

## **Weihnachten, das Lichterfest, das Fest der Liebe, der Familie, des Neides und des Familienkrachs**

Weihnachten, das Lichterfest, ist traditionell mit Hoffnung verbunden und mit Wünschen. Wünschen, die sich zunächst auf das Licht beziehen. Für die Christen bringt die Geburt Christi das Licht der Hoffnung in eine düstere Welt, in der fortan die Nächstenliebe das Talionsprinzip ersetzen soll: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“ anstatt „Aug um Auge, Zahn um Zahn“. Für die Nicht-Christen gibt es nach altem germanischem Brauch die Wiederkehr des Lichtes in die Natur zu feiern, das nach den langen, dunklen Nächten die Tage länger werden und die Natur wieder aufblühen lässt.

Weihnachten dürfen wir uns deshalb etwas wünschen und damit die Wünsche sich erfüllen, müssen sich Menschen finden, die etwas schenken. Was wir uns alle gleichermaßen wünschen, ist Frieden und v.a. Harmonie. Wer schenkt jetzt den Frieden und wer die Harmonie?

Kaum sind also die Sommerferien verstrichen, da erinnert uns Aldi mit Christstollen und Lebkuchen schon an unsere Pflichten; spätestens mit den Herbstferien kommt die übrige Konsumgüterindustrie mahndend, um nicht zu sagen fordernd hinzu. Noch genießen wir die letzten Altweiber-Sonnenstrahlen, da fängt die Überlegung schon an, wie machen wir in diesem Jahr wen glücklich und welches Unglück nehmen wir für unseren guten Willen in Kauf?

Manche – vor allem manche Familien - haben Glück. Da ist alles schon vorbestimmt. Am Heiligen Abend bleibt man mit den eigenen Kindern zuhause, am ersten Weihnachtstag geht es zu den Eltern, am Zweiten zu den Schwiegereltern. Zwar hat der eine oder andere dabei Magenschmerzen weil man sich mit den Schwiegereltern nicht so gut versteht – oder auch mit den eigenen Eltern – aber was soll's! Was tut man nicht alles für den lieben Frieden!

Familien mit sehr kleinen Kindern könnten es unbequem finden, mit den Kids zu verreisen. Also werden die Eltern und /oder Schwiegereltern zu ihnen eingeladen. Was ist das schon, ein Essen für sechs Personen und, na ja, die Kinder, das schafft doch jede Hausfrau mit Links. Noch dazu, wenn der Ehemann mit anpackt!

Seit den Sommerferien allerdings – wenn nicht schon seit dem letzten Jahr -, macht sich die Hausfrau Gedanken, wem sie was schenkt. Wer braucht was, wer freut sich über was, was ist gerecht und was geht finanziell? Und vielleicht hängt gerade auch in der besten Familie der Haussegen etwas schief? Der Ehemann fällt als tatkräftiger, gut gelaunter Helfer im Haushalt aus; die Ehefrau hat von der vorweihnachtlichen Überforderung schon seit einigen Tagen einen Schnupfen und jetzt kommt Fieber hinzu!

Jetzt war von den glücklichen Familien die Rede!

Es gibt auch weniger glückliche Familien und Alleinstehende erst! Auch sie sind dem Weihnachtsfest ausgeliefert! Die Anderen, die Familien sind so glücklich, sie haben Eltern, Freunde und Verwandte, mit denen sie feiern, mit denen sie zusammensitzen, mit denen sie es gemütlich haben!? Alle Geschäfte sind zu, das öffentliche Leben hat eine Pause, selbst die Kirchen sind irgendwann geschlossen und die Einsamkeit meldet sich an.

Draußen ist entweder Dreckwetter oder, schlimmer noch, wunderschöner Schnee! Schnee, der alles Unebene eben macht, der alles Hässliche gnädig verdeckt, Schnee, der uns von einer Welt ohne Ecken und Kanten, von einer durch und durch harmonischen Welt träumen lässt!

Es ist so harmonisch nicht, wie wir es uns wünschen, auch an Weihnachten nicht! Aber ein Mal im Jahr sollte es doch harmonisch sein, oder? Aus den Wünschen sind Forderungen geworden, aus den Möglichkeiten Ansprüche! Die Enttäuschung folgt auf dem Fuße! Nicht dass wir mit unseren eigenen Ansprüchen die Enttäuschung vorprogrammiert hätten, nein! Wir legen sie dem jeweils Anderen zur Last und hin ist die Harmonie, hin der (Familien-) Frieden und noch größer wird der Neid auf Die, die es vermeintlich besser haben als wir.

Das kann zu Einbrüchen führen! Zu Familienkrach, zu Tränen, zu Schlaflosigkeit zu Wut und zu Depression. Denken Sie daran: Weniger kann Mehr sein.

Dr. Angela Gräber