

Das Wort zum Sonntag

Vom 06. Dezember 2025

**Annette Behnken
Hannover**

48/2025

Festungen der Hoffnung

Guten Abend! Irgendetwas stimmt nicht im Bild. Irgendwas ist anders in diesem Jahr.

Wenn ich zu Arbeit geh, geh ich am Weihnachtsmarkt vorbei. Ich mag es, wenn meine Stadt so verzaubert ist. Alles glänzt. Leuchtet. Ich atme Glühweingewürzduft ein. Wie jedes Jahr im Dezember.

Aber in diesem Jahr...

Der Glühwein duftet genauso wie im letzten Jahr. Die Erzgebirgsgengel stehen in Reih und Glied wie eh und je. Aber – dann geh ich vorbei an Straßenpollern. An Anti-Terror-Pollern. Seh die Polizei in ihren neongelben Westen Streife gehen. Die mobile Polizeiwache mittendrin im Weihnachtsmarkt. Sicherheitsvorkehrungen. Gibt´s schon länger. Aber in diesem Jahr mehr, sichtbarer. Kein Wunder nach den Anschlägen, zuletzt vor einem Jahr. Weihnachtsmärkte werden zu Festungen.

Dabei ist der Weihnachtsmarkt eigentlich doch ein Sehnsuchtsort. Besinnlichkeit. Freunde treffen, alles andere mal außen vorlassen und für'n Moment ist die Welt in goldenes Licht und Lebkuchenduft getaucht. Und so, wie die Welt gerade ist, brauchen wir das in diesem Jahr ganz besonders: Orte und Rituale, die sich vertraut und kuschelig anfühlen und die mir sagen: Alles gut. Du bist sicher.

Aber so, wie die Welt gerade ist, brauchen wir Schutzpoller um solche Orte. Und ich hab das Gefühl auch mein Gemüt, mein Herz, meine Seele muss ich schützen. Vor realen und gefühlten Bedrohungen. Dabei ist das, was der Advent spirituell bedeutet, das komplette Gegenteil davon: Sich nicht abzuschotten. Er ist eine Zeit, die uns richtig viel Mut abfordert. Den Mut, seelische Schutzpanzer abzulegen. Sich innerlich aufzumachen. Meine Sehnsüchte groß werden zu lassen – und sie auszuhalten. Die Sehnsucht nach Wärme und Nähe. Danach, vertrauensvoll und ungeschützt durchs Leben gehen zu können. Mit dem Besten zu rechnen und nicht mit dem Schlimmsten. Verletzlich und zart sein dürfen. Und Sanftmut zu wagen. Aber wer Sanftmut wagt, wagt eben wirklich was.

Die Sanftmut hat keine Lobby zur Zeit. Führende Politiker der Welt regieren mit Härte, Gewalt und Unbarmherzigkeit. Und viele von uns reagieren auch mit Verhärtung. Weil so viele Systeme aus dem Gleichgewicht sind und kippen. Und das natürlich Angst macht. Und auf Angst reagieren wir unwillkürlich mit Schutzmechanismen und damit, dass wir uns zu machen und verhärten.

Das absolute Gegenprogramm formuliert die Bibel: „Selig sind die Sanftmütigen; denn sie werden das Erdreich besitzen“ steht da. Und ich finde: Sanftmut ist der deutlich klügere Weg und braucht sehr viel mehr Mut, als Härte. Aber sie darf natürlich nicht blind sein, die Sanftmut.

Aktuell brauchen wir Anti-Terror-Poller um die Weihnachtsmärkte. Wir brauchen Schutzmechanismen gegen alle Formen von Gewalt. Und kein Mensch und kein Land soll und darf stumm die andere Wange hinhalten, wenn ihm lebensbedrohliche Gewalt angetan wird.

Aber Sanftmut heißt, das darf nicht das letzte Wort sein.

Advent heißt in diesem Jahr für mich: Ich lasse mich ein auf diese Mutprobe, sanftmütig zu sein. Und entdecke, wieviel lebendiger und reicher und sinnerfüllter sich das Leben anfühlt, wenn ich seelische Schutzpanzer ablege. Wieviel mehr Begegnung, Berührung, Nähe möglich ist. Wieviel mehr, Miteinander und auch Mitgefühl. Das ist ja das, was wir in ein paar Wochen an Weihnachten feiern werden: Dass Gott nicht brachial, sondern verletzlich und zart daher kommt, als schutzloser kleiner Mensch.

Ich wünsche Ihnen einen eine gute Nacht und morgen einen sanftmütigen 2. Advent!

