



BILD: GUIDO SUSS

Wörter von Pörtner Das Festtagignorieren

Viele leiden darunter und halten es für unausweichlich: Weihnachtsstress und Neujahrsdepression. Doch die frohe Botschaft lautet: Es geht auch ohne. Es ist ganz einfach, sich dem Rummel zu entziehen. Indem man beides ignoriert. Ich persönlich habe die Festtage vor 25 Jahren zum letzten Mal begangen und vermisse nichts. Probieren Sie es aus und verbringen Sie die Feiertage einmal anders. Ich würde ja gern, höre ich Sie sagen, aber ich kann nicht, wegen der Kinder/Eltern/Freunde. Wahrscheinlich sagen die dasselbe und so feiern 94 Prozent der Bevölkerung Weihnachten und Silvester mit allen Risiken und Nebenwirkungen.

Im Fernsehen werden Industriepralinen als Erzeugnisse der Handwerkskunst angepriesen, in den Katalogen räkeln sich seitenweise Mo-

dels in Dessous, in den Warenhäusern stapeln sich die ewig gleichen Geschenkartikel. Es müssen ausgeklügelte Einladungs- und Besuchspläne gewälzt werden, man bekommt Sachen geschenkt, die man nicht braucht, muss Freude darüber heucheln, überfrisst sich, trinkt zu viel, bekommt Streit und Magenbrennen.

Natürlich möchte ich niemandem die Festtage vermiesen, auch ich kenne Menschen, die Weihnachten lieben und es wunderbar finden, Bäume zu schmücken, Guetzli zu backen und das ganze Programm durchzuziehen. Wenn Sie zu diesen Leuten gehören, brauchen Sie nicht weiterzulesen, haken Sie einfach nicht nach, wenn sich jemand vom Feiern abmeldet. Wer nicht feiern will, fährt am besten weg. Ausser in Skigebieten gibt es in vielen Gegenden über Weihnachten schöne und günstige Unterkünfte. Ideal ist der Mittelmeerraum, die Tage sind mild, die Nächte sind lang, also die ideale Zeit, tagsüber ein wenig den Kopf zu verlüften und abends die dicken Bücher zu lesen, für die man das Jahr über keine Zeit hat. Ich nehme mir über die Feiertage stets einen Klassiker vor, letztes Jahr wars «Krieg und Frieden», diesmal ist der «Don Quijote» auf Spanisch dran.

Wer nicht wegfahren will oder kann, täusche einfach vor, auf Kuba oder in einem anderen Land mit schlechtem Handy-Empfang zu sein. Vielleicht müssen Sie erklären, warum Sie so

bleich aus der Karibik zurückkehren. Erzählen Sie etwas von einer Durchfallerkrankung. Niemand wird die Details hören wollen.

Auch zu Hause lassen sich die Feiertage ignorieren, wenn man ab Mitte November Innenstädte meidet, den Fernseher abstellt (ausser man nutzt ihn sinnvoll zum Herunterfräsen all der Serien, die man verpasst hat) und nicht ans Telefon geht. Während andere sich hetzen, mästen und abfüllen, erholen Sie sich in aller Ruhe. Wie schön ist es, an Weihnachten ein einfaches Mahl allein oder zu zweit zu verzehren. Am 31. Dezember um elf Uhr bereits zu schlafen. Oder am 1. Januar morgens auf leeren Pisten Ski zu fahren.

Das Festtagignorieren funktioniert gut, solange man niemandem davon erzählt. Die Angehörigen gewöhnen sich bald daran, ein Fest ohne Festmuffel ist auch schöner. Alle freuen sich, Sie im Januar fröhlich, erholt und kraftstrotzend wiederzusehen. Wenn Sie unter dem Jahr spontan Dinge schenken, die gebraucht werden, nimmt ihre Beliebtheit keinesfalls ab. Nur was Weihnachtsstress ist, werden Sie bald vergessen haben.

STEPHAN PÖRTNER
(STPOERTNER@LYCOS.COM)
ILLUSTRATION: MILENA SCHÄRER
(MILENA.SCHAERER@GMX.CH)