

Weihnachtsgedanken 2020

Stefan Federbusch ofm

Die Corona-Pandemie hat mit ihren Einschränkungen, ihren Lockdowns und abgesagten Seminaren an der ein oder anderen Stelle auch mir etwas mehr freie Zeit gebracht. Beim Aufräumen und Sortieren ist mir ein Artikel in die Hände gefallen mit dem Titel: „Fass mich bitte an!“ und dem Untertitel „Streicheln – das größte Geschenk“. Es ist tatsächlich ein Weihnachtsartikel, geschrieben von einem Redakteur der Zeitschrift *stadtgottes* (12/2009). Xaver Schorno erzählt darin von seinem Sohn, der unter einer schweren Stoffwechselerkrankung leidet. Immer mehr seiner Körperfunktionen waren eingeschränkt, sein Körper eine einzige Verkrampfung. Das Einzige, was ein wenig half, war berühren, halten, streicheln, massieren und eincremen. Xaver Schorno weist dann auf die Wichtigkeit des Körperkontaktes hin und erzählt von dem Experiment, dass Kaiser Friedrich II – er lebte von 1194-1250 – durchgeführt haben soll. Um herauszufinden, was die Ursprache von Kindern sei, befahl er den Ammen, die Kinder zwar zu versorgen, aber nicht mit ihnen zu sprechen und ihnen keinerlei Zuneigung zu zeigen. Keines der Kinder – so die Überlieferung – überlebte diesen Versuch.

Bei Körperkontakt produziert der Körper das Hormon Oxytocin, das sehr spezifisch mit sozialen Reizen verknüpft ist und deshalb im zwischenmenschlichen Bereich eine wichtige Rolle spielt. Es wird auch als „Kuschelhormon“ bezeichnet. Heute lässt sich nachweisen, welches Neuronen-Blitzgewitter im Großhirn eines Babys entsteht, wenn Eltern mit ihrem Kind schmusen. Milliarden von Nervenzellen verschalten sich und bilden neue Netzwerke. Häufiger positiver Körperkontakt macht Kinder kräftiger und klüger.

Dies gilt jedoch nicht nur für Kinder. Untersuchungen haben gezeigt, dass das Hormon Oxytocin auch bei Erwachsenen Vertrauen schafft, dass es entstresst, das Immunsystem stärkt, Ängste nimmt, Schmerzen lindert und Verspannungen abbaut. Es führt zu einer größeren Bereitschaft, Konflikte in Frieden zu lösen. Eine schwedische Berührungsforscherin hat festgestellt: „Noch nie haben wir uns so wenig angefasst wie im 21. Jahrhundert“. Die Folge seien zunehmende Gewalt und Aggressivität.

Sie ahnen es bereits, worauf ich hinauswill. Seit fast einem Jahr gilt das „social distancing“ als Grundregel für unser Zusammensein. Abstandhalten ist das Gebot der Stunde. Distanz ist die neue Form der Nächstenliebe. Das Corona-Virus hat uns eine Form des Zusammenlebens beschert, von der wir noch nicht wissen, wie sie sich letztlich auswirkt: keine körperliche Nähe, kein Händeschütteln, keine Umarmungen, kein aufmunterndes Auf-die-Schulter-Klopfen, kein Schunkeln im Festzelt, kein gemeinsamer Tanz. Wenn die fehlende Nähe und der ausbleibende Hautkontakt zu mehr Aggressivität und Gewalt führen, dann sind das alles andere als gute Aussichten. Zumal wenn es stimmt, was Tiffany Field in ihrem Buch „Streicheleinheiten“ behauptet: „Mindestens vier Umarmungen am Tag braucht der Mensch, um glücklich zu sein“.

In dem erwähnten Artikel von Xaver Schorno heißt es: „Ohne Berührungen verkümmert die Seele und stirbt das Herz. Aber gerade an Weihnachten haben wir die Chance, uns anrühren zu lassen.“ Wenn wir es schon nicht äußerlich tun können, dann zumindest innerlich. Denn an Weihnachten feiern wir ja, dass Gott uns ganz nah gekommen ist im Kind von Betlehem.

Der Ferne wird nahbar, der Himmel kommt auf unsere Erde. Der große Gott macht sich klein. Der Unsichtbare macht sich sichtbar, der Unberührbare macht sich berührbar. Die franziskanischen Theologen sprechen davon, dass es schon immer Gottes Wunsch war, bei uns Menschen zu sein. Gott wird nicht deshalb Mensch, weil wir so schlecht sind, weil wir uns von ihm abgewandt haben – theologisch gesprochen aufgrund des Sündenfalls –, sondern er wird Mensch, weil er uns als Gegenüber liebt, weil er uns als seinen Ebenbildern auf Augenhöhe begegnen möchte, weil er uns ins Gesicht schauen möchte. Deshalb wird Gott ein Mensch aus Fleisch und Blut, deshalb kommt er im Kind von Betlehem zur Welt.

Dies löst bei uns mit Blick auf die Krippe dieselben Emotionen aus wie bei jedem anderen kleinen Kind. Schau mal, ach wie süß, ach wie niedlich, diese kleinen Hände und Füße, dieses feine Näschen und die Kulleraugen. Unwillkürlich ist der Reflex da, einmal Hautkontakt aufzunehmen und zu streicheln. Das Kindlein-Wiegen war über lange Zeit im Mittelalter eine spirituelle Form des Umgangs mit der Menschwerdung Gottes. Zugegebenermaßen mehr von Frauen als von Männern.

In einigen Gegenden Deutschlands gibt es bis heute den Brauch des Kinderguckens. Wenn ein neuer Erdenbürger geboren ist, zieht die Nachbarschaft zum Haus der Familie des Neugeborenen, um es in Augenschein zu nehmen. „Jedes Kind bringt von Gott die Botschaft mit, dass er noch nicht an der Menschheit verzweifelt“, sagt der indische Dichter Tagore. Jedes Kind bringt also neue Hoffnung in diese Welt. Einem Kind schenke ich schnell meine Liebe, meine Zuneigung und mein Vertrauen.

Weihnachten 2020 nun also ganz anders als die Weihnachtsfeste zuvor. Wir verspüren ein massives Defizit. Die Kontakte sind einzuschränken. Wir dürfen nicht mit so vielen Menschen feiern wie wir das sonst tun. Wir dürfen uns nicht umarmen, ja wir dürfen nicht einmal singen. All das, was Weihnachten emotional prägt und ausmacht, ist in diesem Jahr gar nicht oder kaum möglich. Ich weiß nicht, ob es uns wirklich hilft oder nicht ein zu schwacher Trost ist, wenn dann der Tipp kommt, wir können uns jetzt mehr auf das Eigentliche und Wesentliche konzentrieren. Ich weiß nicht, ob es mir, ob es uns gelingt, etwas mehr von der göttlichen Nähe zu spüren und ob diese Form die menschliche Nähe ersetzen kann.

Warum darf Weihnachten nicht einmal anders sein? Warum sollten wir es uns nicht zumuten, das Defizit zu spüren und auszuhalten? Es gibt so viele Menschen, die unter ihrem Alleinsein, ihrer Einsamkeit leiden. Denen die Zuwendung, geschweige der Körperkontakt anderer fehlt. Es gibt so viele am Virus Erkrankte auf den Intensivstationen, denen der so wichtige Kontakt der Nähe nicht gewährt werden kann. Kein Dasein ihrer Familie, kein Händehalten.

In diese Situation hinein feiern wir Weihnachten, feiern wir die Menschwerdung Gottes – auch in diesem Jahr 2020. Der da kommt, wird Emmanuel genannt: Gott mit uns. Vielleicht hilft es uns, nicht sentimental beim kleinen Kind stehen zu bleiben, sondern uns bewusst zu machen, dass das Gotteskind erwachsen wurde. Es zeigte sich solidarisch mit allen, die am Rande stehen, ausgestoßen und unterdrückt sind. Jesus schenkte denen, die unter Sünde und Schuld leiden, die Möglichkeit eines neuen Anfangs. Er heilte die, die die Last von Krankheit und Selbstzweifeln zu tragen haben. Er hielt dieses Angebot der Liebe durch bis in den Tod. Er wurde solidarisch bis in die letzte menschliche Dunkelheit. Er litt *mit* uns und starb

für uns. Vielleicht hilft uns der Gedanke, dass wir keinen a-pathischen Gott verehren, der gefühlsunfähig in seinem Himmel verharrt, sondern dass wir einen sym-pathischen Gott feiern, der sich persönlich engagiert, der seine Liebesgeschichte mit uns Menschen von vorn beginnt; der in unsere Niedrigkeit und Dunkelheit kommt; der seine Allmacht in Ohnmacht verwandelt, unsere Maßstäbe verrückt und als seinen den Maßstab der Liebe wählt. Dessen Lebensweg am Ende ein Leidensweg wird. Ein sympathischer Gott - aber eben anders. Nicht nur ein niedliches Kind in der Krippe, sondern ein Gott, der sich einlässt auf unsere Welt. Weihnachten ist nicht nur ein sentimentales Geburtstagsfest, sondern der Beginn eines konsequenten Lebensweges. Nicht nur ein wenig Gefühl, sondern echtes Mitleiden.

Der sympathische, der mitleidende Gott, lädt Dich und mich ein, selbst ein sympathischer, mit anderen mitleidender Mensch zu werden. Deshalb gilt:

„Wenn du dich satt gesehen hast an dem schönen Kind
in der Krippe, geh noch nicht fort.
Mach erst seine Augen zu deinen Augen,
seine Ohren zu deinen Ohren,
und seinen Mund zu deinem Mund.
Mach seine Hände zu deinen Händen,
sein Lächeln zu deinem Lächeln
und seinen Gruß zu deinem Gruß.
Dann erkennst du in jedem Menschen
deinen Bruder, deine Schwester.
Wenn du ihre Tränen trocknest und ihre Freude teilst,
dann ist Gottes Sohn wahrhaftig geboren:
und du darfst dich freuen.“
(Marisa Roos)

Weihnachten 2020 – ganz anders...
Aber Gott ist uns auch heute nah.