24.12.2025 um 17:45 Uhr
hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von
Dr. Barbara Brüning,
Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Einsam wacht

Johannes, ein guter Freund von mir, lebt ganz alleine auf dem Land in Norddeutschland. Selbst die Nachbarhäuser sind noch ein gutes Stück entfernt. Man sieht nur ein kleines Pünktchen in der Ferne leuchten, wenn jemand im Haus ist. Bestenfalls.

Wäre es nicht schöner Weihnachten mit Familie oder Freunden zu feiern?

Ich denke dann: Es wäre doch sicher schön Weihnachten und den Heiligen Abend mit der Familie oder mit lieben Freunden zu verbringen und habe ihn schon öfter mal eingeladen, uns zu besuchen.

Jedes Jahr komme ich dem Geheimnis näher

Aber er lehnt immer dankend ab. Als Christ feiert er an diesem Abend, dass Gott als Mensch in Jesus von Nazareth geboren ist. „Das ist ein Geheimnis." sagt Johannes, „Das kann man nicht einfach erklären und verstehen. Aber ich genieße es in dieser Nacht bei einem guten Tee in Stille zu beten. Jedes Jahr merke ich, wie ich dem Geheimnis etwas näherkomme. Und das ist ein wirklich beglückendes Gefühl."

Ich sehne mich auch manchmal nach Stille

Ich kann das das gut verstehen. Ich sehne mich auch manchmal nach so einer Stille. Ich sehne mich danach wieder in Verbindung mit mir zu kommen. Und auch mit Gott. In die Stille lauschen zu können. Und gleichzeitig weiß ich: Im Moment könnte ich sie gar nicht aushalten. Nach einer

© 2025 · Kirche im hr

trubeligen Vorweihnachtszeit, in der einfach viel zu tun ist, bin ich zu unruhig. Meine Gedanken überschlagen sich und drehen sich im Kreis.

Jeder sucht die Stille auf seine Weise

Allerdings versuche ich am Heiligen Abend wenigsten eine Stunde allein in der Natur zu sein und Ruhe in meine Gedanken zu bringen. Ich fange an, mich wieder zu spüren. Und verstehe: Jeder und jede einzelne ist mit der frohen Botschaft von Weihnachten angesprochen. Und dabei können die Orte, Zeiten und auch die Arten sie zu hören ganz unterschiedlich sein. Einer sucht die Stille im Gebet, eine geht hinaus in die Natur, ein anderer findet sie im Lächeln von lieben Menschen mitten im Gespräch.

Aufmerksam sein, für das Geschenk Gottes

Es ist nur wichtig, aufmerksam zu sein: Denn Gottes Geschenk an uns Menschen ist doch der eigentliche Ursprung dieses Festes. Gottes Geheimnis etwas näher zu kommen ist eine befreiende und beglückende Erfahrung. Und jeder kann sie auf seine Art erleben.

© 2025 · Kirche im hr