

## Weihnachtspredigt 2020

Oxytocin.

Sagt ihm dieses Wort etwas? Vielleicht den Biologen und Medizinern unter uns. Oxytocin ist ein Hormon, das im Gehirn produziert wird. Es ist ein Glückshormon und wird durch jede Berührung ausgeschüttet. Nervosität wird gelindert und Stress abgebaut. Dieses Hormon wird auch „Kuschelhormon“ genannt. Es ist wichtig für die Bindung von der Mutter zum Kind. Stellen Sie sich vor, ein Baby kommt auf die Welt und niemand würde es berühren. Dieses Kind wäre nicht wirklich lebensfähig. Und auch wenn aus den Babys Kleinkinder geworden sind, werden sie nicht müde, sich an Mutter und Vater anzuschmiegen, um sich ihrer Liebe zu vergewissern. Und die Eltern erwidern diese Zuwendung - aus Liebe.

Wir leben in einer berührungslosen Zeit. Und das ist hart. Da ist diese Sehnsucht nach Nähe, einfach mal wieder gemütlich in froher Runde zusammensitzen und zu feiern, nicht abwägen zu müssen, wie viele Personen aus wie vielen Haushalten sich wo treffen dürfen. Wie unbeschwert war doch das Leben vor Corona. Und bei uns in St. Josef ist es wie überall. Es trifft die besonders hart, die allein leben, weil sie es sich so ausgesucht haben oder weil der Partner, die Partnerin verstorben ist oder sie sich getrennt haben. Ich denke besonders an unsere Senioren, die sich regelmäßig getroffen haben, zum Gottesdienst und zum Frühstück, zum gemütlichen Kaffeetrinken, zum Spargeessen, zum Ausflug im Sommer. Das alles ist in diesem Jahr ausgefallen. Das schmerzt. Aber die Einsicht ist stärker: Wir können uns nicht treffen. Ich darf den Anderen nicht zu nahe treten, weil ich es gut mit ihnen meine. Ich muss mich und meine Mitmenschen schützen. Und so versuche ich, Nähe auf anderen Wegen zu schaffen, mit Abstand.

Ich glaube, ich habe noch nie in meinem Leben so viele Postkarten geschrieben, wie in diesem Jahr. Weil wir uns nicht körperlich treffen können, verschicke ich handgeschriebene Karten mit der Post. Meistens stehen nur wenige Sätze drauf. Aber wichtiger als der Text ist die Botschaft: Ich denke an Dich. Es ist mir nicht gleichgültig, wie es Dir geht. Ein ansprechendes Bild, ein paar einführende Zeilen dazu. Das schafft Nähe. Ich tue, was mir möglich ist. Und viele von Ihnen machen das auch, das weiß ich.

Es sind wunderbare Initiativen entstanden, die körperlos Nähe geschaffen haben und Beziehungen gestiftet. Trotz allem: Auf Dauer brauchen wir körperliche Nähe.

Wer jemals in Rom war und die Sixtinische Kapelle besucht hat, der wird ein Bild nicht vergessen: Das Deckengemälde von Michelangelo „die Erschaffung des Menschen“. Es drückt viel von der Beziehung zwischen Mensch und Gott aus: Gott kommt im Sturmwind auf einer Wolke daher, er streckt seinen Arm Adam entgegen. Adam ist noch kraftlos und liegt unberührt da. Adam ist schön, aber das Wesentliche fehlt ihm. So streckt auch Adam seinen leblos wirkenden Arm nach Gott aus, um von ihm das Leben zu bekommen. Gottes und Adams Finger nähern sich an. Beide wollen diese Berührung. Der Mensch, weil er ohne Gott nicht zum Leben findet. Gott, weil er sein Ebenbild liebt. Gott will uns nahe sein und uns spüren lassen, wir sind nicht allein, sondern fest mit ihm verbunden. Weihnachten wird mir das in beeindruckender Weise bewusst, im Kind von Bethlehem. Gott wird Mensch, einer von uns.

Wenn ein Kind geboren wird, dann suchen alle die Nähe des Babys, natürlich auch die körperliche Nähe. Ein Baby muss Körperwärme spüren, damit es wächst und gedeiht und nicht verkümmert. Ein Baby, das schreit, beruhigt sich auf dem Arm der Mutter. Und wir Erwachsenen wissen: Ein Händedruck verrät viel über den anderen. Eine Umarmung schenkt Geborgenheit. Eine vertraute Hand zur rechten Zeit gibt Halt in schwierigen Situationen. Ein Arm um die Schulter hilft die Trauer zu ertragen.

Gott will uns berühren. Jede Berührung des Körpers schüttet nicht nur Glückshormone aus, sie berührt auch die Seele. Darauf verzichtet Gott nicht. 30 Jahre nach Jesu Geburt verlässt er sein Elternhaus und sucht die Nähe der Menschen. Er berührt sie und lässt sich von ihnen berühren. Seine Nähe schafft neue Nähe. Er teilt seine Wärme. Und er berührt die Menschen durch sein Wort. Was macht dieses Wort, was macht seine Botschaft für Sie aus?

Ich finde meine Antwort in der Bergpredigt: Der Reichtum des Lebens liegt nicht im Haben, sondern im Sein. Es zählt nicht das Äußere, sondern das Herz. Jemand, der ständig sich selber sucht, wird sich garantiert verlieren. Vergebung ist möglich und Neuanfänge, immer wieder. Liebe ist keine Einbildung, sondern der Sinn des Lebens. Gott kennt mich und ich bin ihm nicht egal, so unbegreiflich das auch manchmal aussieht, weil die Rätsel der Welt Lebens hier nicht aufgehen.

Lassen wir uns an diesem besonderen Weihnachtsfest durch Gottes Wort berühren. Haben wir keine Berührungsängste. Gottes Wort hat ein Gesicht bekommen. Ein kindliches Gesicht im Säugling in der Krippe. Der Anblick eines Neugeborenen löst Freude aus. Diese Freude wünsche ich Ihnen allen und gesegnete Weihnachten.