Samstag, 22. Dezember 2018, 10:00 Uhr
~4 Minuten Lesezeit

Stille Nacht

Verwandtenbesuche an Weihnachten sind ein Anlass, uns mit unserem Seelenerbe auseinanderzusetzen.

von Kerstin Chavent
Foto: Yuganov Konstantin/Shutterstock.com

Das Fest der Liebe naht. Zeit, sich mit seiner Familie auseinanderzusetzen, bevor wir uns zusammen um einen Baum herumsetzen und Nettigkeiten miteinander austauschen. Manchem schlägt dabei

nicht nur die Weihnachtsgans auf den Magen. Um das Geschluckte zu verdauen, führt der Weg mitten hinein in die gute Stube.

Familie ist bunt. Sie wiegt uns in ihrem Schoß oder sie lässt uns das Herz in der Brust erstarren. Sie überschüttet uns mit liebevoller Anerkennung oder sie treibt uns die Dornen der Missachtung ins Fleisch. Die Verbindungen des Blutes machen alles möglich.

Familie ist eine der größten Herausforderungen, die uns im Leben begegnen. Hier fängt alles an und meistens hört hier auch alles auf, selbst dann, wenn wir über Jahrzehnte getrennte Wege gegangen sind. Familie bringt uns dazu, alljährlich mit Leuten Nettigkeiten auszutauschen, an denen wir in anderen Situationen vielleicht gerne vorbeigeguckt hätten. Doch mindestens ein Mal im Jahr sitzen sie vor uns und sind dort nicht zu übersehen.

Unauslöschliche Verbindungen

Dieses immer noch besondere Fest ist für viele die Gelegenheit, die unterbrochenen Verbindungen wieder aufzunehmen. So wird deutlich: Auch, wenn im Alltag mehrere Abteile und Waggons zwischen uns liegen – wir reisen im selben Zug. Wir mögen uns eine eigene Familie aufgebaut haben oder uns als ein Teil der großen Familie der Menschheit fühlen – diese eine Familie, die die unsrige ist, gehört mit dazu.

Wie wir es auch drehen: Wir haben nur diese Mutter, diesen Vater, diesen Bruder, diese Schwester. Wie sehr sie uns auch verletzt haben mögen: diese Bänder können wir nicht durchtrennen.

Unauslöschlich pulsieren sie in uns. Wir wissen heute, dass wir nicht nur genetisch miteinander verbunden sind. Auch das Erlebte wird von Generation zu Generation weitergegeben.

> ***Aus der Traumaforschung ist bekannt, dass im Gedächtnis unserer Zellen alles das weiterlebt, was die, die uns vorangehen, berührt hat.***

Wir können es nicht abstreifen wie eine alte Haut und kommen nicht umhin, unser Erbe anzunehmen und uns mit ihm auseinanderzusetzen.

Hinein in die gute Stube

In unseren Familien zeigt sich, dass Lösungen nicht herbeigeführt werden, wenn wir die Dinge von uns weisen und im Trennenden verweilen. Das Paket, das unsere Eltern und Vorfahren uns mit auf den Weg gegeben haben, muss ausgepackt werden, wenn wir nicht wollen, dass sein Inhalt im Verborgenen wirkt. Wenn wir die Wunden nicht versorgen, die sie verursacht haben, bleiben sie wie empfindliche Splitter in unserem Unterbewusstsein stecken und auch die dickste Kruste kann nicht darüber hinwegtäuschen, dass es darunter schwelt und pocht und nicht zur Ruhe kommt.

Was also tun? Den Seinigen wünschen, dass sie an einem Knöchelchen der Weihnachtsgans ersticken mögen, damit man wenigstens ihr Ableben bedauern und endlich Ruhe finden kann? Den Baum in Brand stecken und die Bombe platzen lassen? Süßer die Glocken nie zersprangen?

Es hilft alles nichts. Das einzige, was bei mir wirklich hilft, wenn ich Frieden finden will, ist: hinein in die gute Stube. War der Ausgang aus Dantes Hölle nicht mittendrin? Sehen wir uns also an, wer da sitzt. Gucken wir wirklich hin. Sehen wir den anderen in die Augen,

so offen es geht. Erkennen wir in ihnen die, die sie heute sind, und die, die sie einst waren.

Das Kind empfangen

Jeder von uns war einmal Kind, Säugling, Neugeborenes. Jeder von uns, was für Schichten und Klammern wir auch um unser Herz gelegt haben mögen, war einmal hilflose Unschuld, zarte Perfektion, beseelt von dem Wunsch, uns in dieser Welt willkommen zu fühlen und in ihr zu wachsen. Wenn wir also demnächst gemeinsam unterm Tannenbaum sitzen und zum x-ten Mal die Geburt des Kindes feiern, vergessen wir dabei nicht das Kind, das wir alle einmal waren. Lassen wir es nicht draußen vor der Tür erfrieren. Laden wir es ein, mit dabei zu sein.

> ***Begegnen wir einander in dem Wissen, dass wir alle immer nur das weitergeben können, was wir empfangen haben. Aus der Liebe unserer Eltern strahlt die Liebe, die sie selbst von ihren Eltern empfangen haben.***

Mehr konnten sie nicht geben. Sie haben getan, was sie konnten. Das bedeutet nicht, dass in einer lieblosen Familie die Liebe keinen Platz finden wird. Die Wiederkehr der Geburt des Kindes zeigt, dass es immer möglich ist, dem Zarten, Verletzlichen und gleichzeitig Strahlenden unser Herz zu öffnen, auch wenn wir ihm keinen Palast zu bieten haben, sondern nur eine einfache Futterkrippe.

Ob wir daran glauben oder nicht, dass sich dieses Wunder vollzogen hat: wir haben heute die Macht, es geschehen zu lassen. Wir haben die Möglichkeit, unser Herz und unsere Arme zu öffnen, uns dadurch verletzlich zu machen und damit gleichzeitig mächtig. Denn der, der sein Herz zum Strahlen bringt und auf die anderen zugeht, der trägt Frieden in die sich ihm öffnende Welt.

Dieser Artikel erschien bereits auf www.rubikon.news.

Kerstin Chavent ist Sprachlehrerin und lebt in Südfrankreich. Sie schreibt Artikel, Essays und autobiographische Erzählungen. Ihre Schwerpunkte sind der Umgang mit Krisensituationen und Krankheit und die Sensibilisierung für das schöpferische Potential im Menschen. Auf Deutsch erschienen sind **Die wilde Göttin**, **Der Königsweg**, **Die Enthüllung**, **In guter Gesellschaft**, **Die Waffen niederlegen**, **Das Licht fließt dahin, wo es dunkel ist**, **Krankheit heilt**, **Was wachsen will muss Schalen abwerfen**, **Und Freitags kommt der Austernwagen**. Weitere Informationen auf **kerstinchavent.de** (https://kerstinchavent.de/).

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz** (**Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.