

Und schon wieder ist Weihnachten!

Der Jahreskreis schließt sich und schon wieder ist Weihnachten. Man hat den Eindruck, die Zeit rennt nur so dahin. Kaum war Urlaubszeit, danach Schulbeginn oder Beginn einer Studienzeit, eben wieder Arbeitszeit schlechthin. Der tägliche Alltagsstress drückt und man denkt mit Sehnsucht an die kommenden Feiertage und die vermeintliche Ruhe und Erholung. Aber bis der letzte Weihnachtseinkauf getätigt, der Tannenbaum ausgesucht, der Festtagsbraten besorgt ist und die Feiertagsvorbereitungen vollendet sind, tut sich in der Regel noch mehr Stress und Hektik auf. Alles was liegengelassen ist, soll ja noch bis zum Fest abgearbeitet und erledigt werden, damit man mit neuen und guten Vorsätzen ins nächste Jahr gehen kann. Wir kennen das alle. Und kaum hat das neue Jahr seinen Anfang genommen, stellen wir nach zwei bis drei Wochen fest, es geht doch nur in gewohnter Weise weiter und das heißt: nach den Feiertagen ist vor den Feiertagen. Doch die Freude daran lässt sich in der Regel keiner von uns nehmen. Aber halten wir doch ein wenig inne und denken an das Weihnachtsfest und seine schönen Traditionen, wie die Weihnachtsmärkte, die Weihnachtsmusik, den Weihnachtsmann, das Krippenspiel, die Weihnachtspyramiden, den Weihnachtsbaum mit seiner Lichterkette oder den Kerzen.

Das Weihnachtsfest beginnt eigentlich schon mit der Adventszeit. Der Trubel beginnt mit der Eröffnung der Weihnachtsmärkte, das meistens schon vor dem ersten Advent. Der Handel will ja noch vor Jahresschluss Gewinn machen, damit am Ende die Bilanz stimmt. So ist es eine Tradition geworden, dass in den großen Städten die Weihnachtsmärkte ihre Pforten für vier Wochen öffnen. Auch in kleineren Gemeinden und Ortschaften wird an einzelnen Wochenenden vor Weihnachten ein, zwei oder drei Tage Weihnachtsmarkt abgehalten. Doch der Reihe nach.



Weihnachtsmarkt auf dem Neumarkt in Dresden

© Berthold, Dresden

In **Chemnitz** hat der Weihnachtsmarkt am 27. November 2015 seine Pforten geöffnet und zeigt seinen Glanz und die Fröhlichkeit des Advents bis zum 23. Dezember 2015. „Glück auf! Glück auf! – der Steiger kommt“ so klingt es, wenn die „Große Bergparade“ mit etwa 900 Trachtenträgern und Bergmusikern die Weihnachtszeit einläutet. Bereits zum 36. Mal findet die Große Bergparade statt und sie zeigt wie erzgebirgisches Brauchtum gerade in der Vorweihnachtszeit gepflegt wird. Auf dem Gelände rund um das Rathaus gibt es etwa 230 Händler und Stände, die eine erzgebirgische Weihnachtswelt präsentieren. Der traditionelle Chemnitzer Weihnachtsmarkt zeigt sich besonders durch seine Authentizität und sein typisches Angebot an erzgebirgischer Volkskunst, hiesigen Spezialitäten und Weihnachtsleckereien aller Art. Besonderer Anziehungspunkt ist auch in diesem Jahr der Mittelaltermarkt und das abwechslungsreiche Bühnenprogramm.

Dresden hat gleich mehrere Weihnachtsmärkte.

Als einer der ältesten Weihnachtsmärkte Deutschlands gilt der Dresdner Striezelmarkt. Er geht auf das Jahr 1434 zurück. Sein Name ist abgeleitet vom mittelhochdeutschen Struzel oder Striezel, dem leckeren Dresdner Weihnachtsstollen. Der Markt hatte am 26. November 2015

seine Eröffnung und wird bis 24. Dezember 2015 seine Gäste empfangen. Etwa 250 Händler und Schausteller beleben den Markt mit ihren traditionellen Angeboten zum Weihnachtsfest.

Die Gäste finden hier Räuchermännchen, Schnitzereien sowie die berühmten Pyramiden und Schwibbögen. Des Weiteren kann man Spielzeuge aus Holz und Stoff, Weihnachtssterne und auch Glaskunst als besonderes Weihnachtsgeschenk erwerben.

Weitere Märkte, um nur einige zu nennen, sind an der Frauenkirche sowie dem Neustädter Markt zu finden. Und nicht zuletzt zieht auch wieder der mittelalterliche Markt im Stallhof seine Gäste an. Auch das 1994 ins Leben gerufene Stollenfest zieht wieder viele Besucher in seinen Bann. Der geschichtliche Hintergrund geht auf August den Starken zurück. Er hatte einst einen Riesenstollen für seine Gäste backen lassen. Dieser Stollen musste damals wegen seiner Last von acht Pferden gezogen werden.

Der Weihnachtsmarkt in **Leipzig** wurde am 24. November 2015 eröffnet und wird bis zum 22. Dezember 2015 seine Gäste empfangen. Die Tradition dieses Weihnachtsmarktes reicht bis ins Jahr 1458 zurück. Er zählt zu den schönsten und größten Märkten in Deutschland. Auch er hat zirka 250 Stände mit Händlern und



Leipziger Weihnachtsmarkt

© LTM-Studio 80

Schaustellern. Er befindet sich auf dem Gelände des Alten Rathauses und in der Umgebung. Wegen seines einzigartigen kulturellen Angebotes und den kulinarischen Überraschungen erobert er seinen guten Ruf jedes Jahr neu.

Die Freunde der Modelleisenbahn kommen während der Zeit des Leipziger Weihnachtsmarktes ebenfalls auf ihre Kosten, denn die traditionelle Modellbahnausstellung hat vom 27. November 2015 bis 20. Dezember 2015 täglich für kleine und vor allem große Modellbahner in der Strohsackpassage geöffnet. Auf drei Etagen kann man den Fahrbetrieb bestaunen und sich für die eigene Modellbahnanlage Tipps und Anregungen holen. Erstaunlicherweise hat sich die Modellbahn, besonders in der Weihnachtszeit, auch in den heimischen Wohnzimmern einen traditionellen Platz erobert. Dabei wird dieses Spielzeug zwar immer filigraner und technisch ausgereifter, dafür aber auch immer teurer.

Kommen wir zu den Geschenken zum Weihnachtsfest.

Höhepunkt des Weihnachtsfestes ist der „Heilige Abend“ mit dem Tannenbaum und der Bescherung durch den Weihnachtsmann. In früheren Zeiten fielen die Geschenke für Groß und Klein oft bescheidener aus. Man schenkte sich oft etwas Praktisches,

meist etwas Warmes zum Anziehen und eine Kleinigkeit zum Spielen für die Kinder. Heutzutage muss es da schon etwas Wertvolleres sein, mindestens ein Smartphone, ein Handy oder ein ausgefallener Duft von einer namhaften Firma oder gar eine Reise nach Übersee. Oder täusche ich mich da?

Gutes Essen und erlesene Getränke runden die Feiertage ab. Dabei kommt dem Gänse- oder Entenbraten große Bedeutung zu. Das Anstehen im Supermarkt und die Hektik vor dem Fest müssen schließlich irgendwie eine Belohnung erfahren. Nicht zuletzt gehört in vielen Familien auch der Gang zur Kirche, um das Krippenspiel zu sehen, zur Tradition des Weihnachtsfestes.

Weihnachten endet mit dem Dreikönigsfest am 6. Januar 2016 und der Alltag nimmt wieder seinen Lauf.

Die Weihnachtszeit sollte für uns an und für sich eine Zeit der Ruhe und der Besinnung sein. Wir werfen den Stress einmal für ein paar Tage ab und wir schöpfen Kraft im Kreis der Familie. Und wir suchen den Frieden, der uns offenbar in dieser bewegten Zeit abhanden zu kommen scheint. Wir denken zu Weihnachten oft an die Tage der Kindheit und Geborgenheit zurück und wir haben gleichzeitig Hoffnung auf ein gutes und gesundes neues Jahr. Die weihnachtlichen Bräuche begleiten uns und geben uns Halt und Hoffnung. Wir

sollten sie bewahren und weitergeben, damit auch die späteren Generationen davon zehren können.

Und wir haben Wünsche zum Fest, kleine und große, die möglicherweise in Erfüllung gehen und uns Freude bereiten und uns Lebensmut und Kraft geben. Unser größter Wunsch zum Weihnachtsfest sollte aber der Wunsch nach Frieden in Europa und der ganzen Welt sein. Das ist sicher nur schwer zu realisieren. Diesen Wunsch bekommt man nicht in Form eines Geschenkes erfüllt. Es fordert deshalb die Kraft und den Mut und die Besonnenheit jedes Einzelnen von uns dazu.

Bei der anstehenden Vorfreude sollten wir dennoch nicht vergessen, wie alles einst vor etwa 2.000 Jahren begann. Josef und die schwangere Maria standen vor verschlossenen Türen. Jesus wurde in einem Stall geboren. Und es wurde Licht.

Das gepriesene Morgenland und das gelobte Abendland bedingten und bedingen einander ebenso wie sie voneinander profitieren. Bei aller Besorgnis um unsere sogenannte „heile“ westliche Welt sollte jedoch jeder Mensch ein Zuhause haben, etwas Essen und vielleicht sogar eine (neue) Heimat, egal wo er geboren wurde und welche Hautfarbe er auch immer hat.

Das Gleichnis vom barmherzigen Samariter kennen sicherlich viele von uns. Ganz bestimmt kennen aber alle die Geschichte vom heiligen Martin, nicht wegen der „Martinsgans“, sondern weil er selbst seinen einzigen Mantel zerschnitt und mit einem Anderen in der Not teilte.

Nicht zuletzt sollten wir es auch mit Albert Schweitzer halten. Mit seinem Buch „Ehrfurcht vor dem Leben“ hat er uns eine gute Richtung vorgegeben.

In diesem Sinne wünschen das Redaktionskollegium des „Ärztblatt Sachsen“ und der Autor allen Kollegen sowie unseren verehrten Lesern ein erholsames und schönes Weihnachtsfest 2015 sowie ein gesundes, erfolgreiches und friedliches Jahr 2016.

Dr. med. Hans-Joachim Gräfe
Köhren-Sahlis