



Stille Nacht – Heilige Nacht

Ein Duft von Zimt, Zucker und Butter stieg Lena in die Nase als sie zur Haustür hereinkam. Draußen war es schon kalt und dunkel und überall blitzten kleine Lichter in den Fenstern. Für Lena war Weihnachten eine besondere Zeit im Jahr. Schon als Kind war ihr diese Zeit die liebste gewesen! Es roch immer so lecker, es wurde geschmückt, es gab einen Adventskalender, den ihre Mutter immer heimlich füllte und aufhängte und es hing ein Hauch voller Geheimnisse in der Luft. Es war eine Zeit voller guter Bücher, gemütlichen Stunden auf dem Sofa, heißem Tee, leckeren Plätzchen und sanfter Musik. Es war die Zeit der Ruhe und Besinnlichkeit, der inneren Einkehr und des guten duftenden Essens. Weihnachten war die Zeit im Jahr, in der sie es liebte, Kerzen anzuzünden und den Tannenduft in der Nase zu haben. Lena schloss für einen Moment die Augen, sog den Duft tief ein und lächelte vor Vorfreude. Vor ihrem inneren Auge sah sie Freunde und Familie im Wohnzimmer sitzen, Punsch trinken und Plätzchen essen. Das Licht war gedämpft und warm und die Stimmung gelassen. Ihr wurde ganz warm ums Herz.

Ein gellender Schrei riss Lena aus ihrem Tagtraum und damit auch jäh aus ihrer weihnachtlichen Stimmung. Erschrocken riss sie die Augen auf.

„Gib mir die Kuchenrolle zurück! Sofort! Ich bin dran du blöde Kuh!“

„Gar nicht wahr! Du hattest sie eben schon! Bäh!“

„Das ist meine Kuchenrolle! Los gib sie her!“

Dann hörte Lena ein lautes Gepolter. Ein Stuhl fiel um und irgendwas flog scheppernd zu Boden. Dann klirrte es und etwas zerbrach in tausend Stücke. Lena kniff die Augen zu und ehe sie noch die Ohren mit beiden Händen zu halten konnte hörte sie noch:

„Du bist so ein Idiot! Da siehst Du, was Du angerichtet hast.“


Statt dem leckeren Duft in die Küche zu folgen, bog Lena nun in die entgegengesetzte Richtung ab in Richtung Wohnzimmer. Ehe sie eintrat sah sie dort ihre Mutter und ihren Schwiegervater irgendwas am Weihnachtsbaum rumwerkeln. Ihr Atem stockte, denn mit viel Mühe hatte sie ihn liebevoll dekoriert und Stunden damit zugebracht, die Lichterkette anzubringen und den Stern auf die Spitze zu setzen. Es dauerte einen Moment bis Lena erkannte, dass ihr Vater dabei war, echte Kerzen auf die Zweige zu setzen. Innerlich spürte sie den Impuls, ins Wohnzimmer zu rennen und dazwischen zu gehen. Doch mit aller Macht hielt sie sich zurück.

„Wie kann man denn auch einen Weihnachtsbaum aufstellen, ohne echte Kerzen? Das ist doch kein richtiges Weihnachten!“

„Ach Hans, das ist doch viel zu gefährlich!“ hörte Lena ihre Mutter fauchen. „Stell Dir vor, der Hund reißt an den Tannenzweigen? Oder ein Windstoß kommt. Dann brennt alles lichterloh!“

„Stell Dich nicht immer so an, Regina, ein Weihnachtsbaum ohne Kerzen ist kein Weihnachtsbaum! Du hast immer viel zu viel Schiss!“

Bevor die beiden sie bemerken konnten schlich Lena auf Zehenspitzen weiter ins Schlafzimmer. In der Küche tobte ein handfester Streit darum, wer schuld an der ganzen Sauerei war und im Wohnzimmer herrschte ebenfalls dicke Luft. Lenas Vorstellung von dem ruhigen Weihnachtsfest, das sie sich in

Three Christmas ornaments are hanging from thin red strings. The top-left ornament is grey with a white star on its surface. The top-right ornament is blue with white horizontal stripes and a white star. The bottom ornament is solid red. Small white stars are scattered around the ornaments.

ihrem Kopf schon so schön vorgestellt hatte, zerplatzte wie eine Seifenblase im lauen Sommerwind. Lena huschte schnell ins Schlafzimmer und setzte sich auf ihr Bett. Ernüchtert ließ sie ihre Tasche, die sie um die Schultern getragen hatte, auf den Boden sinken. Abwesend blätterte sie durch den kleinen Haufen Briefe, den sie zuvor noch schnell aus dem Briefkasten geholt hatte. „Nichts als Rechnungen“ dachte sie enttäuscht. Aber was war denn das? Zwischen den Rechnungen lag ein roter Umschlag. Lena zog ihn heraus und musterte ihn aufmerksam. Er hatte keinen Absender, aber er war eindeutig an sie adressiert.

Während die Stimmen im Wohnzimmer und in der Küche immer lauter wurden und sich die Stimmung weiter aufheizte, öffnete Lena den Brief, in der Hoffnung, er würde sie aus dieser misslichen Situation befreien. Der Brief versprühte den Duft von Weihnachtsgewürzen als sie ihn mit dem kleinen Finger aufriss. Dann zog sie das dicke Papier heraus und faltete es auseinander. Darauf las sie:

„Hast du dir gerade vorgestellt, wie dieses Weihnachtsfest für dich perfekt ist? Hast du dir ausgemalt, wie du die Ruhe genießt, ein gutes Buch liest und mit deiner Familie gemütlich bei einem guten Essen am gemeinsamen Tisch sitzt, mit dem Duft von Tannenzweigen und Zimt in der Nase?“

Lena las vor lauter Schreck nicht weiter. Das klang gerade so als hätte jemand ihre Gedanken gelesen. Als hätte jemand ihrem inneren Dialog gelauscht. Hatte sie etwa ihre Gedanken unbemerkt laut ausgesprochen? Aber das war doch nicht möglich. Vorsichtig schaute Lena sich um und las dann weiter.

„Menschen haben eine enorme Vorstellungskraft. Deshalb sind sie in der Lage, neue Ideen zu entwickeln. Zu Weihnachten stellt sie das vor ungeahnte Schwierigkeiten, denn das Vorstellungsvermögen führt sie auf das Glatteis. Sie malen sich alles ganz genau aus, jedes Detail, jede Minute gestalten sie in ihrem Kopf so konkret aus, dass unweigerlich das Eis zu knacken beginnt und zu brechen droht, sobald sie die Realität einholt. Dabei gibt es 3 goldene Regeln für ein gelungenes Weihnachtsfest:

Die 3 goldenen Regeln für ein gelungenes Weihnachtsfest

1. *Mache dir schon rechtzeitig vorher bewusst, dass jeder mit anderen Erinnerungen, Gefühlen und Vorstellungen an die Weihnachtszeit heran geht. Dann ist es leichter zu verstehen, wenn Ideen auseinander gehen.*
2. *Frage dich, wie jedes Familienmitglied seine wichtigste Vorstellung in diese Zeit mit einbringen kann, damit das Fest für alle rundum schön wird. Das Tolle daran ist, dass dadurch ein ganz neuer Brauch entsteht und jedes Jahr etwas Neues dazu kommen kann. Frage doch jeden einfach mal.*
3. *Überlege dir, was dir wichtig ist und was gegeben sein muss, damit du entspannt und zufrieden sein kannst im Umgang mit unterschiedlichen Weihnachtsgewohnheiten.*

Frohe Weihnachten



Entspannung und Gelassenheit sind in der Vorbereitungszeit oft schwer zu bekommen und gleichzeitig doppelt wichtig. Deshalb identifiziere und nutze deine Kraftquellen.

*Mögen diese goldenen Regeln dir helfen, ein ruhiges, besinnliches und vor allem friedliches Weihnachtsfest feiern zu können, bei dem dein Eis nicht bricht.
Dein Christkind“*

Lena ließ sich rückwärts auf das Bett fallen, legte den Brief auf die Bettdecke und starrte an die Zimmerdecke. Draußen tobte immer noch der familiäre Tumult, aber sie nahm ihn nur durch einen Nebel wahr. Sie glaubte schon lange nicht mehr an das Christkind. Als Kind war sie lange überzeugt gewesen, dass das Christkind immer die Geschenke brachte. Dann wurde der kindliche Glaube abgelöst, aber insgeheim vermisste sie jedes Jahr diesen unbedingten Glauben an den Weihnachtszauber. Doch nun war da dieser Brief. Aber dieser Brief konnte unmöglich vom Christkind kommen. Oder doch? Sie drehte sich auf den Bauch und betrachtete den Umschlag. Er trug eine weihnachtliche Briefmarke aber keinen Stempel. Ihre Anschrift war fein säuberlich und schwungvoll geschrieben, aber in keiner Handschrift, die sie kannte. In goldenen Lettern prangte ihr Name auf dem Umschlag. Und auch der Briefbogen war in edlem Gold beschrieben. Sie flog noch einmal über die drei goldenen Regeln. Plötzlich wusste sie, was zu tun war. Sie nahm eine Kerze aus der obersten Schublade der Kommode und zündete sie an. Dann nahm sie sie in die Hand und ging zum Sicherungskasten. Sie zog die Sicherung raus und hüllte das Haus in Dunkelheit. Aus der Küche und aus dem Wohnzimmer hörte sie einen kurzen Aufschrei.

„Ich sehe nichts mehr!“ Sonst hörte sie nur ein kurzes Gerumpel, mehr nicht. Sie begann das Lied „Stille Nacht, heilige Nacht“ anzustimmen und ging mit ihrer Kerze, die mit ihrem schwachen Schein den Weg erleuchtete, ins Wohnzimmer, wo ihre Mutter und Hans verstummten und lauschten. Dann stimmten sie mit ein und reihten sich hinter Lena ein auf dem Weg in die Küche, wo ihre Kinder und ihr Mann im Kerzenschein aussahen wie Mehlgeister und ganz verdattert guckten. Gott sei Dank verbarg sich das Chaos im Schatten des Kerzenlichts. Nun begannen auch sie mitzusingen. Es wurde ruhiger und die Gesichtszüge entspannten sich. Gemeinsam zogen sie singend durch die Zimmer.

Als Lena später die Sicherung wieder rein drehte, war sie gelassen genug, um das Chaos, das sich nun erbarmungslos offenbarte, ruhig und gefasst zu ertragen. Mit vereinten Kräften räumten dann alle gemeinsam auf. Den restlichen Abend saßen sie auf dem Sofa und unterhielten sich darüber, was jeder an Weihnachten so schön findet. Bis spät in die Nacht saßen sie dort. Als Lena später unter ihre Bettdecke kroch, fühlte sie den roten Umschlag unter ihrem Kopfkissen und insgeheim sprach sie zum Christkind:

„Danke!“

Frohe Weihnachten