**Zeitschrift:** Die Berner Woche
**Band:** 37 (1947)
**Heft:** 51

**Artikel:** Stimmungen um Weihnachten
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-650228

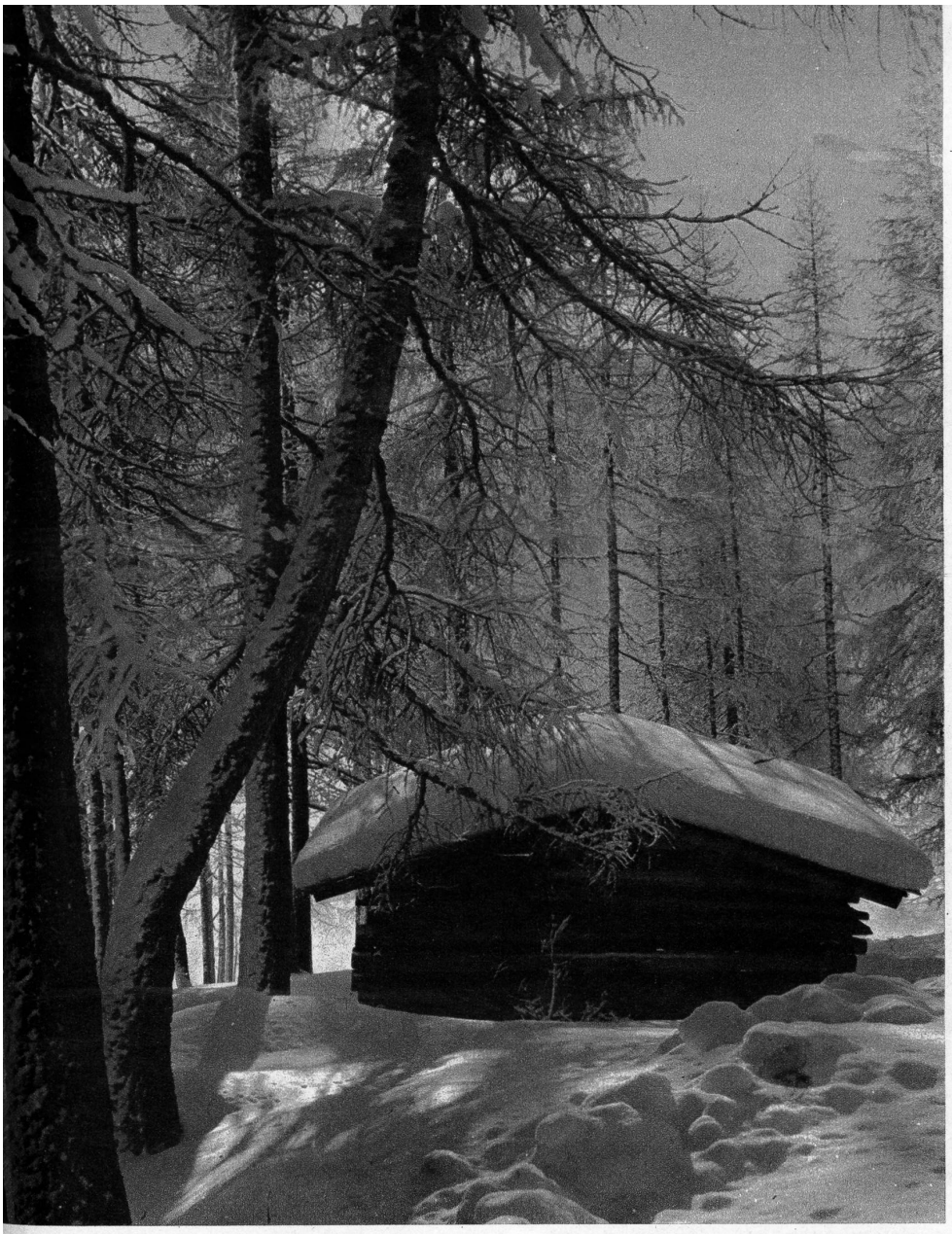
**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 01.08.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**



Tief im Winterwald - lautlose Stille

Photo O. Furter

# Stimmungen um Weihnachten

"Ich habe Weihnachten und die Festtage nicht gern, denn ich habe zu dieser Zeit immer 'Moralischen' und bin schlecht aufgelegt!" Haben Sie diesen oder einen ähnlichen Satz nicht auch schon gehört? Und konnten Sie nicht selber feststellen, dass Sie selbst oder Menschen in ihrer Umgebung in dieser Zeit leicht zu Depressionen neigen und gegenüber allem doppelt empfindlich sind?

Es ist eine alte Tatsache, die selbst von den Aerzten bestätigt wird, dass in der Zeit vor Weihnachten eine weitaus grössere Anzahl Menschen an Depressionen leiden, als dies sonst der Fall ist, und man hat die Ursache dafür an verschiedenen Orten gesucht. Viele meinen, die kurzen Tage und die meist geringe Sonnenscheindauer habe so starken Einfluss auf die Leute, andere glauben, dass die zunehmende Kälte sich auf die Nerven auswirke und nur wenige scheinen den Grund im bevorstehenden Fest zu sehen.

Und doch ist es gerade das bevorstehende Weihnachtsfest, das solche negative Stimmungen in uns auslösen kann. Irgendwie rücken wir in dieser Zeit unserer Kindheit wieder näher, und alles Kindliche, das sich in uns erhalten hat, macht sich bemerkbar. Unsere Gedanken kehren zurück in jene Tage, da wir umsorgt und geliebt als kleine Kinder vor dem Weihnachtsbaum standen und gläubig die Botschaft der Liebe, die wir damals vielleicht noch nicht so ganz verstanden, hinnahmen. Weihnachten bedeutete uns lauter Freude und Ueberraschungen. Die Erwartungen waren noch nicht sehr hoch gespannt und deshalb gab es auch nicht Enttäuschungen, wie wir sie im spätern Leben kennen lernten. Je älter wir aber wurden, umso kritischer wurde unser Geist, umso grösser unsere Erwartungen. Unsere Wünsche wurden nicht mehr im gleichen Masse erfüllt, und die Liebe, die wir heischen, tritt oft nicht in der Weise zutage, wie wir es gerne hätten oder wie wir uns ausdenken, dass es sein sollte. Leichter als in anderer Zeit beneiden wir diejenigen, die wir glücklicher wähnen, und von denen wir glauben, dass sie alles haben.

Viele sind auch einsam und haben wenig Menschen in ihrem Kreise, die sich ihrer annehmen und ihnen ein bisschen Sympathie zeigen. Sie fühlen die Leere doppelt und ihre Gedanken kehren wohl noch viel mehr, als dies sonst der Fall ist, in jene Zeit zurück, da auch sie einen trauten Kreis um sich hatten.

Es ist nun einmal so, um die Weihnachtszeit werden wir alle ein bisschen sentimental. Wenn wir aber wissen, warum uns diese Stimmung überkommt, so können wir uns helfen und uns von den deprimierenden Gedanken befreien. Es ist niemandem vergönnt, ewig ein Kind zu bleiben, das mit pochendem Herzen auf das Weihnachtsglück wartet. Die Welt ist erschreckend real und Märchen und Träume haben wenig Platz. Aber Liebe können wir noch öfters finden, als wir annehmen, nur manchmal äussert sie sich eben nicht in der erwarteten Form. Auch gibt es viele Menschen, denen es unendlich schwer fällt, ihre Gefühle zu zeigen, sie sind deshalb aber nicht weniger intensiv als bei andern. Oft auch liegt es an uns selbst, dieser Liebe zum Ausdruck zu helfen. Wenn jeder und jede sich in ihr Kämmerlein einschliesst und von den andern erwartet, dass diese zuerst entgegenkommen und sie mit Aufmerksamkeiten überhäufen, so wird die Liebe wohl nie zum Vorschein kommen, und jedermann geht leer aus.

Seien wir uns einmal bewusst, dass wir keine Kinder mehr sind und dass wir in erster Linie den andern Liebe und Freude geben müssen, dann werden wir bestimmt auch unsern Teil erhalten, wenn auch vielleicht nicht immer gerade von dort, wo wir es am meisten erwarten. hkr.