

26.12.2019 um 07:30 Uhr

hr2 MORGENFEIER



Ein Beitrag von  
Andrea Wöllenstein,  
Evangelische Pfarrerin, Marburg

## Weihnachten bewegt

Wenn ich mit einer Körperbewegung Weihnachten beschreiben sollte- welche würde ich wählen? Sitzen? Stehen? Liegen?

Mir kommt als erstes „Sitzen“ in den Sinn: Sitzen um den Weihnachtsbaum. Zusammensitzen in der Familie bei einem leckeren Essen. In der Kirche sitzen oder im Auto auf der Fahrt zu Verwandten.

Auch auf Krippenbildern und in Krippenspielen wird gesessen: Maria und Josef sitzen an der Krippe. Die Hirten, die erst bei ihren Schafen gesessen haben, hocken nun im Stall.

Von weitem sieht es ruhig und beschaulich aus. Aber bei näherem Hinsehen entdecke ich ganz viel Bewegung. „Da machte sich auf auch Josef aus Galiläa“. So beginnt die Weihnachtsgeschichte. Und nicht nur er bewegt sich. „Jedermann ging, dass er sich schätzen ließe“. Ein ganzes Volk ist auf den Füßen.

„Lasst uns nun gehen nach Bethlehem“, sagen die Hirten und sie machen sich auf den Weg. --Aufgestanden und in ihren Reiseschuhen sind auch die Weisen,

die im fernen Morgenland den Stern gesehen haben und ihm folgen.

Und auch wir werden im Advent und zu Weihnachten aufgefordert, uns zu bewegen:

„Mache dich auf, werde Licht!“, ist eins der alttestamentlichen Worte, die uns durch den Advent begleiten haben. Die Bibel in gerechter Sprache übersetzt: „Steh auf, werde licht“ und zeigt noch klarer, um was es geht: Nicht sitzen, sondern aufstehen ist die Körperhaltung der Weihnachtszeit. Auf die Füße kommen, auf eigenen Füßen stehen. Gehen, wohin die Füße uns tragen. Unsere Füße sind also - viel mehr als die werten „vier Buchstaben“ - ein höchst weihnachtlicher Körperteil.

Musik | A. Corelli, Sonata à 3 C-Dur, op.4/1, 1. Satz: Preludio. Largo

Aufstehen, auf die Füße Kommen. Betrachtet man die biblischen Texte und Lieder aus dieser Perspektive, dann ist die Weihnachtszeit gar nicht so sehr eine Zeit des stillen Wartens. Auch nicht die Zeit der Besinnlichkeit, nach der wir uns sehnen - und für die vielen die Muße fehlt. Sie ist bewegte Zeit. Das hat nicht erst der Einzelhandel mit dem Weihnachtsgeschäft erfunden. So ist es in den alten Geschichten und Liedern bereits angelegt: Volkszählung, Menschen auf der Suche nach Herberge, Hirten unterwegs, Könige auf der Reise.

Es ist die Zeit im Kirchenjahr, die am meisten strukturiert ist: Vier Adventssonntage, immer eine Kerze mehr, jeden Tag ein Türchen, immer einen Schritt weiter. Heiliger Abend, Erster Weihnachtstag, 2. Weihnachtstag... Ein ständiges In-Bewegung-Sein und Voranschreiten.

Auch die Weihnachtslieder sind voller Bewegung. „Ihr Kinderlein, kommet!“ „Herbei, o ihr Gläubigen!“ „Fröhlich soll mein Herze springen“. „Ei, so kommt, und lasst uns laufen“...

„Sitzen“ kommt nur ein einziges Mal vor. In der 3. Strophe vom Lied „Wie soll ich dich empfangen“. Da heißt es: „Als Leib und Seele saßen in ihrem größten Leid“. Das ist die Ausgangssituation: Sitzen in Dunkel und Leid. Doch: „Da bist du mein Heil kommen und hast mich froh gemacht.“ Weil Gott kommt, können wir aufstehen, wieder auf die Füße kommen. Sein Licht scheint in unsere Dunkelheit und macht uns licht, hell und leicht. Eine große innere und äußere Bewegung ist das. Ein Kommen von zwei Seiten: Gott kommt. Der Himmel kommt auf die Erde. Und wir gehen los, um dahin zu kommen, wo der Himmel die Erde berührt.

Glaube ist also nicht nur „Mundwerk“. Etwas, das wir bereden und bekennen.

Glaube ist auch nicht nur „Handwerk“, also praktische, handfeste Nächstenliebe. Glaube ist auch ein „Fußwerk“. Auf dem Weg sein, nachfolgen mit vielen kleinen und großen Schritten. In Bewegung auf den hin, der zu uns kommt.

Musik II J.S. Bach, Duetto „Wir eilen mit schwachen, doch emsigen Schritten“, BWV 78/2

Auf dem Weg sein. Nachfolgen in vielen kleinen Schritten. In Bewegung auf den hin, der zu uns kommt. An Weihnachten kommt diese Bewegung zum Ziel, und für einen Moment wird es still. Alle sind angekommen: Das Kind liegt in der Krippe. Die Hirten knien davor. Der Stern bleibt stehen. Die Weisen sind am Ziel. Selbst Ochs und Esel halten still. – Wie eine Atempause im großen Weltenlauf.

Vielleicht ist es gerade diese Ruhe in der weihnachtlichen Szenerie, die für viele Menschen solche Anziehungskraft hat: Zur Ruhe kommen. Ankommen. Stille spüren und Licht. Selber still und licht werden. Aber auch hier ist es weniger das Sitzen als das Stehen, das diese Erfahrung körperlich zum Ausdruck bringt. „Ich steh an deiner Krippen hier, o Jesu du mein Leben“ „Ich sehe dich mit Freuden an und kann mich nicht satt sehen. Und weil ich nun nichts weiter kann, bleib ich anbetend stehen.“ Die Füße stehen still, das Herz kommt zur Ruhe. Stehen als eine innere Haltung. Wach sein, aufgerichtet und offen. Ganz da, ganz im Jetzt. Bereit, das zu empfangen, was Gott uns schenken will.

Dazu lädt Weihnachten ein: Ankommen, stehenbleiben und innehalten. Staunen und schweigen. Dass wir offen werden mit Körper, Geist und Sinn für das Licht. Für die Liebe. Für das Geheimnis der Menschwerdung Gottes. So wird Christus in uns geboren, so werden wir seine Krippe, der Ort, an dem Himmel und Erde sich berühren.

Das Stehen führt zum Staunen. Und das Stauen weckt Freude. Die Engel singen, die Hirten preisen und loben Gott und die Weihnachtslieder locken auch uns mit immer neuen Varianten zur Freude: „Stimmt freudig, ihr Kinder, wer wollt sich nicht freun, stimmt freudig den Jubel der Engel mit ein!“

Wer kann sich dem verschließen, am heiligen Abend? Wenn die Kirche voll ist, wenn die Lichter brennen, wenn die Orgel braust und alle singen: „O, du fröhliche“.

Aber lässt sich diese Freude bewahren? Das Stehen und Staunen der Heiligen Nacht? Ich möchte Weihnachten mit ins Leben nehmen. Dahin, wo wir sitzen,

stehen oder liegen. Dahin, wo wir alle einen Impuls zur Freude brauchen!

Musik III A. Corelli, Sonata á tre C-Dur op.4/1, 2. Satz: Corrente. Allegro

Die weihnachtliche Stille ist kein Winterschlaf. Obwohl manchem das in dieser dunklen Zeit nach arbeitsreichen Wochen vielleicht gar nicht so ungelegen käme. Ausruhen und Ausschlafen – auch dazu sind Feiertage gut und wichtig.

Aber innerlich, geistlich, geht es an Weihnachten nicht ums Schlafen. Sondern aus der Stille erwächst neue Bewegung. Eine Bewegung in neuer Qualität, die hineinführt ins Leben. „Die Hirten kehrten wieder um“, heißt es, „priesen und lobten Gott für alles, was sie gesehen und gehört hatten“. Die Weisen kommen, sehen –und ziehen wieder in ihr Land. Maria bewegt alles in ihrem Herzen und für Josef heißt es bald wieder: „Steh auf! Nimm das Kindlein und seine Mutter und flieh nach Ägypten!“ Er muss das Kind bergen. Ihm seinen Arm und seine Füße leihen, damit das Licht nicht verlöscht, bevor es in die Welt hinein scheinen kann.

Vielleicht hatte Paul Gerhardt dieses Bild vor Augen, als er dichtete: „Eins aber, hoff ich, wirst du mir, mein Heiland nicht versagen, dass ich dich möge für und für, in, an und bei mir tragen. So lass mich doch dein Kripplein sein, komm, komm und lege bei mir ein dich und all deine Freuden.“ (37,9)

Das Kind in der Krippe braucht unsere Arme. Das Licht braucht unser Herz. Die Liebe braucht unsere Füße, die sie in die Welt tragen. Die dahin gehen, wo Licht und Liebe nötig sind. Oft sind das nur wenige Schritte: Im Haus von einem Zimmer ins nächste. In die Nachbarschaft. Zu der Flüchtlingsfamilie aus Afghanistan. Zu der Frau, die ihr Bein gebrochen hat und nicht allein aus dem Haus kann. Zu dem Witwer, der das erste Mal Weihnachten allein ist. Zu einem Besuch im Krankenhaus.

Der Glaube an Jesus Christus, in dem Gott zur Welt kam, ist immer persönlich. Aber er ist nie individualistisch. Das heißt: Es geht nicht nur um mein persönliches Seelenheil. In uns will die Liebe Gottes Mensch werden. In jeder und in jedem von uns. Sie stellt uns hinein in die große Gemeinschaft der Menschen, ja der ganzen Schöpfung, der Gottes Liebe gilt. Unsere Füße bringen sie in die Welt. Aber Füße laufen nicht von selbst. Licht und Liebe tragen sich nicht alleine in die Welt. Es braucht den Impuls des Herzens und die Entscheidung des Verstandes, das zu tun, von dem ich weiß, dass es nötig ist. Und es gibt vieles, von dem wir wissen, dass es richtig und wichtig ist.

Viele sind dafür, dass Maßnahmen für den Klimaschutz ergriffen werden. Aber oft ist es bequemer, schnell das Auto zu nehmen, anstatt zu Fuß zu gehen. Wir

wissen, wie sehr die Meere durch Plastik verunreinigt sind. Trotzdem steigen die Müllberge weiter. Der Verpackungsverbrauch in Deutschland hat einen Rekordwert erreicht: 226,5 kg Plastikmüll pro Person! In einem Jahr! Was uns das Leben angenehm macht – Im Netz einkaufen, statt in den Laden zu gehen. Schnell noch einen Kaffee mitnehmen und einen verpackten Snack auf die Hand. Für ein paar Tage eben mal in die Sonne fliegen – was uns das Leben angenehm macht, hat unsere Erde längst an die Grenze ihrer Belastbarkeit gebracht.

Schicken wir unsere Füße also auf den Weg! Unsere Hände, unser Herz und unseren Verstand. „Wir haben 2 Hektar Regenwald gekauft in Peru“, sagte mir kürzlich eine Bekannte. Auf meinen erstaunten Blick erzählte sie von einer Umweltschutzorganisation. Sie pflanzt Bäume und setzt sich für den Erhalt der Natur ein. Auch mit ihrem Geld. Und sie unterstützt eine junge Frau bei ihrer Ausbildung, irgendwo in Kenia. „20 Euro im Monat“, sagt sie, „damit kommt man bei uns nicht weit. Aber dort macht es einen Unterschied.“

Unsere Füße können nicht überall hin. Aber wir können die unterstützen, die für uns gehen. Stellvertretend. Brot für die Welt, Misereor, Welthungerhilfe – Viele Füße sind unterwegs. Sie sind Jesu Füße, und sie können unsere Füße sein. Wir können sie unterstützen mit unserer Spende, durch unser Mitdenken und mit den kleinen Schritten in unserem Alltag, die dazu beitragen, dass es heller und gerechter in der Welt wird.

Musik IV J.S. Bach, Weihnachtsoratorium, „Lasset uns nun gehen gen Bethlehem“ bis „Dies hat er alles uns getan“ (2')

„Steh auf, dein Licht kommt!“ Das ist die Bewegung des Advents. „Bleib stehen, werde Licht!“ ist die Haltung der Weihnacht. „Sei Licht!“ ist der Impuls, nach Weihnachten weiterzugehen und weihnachtlich zu leben.

Es ist eine Bewegung in neuer Qualität. Wie wir nach einem Urlaub anders unsere Arbeit tun.

Wie wir nach einer Physiotherapie oder Massage anders stehen und uns bewegen, so verändert Weihnachten unsere Haltung. „Man muss etwas merken nach Weihnachten, dass man die Christgeburt gefeiert hat“, sagte Franz von Assisi einst zu seinen Freunden. Und er führt weiter aus: „Man muss das Kind auf seinen Händen tragen, die Muttergottes und ihren Mann in die Arme nehmen, sich mitten unter die Hirten gesellen und einer von ihnen werden. Und wir werden uns auf den Weg machen wie die Weisen und unsere Gaben bringen.“

Musik V J.S. Bach, Weihnachtsoratorium, „Ich steh an deiner Krippen hier“