weihnachten erinnert uns daran: Wir sind nicht allein auf diesem Planeten. Mit unseren unversöhnten Beziehungen, mit dem Stress in der Familie und unseren überzogenen Erwartungen an den Abend.

- Weihnachten will uns sagen: Gott ist in Jesus Mensch geworden. Ist der, der „Heil und Leben“ mit sich bringt, der uns mit Frieden, innerer Freiheit und einem tiefen Angenommen Sein beschenken will.

Vom Herz her verstehen lässt sich so etwas nur, wenn es uns gelingt innezuhalten. An der Krippe neu zu einem Staunenden zu werden.

??? Wie feiern Sie Weihnachten? ???

Das Fest der Liebe bewusst gestalten

Was könnte uns helfen zwischen persönlichen Erwartungen, vorweihnachtlichem Einkaufsstress und den Sorgen hinsichtlich mancher familiärer Beziehungsklappen

Persönliche Vorbereitung

Weihnachten verstehen und als Fest der Liebe erleben setzt für mich ein persönliches Innehalten voraus. Eine Entschleunigung, die vor dem 24. beginnen sollte. Das kann ein freier Abend sein, den ich zur Verfügung habe. Eine Zugfahrt, auf der ich zur Ruhe komme, ein Adventskonzert, oder ein Tag im Kloster. Eine Zeit, in der wir uns die Frage stellen, ob Jesus bei uns, in unserem Herz ankommen kann. Ob es Dinge gibt, die das verhindern. Schuld, unversöhnte Beziehungen.

Wir feiern ihn, einen Geburtstag. Haben Sie schon einmal überlegt Jesus, dem Geburtstagskind etwas zu schenken? Wir können ihm unser Herz, unsere Zuneigung schenken oder neu schenken. Wir können ihn beschenken, indem wir versuchen eine Beziehung auf seinen Geburtstag hin wieder in Ordnung zu bringen. Oder: Engel, Strohstern, Gedicht, Brief

Zur persönlichen Vorbereitung gehört auch die Geschenke Frage. Vielleicht lässt es sich ja vermeiden, den fünften Toaster oder den dritten Weihnachtsstern zu verschenken. Mit etwas Liebe und Kreativität fallen uns auch persönlichere Geschenke ein. Ein Tag, den wir mit unseren Eltern in den Bergen verbringen, ein gemeinsames Frühstück in einem schönen Kaffee ...

Gemeinsam das Fest planen - Erwartungen und Wünsche klären

Vorweihnachtlicher Stress, gepaart mit unterschiedlichen Erwartungen und dem Wunsch nach Harmonie sind laut einer Emnid Umfrage die Hauptgründe für Missstimmungen und Streit an Weihnachtstagen. Besuchsverpflichtungen machten 18% als Konfliktherd aus.

Wichtig also: die Planung! Überlege Dir früh genug, mit wem Du wann feiern willst. Als Familie: Setzt Euch zusammen und überlegt, wie dieser Abend aussehen kann. Wie feiern wir? Was essen wir? Wer kümmert sich um was? Wann gehen wir in welchen Gottesdienst? Wann ist der „offizielle“ Teil zu Ende. Wann schauen wir welchen Film zusammen? Wann und wie lange sind wir bei den Eltern, der Verwandtschaft. Manchmal ist es gut, den Mut zu haben mit Gewohnheiten zu brechen; nicht zum siebzehnten Mal bei den Eltern zu feiern, weil es die Mutter gerne so hat sondern die Eltern einzuladen, um die Lufthoheit zu behalten ... Gerade hier sagen viele „Ja“, obwohl sie seit Jahren „Nein“ denken ... Über Erwartungen und Wünsche im Vorfeld zu reden ist eine wichtige Voraussetzung, Enttäuschung, Missverständnisse und Streit zu vermeiden.

Wenn es trotzdem kracht ...

Konfliktreiche Themen auf nach Weihnachten verschieben. Ansonsten: Vor allem im Gespräch miteinander bleiben und nicht sofort beleidigt abdrehen. Sich vor Augen halten, dass ein Streit zwei Parteien voraussetzt. Versuchen den anderen in seinem Anliegen, in seiner Sorge zu verstehen. Sich also nicht an Äußerem so sehr aufhalten, sondern versuchen die Interessen, das Anliegen zu verstehen und sich darüber verständigen.

Schluss

Die eigene Entschleunigung und innere Vorbereitung, das Klären von Wünschen und Erwartungen und das im Gespräch bleiben miteinander. Drei wesentliche Voraussetzungen das Fest der Feste unbeschadet zu überstehen, sich miteinander am Ereignis der Menschwerdung Gottes zu freuen. Am Wichtigsten aber ist und bleibt, dass Jesus in unseren Herzen ankommen kann