

Kurzpredigt am 08.12.2019 in Dürrenäsch von Pfr. Michael Freiburghaus „Freude statt Stress in der Adventszeit!“

Einleitung

Ich liebe Zimtsterne und freue mich schon darauf, nachher einige genüsslich zu essen bei einer Tasse Tee ☺

1. Sowohl die Sterndeuter als auch die Hirten verspürten tiefe Freude über die Geburt von Jesus

Auch in der Bibel kommt in der Weihnachtsgeschichte ein Stern vor, nämlich der Stern von Bethlehem, der die Weisen aus dem Morgenland, zur Krippe von Jesus führt. So heisst es in der Bibel: „*Als sie [= die Sterndeuter aus dem Morgenland] aber den Stern [von Bethlehem] sahen, freuten sie sich mit sehr großer Freude. Und als sie in das Haus gekommen waren, sahen sie das [Jesus-]Kind mit Maria, seiner Mutter, und sie fielen nieder und huldigten ihm [= beteten es an].*“¹ Nicht nur die Sterndeuter aus dem Morgenland freuten sich riesig, als sie Jesus sahen, sondern auch der Engel verkündete den Hirten die Botschaft der Freude. Der Engel sprach zu den Hirten: „*Fürchtet euch nicht! Denn siehe, ich verkündige euch große Freude, die für das ganze Volk sein wird. Denn euch ist heute der Retter geboren, der ist Christus, der Herr, in Davids Stadt.*“² Die Sterndeuter haben dem Jesusbaby dann ihre Geschenke überreicht: Gold, Weihrauch und Myrrhe, damals sehr wertvolle Geschenke. Wir würden Jesus heute vielleicht eine Tracht schenken, auch ein wertvolles Geschenk. Die Freude in beiden Weihnachtsgeschichten vor, sowohl bei den Sterndeutern als auch bei den Hirten. Auch wir freuen uns, wenn in unserer Familie ein Kind geboren wird, wenn wir erfahren, dass unsere Familie wächst und gedeiht. Die Weihnachtsfreude ist jedoch eine ganz spezielle Freude, weil es um die Überraschung geht, dass Gott selbst in seinem Sohn Jesus Christus klein wird und als Baby auf diese Welt kommt, um uns zu erretten.

2. Stress und Betrieb wollen uns unsere Freude rauben

In der Advents- und Weihnachtszeit ist bekanntlich immer viel los: die Kinder führen das Krippenspiel auf, man kann fast jeden Tag Adventsfenster besichtigen, verschiedene Konzerte finden statt, viele Einkäufe müssen erledigt werden, unterschiedliche Weihnachtsfeiern Kreise der Familie und Verwandtschaft müssen geplant werden usw. usf. So kann es leicht geschehen, dass der Stress und die Betriebsamkeit uns die Freude an der Adventszeit rauben und wir das Zentrum des Advents aus den Augen verlieren: Die Ankunft von Jesus Christus, auf die wir uns freuen können. Die Adventszeit war früher eine Zeit des Fastens und der Busse, der bewussten Umkehr zu Gott, in der man sich darauf vorbereitete, dass Jesus auf diese Erde kam bzw. dass er einmal wiederkommt.³ Gott lädt uns heute ein, unsere Freude und unseren Lebenssinn nicht im Weihnachtsstress und Konsum zu suchen, sondern seinen Sohn Jesus Christus als persönlichen Herrn und Heiland zu ergreifen. Jesus vergibt uns unsere Schuld und unsere Sünden, wenn wir ihn darum bitten. So können wir eine tiefe Freude empfinden, dass Gott auch uns liebt und mit uns zusammen sein will.

Schluss

Immer, wenn wir Zimtsterne und andere Chrömlis essen, können wir uns daran erinnern, dass Jesus das grösste Geschenk ist und Gott uns liebt und wir uns deswegen von Herzen freuen können. Dank Jesus kann gerade diese Adventszeit eine Zeit der Freude und Vergebung werden, wie der Engel gesagt hat: „*Fürchtet euch nicht! Denn siehe, ich verkündige euch große Freude, die für das ganze Volk sein wird. Denn euch ist heute der Retter geboren, der ist Christus, der Herr.*“ Amen.

Fragen zum Nachdenken und Diskutieren

- Welche konkreten Schritte kannst du gehen, um unnötigen Stress zu vermeiden und dich dafür mehr auf Jesus auszurichten? Fasse den Mut, auch einmal einen Termin im Advent abzusagen.
- Welche Anlässe oder Aktivitäten rauben dir die meiste Kraft? Kannst du sie an jemanden delegieren und dafür (von ihr/ihm) eine Aufgabe übernehmen, die dir mehr Freude bereitet?
- Falls Familienfeiern eine Belastung für dich darstellen: Kannst du im Vorhinein für diese Person(en) beten und sie im Namen des dreieinigen Gottes segnen? Mit Gottes Hilfe kannst du ihnen vergeben und so versöhnt an das Familienfest gehen. Bist du bereit dazu?

¹ Matthäusevangelium 2,10-11a.

² Lukasevangelium 2,10-11.

³ Vgl. <https://www.theology.de/kirche/kirchenjahr/adventszeit.php>