

Das Wetter hat umgeschlagen im November, man könnte auch sagen, es hat um sich geschlagen. Es ist kein Wetter für meinen Ehrenamtsstand. Wander- und andere Sportfreunde wie ich mögen es nicht so stürmisch, auch wenn der Wind manchmal gute Geschichten erzählt. Mögen es nicht unter 10 Grad Außentemperatur.

Heutzutage, wo auch der Weihnachtsmann nicht mehr an den Weihnachtsmann glaubt, findet Weihnachten das ganze Jahr statt. Daran hat sich auch nichts geändert, seit man die Kürbisköpfe von Halloween zwischen Weihnachten und Weihnachten geklemmt hat.

Heute lässt sich Weihnachten nicht mehr bewerkstelligen, ohne an Weihnachten des Vorjahres mit den Planungen zu beginnen. Nach Weihnachten ist wieder Weihnachten. Der Nelken- und Anisduft gehen nicht mehr raus aus der Stadt.

Auch der aktuelle Wirtschafts- und Börsenkrach wurde bestimmt vergangene Weihnachten als Überraschung vorbereitet. Der Mist, den die ?hohen Tiere? uns über ihre Unschuld verzapfen, ist unerträglich. Sie sagen immer den Satz, den man bei uns nicht sagen sollte. "Wir haben nichts gewusst." Selbstverständlich nicht. Woher hätten sie wissen sollen, dass es die Bank von Island gibt. Kolumbus dachte, er sei bei den Indern gelandet, als er die Indianer von Amerika erschreckte.

Wieder Naturschutzwart im Schwäbischen Albverein e.V.

Mich zählte man zu den Menschen, die man leicht unterschätzt. In meiner Ortsgruppe im Schwäbischen Albverein spreche ich leise und wirke zurückhaltend. Und erst durch viele Fragen offenbart sich sein vielseitiges Schaffen. Seit zwei Jahrzehnten gehe ich heraus in die Landschaft und schreibe auf, welche Ungereimtheiten und gestörten Verhaltensweisen in unserer Natur vorkommen. Als ehrenamtlicher Naturschutzwart stand ich nun zur Wahl weiter zu machen und weiter für unsere Ortsgruppe aktiv zu sein. Landschaftsschutzgebiete wie das mittlere Köschtal oder zwischen Sillenbuch und Kemnat sind mir wichtig. Hier und da schaue ich danach, dass Spaziergänger und Wanderer auf den Wegen bleiben, helfe bei Pflegearbeiten mit und engagiere mich in Projektgruppen. Im Lauf der Jahre habe ich an unzähligen Beobachtungsbögen mitgewirkt und mit Kollegen zusammen über 100 verschiedene Vogelarten nachgewiesen. Diese Informationen fließen in landesweite so genannte Monitorings ein und schlagen sich in unzähligen Veröffentlichungen nieder: etwa in einem Verbreitungsatlas der europäischen Zugvögel, in einer Dokumentation über Vögel in Ostfildern.

Nun bat ich vor der Wahl meine Ausschussmitglieder um Stellungnahme und etwas mehr Beachtung in dieser Sache und es ergab sich nach der Abwägung des Sinns und des Wohlwollens der Ausschussmitglieder, dass ich in diesem Amt nun ins dritte Jahrzehnt starte. Einige bat ich auch Fotografien oder Notizen über Umweltsüden nebst Infos über den jeweiligen Fundort mir zu übermitteln. Es ist mir vermittelt worden, der Gedanke, an einer wichtigen Aufgabe mitzuwirken. "Die Grundlage jedes Schutzprogramms ist die Kenntnis über unsere Umwelt / Natur", sage ich und appelliert: "Wir brauchen dringend jüngere, weitere, die mitarbeiten."

Ehrenamt ist nur dann Ehrenamt, wenn das Engagement freiwillig, dem Allgemeinwohl dienlich und unentgeltlich erfolgt. Wer sich da einbringt, weiß von Anfang an, dass er als Anerkennung viel Lob und Dank erhält. Manchmal veranstalten Kommunen auch ein Fest, aber es gibt niemals eine Bezahlung oder Vergütung.

Die Teilnehmer an den Exkursionen sprechen mich immer wieder darauf an. Es bedarf nicht einer Initiative, die bei mir für mehr Transparenz im Ehrenamt Sorge. Mein Ziel ist es, dass die Form von Wertschätzung mir wichtig ist und nicht eine Form von Vergütung.

Ich denke, es kommt auf die Art von Ehrenamt an. Sicher wird viel Freizeit investiert und wenn ich herumfahren muss, lege ich die Fahrkosten um. Ich meine es ist richtig, den Aufwand, etwa Fahrtkosten abzugelten. Eine Art Bonus, etwa Freikarten, könnte ich mir aber auch als Ersatz vorstellen.

Wenn ein Verein einen Trainer oder Dirigenten benötigt, muss er ihn bezahlen. Das Ehrenamt aber

sollte Ehrenamt bleiben. Man darf keine freiwilligen Aufgaben übernehmen, um dann eine Vergütung zu erhoffen oder zu erhalten.

Ich finde, dass es schwierig ist, hier die Grenzen zu ziehen. Grundsätzlich halte ich es für richtig, wenn Ehrenamtler im Rahmen ihrer freiwilligen Aufgaben zumindest die Fahrtkosten oder das Porto- und Telefongeld ersetzt bekommen. Bezahlung als Ausgleich für den Einsatz für die Allgemeinheit ist nicht richtig.

Die Vergütung ehrenamtlich Tätiger in Vereinen halte ich für fraglich, auch wenn jemand immer parat stehen muss. Wenn überhaupt etwas bezahlt wird, dann sollte das in den Mitgliederversammlungen klar angesprochen und die Höhe gemeinsam ausgehandelt werden. Lesepaten in Altersheimen erhalten ja auch nichts.

Wer in seinem Beruf arbeitet, erhält eine Bezahlung. Wer sich freiwillig engagiert, kann dafür nicht bezahlt werden, auch wenn er viel Zeit für das Allgemeinwohl investiert. Ehrenamt sollte Ehrenamt bleiben. Fließt hier Geld, dann wird das Engagement plötzlich zum 400-Euro-Job - und das ist dann kein Ehrenamt mehr. Stimmt Ihr dem zu ?

Von 1. bis 24. Dezember ist die Zeit der Adventskalender. Jeden Tag wird ein Fenster geöffnet, jeden Tag gibt es eine Überraschung. Hier im Stuttgarter Mikrokosmos soll das nicht anders sein. Und mein Weg in den Tourismus nahm seinen Lauf: Nächstes Jahr 25 Jahre Exkursionen und Führungen.

Auch wird gern bei unseren Treffen darüber nachgedacht oder bemerkt, dass wenn ich Gruppen bringe, ich kostenlos Getränke oder Essen bekommen würde. Die Zeiten sind im Vergleich zu den Neunziger Jahren lange nicht mehr so. Ständiger Wechsel, immer andere Ansprechpartner, keine Bestätigung, keine Beständigkeit, Zeitmangel für Vorbereitungsgespräche bei den Institutionen: Manches Gespräch wird zu einem Einstellungstest in der Sache ?Belohnung für Vielleute-Bringen.? Auch in Hotels legen die Angestellten oder Besitzer nicht mehr viel Wert auf diese Form einer Anerkennung.

Montags um 16.00 Uhr (während der Sommerzeit um 17.00 Uhr), donnerstagabends zwischen März und Oktober, treffen wir (Nordic) Walker uns. Um kaum eine Sportart wurde in den letzten Jahren so ein Rummel veranstaltet. Gelenkschonender als Joggen soll es sein und die Fettverbrennung soll zusätzlich durch den Einsatz der Arme gesteigert werden. Doch seit einiger Zeit häufen sich die kritischen Stimmen, dass "Nordic Walking" den Gelenke sogar schaden könne.

Ein klarer Vorteil: Bewegung an der frischen Luft

Gelenke müssen bewegt werden, um fit zu bleiben, da sie nur dann ausreichend über das Blutgefäßsystem mit Nährstoffen versorgt werden. Auch unserem Herz-Kreislauf-System tun wir mit Bewegung einen großen Gefallen. Da die meisten von uns ihren Alltag sitzend verbringen, liegen die Vorteile von Nordic Walking auf der Hand. Auch für Menschen, die bisher keinen oder wenig Sport betrieben haben, ist das schnelle Gehen mit Stöcken gut geeignet. Viele Menschen, die beim Joggen Knieschmerzen haben, kommen mit Nordic Walking besser zurecht. Meine Hausärztin weist außerdem darauf hin, dass die Bewegung bei Tageslicht den zusätzlichen Vorteil hat, das Osteoporose-Risiko zu senken. Sonnenstrahlen regen den Knochenstoffwechsel an.

Es ist eine Sportart für Jung und Alt. Studien verschiedener Sporthochschulen zeigen: Nordic Walking hält offenbar nicht ganz, was Gesundheitspäpste versprechen. Wer weiß etwas darüber und kann es mir mitteilen, was sie / er darüber so vernehmen ?

Ein Hauptfehler beim Nordic Walking ist der falsche Stockeinsatz. Werden die Stöcke zu weit vorne aufgesetzt, kann dies zu Verspannungen im Oberkörper und zu stärkerer Belastung der unteren Extremitäten führen. Der Stockeinsatz führt bei vielen Läufern außerdem dazu, dass sie den Fuß zu steil mit der Ferse aufsetzen und nicht richtig abrollen. Dennoch empfehlen Ärzte ihren Patienten diesen Sport nach wie vor. Denn eines ist sicher: Gesünder als keine Bewegung ist er auf jeden Fall! Kerzen am Weihnachtsbaum, Ochs' und Esel neben dem Jesuskind in der Krippe, Geschenke und Leckereien - das alles gehört zum traditionellen Weihnachtsfest. Alle Jahre wieder! Doch so alt und ehrwürdig, wie wir glauben, sind unsere Weihnachtsbräuche nicht. Viele wurden vor relativ kurzer Zeit erfunden. Aus den USA kommen neue Bräuche und überlagern ältere Traditionen - die ihrerseits einmal neu waren und ältere Rituale abgelöst haben. Nur eins hat sich nicht geändert: Was

wir heute als Weihnachtszeit feiern, war schon immer eine bedeutungsvolle Zeit im Jahr.

Umdeutung heidnischer Bräuche

Die Wintersonnenwende am 21./22. Dezember war schon lange vor Christi Geburt ein wichtiges Datum: Es ist die längste Nacht des Jahres; ab diesem Tag nimmt die Dunkelheit ab und es bleibt ab da immer länger hell. In vielen europäischen Kulturen wurde der Mittwinter festlich begangen: zum Beispiel im Römischen Reich mit den Saturnalien (einem Fest zu Ehren des Gottes Saturn) und in Skandinavien beim Julfest.

Die kraftvolle Symbolik des Datums ? ?die Geburt des Lichts? mitten in der Dunkelheit des Winters - machten sich die römischen Päpste und Kaiser zunutze, als sie das Christentum im 4. Jahrhundert zur Staatsreligion erklärten. Statt der Geburt des Sonnengottes Mithras am 25. Dezember feierte man in Rom fortan die Geburt Jesu - der ja von sich sagte: "Ich bin das Licht der Welt".

Es wurden also heidnische Rituale einfach umgedeutet? Der theologische Grund für die Wahl des Datums war ein anderer: Der Geburtstag Jesu entstand aus der Rechnung "Verkündigung des Engels Gabriel an Maria plus neun Monate". Der 25. März gilt als Datum der Verkündigung und damit der Zeugung. Daraus ergibt sich der 25. Dezember als Geburtstermin.

Mir ist bekannt, dass ursprünglich Tod und Auferstehung des Messias an Ostern für die Christen sehr viel wichtiger als seine Geburt. Erst im 4. Jahrhundert gewann das Wunder der Menschwerdung Christi an Bedeutung. Zugleich wurde die Verehrung von Maria als der Mutter Gottes intensiver. Heute hat das Weihnachtsbrauchtum kaum noch etwas mit den alten Winter-Kulten zu tun.

Der erste Weihnachtsbaum

Ein grüner Zweig mitten im Winter: Das war schon im Mittelalter ein Zeichen für Hoffnung und neues Leben. Man hängte Misteln, Tannen- oder Eibenzweige auf, um die Weihnachtszeit zu feiern - und auch, um böse Geister zu vertreiben. Erst 1419 wurde erstmals ein Weihnachtsbaum erwähnt. Er stand, mit Äpfeln, Nüssen und Lebkuchen behängt, im Freiburger Heilig-Geist-Spital und durfte an Neujahr geplündert werden. Ein urkundlicher Beleg aus dem Jahr 1539 zeigt einen Weihnachtsbaum aufgestellt im Straßburger Münster.

Die meisten Weihnachtsbäume wurden im Mittelalter, ähnlich wie Maibäume, im Freien aufgestellt; sie hießen auch "Weihnachtsmaien". Erst um 1800 setzte die Mode ein, sich einen Tannenbaum ins Wohnzimmer zu holen - und zwar vor allem in protestantischen Familien; für Katholiken war die Krippe das wichtigste Weihnachtsrequisit. Damals hing der Baum übrigens von der Decke herunter. Und Weihnachtsbaumkerzen gab es auch noch nicht, denn Wachs war teuer. Erst im 19. Jahrhundert brachten die Ersatzstoffe Stearin und Paraffin Kerzenlicht und glänzende Augenblicke in den Haushalt.

Adventskranz, Christkind und Co.

Althergebrachtes Brauchtum gilt uns heute als etwas Ursprüngliches, Volkstümliches. Doch das stimmt nicht immer: Das Christkind zum Beispiel ist nicht aus einem Volksbrauch entstanden. Es wurde von Martin Luther als Weihnachtsfigur erfunden, die statt des Heiligen Nikolaus die Weihnachtsgeschenke bringt. Die Protestanten lehnten die katholische Heiligenverehrung ab. Meist stellt ein verschleiertes Mädchen in weißem Kleid das Christkind dar. Noch sehr viel jünger als das Christkind ist der Weihnachtsmann. Allerdings weiß man nicht genau, wer diesen abgewandelten Nikolaus erfunden hat. Als erster erwähnte ihn Hoffmann von Fallersleben in seinem bekannten Lied "Morgen kommt der Weihnachtsmann" (1835). Seitdem steht er als Gabenbringer in starker Konkurrenz zum Christkind und hat es vielerorts ersetzt. Mit dem Santa Claus aus den USA (bekannte Getränkefirma) bekam er seit 1863 wirksame Unterstützung.

Auch die heute beliebten Bräuche der Adventszeit sind relativ neu. Den Adventskranz gibt es erst seit 1839: Damals baute der Hamburger Erzieher Johann Hinrich Wichern einen Holzkranz mit 23 Kerzen, um seinen Zöglingen im "Rauhen Haus" das Warten auf Weihnachten zu verkürzen. Jeden Morgen wurde ein neues Licht angezündet. Erst um 1900 hatte sich der Kranz - jetzt nur noch mit vier Kerzen und aus grünen Zweigen hergestellt - in ganz Deutschland verbreitet.

Eine weitere wichtige Weihnachtserfindung ist der Adventskalender. Die Idee stammt von einem Münchner Unternehmer. Er druckte 1903 den ersten Adventskalender mit 24 Feldern, auf die

Kinder bunte Bilder kleben konnten. Abwandlungen sind seit 100 Jahren im Kloster Maulbronn nachgewiesen. Jahrzehnte später bekam der Kalender Türchen mit Schokolade dahinter.

Weihnachten als Familienfest

Im Mittelalter wurde Weihnachten öffentlich gefeiert: Weihnachtsmärkte, Festumzüge und Krippenspiele fanden auf den Straßen und in der Kirche statt. Die Familienweihnacht mit Tannenbaum und Festessen gibt es erst seit etwa 150 Jahren. Verschiedene Entwicklungen haben dazu geführt: Die öffentlichen Umzüge und auch das Aufstellen von Krippen wurden zur Zeit der Aufklärung vielerorts verboten - die Obrigkeit sah darin ein Zeichen von Aberglauben. So wurden die Weihnachtsbräuche im privaten Umfeld weiter gepflegt.

Nun eine angenehme Zeit der Fest- und Feiertage und ich hoffe, dass mit einem anderen Brauch gebrochen wird, der Brauch der Nichtmelder. Gebt einmal Bescheid, geben Sie einmal Bescheid, welcher Artikel jetzt oder über das Jahr 2008 Dir / Ihnen besonders zugesagt hat ?

Frohe, gesunde und stressfreie Weihnacht und einen Guten Rutsch ins Neue Jahr wünscht
Ihr/Euer Jürgen Gruß

Sie erhalten diesen Newsletter weil Sie sich/Du Dich, oder jemand der Ihnen/Dir eine Freude bereiten möchte, unter <http://www.2000-orte.de> zum Newsletter eingetragen haben/hast. Möchten Sie sich/Du Dich austragen können Sie das jederzeit unter:

<http://www.2000-orte.de/newsletter.htm>

Dieser Service ist kostenlos. Emailadressen werden nur zum Zweck dieses Newsletters gespeichert und niemals weitergegeben. Diesbezüglich verweisen wir auf unseren Disclaimer.