



## Gestresst von Weihnachten?

Gottesdienst am Ersten Weihnachtsfeiertag in  
München, St. Lukas; TV-Übertragung



Liebe festliche Gemeinde hier in St. Lukas und zu Hause!

Es gibt keine weihnachtliche Prophezeiung aus dem Alten, keine Christfesterzählung aus dem Neuen Testament ohne das Wort Frieden. Wir haben es gerade wieder vernommen. Frieden und Weihnachten – das gehört zusammen wie Amen und Kirche. Aber der eine oder die andere wird ein bisschen seufzen. Denn gerade an Weihnachten gibt es gerne mal Streit. In meinem Elternhaus krachte es regelmäßig am Vormittag des Heiligen Abend – weil der Christbaum nicht gefiel oder mein Vater wieder mal eine Kugel zerdepperte.

Anderswo funkt es, wenn die Familie an den Feiertagen beieinandersitzt. An den Feiertagen, wenn alle bis zur Bewegungslosigkeit abgefüllt sind mit Gans, Punsch und dem Mehrteiler aus dem Fernsehen, wenn keiner mehr Stollen sehen kann, das anhaltende besinnliche Gedudel nervt, dann geht es los. Gespannte Erwartungen werden enttäuscht, eigene Sehnsucht trifft auf den Widerstand anderer. An Tagen, für die sogar in Kriegsgebieten Waffenstillstände vereinbart werden, knallt es. Eigentlich kein Wunder: Man ist so gestresst vor Weihnachten!

Die ganze Sehnsucht hat man in die festlichen Tage gesteckt: Es soll glanzvoll sein, harmonisch und eben friedlich! Ein kleines Paradies auf Erden. Und dann merkt man, dass man selbst und die anderen dieselben sind, die sie immer schon waren. Die heile Welt lässt sich nicht herstellen. An Weihnachten bricht auf, was unter der Decke gehalten wurde: Eheprobleme, uralte, bislang nicht aufgearbeitete Zwistigkeiten ... Die Krisen rühren vom Zwang her. Vom Zwang, eng aufeinander gepackt, Stunden um Stunden oder gar Tage nett miteinander zu verbringen.

Vom Zwang, allen denkbaren Attacken auf die eigenen Gefühle ausgesetzt zu sein. Und vom Zwang, sich einem Heile-Familie-Idyll unterwerfen zu sollen oder wollen – einem Idyll, das es nie gegeben hat, schon gar nicht in der Bibel. Dort ist bei der Geburt Jesu von Notunterkunft die Rede, von armen Leuten, von einer Flucht ins Ausland, von Verfolgung und Asyl. Probleme, die Not der Welt, der ganze Unfrieden – sie haben ihren Platz in und um die Krippe. Gott kommt mitten hinein in das Durcheinander unseres Lebens. Er braucht es nicht perfekt. Er will bei uns sein, wann immer etwas schiefgeht.

Die Botschaft des Weihnachtsfestes ist nicht Perfektion, so schön es ist, wenn alles super läuft. Die Botschaft von Weihnachten ist vollkommene Liebe. Und solche Liebe verträgt keinen Druck, sie braucht Luft und Raum zur Entfaltung. Liebe ist das Kind der Freiheit. Gott ist aus freien Stücken Mensch geworden, damit die Menschen im besten Sinne zwanglos leben und ihr Dasein frohgemut gestalten können. Feiern und Zusammensein gehört genauso dazu wie Distanz zu halten und zeitweise Rückzug zu genießen. Die Liebe Gottes ist wundervolle Freiheit.

Man muss spüren, was man will und was nicht, was einem weh und was einem wohl tut. Man muss sich Bedürfnisse und Ängste zuerst selbst eingestehen, sich über eigene Ziele im Klaren sein, bevor man andere damit konfrontieren kann. Manchmal weiß man selber noch nicht ganz genau, was einen umtreibt. Aber auch das kann man klar zur Sprache bringen. Zu sagen, was man will, die erkannten eigenen Grenzen und ersehnten Horizonte beim Namen zu nennen, fordert einiges: Wem fällt es schon leicht, zuzugeben, dass er Angst hat, allein zu sein, oder umgekehrt das Bedürfnis, endlich einmal etwas nur für sich tun zu können?

Nur mit Mut zur eigenen Position und der Kraft, auch einmal Distanz zu wahren, gibt es eine Chance auf Frieden. Friede auf Erden: Dazu gehört die Fähigkeit, genau zuzuhören und sich ausreden zu lassen – einander ernst zu nehmen und die Meinung des anderen zu achten. Wenn man bedenkt, dass bei Jesu Geburt die Engel den Frieden auf Erden besungen und den Menschen ein Wohlgefallen gewünscht haben, dann kann man ja diese freien Tage jetzt dafür nutzen, um miteinander richtig und wirklich ins Gespräch zu kommen. Frieden auf Erden. Der wird prophezeit, als Jesus geboren ist.

Der Retter der Welt kommt aus kleinen Verhältnissen. Ein armseliger Stall in einem Provinznest, das in keinem Reiseführer verzeichnet ist, wird in über Nacht zum Zentrum der Welt. Die Aufwertung des kleinen Bethlehem kann manches gerade rücken, was in unserer Gesellschaft in Schieflage geraten ist – wenn etwa der Mensch, der nicht so viel leisten kann, für unwichtig gehalten wird und die, die nicht auftrumpft, für unscheinbar. Gott liebt geradezu heiß und innig alle, die am Rande stehen. Ja, Gott, die himmlische Majestät, kommt und liegt gerade ein paar Pfund schwer in der Futterkrippe.

Gott, der den Frieden bringt, bekommt ein Gesicht. Seine Geburt wird in kleinem Rahmen gefeiert. Die maßgeblichen Männer in Politik und Religion, die gewöhnlich gut informierten Kreise, wissen diesmal nichts. Ihnen in den glanzvollen Hauptstädten wird nichts gesagt. Was sie erfahren, können sie nicht verwerten, weil sie den Blick für Details und das Gehör für die leisen Töne verloren haben. Beides braucht man, wenn man wirklich Frieden halten will. Hirten, von denen wir nicht einmal einen Namen kennen, sie hören die Botschaft der Engel.

Der Friedensstifter kommt zuerst nach Bethlehem – dorthin, wo es klein, wo es einem eng ums Herz ist, man sich eingesperrt fühlt oder einem das Dach auf den Kopf zu fallen droht. In der Bibel schreibt der Prophet Micha: „Und du Bethlehem Ephrata, die du klein bist unter den Städten in Juda, aus dir soll mir der kommen, der in Israel Herr sei...“ Es gibt keinen Grund, sich zu sorgen, wenn man an Weihnachten nicht in allen Dingen oder in gar nichts grandios ist. Willkommen in der Welt, der der Himmel ganz nah ist. Aus dem Kleinen, Bescheidenen entsteht Lebensfreude und innerer Frieden.

Das ist der Tenor der Worte von Micha. Gott kommt uns hautnah. Und in der Nähe zeigt sich ja immer, wie man miteinander umgeht, ob man den anderen liebt, ihn achtet und Frieden hält. Trotzdem ist es nicht immer leicht, an Weihnachten so friedvoll zu strahlen, wie wir es gerne möchten. Wir haben das Elend und den Unfrieden der Welt vor Augen. Aber wer seine Gedanken unablässig auf die Schattenseiten richtet, darauf, ob der Braten angebrannt, die

Tante verschnupft, der Vater wieder beleidigt, man selbst daneben und die Welt in Unruhe ist, der wird selbst friedlos.

Es braucht Zeiten, in denen wir ernst und nachdenklich sind, Zeiten, zu weinen und zu klagen. Es braucht aber auch Atempausen, Stunden und Tage, in denen es sich leben und freuen lässt wie heute. In diesen Atempausen schöpft man neue Kraft, gewinnt man inneren Frieden, um sich für den äußeren einzusetzen. Leben selbstbestimmt durch alle Tiefen und Höhen zu führen, das hat etwas – vor allem dann, wenn in der eigenen Lebensweise die Bedürfnisse anderer auch vorkommen. Es ist einfach gut, wenn wir nach den Schwachen schauen, nach Kindern, nach Alten, nach Behinderten.

Es ist heilsam und Frieden stiftend, wenn wir nachfragen: Wie wird mit Frauen umgegangen, wie mit Menschen anderer Meinung? Niemand darf Gewalttätern ewiges Seelenheil verheißen – weil unsere heiligen Botschaften das nicht zulassen. Wir sollten Menschen freundlich lehren, heimlich und öffentlich gepflegte Feindbilder loszulassen, sich in andere Kulturen einzufühlen und sie verstehen, mindestens tolerieren zu lernen. Das ist wahrer Glaube: Gott, den Schöpfer allen Lebens zu ehren, in dem man seine unterschiedlichsten Ebenbilder als gleichberechtigt achtet.

Ehrfurcht vor dem Leben spiegelt sich wider in dem Versuch, für Frieden zu sorgen. Die Religionen könnten so zu einer friedlichen Weltmacht werden. Besonders die unsere, die an Weihnachten ein Kind als Gott begrüßt. Kinder: Vor einiger Zeit habe ich einen evangelischen Kindergarten eingeweiht. Ein indisches Mädchen tanzte um einen dunkelhaarigen Türkenjungen und eine übellaunige Kleine herum – woher die griesgrämige junge Dame kam, weiß ich nicht. Ein afrikanisch-deutsches Kleinkind in Jeans-Latzhosen ließ sich rückwärts in die Arme eines überraschten asiatischen Bayern plumpsen.

Das ist weihnachtlicher Friede, den man der Welt nur wünschen kann. Die Liebe Gottes gilt allen Menschen. Sie ist ein unvergänglicher Hit der Weihnachtszeit. Sie taugt für alle Jahreszeiten, weil sie Menschen bestärkt und zur Veränderung inspiriert. Gottes Liebe kann den inneren Zwang nehmen, sich gewaltsam gegen andere profilieren zu wollen. Von leben und leben lassen spricht man in Bayern. Das ist wunderbar, wenn man andere nicht nur sein lässt, sondern an ihrem Sein Anteil nimmt und sich – wo nötig und erwünscht – in Gedanken, Worten und Taten einmischt.

Der Frieden beginnt im Kleinen. So sagt es Micha. Und der Friede hat, das erzählt die Bibel verlockend, auch eine erotische Seite. In einem Psalm steht, dass Güte und Treue einander begegnen, Gerechtigkeit und Friede sich küssen. Ist das nicht ein zauberhaftes Bild, ein ganz und gar verführerisches? Natürlich wissen wir, dass Gewalt allgegenwärtig ist. Traurig genug. Am weitesten entfernt vom Kind in der Krippe ist der Mensch, der restlos von sich selbst überzeugt ist. Er wird weder mit sich noch mit anderen wirklich zu Rande kommen, sondern gnaden- und rücksichtslos, wird friedlos sein.

Klar ist es nicht immer leicht, andere zu respektieren. Aber ein Christenmensch sollte diesen Respekt erlernen und ihn mit "Herzen, Mund und Händen" praktizieren. Wir sind unseres Bruders und unserer Schwester Hüter und Hüterinnen. Im Psalm geht es um einen Kuss zwischen Recht und Frieden. Mit diesem erotischen Bild fängt der Friede im Kleinen an. Dann kommt die Beziehungsarbeit. Versöhnung ist Frieden schließen, wenn man sich gestritten hat. Ist die Arbeit, die man leistet, um gerechte Verhältnisse zu schaffen.

Frieden, Versöhnung ist Achtsamkeit, mit der man andere ansieht. Nach himmlischer Erotik, nach fraglos-friedfertiger Verliebtheit kommt – wie im richtigen Leben – die Beziehungsarbeit, um den Frieden zu bewahren. Und dann ist es eine wundervolle Idee von Gott, nach Erotik und

Beziehungsarbeit des Alten Testamentes im Neuen Testament Mensch zu werden, ein Kind. Wie im richtigen Leben ... Nie kann man Frieden besser begreifen als in dem Moment, in dem man so ein Butzelchen im Arm hält und es einem die Ärmchen voll Vertrauen entgegen streckt.

Himmlische Erotik, göttliche Beziehungsarbeit, ein Kind: Das ist die weihnachtliche Phantasie Gottes. Ein Sinnbild dafür, wie er sich unser Leben denkt und wir es in unseren Partnerschaften, in den Familien, in der ganzen Welt leben können. Zärtlich, liebevoll einander zugewandt, offen und ehrlich, wahrlich nicht immer bequem und beschaulich, aber stets redlich, klar und wahr. So hat Gott sich uns gedacht: Und voll Bereitschaft, dem Leben Raum zu geben, es selber im umfassenden Sinn des Wortes zur Welt zu bringen. Friede sei mit Euch mit allen. Amen.