

*Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid;
ich will euch erquicken. (Matthäus 11,28)*

Ach ja, die Weihnachtszeit.

Überall hängen Lichterketten, Weihnachtsmusik kommt in jedem Kaufhaus, es duftet nach Lebkuchen und Spekulatius, es fängt an zu schneien und du hetzt verzweifelt vom einen zum anderen Laden um passende Geschenke für alle deine Lieben zu bekommen. Da helfen auch die weihnachtlichen Einwirkungen von außen nichts mehr. Es bedeutet einfach Stress. Wann feiert die Familie zusammen, wo feiert sie, wer bekommt alles Geschenke und wer bringt was zum Essen mit?

Von der Weihnachtsstimmung spürst du nichts. Ein, zwei Tage davor vielleicht, aber jetzt, ein paar Wochen davor noch nicht. Es muss ja schließlich alles gut vorbereitet sein, damit ja kein Fehler passiert oder jemand aus der Familie kein Geschenk bekommt.

Für viele bedeutet die Vorweihnachtszeit purer Stress. Alle werden krank, hetzen durch die Läden und dabei geht die Weihnachtsstimmung verloren. Und genau das sollte es doch eigentlich nicht.

Wir vergessen oftmals in dem ganzen Trubel, um was es in der Weihnachtszeit geht. Es geht nicht um den Stress und ums bloß-nicht-krank-werden, es geht um die Geburt Jesu.

Damals gab es allerdings auch schon den Stress. Zum Beispiel bei den Hirten. Ein womöglich schlecht bezahlter Job, Kälte und dann wird man mitten in der Nacht von einem Engel im hellen Licht geweckt, der sagt, man soll zu einem Stall nach Bethlehem gehen. So haben sich die Hirten das auch nicht vorgestellt. Eine stressige Nacht, womöglich sind sie übermüdet und fragen sich, was das alles soll. Aber selbst wenn sie unsicher sind gehen sie und folgen der Anweisung des Engels, nach Bethlehem zu gehen.

Und dann sehen sie dieses Kind. In einem heruntergekommenen Stall, umgeben von Tieren und in einer Futterkrippe liegen. Doch dieses Kind strahlt eine Ruhe aus und die Hirten werden ruhig und der Stress wird ausgeblendet.

Schon damals hat Jesus den Menschen Ruhe und Kraft geschenkt. Später sagt er es sogar noch zu uns in Matthäus 11, 28.

Dort sagt Jesus zu jedem Einzelnen von uns, wir können zu ihm kommen, ganz egal wie anstrengend alles gerade ist und was wir für Lasten tragen. Denn er will uns stärken und wir können uns bei ihm entspannen.

Wenn also uns die Weihnachtszeit wieder mal einfach nur stressig erscheint und wir scheinbar nicht zur Ruhe kommen, können wir uns genau da auf Jesus verlassen, denn egal wie viel Stress wir haben, wir können immer zu ihm kommen und in ihm neue Kraft schöpfen.

(von Lea Hägele)