

Endlich andere Weihnachten

Das Fest der Liebe ist voller Rituale, alles muss immer gleich sein, sonst hängt der Familiensegen schief. Warum dieses Jahr eine Chance ist, mit Traditionen zu brechen, und wir dafür vielleicht im Wald frieren müssen.

Katja Fischer De Santi

Was ist nun eigentlich mit Weihnachten? Noch sieben Wochen, doch für einmal kreisen die Gedanken weniger darum, ob es Schinken oder Fondue chinoise geben soll, sondern mit wem wir den Braten oder die Bouillon teilen. Und was ist mit Oma und Opa? Kein Wunder, dass in vielen Familien jetzt schon die Whatsapp-Gruppen volllaufen: Wie kriegen wir das Fest bloss organisiert?

In der wohligh geheizten Stube müsste man alle 15 Minuten lüften, sagt die Corona-Taskforce, was die Kerzen zum Flackern und alle anderen zum Frösteln bringt. Und mehr als zehn Personen dürfen im Privaten gar nicht mehr zusammensitzen. Grossfamilien haben ein grosses Problem. Epidemiologe Marcel Tanner hat für diese Fälle schon mal eine Idee: «Vielleicht wäre auch eine Waldweihnacht, wie man das bei den Pfadfindern macht, eine Alternative», sagte er in einem Interview. Ab in den Wald also, zur (Futter-)Krippe und den echten Tannen. Gegen die Kälte können wir uns besser wappnen als gegen das Virus. Hat was, die Idee. Entschlackte Weihnachten ohne viel Glimmer und Aufwand. Eine feine Suppe über dem Feuer, Laternen am Wegesrand und Rauch in den Augen, da kommen einem die Tränen, sei es vor Rührung oder weil man sich das dann doch anders vorgestellt hat.

Zeibriert wird nicht Christi Geburt, sondern die Familie

Denn an Weihnachten mit Traditionen zu brechen, das ist unter normalen Umständen heikel. Hat jeder und jede schon selbst erfahren, als man das Festmenü in Frage stellte oder vorschlug sich nichts mehr zu schenken. Kann man machen, nach richtigen Weihnachten fühlt es sich dann aber nicht mehr an. «Weihnachten ist ein sehr tief verwurzeltes Ritual unserer westlichen Welt», sagt der Heidelberger Ritualforscher und Professor für Indologie Axel Michaels. Das Christentum gebe hierfür den nötigen konstitutionellen Rahmen. «Zeibriert wird vielerorts aber nicht Christi Geburt, sondern die Familie.» Mit all dem gemeinsamen Essen, Schenken und Singen werde der Zusammenhalt innerhalb einer privaten Gruppe manifestiert, erklärt Michaels der das Buch «Die neue Kraft der Rituale» herausgegeben hat.

«Rituale sind Abkürzungen beim Denken», erklärt er deren beruhigende Wirkung. Dank ihnen wissen wir, was von uns erwartet wird, was als Nächstes kommt. «Sie geben Halt und Orientierung.» Zuerst den Tannenbaum schmücken, dann Fondue chinoise, um zehn öffnet Opa den Schnaps, um Mitternacht gehen alle in die Messe. Das ist manchmal öde, wird fast immer von jemanden in Frage gestellt, aber ungern geändert. Längst hat auch die Wissenschaft untersucht, was gemeinsame Rituale bei den Beteiligten auslösen. Die wichtigste Erkenntnis: Emotionale Rituale synchronisieren die



Rituale kürzen das Denken ab. Dieses Jahr müssen wir Weihnachten aber neu denken. Bild: Getty Images

Förster warnen: Lametta hat auf den Tannen nichts verloren

Waldweihnachten als Alternative zu den üblichen Familienfesten in der guten Stube ist theoretisch eine gute Idee der Covid-Taskforce. Doch was sagen die Förster dazu, wenn die Leute an Weihnachten den Wald zur Feststube machen? Dass der Wald zum virenfreien Rückzugsort wurde, beobachteten die Förster schon während der ersten Welle mit steigender Besorgnis. Littering, wilde Feuerstellen, laute Musik und Festbeleuchtung bis weit in die Nacht hinein störten die Waldbesitzer und die Tiere.

Solange ein Weihnachtsfest im Wald eher im kleinen Rahmen, ruhig und besinnlich, abläuft, spreche aber nichts dagegen, schreibt Alex Arnet, Sektionsleiter Waldbewirtschaftung des Kantons Aarau. «Schön, wenn die Leute Weihnachten im Wald feiern,

solange sie Rücksicht nehmen auf Pflanzen und Tiere», sagt auch Raphael Lüchinger, Regionalförster in St. Gallen. «Je weniger Spuren sie hinterlassen, desto besser.» Er rät den Leuten, am Morgen nach der Waldfeier einen Kontrollgang zu machen. «Im Dunkeln übersieht man meistens etwas.»

Besorgter blickt man im Kanton Luzern auf die kommenden Festtage. «In der Covid-19-Taskforce des Bundes sind offensichtlich keine Naturfachleute vertreten», schreibt Bruno Rösli, Abteilungsleiter Wald des Kantons Luzern. Der Wald könne nicht als Ersatz für die zahlreichen Anlässe im Advent und an Weihnachten dienen, die sonst drinnen stattfinden. «Dafür ist das Ausmass der Störungen für Wildtiere zu hoch», so Rösli. Insbesondere im Winterhalbjahr, wenn die meisten Wildtiere aufgrund

der Nahrungsknappeit und der tieferen Temperaturen in einen Energiesparmodus umschalten, seien Störungen sehr heikel. «Wenn dazu noch Schnee liegt, wird bei jeder Fluchtreaktion viel Energie benötigt. Dies schwächt die Tiere.» Wer also den Wildtieren und Waldeigentümern frohe Weihnachten gönnt, der hält sich nur auf den Waldwegen und um offiziellen Feuerstellen auf, schmückt keine Bäume mit Lametta oder Kerzen, hält seinen Hund an der Leine und löscht am Schluss das Feuer ganz. Dass es am 24. Dezember einen Ansturm auf Waldplätze geben könnte, glauben und hoffen die angefragten Revierförster nicht. Dafür sei es um diese Jahreszeit dann doch zu kalt oder zu nass. Vereinzelt würden Familien aber jetzt schon versuchen, Grillstellen zu reservieren, wo dies möglich sei. (kaf)

Gefühle der Beteiligten. Die Herzschläge der Beteiligten gleichen sich an, die gleichen Gehirnregionen sind aktiv, das konnten Forscher etwa bei Beerdigungen oder Hochzeiten feststellen. Nun mag man einwenden, dass man bei schief gesungenen Weihnachtsliedern unter der heimischen Christanne nicht gerade in einen Gefühlsrausch verfällt. Doch die gemeinsamen, ritualisierten Erinnerungen bestärken die Familie, sie sind der soziale Kleber. Und sie werden in Krisenzeiten noch wichtiger. «Rituale sind Tricks gegen die Angst», schreibt der US-amerikanische Wissenschaftler Dimitris Xygalatas, der auch zu diesem Thema forscht.

Rituale sind nicht starr, sondern werden immer wieder diskutiert

Kommt uns also das Weihnachtsritual abhanden, wenn wir dafür in den Wald müssen? «Nein, Weihnachten wird nicht ausfallen, warum sollte es», sagt Axel Michaels. «Wir müssen uns nur überlegen, was uns wirklich wichtig ist und worauf wir gut verzichten können.» Rituale seien nicht so starr, wie man in der Wissenschaft lange vermutet habe. Im Gegenteil, sie seien dauernd in Bewegung, müssten immer wieder neu verhandelt werden. «Wir haben in unserer Forschung festgestellt, dass in allen Kulturen Rituale auch immer wieder frisch erfunden werden, damit sich Menschen zusammenfinden und das zeigen.»

Der emeritierte Professor sieht die Pandemie als Chance, Weihnachten mal etwas anders zu feiern. «Corona ist doch auch eine tolle Ausrede, um mit verstaubten Ritualen zu brechen», sagt er am Telefon und kann sich ein Lachen nicht verkneifen. Geht es nach dem Heidelberger Ritualforscher, dann wäre Weihnachten der perfekte Zeitpunkt für einen kompletten Lockdown. Stille Nacht bis mindestens Silvester, statt Familientreffen quer durchs Land. Doch davon wollen die wenigstens etwas wissen. Lieber setzt man auf die Vorquarantäne. In Deutschland hat den Begriff Star-Virologe Christian Drosten ins Spiel gebracht. Er empfiehlt, dass Menschen optimalerweise eine Woche vor dem Familienbesuch mit den Grosseltern «soziale Kontakte so gut es geht vermeiden». Dann sinkt die Wahrscheinlichkeit, sich mit dem Virus anzustecken. Könnte funktionieren, setzt aber viel Selbstdisziplin voraus.

Isabella Eckerle, Virologin an Universitätsklinik in Genf, rät ausserdem zur Festlegung einer Kernfamilie, mit der die Weihnachtsfeiertage verbracht werden. «Mit dieser Gruppe teilen wir dann nicht nur den Weihnachtsbraten, sondern auch ein gemeinsames Infektionsrisiko.» Die Frage ist nur, wer bestimmt, wer zur Kernfamilie gehört und wer nicht? Mit Ritualen zu brechen, ist anstrengend und der besinnlichen Stimmung nicht unbedingt zuträglich. In diesem Jahr dürfte Kreativität gefragt sein, beim Thema Weihnachtsfest. Aber vielleicht entsteht daraus ein neues Ritual, das weit über die Pandemie aus Bestand haben kann.