

Melancholie der Erfüllung

Predigt zum 1. Weihnachtsfeiertag 2016 (Lk 2,15-20)

Mein Gott, was war da alles los und in Bewegung: Erst *ein* Engel, dann ein ganzes Heer von Engeln, das sich vom Himmel her auf die Felder von Bethlehem schwingt und „Gloria in excelsis deo“ schmettert. Die wiederum machen den Hirten Beine. Und die lassen die Herde Herde sein, machen sich auf die Suche nach dem angekündigten Retter und erzählen Hinz und Kunz: Der Engel hatte Recht. Wir haben den Retter gefunden.

Und dann: Mit einem Schlag ist alles vorbei. Die Engel kehren in den Himmel zurück, und die Hirten zu ihrer Herde. Der Weihnachtszauber ist verglüht. Der graue Alltag hat Bethlehem wieder eingeholt.

Kennen Sie das? Da wird ein großes Fest gefeiert, ein runder Geburtstag. Die Leute kommen von weit und breit zusammen. Menschen, die du schon lange nicht mehr gesehen hast. Es werden Erinnerungen ausgetauscht, es wird gelacht und gesungen. Du bist aufgedreht und glücklich – und mit einem Schlag ist's vorbei. Die Überbleibsel werden aufgeräumt. Der graue Alltag hat dich wieder.

Da hast du lange auf ein großes Ziel hingearbeitet. Endlich das Abitur geschafft – oder die Meisterprüfung. Es gibt eine große Feier zur Urkundenübergabe. Du hast das Gefühl: Jetzt steht mir die Welt offen. Dann: Händeschütteln. Bewegende Abschiede von den Kolleginnen und Kollegen. Und mit einem Schlag ist alles vorbei. Du fährst nach Hause. Und der graue Alltag hat dich wieder.

Ein wunderbarer Urlaub. Schönes Wetter, traumhaftes Panorama, beste Stimmung, gutes Essen, feine Tröpfchen. Ein Tag schöner als der andere. Und dann kommt der letzte Tag. Und der graue Alltag hat dich wieder.

Psychologen nennen diese Erfahrung: Melancholie der Erfüllung. Damit ist gemeint: Der Fall ins Leere – nach einer erfüllenden Zeit, einem aufregenden Erlebnis, nach dem Erreichen eines großen Ziels. Eigentlich müsste man in Hochstimmung sein – und dabei fällt man in den Keller. Melancholie der Erfüllung.

Es gibt zwei Möglichkeiten, damit umzugehen. Entweder du trauerst dem Nicht-Wiederholbaren ewig nach und bläst Trübsinn. Und hast die Vorstellung: So etwas kommt nie wieder.

Oder: Du machst es wie Maria, von der es heißt: „Und sie bewahrte all diese Worte in ihrem Herzen – und dachte darüber nach.“

Wie Maria: Ich kann die Bilder in mir nachschwingen lassen. Die Gefühle wieder hochkommen lassen. Dankbar sein, dass ich so etwas überhaupt erleben durfte. Anstatt Melancholie der Erfüllung: Dankbarkeit der Erinnerung.

Pfarrer Stefan Mai

Einleitung

Haben Sie nicht auch das Gefühl: Am ersten Weihnachtsfeiertag ist in unserer Gesellschaft Weihnachten schon vorbei. Nach dem zweiten Weihnachtsfeiertag fliegen in den Städten die Christbäume auf die Straße. Man hat genug von Kerzenschein, Kugeln und Lametta. Die Schaufenster sind bereits auf Silvester eingestellt.

Kein Wunder, denn die Weihnachtszeit beginnt spätestens nach Allerheiligen. Und acht Wochen sind genug.

In kirchlichen Kreisen wird viel darüber geschimpft, dass an Weihnachten Weihnachten schon wieder vorbei ist. Aber erstaunlich: In unseren Weihnachtsevangelien ist es eigentlich nicht anders.

Fürbitten

Herr, unser Gott, unser Leben besteht aus viel Alltag und ein wenig „Hoch“-Zeiten. Wir bitten dich:

- Lass uns dankbar sein für die Stunden des Glücks, für die Augenblicke und Lebensphasen, in denen wir spüren dürfen: Das Leben ist schön.
- Lass auch in den Tagen der inneren Leere und in harten Zeiten die Erinnerung an die *Hoch*-Zeiten des Lebens eine Kraftressource sein.
- Mach uns fähig, die Menschen, die unser Leben bereichern, auch unsere Wertschätzung spüren zu lassen.
- Wir beten für unsere Verstorbenen. Lass immer wieder in uns unvergessliche Stunden mit ihnen vor unseren inneren Augen aufsteigen.

Pfarrer Stefan Mai