

Kurz und gut am Montag, den 30. November
2015 von Christel Stephan, Bremen

Der Adventskranz

Für die einen ist er altmodisch und kitschig,
andere begnügen sich mit einem Kerzengesteck.

Bei uns – wie vermutlich in vielen Haushalten mit
Kindern - muss es bis heute immer ein
Adventskranz mit vier Kerzen sein.

Nach einigen Farbexperimenten gilt bei uns
wieder: Grün für den Kranz und Rot für die
Kerzen. Auch die kleinen Tannenzapfen, die
Vanillestangen, die roten Beeren und Schleifen,
die getrockneten Orangenschalen gehören dazu.

Früher, als unsere Kinder klein waren, haben wir
uns mit Freunden und deren Kindern getroffen,
um Adventslieder zu singen.

Eine schöne Atmosphäre ist so entstanden: Die
erwartungsvollen und gespannten Kinderaugen,
in denen sich das Kerzenlicht spiegelt, dazu der
Duft von frisch gebackenen Plätzchen

Erfunden wurde der Adventskranz von Pastor
Johann Heinrich Wichern im Jahre 1839.

Der Pastor hat damals das „Rauhe Haus“ in
Hamburg geleitet. Dort hat man versucht, den
unzähligen, zumeist männlichen Straßenkindern
der Stadt ein Zuhause zu geben. In den
Armenvierteln haben sie unter schlimmen
sozialen und hygienischen Bedingungen gelebt.
Viele waren Waisen oder hatten Eltern, die sich
entweder nicht um sie kümmern wollten oder
konnten. Die Kinder und Jugendlichen haben ein
Dach über den Kopf bekommen, warme
Mahlzeiten, eine Ausbildung, zum Beispiel als

Handwerker. Sie mussten arbeiten und lernen, für sich selbst zu sorgen.

Aber das hat dem Pastor nicht gereicht, er wollte ihnen neue Hoffnung geben auf ein sinnvolles Leben. Er wollte ihnen zeigen wie wichtig jeder einzelne von ihnen war und wie wichtig der Zusammenhalt untereinander ist.

Neben dem Lernen und Arbeiten hat er Wert gelegt auf gemeinsame Feiern. Dazu haben besonders die kirchlichen Feste gehört.

So kam es, dass er ein altes Wagenrad unter die Decke des Betsaals gehängt hat und jeden Tag im Advent eine kleine rote und an den Sonntagen eine dicke weiße Kerze darauf gesteckt hat. Der Advent sollte so für die Kinder sinnlich erfahrbar sein.

Eine kleine Kerze macht noch nicht so viel aus, wenn aber jeden Abend eine Kerze dazukommt, wird es immer heller.

Die Jugendlichen haben dieses Bild verstanden. Viele von ihnen fühlten sich einsam und verlassen, ebenso wie heute viele junge, „unbegleitete“ Flüchtlinge, die in der letzten Zeit zu uns gekommen sind.

Damals haben sie erlebt, dass jede kleine Kerze wichtig ist. Zusammen mit den anderen kann sie einen riesigen, dunklen Saal erleuchten.

Für die Jugendlichen im „Rauhen Haus“ in Hamburg wurde der Adventskranz zu einem echten Hoffnungszeichen, so wie für alle Christen: der Advent gibt Hoffnung für mich und die Welt.

Mit dieser Symbolik hat Johann Heinrich Wichern ein Wort aus dem Johannesevangelium aufgenommen: Christus ist das „wahre Licht“, das „Licht, das in der Finsternis leuchtet“.

Der Advent schenkt durch die Adventskerzen immer mehr Licht. Und er mündet im Licht des Weihnachtsfestes.

Kurz und gut am Dienstag, den 1. Dezember
2015 von Christel Stephan, Bremen

Wie eine Schale

Immer mehr Menschen, darunter auch viele, die einen wichtigen Posten in Wirtschaft, Gesellschaft oder Politik bekleiden, ziehen sich hin und wieder in ein stilles Kloster zurück. Sie wollen zu sich selbst kommen, wieder neue Kraft schöpfen und Orientierung für ihr Leben finden.

Wie ist es möglich, dass Lebensweisheiten, die in einem beschaulichen Kloster - womöglich schon im Mittelalter - entstanden sind, Bedeutung für die hektische und profitorientierte Gesellschaft heute haben ?

Dass sich bei Ordensleuten, die Jahrhunderte vor uns gelebt haben, Gedanken finden, die so haarscharf den Nerv unserer Zeit treffen, fasziniert mich immer wieder.

Solche Anregungen und Überlegungen sind zum Beispiel von Bernhard von Clairvaux überliefert, einem Mönch und Abt, der im 12. Jahrhundert gelebt hat. Einem Freund hat er folgendes geschrieben

„Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale und nicht als Kanal, der gleichzeitig empfängt und weitergibt, während jene wartet, bis sie gefüllt ist. Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt, ohne eigenen Schaden zu nehmen.

Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen und habe nicht den Wunsch, freigiebiger zu sein als Gott. Die Schale ahmt die Quelle nach. Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist, strömt sie zum Fluss, wird sie zur See.

Du tue das Gleiche! Zuerst anfüllen und dann ausgießen. Die gütige und kluge Liebe ist gewohnt überzuströmen, nicht auszuströmen. Ich möchte nicht reich werden, wenn du dabei leer wirst. Wenn du nämlich mit dir selber schlecht umgehst, wem bist du dann gut? Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle; wenn nicht, schone dich.“

Das sind interessante Gedanken: „Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale und nicht als Kanal.“

Beim Kanal fließt alles durch, es belastet mich nichts, aber ich behalte auch nichts für mich.

Bei der Schale hingegen werde ich erst einmal gefüllt, sammle ich für mich. Wenn dann die Schale überfließt, geschieht das, ohne dass sie Schaden nimmt.

Das heißt auch: Tue nicht den zweiten Schritt vor dem ersten, geh nicht ständig an oder über deine Grenzen und beute dich nicht selbst aus.

Haushalte mit deinen Kräften, sei bereit zu empfangen, seien es Hilfe, Zuspruch oder die Abgabe von Verantwortung und Zuständigkeit und dann fließe gern über und gib ab von dem, wovon du erfüllt bist.

Es ist ein gesünderer und liebevollerer Umgang mit mir selbst und den anderen, denen ich dann abgeben kann von meiner Zeit, meinen Fähigkeiten, von meiner Fülle.

Bernhard von Clairvaux hat so das wichtigste Gebot, die zentrale Botschaft von Jesus, wunderschön erläutert:

„Du sollst deinen Nächsten lieben, wie dich selbst.“

Kurz und gut am Mittwoch, den 2. Dezember
2015 von Christel Stephan, Bremen

Stress mit den Geschenken

Wenn man in diesen Tagen fragt, was in der Adventszeit, vor Weihnachten am meisten Stress bereitet, dann sind sich viele einig: Es ist das Geschenke kaufen.

Eigentlich ist es ja ganz schön, für die, die man gern hat, etwas Nettes auszusuchen, vorausgesetzt, man hat ein bisschen Zeit, das nötige Kleingeld und natürlich eine zündende Idee für ein Geschenk.

Aber da geht es schon los:

Wenn das so einfach wäre, wenn nicht die Zweifel kämen, ob das, was ich verschenken möchte, auch wirklich dem Geschmack oder den Wünschen des anderen entspricht.

Umgekehrt geht es mir genauso. Werde ich mit dem Geschenkten etwas anfangen können oder wird es mir nicht gefallen? Wie soll ich dann reagieren, ohne zu enttäuschen und den anderen vor den Kopf zu stoßen?

Soll ich etwa genau beschreiben, was es sein soll und was bitte nicht?

Das Schenken hat so seine Tücken.

Von daher wundert es mich nicht, dass viele zu Notlösungen greifen, entweder gar nichts mehr oder lieber Gutscheine oder Geld verschenken.

Was soll man sich lange den Kopf zerbrechen und nachher gefällt es nicht einmal.

Aber ganz glücklich bin ich nicht mit dem Gutscheinaustausch oder dem überreichten Geldschein.

Irgendwie vermisse ich die persönliche Dimension, dass sich jemand Gedanken gemacht hat, was mir gefallen könnte, was zu mir passt oder was ich gut gebrauchen könnte.

Das Risiko, das ich mit dem Geschenk, das ich ausgesucht habe, daneben liege, ist zweifellos da.

Aber so ein persönliches Geschenk ist auch verbindlicher: mein Geschenk ist für dich und nicht für irgendwen, und mit deinem Geschenk meinst Du mich und das verbindet uns.

Sicherlich sammelt sich dann auch einiges an, was ich mir nicht unbedingt gewünscht habe.

Manchmal hilft es schon, die Geschenke ein wenig liegen zu lassen und dann nach einiger Zeit kann ich die Gabe würdigen und mich darüber freuen.

Mir kommt da eine auf den ersten Blick kitschige Kerze in den Sinn, die mir eine Freundin geschenkt hat. Die habe ich zunächst schnell in einer Schublade verschwinden lassen.

Inzwischen sehe ich in darin die gute Absicht, die Freude, die Zuneigung und die guten Wünsche, mit der mir diese Kerze geschenkt wurde.

Und mittlerweile finde ich sie sogar schön!

Das Schenken bleibt in jedem Fall eine Kunst!

Kurz und gut am Donnerstag, den 3. Dezember 2015 von Christel Stephan, Bremen

Dritter Dezember

Heute ist der 3. Dezember. Heute darf das dritte Türchen im Adventskalender geöffnet werden.

Bis Weihnachten sind es noch 21 Tage, eine Zeit, die besonders den Kindern unendlich lang erscheint. Die meisten Erwachsenen denken eher mit Schrecken daran, wie viel in diesen knapp drei Wochen noch zu tun ist.

Geschenke einkaufen, die Wohnung aufräumen und auf Hochglanz bringen, Plätzchen und Stollen backen, den Weihnachtsbraten vorbestellen, die nötigen Vorbereitungen treffen, wenn sich Besuch angesagt hat.

„Wenn du es eilig hast, geh langsam. Wenn du es noch eiliger hast, mache einen Umweg!“

Dieses japanische Sprichwort gilt nicht nur für Manger, die ihre Zeitplanung optimieren möchten und noch mehr in kürzerer Zeit schaffen wollen. Es gilt auch für alle, denen die Zwänge und Erwartungen in unserer beschleunigten Zeit über den Kopf wachsen. Und dieses Sprichwort kann auch für diese besondere Zeit vor Weihnachten gelten.

„Wenn du es eilig hast, geh langsam“: Dann sehe und bemerke ich auch etwas, was ich in der Eile sonst gar nicht wahrnehmen würde. Dieses Innehalten, diese Unterbrechung kann dazu führen, dass ich etwas finde, was mir so wichtig und wertvoll ist, dass ich mir dafür auch Zeit nehme.

Wenn ich dann z. B. die Wohnung adventlich schmücke, dann ist das eine bewusste Entscheidung, eine Unterbrechung im Alltag.

Solche Unterbrechungen, in denen ich wieder zu Atem kommen kann, die brauche ich - auch damit meine Seele nachkommen kann.

„Wenn du es noch eiliger hast, mache einen Umweg“: Gerade in der Adventszeit laden viele Kirchen ein zum Verweilen. Einfach einmal in einer Kirchenbank sitzen und zur Ruhe kommen, die Stille genießen. Viele Gemeinden bieten besondere Gottesdienste an, Andachten und Konzerte, adventliche Liederabende. Das sind Gelegenheiten, der Adventszeit eine Struktur zu geben, damit ich sie besser erleben kann.

Ein Text von Dorothee Sölle lädt dazu ein:

„Du sollst dich selbst unterbrechen.
Zwischen Arbeiten und Konsumieren
soll Stille sein und Freude,
dem Gruß des Engels zu lauschen:
Fürchte dich nicht!

Zwischen Aufräumen und Vorbereiten
sollst du es in dir singen hören,
das alte Lied der Sehnsucht:
Maranata, komm, Gott, komm!

Zwischen Wegschaffen und Vorplanen
sollst du dich erinnern
an den ersten Schöpfungsmorgen,
deinen und aller Anfang,
als die Sonne aufging ohne Zweck
und du nicht berechnet wurdest
in der Zeit, die niemandem gehört
außer dem Ewigen.“

Kurz und gut am Freitag, den 4. Dezember 2015
von Christel Stephan, Bremen

Barbara

Man weiß nicht einmal genau, ob sie wirklich gelebt hat: Die heilige Barbara. Ihr Gedenktag ist heute am 4. Dezember.

Was über Barbara bekannt ist, geht ausnahmslos auf die Heiligenerzählung, die Legende zurück.

Aber auch Legenden enthalten Wahrheiten, die für heute entschlüsselt werden können.

Dass Barbara als Heilige aufgenommen wurde in die Reihe christlicher Lichtgestalten für den Advent, finde ich schon erstaunlich. Denn sie passt eigentlich so gar nicht in die Behaglichkeit und Wärme dieser Zeit.

Barbara, der schönen und klugen Tochter eines wohlhabenden, heidnischen Kaufmanns, wird vom Vater alles geboten, was nur möglich ist, von teuren Geschenken, einer eigenen Wohnung in einem Turm bis hin zu guten Lehrern, die sie unterrichten.

Aber der Vater schottet sie dadurch auch ab vor möglichen unliebsamen Verehrern und auch vor fremden religiösen Einflüssen.

Nur – Barbara lässt sich nicht einsperren, jedenfalls geistig und geistlich nicht.

Obwohl sie gut behütet in einem Turm wohnt, erfährt sie – so heißt es in der Legende - durch den bekannten Schriftsteller Origines vom Christentum und lässt sich taufen.

Als der Vater davon erfährt und sie sich auch noch weigert, einen nichtchristlichen Mann zu

heiraten, verfolgt er diese religiöse Selbstbestimmung seiner Tochter mit großer Härte.

Er bringt sie vor Gericht, sie wird gefoltert, schwört aber dennoch dem Christentum nicht ab, sie kann fliehen, wird verraten, wird wieder fürchterlich zugerichtet und zum Schluss vom eigenen Vater enthauptet.

Ein bisschen kann einem schon schaudern vor soviel bedingungsloser, unbeugsamer- ja schon fast fanatischer - Religiosität, die dieser Heiligen zugeschrieben wird.

Aber sie fasziniert mich auch, diese Barbara, mit ihrer Überzeugung, ihrem Mut, ihrer Standhaftigkeit, und ihrer Kraft, sich frei zu machen vom Denken und den Erwartungen der Umgebung. Allen Barbaras heute einen frohen Namenstag.

Kurz und gut am Samstag, den 5. Dezember
2015 von Christel Stephan, Bremen

Weihnachten kommt immer so plötzlich

Es ist noch gar nicht lange her, da saßen wir
noch unterm Sonnenschirm auf der Terrasse und
jetzt ist schon wieder Advent.

Und wie ich es sehe, wird auch diese Zeit wieder
schnell vorübergehen und plötzlich steht
Weihnachten vor der Tür.

Und dabei freue ich mich eigentlich immer so auf
den Advent mit seinen stimmungsvollen Liedern,
mit der Erinnerung an Kindheitstage, als die Zeit
nicht schnell genug vergehen konnte bis zur
weihnachtlichen Bescherung.

Jedes Jahr nehme ich mir vor, dieses Mal die
Adventszeit wirklich bewusst zu erleben und
mehr zu genießen.

Und dann ist sie da und alles nimmt seinen Lauf
wie immer. Ständig kommt etwas dazwischen,
ständig ist etwas zu erledigen.

Dieses Jahr wollten wir den Adventskranz wieder
einmal selber binden und schmücken. Bald ist es
auch höchste Zeit für das Plätzchenbacken,
einige Fensterbilder müssen erneuert werden
und bei der Arbeit wartet auch so manche
zusätzliche Aufgabe.

Immer nehme ich mir vor, mich auch selbst auf
Weihnachten einzustimmen durch stille Zeiten,
Musik oder Bücher.

Nur ich werde ja schon mit den äußeren
Vorbereitungen nicht fertig, da bleiben die
inneren erst recht auf der Strecke.

Wie kommt das bloß? Jedes Jahr dieselbe Erfahrung, jedes Jahr diese Enttäuschung, dass ich nicht fertig werde mit den Vorbereitungen für das Weihnachtsfest.

Wie war das denn beim ersten Mal vor über 2000 Jahren, als Jesus geboren wurde?

Der Messias war seit Jahrhunderten verheißen und wurde sehnsüchtig erwartet. Aber als er geboren wurde, kam er für die vielen, die auf ihn gehofft hatten, ungelegen und unpassend.

Ausgerechnet jetzt musste er geboren werden, als alle Welt mit der römischen Volkszählung beschäftigt war, viele nicht in ihrem Heimatort sein konnten und unterwegs waren. In den Herbergen war kein Platz mehr, so dass Jesus in einer provisorischen Unterkunft, in einem Stall geboren wurde.

Wenn Gott gewartet hätte, bis wir wirklich auf sein Kommen vorbereitet sind, dann könnte er heute noch warten.

Zum Glück war er da nicht wählerisch, sondern kam vorbei, wie lieber Besuch von Freunden oder Verwandten, der einfach plötzlich vor der Tür steht, auch wenn es einem zunächst gar nicht so passt.

Daran versuche ich zu denken, wenn die Adventszeit mal wieder viel zu schnell davon läuft.