

Vorfreude ist die schönste Freude!

Advent ist mehr als 4 Kerzen.

Wann ist endlich Weihnachten? Nicht nur heute stellen Kinder ihren Eltern diese Frage. Sie verbinden damit Erwartungen, Freude und eine Portion Ungeduld. Schon die Kinder im 1833 gegründeten Betreuungshaus «Das Rauhe Haus» löcherten Johann Hinrich Wichern mit dieser Frage. Um ihnen das Warten zu erleichtern, erfand er 1839 kurzerhand den Adventskranz. Auf einem Wagenrad wurde jeden Tag eine kleine Kerze entzündet und an den vier Adventssonntagen jeweils eine grosse.



Bald schon wurde der Adventskranz eine feste evangelische Tradition – der Einfachheit halber reduzierte man ihn auf 4 Kerzen und man schmückte ihn mit grünen Tannenzweigen als Zeichen der Hoffnung. Ab 1925 wurde dieser schöne Brauch auch in den katholischen Kirchen heimisch.

Wann ist endlich Weihnachten? Wandere ich in meiner Erinnerung zurück, dann ist mir das sehnsüchtige Warten und die kindliche Ungeduld nicht fremd. Es sind schöne Erinnerungen. Wie ich zum Beispiel mit einem Kribbeln im Bauch versuchte, einen Blick auf die bereits verpackten Geschenke zu erhaschen, die meine Eltern auf ihrem Kleiderschrank verstaut hatten. Welches war für mich? Und vor allem: War es das, was ich mir sehnlichst wünschte? In meiner Fantasie war das Geschenk schon längst ausgepackt. Ich malte mir aus, was ich damit anstellen, wem ich davon erzählen und wie andere darauf reagieren werden. In mir tanzte das Herz.

Vorfreude nennt man dieses positive Gefühl, das gedanklich schon in der Zukunft ist, erwartungsvoll und manchmal ungeduldig. Der Volksmund hat schon recht: *Vorfreude ist die schönste Freude*. Nein, dieses Sprichwort ist keine billige Vertröstung, um ungeduldige Kinder zu belehren. Denn in der Vorfreude steckt tatsächlich eine grosse Kraft.

Der Advent ist so eine Zeit der Vorfreude. Darum erinnern sich viele Menschen über Jahrzehnte hinweg an den einen oder anderen Advent von damals. Ans Schmücken und Dekorieren, ans Krippenspiel und Liedersingen oder ans Backen und Stibitzen von Gützli-Teig. Welche Erinnerungen tauchen bei Ihnen auf, wenn Sie an die Vorfreude auf Weihnachten denken?

Advent ist eine Zeit der Vorfreude. Im Kirchenjahr steht darum der zweite Adventssonntag ganz im Zeichen der Hoffnung. Für die Niedergeschlagenen und Bedrückten kommt Gott in die Welt. Ihnen ist er nah. *Richtet euch auf und erhebt freudig den Kopf: Denn eure Erlösung naht! (Lukas 21,28b)*.

Das ist kein billiger Trost, sondern eine Einladung in die Vorfreude: Kopf hoch! Deine Hoffnung auf den Wendepunkt ist nicht umsonst. Lass dich von dem, was dagegenspricht, nicht irritieren. Wie der Tag auf die Nacht folgt, so wird deiner Sehnsucht nach Gott sein Kommen folgen. Im Kleinen und zu den Kleinen kommt Jesus in die Welt und doch hat er die Kraft, die Welt zu verändern – als Licht, das für alle in die Dunkelheit hineinleuchtet. Auch das ist Teil der Vorfreude des Advents. Und es ist ihr Ursprung und Grund.

Als Ausdruck dieser freudigen Erwartung wird darum am zweiten Advent ein leidenschaftliches Liebeslied aus dem Buch «Hohelied» im Alten Testament gelesen (Hld 2,8-13). Es ist von Hüpfen und Springen die Rede. Sehnsüchtig warten die Liebenden aufeinander und versuchen Blicke zu erhaschen. Immer wieder ertönt der übermütige, sehnlische Ruf: Komm her!

Ihre Vorfreude träumt vom Frühlings-erblühen mitten im Winter. Sie feiert das Hoffnungsvolle und vertraut auf die Ernte nach mühsamer Saat und ungeduldigem Warten. Das Liebespaar lässt sich ganz von der Vorfreude treiben. Es lässt sich diese Freude nicht ausreden mit dem Verweis: «Passt auf, es kommen schlechte Zeiten!» Es lebt von der hoffnungsvollen Freude im Hier und Jetzt. Es lässt sich davon berühren und motivieren. Darin liegt viel Stärke, die helfen kann, auch Schwieriges zu meistern.

Die hoffnungsvolle Freude ist kein billiger Trost, keine Flucht vor der Realität. Sie ist eine vertrauende Stärke, die aufrichtet: Kopf hoch! Es ist zwar so: Die Welt kennt viel Dunkelheit. Gewalt nimmt Überhand, Fairness wird dem Profit geopfert und Menschen dürfen nicht sein, wer sie sind.

Das Buch «Hohelied» ist eine Besonderheit im Alten Testament. Es ist eine Sammlung von Liebesliedern - ganz im sinnlich-romantischen Sinn. Später hat man diese Liebeslieder als Metaphern gelesen: Gott, der sich seinem Volk zuwendet. Das ist nicht falsch, aber darf die ursprüngliche Sinnlichkeit nicht verdecken. Das Buch strotzt vor Lebendigkeit: Es träumt vom Frühlingserblühen mitten im Winter. Es feiert das Hoffnungsvolle und Erwartungsvolle. Es vertraut auf den Sieg und die Kraft der Liebe.

Sehnlisches Erwarten (Hohelied 2,8-13)

Da ist die Stimme meines Freundes!
Siehe, er kommt und hüpfet über die Berge
und springt über die Hügel.
Mein Freund gleicht einer Gazelle
oder einem jungen Hirsch.
Siehe, er steht hinter unsrer Wand
und sieht durchs Fenster
und blickt durchs Gitter.

Mein Freund antwortet und spricht zu mir:
Steh auf, meine Freundin, meine Schöne,
und komm her!

Denn siehe, der Winter ist vergangen,
der Regen ist vorbei und dahin.
Die Blumen sind hervorgekommen im Lande,
der Lenz ist herbeigekommen,
und die Turteltaube lässt sich hören in unserm Lande.
Der Feigenbaum lässt Früchte reifen,
und die Weinstöcke blühen und duften.

Steh auf, meine Freundin, und komm,
meine Schöne, komm her!



Auch in unserem Innern kann sich Dunkelheit ausbreiten: Selbstzweifel, Mutlosigkeit oder schwere Gedanken, die uns wie Schatten verfolgen. Doch die Vorfreude des Advents hält trotzdem oder gerade deswegen daran fest: Gott hat diese Welt nicht vergessen, schon jetzt schimmert sein Licht in der Dunkelheit, sein Licht kommt. Trotz allem.

In der Vorfreude steckt eine grosse Kraft. Vorfreude kann Stressgefühle vermindern, fand die Universität von Kalifornien heraus. Ein anderes Experiment fragte die Teilnehmenden, ob sie ein freudiges Ereignis lieber um drei Tage verschieben würden, als es sofort zu erleben. Die Mehrheit entschied sich für die längere Vorfreude. Vorfreude tut uns gut. Sie regt die Fantasie an. Ich male mir schon jetzt aus, wie es sein wird – wie der Junge von damals, der die Weihnachtsgeschenke betrachtete. Das macht die Vorfreude zur schönsten Freude. Sie lenkt die Gedanken zum Hoffnungsvollen und lässt in der Vorstellung Bilder entstehen, an denen man sich festhalten kann.

Doch in der Vorfreude steckt auch ein Risiko. Das Geschenk ist nicht genauso, wie man es sich vorgestellt hat. Der Urlaub verläuft nicht so traumhaft, wie erhofft. Der Besuch sagt kurzfristig ab. Nicht immer trifft ein, worauf man sich so fest gefreut hat. Vorfreude kann in Enttäuschung münden. Davor ist niemand gefeit. Die Angst vor solchen Enttäuschungen lässt dann die Vorfreude vergessen. Wir wollen sie nicht mehr zulassen – manchmal zum Selbstschutz.

Vielleicht hilft da der Gedanke, dass Vorfreude, umso schöner wird, wenn man sie mit anderen teilt. Man steckt sich gegenseitig damit an und malt aus, wie besonders es sein kann: Ein Geschenk, ein Besuch, eine Freundschaft oder eine gemeinsame Hoffnung. Erfüllt sich die Vorfreude, ist es umso schöner, sie zu teilen. Und nur halb so schlimm, wenn es anders kommt als gewünscht. Vorfreude macht stark, auch die Gemeinschaft – wie das Liebespaar aus dem Hohelied. Hilfreich ist auch, in den Erinnerungen nach ihr zu suchen. Oder von Geschichten zu zehren, die von ihr erzählen. Wie die Geschichte vom Adventskranz mit dem Erfindergeist von Johann Hinrich Wichern, der mit seiner Idee die Kinderaugen zum Leuchten brachte.

Der Advent kündigt das Weihnachtsfest an. Seine Vorfreude geht jedoch noch tiefer. Sie will mich abholen, ermutigen, inspirieren: *Mache dich auf, werde licht; denn dein Licht kommt (Jesaja 60,1).*

Pfr. Matthias Koch

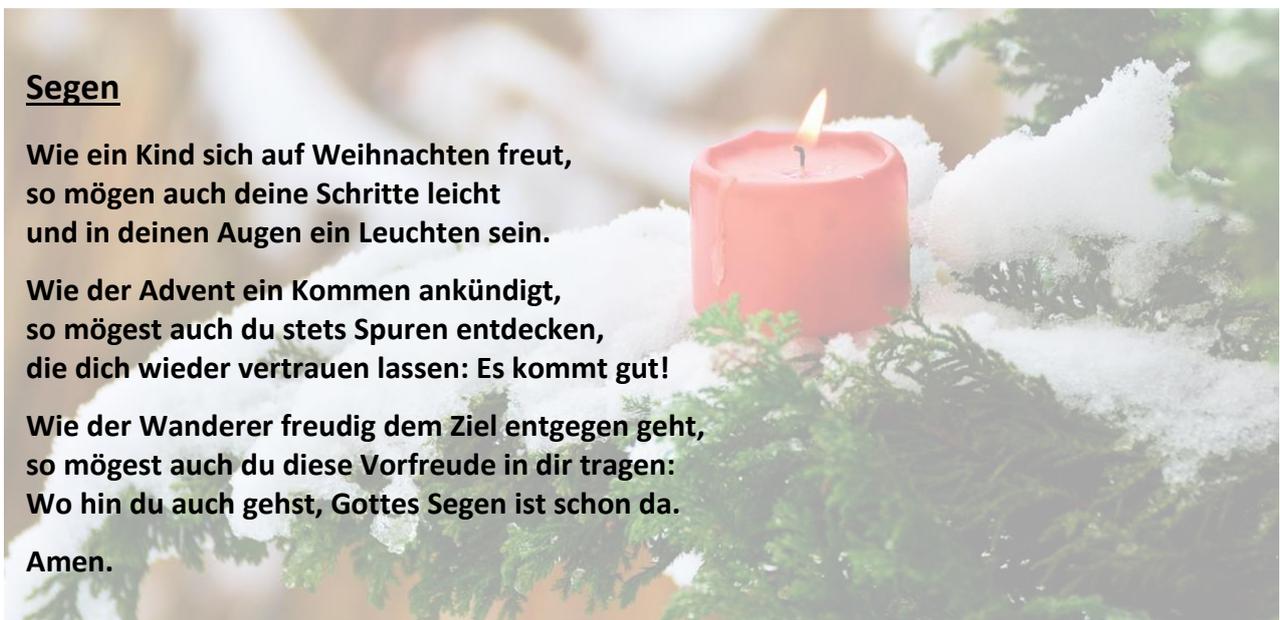
Segen

**Wie ein Kind sich auf Weihnachten freut,
so mögen auch deine Schritte leicht
und in deinen Augen ein Leuchten sein.**

**Wie der Advent ein Kommen ankündigt,
so mögest auch du stets Spuren entdecken,
die dich wieder vertrauen lassen: Es kommt gut!**

**Wie der Wanderer freudig dem Ziel entgegen geht,
so mögest auch du diese Vorfreude in dir tragen:
Wo hin du auch gehst, Gottes Segen ist schon da.**

Amen.



Ein Gebet

*Richtet euch auf und erhebt freudig den Kopf:
Denn eure Erlösung naht!*

(Lukas 21,28)

Gott.

Bei dir darf ich Fragen stellen, Zweifel äussern, Antworten suchen.
Was tröstet mich in meinen dunklen Stunden?
Wo kann ich abladen, wenn ich bedrückt durchs Leben gehe?
Was lässt mich weitermachen, wenn ich den Kopf hängen lasse?
Wo tanke ich wieder Kraft, wenn ich leer und ausgelaugt bin?

Gott, lasse mich Orte, Menschen und Gedanken finden,
durch die du zu mir sprichst:

Richte dich auf und erhebe freudig den Kopf!

Gelegentlich wird die Welt in dunklen Farben gezeichnet.
Da wird von vorne weg mit dem Kopf geschüttelt: Das wird nix!
Da befürchtet man: Alles geht den Bach runter.
Da gewinnt Pessimismus und Mutlosigkeit die Überhand.

Gott, ich möchte ein Mutmacher werden,
durch den andere deinen Zuspruch hören:
Richte dich auf und erhebe freudig den Kopf!

Manchmal ist einfach der Wurm drin.
Da läuft vieles schief. Es passieren Fehler.
Mal ecke ich an, mal verstehe ich andere falsch.
Mal reagiere ich lieblos, mal werde ich verletzt.

Gott, hilf mir, aus Negativspiralen auszubrechen
und deinem Wort des Neuanfangs zu vertrauen:

Richte dich auf und erhebe freudig den Kopf!

Denn deine Erlösung naht!

Amen.

