

Rotherbaron:

Christmas politics

Der ultimative Weihnachtsratgeber
Aktualisierte Fassung Dezember 2018



1. Das Private ist das Politische	1
2. Weihnachten als "Psycho-Kiste"	2
3. Kleiner Ratgeber für ein friedliches Fest.....	4
3.1. Geschenke	4
3.2. Teilnehmerkreis.....	6
3.3. Gemeinschaftsstiftende Elemente	7
3.4. Einsetzung eines Weihnachtsschiedsrichters.....	8

1. Das Private ist das Politische

Politik sei, so ist immer wieder zu hören, die Kunst des Kompromisses. In der Tat ist Kompromissfähigkeit ein sehr komplexer psychischer Mechanismus, der zahlreiche für ein gelingendes Miteinander unverzichtbare Aspekte tangiert. Wer Kompromisse schließen möchte, braucht Empathie: Er muss die Position des anderen nachvollziehen und abwägen können, inwieweit sie mit den eigenen Interessen vermittelbar ist. Dies wiederum ist undenkbar ohne die Fähigkeit, sich selbst und die eigenen Standpunkte in Frage zu stellen sowie Letztere ggf. zu modifizieren. Kompromisse lassen sich ferner nur dann schließen, wenn man eine grundsätzliche Offenheit für andere an den Tag legt – wenn man bereit ist, ihnen zuzuhören und die Person von den vertretenen Meinungen zu trennen, sie also nicht pauschal zu verurteilen, weil man mit einzelnen Ansichten nicht einverstanden ist.

Sämtliche genannten Eigenschaften würde man wohl nicht in erster Linie als "politisch" einstufen. Sie sind vielmehr allgemeine Grundvoraussetzungen für ein funktionierendes Zusammenleben mit anderen. Dies gilt umso

mehr, wenn aus einem funktionalen Mit- oder vielmehr Nebeneinander echte Gemeinschaft werden soll. Vielleicht ist die Krise des politischen Diskurses, die (nicht nur) in Deutschland seit geraumer Zeit zu beobachten ist, daher sogar ein Zeichen für eine tiefer liegende Krise unserer Gesellschaft: für unsere Unfähigkeit, von den Spiegelgefechten all der Talkshow- und Facebook-Monologe zurückzufinden zu einem dialogischen Miteinander.

Die Lebensfähigkeit einer Gemeinschaft bemisst sich demnach daran, inwieweit die Grundelemente des Gemeinschaftslebens – Empathie, Toleranz, Kompromissfähigkeit ... – noch intakt sind. Der Keim zur Entwicklung dieser Grundelemente wird jedoch nicht auf der Bühne der großen Politik gelegt. Er entsteht vielmehr im Kleinen, in all den Mikro-Gemeinschaften, aus denen sich die übergeordnete soziale Gemeinschaft zusammensetzt.

Früher hieß es deshalb immer: Die Familie ist die Keimzelle der Gesellschaft. Heute würde man wohl eher eine weitere Perspektive einnehmen und statt von "Familie" lieber von "häuslicher Gemeinschaft" sprechen. Auch würde man wohl die Bedeutung anderer sozialer Gruppen – wie etwa der Peergroups, der Vereine oder der Arbeitskollegen – stärker hervorheben.

Dennoch kommt der Familie nach wie vor eine zentrale Rolle bei der Herausbildung des Gemeinschaftslebens zu. Vor diesem Hintergrund ist nun auch die Bedeutung des Weihnachtsfests zu sehen; denn dieses ist ganz wesentlich ein Fest der Familie. Dies zeigt sich sowohl in symbolischer Hinsicht – Maria, Josef und das Jesuskind sind ja gewissermaßen das Urbild der Kleinfamilie – als auch in Bezug auf die Art, wie dieses Fest bei uns begangen wird: eben im engsten Familienkreis. Insofern kann man wohl sagen: Weihnachten ist ein Testfall für die Intaktheit der familiären Gemeinschaft. In dem Maße, wie diese der Kern der allgemeinen sozialen Gemeinschaft ist, deren Intaktheit die Voraussetzung für eine tragfähige politische Kultur ist, gilt dann aber auch: Weihnachten ist ein politisches Fest.

2. Weihnachten als "Psycho-Kiste"

Weihnachten als politisches Fest? Aus dem bisher Gesagten sollte deutlich werden, was ich *nicht* damit meine: dass wir an Weihnachten über politische Themen reden oder uns an der Lösung politischer Probleme versuchen sollten. Mir geht es vielmehr darum, dass wir etwas von dem, was wir von politischen Dialogen erwarten, auch auf das private Miteinander übertragen. Dasselbe Unbehagen, das bei der Betrachtung politischer Auseinandersetzungen

zungen die Dominanz von Narzissmus, Selbstgerechtigkeit und persönlichen Animositäten auslöst, sollte auch im privaten Bereich handlungsleitend sein.

Gerade an Weihnachten, *dem* Fest der Gemeinschaft, ist jedoch oft das Gegenteil der Fall. Lustvoll lässt man sich in die Kindheit zurückfallen und wirft im Regressionsrausch all jene sozialen Konventionen ab, die einen sonst am Ausleben archaischer emotionaler Bedürfnisse hindern. Am Weihnachtsabend soll noch einmal der Zauber der Kindheit aufleben: der Weihnachtsbaum, der die Stube in ein märchenhaftes Licht taucht, der verheißungsvolle Plätzchenduft, das erwartungsvolle Leuchten in den Augen der Kinder.

So ist das Weihnachtsfest von Anfang an mit Erwartungen überladen, die es nicht erfüllen kann. Es kann die Kindheit nicht zurückbringen. Es kann die Nüchternheit nicht aus den Herzen herauswaschen, die ein zweckrationales Berufsleben ihnen eingepflanzt hat. Es kann die Toten nicht aufwecken, deren Nähe man nie so stark empfindet wie an diesem Abend der sentimentalen Erinnerungen.

Da wir nun aber – auch hierin Politikern nicht unähnlich – nicht dazu neigen, im Falle enttäuschter Erwartungen die Fehler bei uns selbst zu suchen, machen wir andere für unsere Enttäuschung verantwortlich: die Köchin, die das Weihnachtssessen angeblich nicht so zubereitet hat, wie wir es von früher her kennen; den Weihnachtsbaumzelebranten, der mal wieder die Spitze abgebrochen hat; die Kinder, die wie immer viel zu spät gekommen sind und dann nur die ganze Zeit auf ihre Smartphones starren.

Erschwerend kommt etwas hinzu, dass man als den "Fluch der Familiengeschichte" bezeichnen könnte. Es gehört zum Wesen der Familie, dass sich in ihr mit der Zeit bestimmte Verhaltens- und Beziehungsstrukturen sowie Rollenmuster herausbilden und dass bestimmte Gesprächsinhalte fast zwangsläufig bestimmte Assoziationen auslösen. Gerade wenn sich die Familie – wie es häufig der Fall ist – nur an hohen Feiertagen vollständig versammelt, werden automatisch die alten Automatismen reaktiviert. Dann sieht man sich leicht auf Facetten der eigenen Identität festgelegt, mit denen man sich längst nicht mehr identifiziert – und fühlt sich plötzlich, als hätte man zu enge Kleider an. Auch bei Gesprächen bewegt man sich auf dünnem Eis, da nicht jeder die hohe Kunst des Umschiffens kontaminierter Themenfelder beherrscht.

3. Kleiner Ratgeber für ein friedliches Fest

Dies alles zeigt: Dem Weihnachtsfest liegt ein hochkomplexes psychisches Geschehen zugrunde. Tiefenpsychologische Aspekte und die soziopsychologische Dynamik des Gruppengeschehens können einer Entwicklung Vorschub leisten, die von dem eigentlichen Sinn des Festes wegführen und es im Extremfall sogar in sein Gegenteil – ein Fest des Hasses – verkehren können. Wem an einem friedlichen Weihnachtsfest gelegen ist, der sollte sich deshalb nicht scheuen, es in ähnlicher Weise vorzubereiten wie einen EU-Gipfel. Dies bedeutet nicht, dass man den Weihnachtsabend zu einer gruppen-therapeutischen Sitzung umfunktionieren sollte. Wichtig erscheint mir jedoch, dass man sich der Fallstricke bewusst ist und an das Fest nicht mit unerfüllbaren Heilserwartungen herangeht. Vieles ist dabei eine Sache der Vorbereitung und der richtigen Einstimmung. Die weihnachtliche Harmonie fällt heutzutage eben nicht mehr vom Himmel, sondern bedarf einer kreativen Anbahnung, an der sich alle gleichermaßen beteiligen sollten.

Der Teufel – der natürlich auch am Heiligen Abend nicht ruht – steckt aber wie immer im Detail. Deshalb möchte ich mich an dieser Stelle ausnahmsweise einmal als Ratgeberonkel betätigen und ein paar bescheidene Vorschläge unterbreiten, die vielleicht zu einem friedlichen Ablauf des Weihnachtsgipfels beitragen können. Folgenden Aspekten würde ich besonderes Augenmerk widmen:

3.1. Geschenke

Angesichts der zentralen Bedeutung, die dem Ritual des Schenkens an Weihnachten zukommt, erscheint es in jedem Fall wichtig, die Geschenke bewusst auszuwählen (vgl. hierzu auch meinen [Versuch über das Schenken](#)). Dafür muss man sich zunächst über die verschiedenen Arten von Geschenken im Klaren sein. Idealtypisch lassen sich etwa die folgenden Varianten unterscheiden:

- Wunschgeschenke, also Geschenke, die auf expliziten Wünschen des Beschenkten beruhen;
- Materielle Geschenke wie Geld oder Gutscheine, die dem Beschenkten die Möglichkeit geben, sich selbst einen Wunsch zu erfüllen;
- Anlassbezogene Geschenke (Weihnachtstee/-schokolade/-tassen etc.);

- Spaßgeschenke (Bommelmützen, T-Shirts mit lustigem Aufdruck usw.);
- Trendgeschenke (Buch von der Bestsellerliste, modische Schals ...);
- Verlegenheitsgeschenke (Blumen von der Tankstelle, die übrig gebliebene Weinflasche aus dem Keller ...);
- Funktionale Geschenke (Haushaltsgegenstände, warme Socken etc.);
- Taxierende Geschenke: Geschenke, die durch den hochwertigen Charakter des Präsents die Wertschätzung für den Beschenkten (häufiger: *die Beschenkte*) zum Ausdruck bringen sollen;
- Geschlechtsspezifische Geschenke (Krawatte oder Hemd für den Herrn, vermeintlich wohlriechende Düfte für die Dame);
- Trojanische Geschenke: Geschenke, die wie ein trojanisches Pferd funktionieren, indem man anderen etwas unterschiebt, das man sich eigentlich selbst gewünscht hat (Beispiel: das Sky-Abo mit der Extra-Portion Fußball als Überraschungspräsent für die Frau Gemahlin);
- Subjektbotschaften: Geschenke, in denen sich die Persönlichkeit des Schenkenden ausdrückt (Dinge, welche die eigenen Vorlieben widerspiegeln, Selbstgemachtes ohne unmittelbaren Bezug zum Beschenkten);
- Adressatenbezogene Geschenke: Geschenke, die sich aus den Interessen, Hobbys und Vorlieben des Beschenkten ergeben;
- Beziehungsgeschenke: Geschenke, die sich aus gemeinsamen Erlebnissen oder Gesprächen ergeben.

Die beiden letztgenannten Arten von Geschenken sollten an Weihnachten dominieren, da sie am ehesten eine gemeinschaftsstiftende Funktion haben. Trend-, Spaß- und anlassbezogene Geschenke könnte man eventuell in Form einer Tombola (in Verbindung mit einem Weihnachtsquiz o.Ä.) oder im Rahmen eines Julklapps verteilen. Wunschgeschenke sollte man den Betroffenen vielleicht besser vor Weihnachten zukommen lassen und sie gemeinsam mit ihnen besorgen, um Enttäuschungen und langwierigen Umtauschaktionen vorzubeugen. Gleiches gilt für materielle Präsente, deren Resultate so, zur Freude der Schenkenden, schon zum Fest selbst vorgeführt werden könnten.

Um die Geschenke angemessen zur Geltung kommen zu lassen, empfiehlt es sich, Beziehungs- und adressatenbezogene Geschenke in Etappen, also über den Abend verteilt, und reihum auszupacken. Um die Reihenfolge nicht willkürlich festzulegen, können die Namen auf Karten geschrieben

und von Christkind, Weihnachtsmann, Zahnfee oder auch profaneren Wesen aus einer großen Weihnachtskugel gezogen werden.

3.2. Teilnehmerkreis

In vielen Familien ist es üblich, den Heiligen Abend im allerengsten Familienkreis zu verbringen und dann an den beiden folgenden Tagen in den weiteren Familienkreis auszuschwärmen. Die Folge: Es gibt nicht nur ein, sondern gleich mehrere Festessen, und man sieht sich mit der Frage konfrontiert, warum die Familie des einen Partners erste Wahl (Besuch am ersten Weihnachtsfeiertag) und die andere zweite Wahl ist – es sei denn, man teilt sich auf und beendet das Gemeinschaftsabenteuer Weihnachten, bevor es richtig begonnen hat. In jedem Fall setzt man sich so gleich mehrfach der emotionalen Herausforderung eines Familientreffens aus.

Magen- und seelenschonender – und vielleicht auch christlicher – wäre es wohl, sich auf eine oder – bei sehr großen Familien – maximal zwei Familienfeiern zu beschränken. Dadurch würde man dann auch noch Zeit gewinnen für das, was man anderen in seinen Weihnachtskarten immer wünscht: Ruhe und Besinnlichkeit.

Ich denke sogar, dass eine größere Runde die bösen Familiengeister leichter im Zaum halten kann als eine kleine Runde. Die Gespräche verlagern sich dann eher auf zwanglose Kleingruppen-Settings, außerdem ist die Hemmschwelle für ausagierendes Verhalten so vermutlich größer. Nicht zuletzt bedeutet "große Runde", dass niemand den Heiligen Abend allein oder in einer vielleicht nicht allzu trauten Zweisamkeit verbringen muss und so schon angesäuert in die Festivitäten am ersten und zweiten Weihnachtsfeiertag einsteigt.

Christlich gesinnte Menschen könnten zudem auf die Idee kommen, die große Runde vielleicht noch um den einsamen Nachbarn zu erweitern. Sie sollten dabei allerdings darauf achten, ihn nicht als einzigen "Externen" in den Familienkreis einzuladen, da er sich in der hermetischen Runde ansonsten womöglich einsamer fühlt, als wenn er das Fest allein verbringen würde.

3.3. Gemeinschaftsstiftende Elemente

Der gewöhnliche Ablauf eines Weihnachtsgipfels besteht aus langen Sitzungen mit intensiver Fressarbeit. Dies lässt den Familiengeistern viel Raum, um aus ihren dunklen Löchern zu kriechen und Unfrieden zu säen. Es erscheint daher sinnvoll, von vornherein gemeinschaftsstiftende Elemente einzubauen, durch die sich die bösen Geister vertreiben lassen. Beispiele dafür wären u.a.:

- **die gemeinsame Zubereitung des Festessens.** Anstatt einzelnen Personen die Verantwortung für das Festessen aufzuladen, kann man hieraus von Anfang an ein gemeinsames Projekt machen. "Von Anfang an" bedeutet: Von der Planung des Essens über den Einkauf der Zutaten und die Zubereitung der Mahlzeit bis zum Decken und Dekorieren des Tisches wird alles gemeinsam besprochen, geplant und ausgeführt. Dadurch ist das Festessen die Sache aller, jeder wird es gleichermaßen wertschätzen, und es ist auch sichergestellt, dass alle Geschmäcker bedient werden. Christliche Gemüter könnten in einem solchen Gemeinschaftsmahl auch eine gewisse Symbolik entdecken.
- **der Besuch der Christmette.** Der Kirchgang war früher das zentrale Gemeinschaftserlebnis am Heiligen Abend. Diese Funktion kann er auch heute noch erfüllen. Dafür müssen allerdings sowohl auf Seiten der Kirchgänger als auch auf Seiten derer, die die Messe zelebrieren, bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein.
Auf Seiten der Gottesdienstbesucher muss sichergestellt sein, dass sie wenigstens noch einen minimalen Bezug zu den Glaubensinhalten haben. Andernfalls verkommt der Besuch der Messe zu einem sinnenleeren Ritual, das wirkungslos verpufft.
Was den Kirchgang selbst anbelangt, so muss dieser natürlich vor dem Beginn der heimischen Feier erfolgen, wenn er eine gemeinschaftsstiftende Funktion erfüllen soll. Die weihnachtlichen Vorabendmessen erinnern allerdings oft eher an als "Familiengottesdienste" deklarierte Kindergeburtstage. Und selbst wenn das nicht der Fall ist, sollte man sich vorher gut über die geplante Gestaltung der Messe informieren. Denn zwar wird am Weihnachtsabend natürlich überall die Heilige Schrift im Mittelpunkt stehen. Nicht jeder Pfarrer verfügt jedoch über das Charisma

und das kompositorische Geschick, durch den wohldosierten Einsatz von Kerzen und Kirchenmusik oder auch einen Friedensgruß, der nicht den lauwarmen Händedruck eines Stehempfangs nachahmt, das Geheimnis hinter den Worten spürbar zu machen.

- **gemeinsames Singen.** Die gemeinschaftsstiftende Kraft des Gesangs ist seit Jahrhunderten bekannt. Auf deutschem Boden ergab sich daraus zur Zeit des Vormärz sogar eine spezifische Form des Widerstands gegen die restaurativen Kräfte, die sich nach dem Wiener Kongress durchgesetzt hatten. "Die Gedanken sind frei" – das war der Geist, in dem man sich durch den gemeinsamen Gesang bestärkte. Ähnlich war auch in den baltischen Ländern der Chorgesang im Rahmen der traditionellen Liederfeste ein wesentlicher Teil der Befreiungsbewegung, die zur Ablösung von der Sowjetunion führte.

Anders als etwa in Russland, wo gemeinsames Singen ein selbstverständlicher Teil privater Feiern ist, gibt es in Deutschland allerdings keine derartige Tradition – und klassische Weihnachtslieder gelten bei manchen ohnehin als "uncool". Es gibt jedoch durchaus auch moderne Lieder, die sich zum Mitsingen eignen. Das könnte auch Gesangsmuffeln das Mitträllern schmackhaft machen.

Wichtig ist auch hier: Alle müssen an der Planung der Gesangseinlagen beteiligt werden. Jeder darf ein oder zwei Lieblingslieder vorschlagen, respektiert aber gleichzeitig die Vorlieben der anderen. Rein praktisch erfordert ein solcher Liederreigen die vorherige Auswahl von einfachen, zum Mitsingen geeigneten Liedfassungen, die in einer eigenen Musikdatei zusammengefasst werden sollten. Von allen Liedern müssen zudem die Texte ausgedruckt und nach Möglichkeit den Chormitgliedern in spe schon vorab zugänglich gemacht werden – vorheriges Üben erhöht die Chance auf harmonische Stunden.

3.4. Einsetzung eines Weihnachtsschiedsrichters

Für Festgesellschaften, denen man einen Schuss Selbstironie zutrauen kann, käme eventuell auch die Berufung eines Weihnachtsschiedsrichters in Frage. Dieser hätte die Aufgabe, immer dann einzuschreiten, wenn bestimmte Bemerkungen oder Verhaltensweisen von anderen als kränkend empfunden werden könnten. Dafür muss er keine gelben und erst recht keine roten Kar-

ten verteilen. Ich stelle ihn mir eher als einen Zeremonienmeister – oder vielleicht doch eher eine Zeremonienmeisterin – vor, der/die die Wogen glättet, ehe sie sich zum Sturm auswachsen. Niemand muss deswegen gemäßregelt werden, und es sollte auch nichts "ausdiskutiert" werden – dafür ist Weihnachten der falsche (weil: zu emotionsbeladene) Zeitpunkt. Vielmehr müsste die entsprechende Person schlicht ein Gespür dafür haben, wann es an der Zeit ist, die nächste Gesangs- oder Geschenkerunde einzuläuten, um der Gemeinschaft neues Leben einzuhauchen.

So weit mein kleines Friedens-Einmaleins. Vielleicht kann der eine oder andere ja etwas Nützliches für sich darin entdecken.

Und wenn Ihr einen harmonischen Weihnachtsgipfel verbringen solltet – teilt Eure Erfahrungen mit anderen! Tragt die frohe Botschaft in die Welt, dass der Frieden nicht von großen Worten erzwungen, sondern von lauter kleinen Schritten errungen wird, aus denen sich die eine große Tat ergibt.

© Dieter Hoffmann ([RotherBaron](#)), Dezember 2018