Wer wird denn da düster denken?

Ganz im Norden Europas geht die Sonne zwei Monate lang nicht auf. In diesen Tagen ist es am längsten dunkel. Wie stehen die Menschen in Norwegen das durch? Ein nächtlicher Besuch in Tromsø. *Von Yves Bellinghausen*

Auch die Aurora borelias hilft: *Das Nordlicht erleuchtet Tromsø in Zeiten des Eises und der Finsternis.* Foto dpa

Gute Nachrichten: Die Talsohle ist erreicht! Es ist Wintersonnenwende, der kürzeste Tag des Jahres ist angebrochen. Am Bodensee geht die Sonne heute, am 21. Dezember, um 16.35 Uhr unter. In Frankfurt um 16.25 Uhr, in Hamburg schon um 16.02 Uhr. Das tut nicht jedem gut: Millionen Deutsche klagen über den Winterblues, einige macht die Finsternis sogar depressiv, und je weiter nördlich man schaut, desto kürzer wird der Tag. Flensburg 15.57 Uhr, Göteborg 15.26 Uhr, Oslo 15.12 Uhr. Die Sonne hat den Süden im Blick, so sehr, dass sie im Norden kaum noch aufgeht.

Ab etwa 66,5 Grad nördlicher Breite herrscht Dunkelheit. Zwei Monate lang Polarnacht. Seit November leben die wenigen Bewohner des äußersten Endes Europas ohne direktes Sonnenlicht. Im Sommer geht die Sonne dafür zwei Monate lang nicht unter: die Mittsommernacht.

Seit Wochen schon liegt Schnee in Tromsø. Zentimeterdicke Eisschichten überziehen die Straßen, am Straßenrand türmen sich meterhohe Schneeberge. Die Sonne haben die Tromsøer zuletzt am 26. November gesehen, um 12.02 Uhr, um genau zu sein, denn da ist sie ein letztes Mal untergegangen. Erst Ende Januar soll sie wieder zurückkommen.

Das muss fürchterlich sein! Es ist 9.30 Uhr, und draußen ist es stockduster. Die Stadt dagegen ist hell: In fast allen Häusern brennt schon Licht, üppige Weihnachtsbäume, wohin man schaut. Marie-Mett Graff reißt die Tür mit einem Grinsen auf. „Hiiiiii“, ruft sie mit heller Stimme. Eigentlich, so sagt sie unumwunden, täten ihr die Kälte, die Dunkelheit, die ewige Nacht nicht gut. In den Zimmern stehen besondere Lampen. Sie lassen die Wohnung mit 10 000 Lux taghell werden. So hell, dass man die Lichter am Tannenbaum kaum noch sieht.

Marie-Mett wurde in Oslo geboren, mehr als 1000 Kilometer weiter im Süden, wo es auch im Winter noch Tageszeiten gibt. Vor knapp 40 Jahren ist sie mit ihren Eltern in den hohen Norden gezogen, weil die Regierung Prämien dafür zahlte, wenn Norweger die entlegene Region bevölkerten. Marie-Mett richtet einen Weihnachtsbrunch aus – um keine Depression zu bekommen, wie sie sagt. Zu dieser Jahreszeit tun ihr die Knochen weh, erzählt sie. Marie-Mett steht jeden Morgen um sechs Uhr auf. Am Wochenende höchstens zwei Stunden später, um nicht aus dem Rhythmus zu kommen. Wie hält sie das aus? „Niemals allein sein – Regel Nummer eins im Winter.“ Morgens aufzustehen ist hart. Andererseits ist es auch egal, wann man aufsteht, wenn es ohnehin ständig Nacht ist.

15 Norweger hat Marie-Mett eingeladen: Kollegen, die mit ihr in der Kirche arbeiten, Freunde ihres Mannes und Klassenkameraden ihrer Tochter.

Jammern hier also 15 Norweger kollektiv über das schlimme Wetter und die Dunkelheit? Nichts davon. Hier sitzen 15 Tromsøer und erzählen von ihren wichtigsten Regeln, um die ewige Dunkelheit zu überleben: viel Sport machen, früher aufstehen, mehr ausgehen, Freunde treffen. Am wichtigsten: Man soll es sich immer schön koselig machen – ein Wort, das wohl kaum einer Übersetzung bedarf.

Der Brunch ist vorbei. Draußen ist es dunkel. Zwischendurch muss es kurz gedämmert haben. Manchmal liest man, im Winter würde es niemals hell werden in Tromsø. Aber das stimmt nicht ganz: Es dämmert auch im hohen Norden, in Tromsø sogar für einige Stunden. Es ist eine Dämmerung, die das mitteleuropäische Gehirn verwirren mag: Gegen Vormittag kündigt sich die Sonne an. Das südöstliche Firmament wandelt sich von Pechschwarz zu Dunkelblau – bei gutem Wetter ist auch mal Grau drin. Die blaue Stunde beginnt. Das Dunkelblau wandert von Südosten nach Südwesten, bis es schon bald schwarz wird. Um 13 Uhr ist die seltsame Dämmerung vorbei. Der surreale Tag verwirrt nicht nur den mitteleuropäischen Kopf. Die Zeit schleicht und rennt gleichzeitig.

Marie-Metts Gäste sind allesamt zu spät gekommen. „Wir haben hier kein Zeitgefühl im Winter“, sagt sie scherzend. Der wahre Kern: Auf die innere Uhr kann man sich am Polarkreis nicht verlassen. Selbst wenn die Tage kürzer werden, gibt das Licht dem Mitteleuropäer noch den Takt vor. Hier aber sind Morgengrauen und Abenddämmerung ein und dasselbe. Vormittage scheint es nicht zu geben, die Nachmittage und Abende ziehen sich dafür ewig.

Kann das gesund sein? Besuch bei Oddgeir Friborg, Professor für Psychologie an der Arktischen Universität in Tromsø, die sich stolz als nördlichste Universität der Welt bezeichnet – ein gerne benutzter Superlativ hier oben.

Sie können noch lachen: *Die Menschen im Norden von Norwegen scheinen sich nicht viel aus der Düsternis zu machen. Marie-Mett (Mitte) lädt Freunde zum ausgiebigen Brunch ein.* Foto Yves Bellinghausen

Friborg hat in den vergangenen Jahren einige Studien zur Schlafdauer der Tromsøer durchgeführt. Tatsächlich gehen die Bewohner der Stadt im Winter sogar etwas später zu Bett als während der Mittsommernacht. Auch Depressionen scheinen in Tromsø nicht wesentlich verbreiteter zu sein als in Regionen, die ohne die ewige Nacht leben müssen. „Das mag absonderlich klingen“, sagt Friborg, „aber wir glauben, eine Erklärung für das Phänomen gefunden zu haben.“ Die Tromsøer hätten ein „wintertime mindset“, also quasi die richtige Einstellung zum Winter gefunden. Sein Kollege am Institut Joar Vittersø hat vor ein paar Jahren herausgefunden, dass Menschen, die weiter nördlich in Norwegen leben, eine positivere Einstellung zum Winter haben als Menschen, die im Süden des Landes leben.

Und in der Tat: Wer die Menschen am nördlichsten Vorposten Europas fragt, wie sie durch die Dunkelheit kommen, dem schlägt zuweilen Verwirrung entgegen. Winter, Dunkelheit und Kälte sind hier keine Begriffe, die negativ konnotiert sind. Es gilt die Polarnacht nicht zu ertragen, es gilt sie zu genießen. Marie-Mett, die gebürtige Osloerin, leidet unter der ewigen Nacht. Doch die meisten Menschen, die hier geboren wurden, freuen sich geradezu auf die dunklen Monate.

Sonntagnachmittag: Es hat wieder mal angefangen zu schneien. Der Schnee zerschmilzt direkt zu Eiswasser, wenn er auf die beheizten Bürgersteige der Stadt fällt. Ingrid Synnøve Aunegård und ihr Mann Sven sind gerade von einer Wanderung in den Bergen zurückgekommen. Überall in ihrer Wohnung stehen Kerzen, im Wohnzimmer läuft der Holzofen. Schön koselig haben sie es sich gemacht. Sven und Ingrid sind die Inkarnation der Wintertime-Mindset-Theorie. Ingrids Augen sind weit aufgerissen, wenn sie von ihrer Wanderung erzählt. Ganz toll sei das gewesen! Eine wunderbare Aussicht hätten sie gehabt! „Ja, natürlich war es dunkel in den Bergen“, sagt sie. Aber diese Farben, als die Sonne fast aufgegangen ist: „Blau, Gelb und Rot: phänomenal!“ Ihr Mann Sven war vor ein paar Tagen Ski fahren. Im Dunkeln? „Ja klar“, sagt er. „Mit einer riesigen Lampe auf dem Helm.“ Oberhalb von Tromsø liegt ein See, der Prestvannet. Noch nach Mitternacht sind die Wanderwege entlang des Ufers voll von Skilangläufern.

Der Tourismusverband des Landes hat eine App rausgegeben, die vorhersagen soll, in welchen Nächten man das Polarlicht sehen kann, die Aurora borelias. Chinesen fliegen vom anderen Ende der Welt hierher, um das Spektakel zu sehen. Für Norweger ist es nichts Ungewöhnliches. Trotzdem versuchen besonders Familien mit Kindern regelmäßig ihr Glück. Grüne und lilafarbene Streifen ziehen sich dann durch den Himmel. Auf Fotos sind die Farben zumeist wesentlich intensiver als in echt. Trotzdem ist es ein erhabener Anblick, wenn sie langsam über das Firmament schleichen.

Wahrscheinlich muss man aus Nordnorwegen kommen, um in das „Wintertime Mindset“ zu kommen. Hier, wo im Gegensatz zu Deutschland der Winter ein Spektakel ist, wo kein Nieselregen vom Himmel fällt, sondern buntes Licht, wo kein brauner Matsch die Straßengräben säumt, sondern fast täglich frischer Schnee fällt. Skipisten, Fjorde, Berge, Meer – alles vor der Tür. Hier ist es wohl leichter, sich mit der Natur zu vertragen.

Zurück in der Innenstadt von Tromsø: Das Rathaus der Stadt ist so gar nicht koselig. Der klobige Glasbau will nicht recht zu der kuscheligen Stadt passen. Im Atrium versucht ein verlorener Weihnachtsbaum die Stimmung zu retten. Die Bürgermeisterin der Stadt, Kristin Røymo, hat ein vollverglastes Eckbüro im obersten Stock. Zufrieden lehnt sie in ihrer Couch. Sie ist in einer komfortablen Situation, kann über die Erfolgsgeschichte der Stadt referieren: Tromsø verzeichne immer mehr Einwohner, der Tourismus wachse. „Hätte man noch vor zehn Jahren gesagt, dass Tromsøs Hotels im Winter voll werden: Man hätte uns ausgelacht.“

Das ist auch das Ergebnis von offensivem Marketing. Aber nicht nur. Denn wie ihre Bürger, so will auch die Stadt den Winter nicht verschlafen. „Vor ein paar Jahrzehnten ist die Stadt zwischen November und Januar in einen Winterblues verfallen“, sagt Røymo. Doch dann habe man Festivals angelockt: Musikfeste, ein Filmfestival und Sportveranstaltungen – alles in der Dunkelheit. Die Stadt wurde internationaler, neue Bars und Restaurants wurden eröffnet. Tatsächlich wirkt Tromsø für 75 000 Einwohner heute überraschend lebendig. „Im Gegensatz zu anderen Regionen haben wir uns nicht mit der Dunkelheit arrangiert“, sagt die Bürgermeisterin, „wir haben sie umarmt!“

Nicht jedem, der unter einer Winterdepression leidet, hilft der Hinweis, ihm fehle nur die richtige Haltung. Vielmehr ist Tromsø eine Stadt, die zeigt, warum der Mensch die ganze Erde bevölkert: nicht nur, weil er seine Umwelt kultiviert, sondern auch, weil er seine Kultur der Umwelt anpasst. Der Kälte begegnet er mit Wärme und der Dunkelheit mit Festen. Das Bewusstsein bestimmt das Sein, sozusagen.

PERSÖNLICH

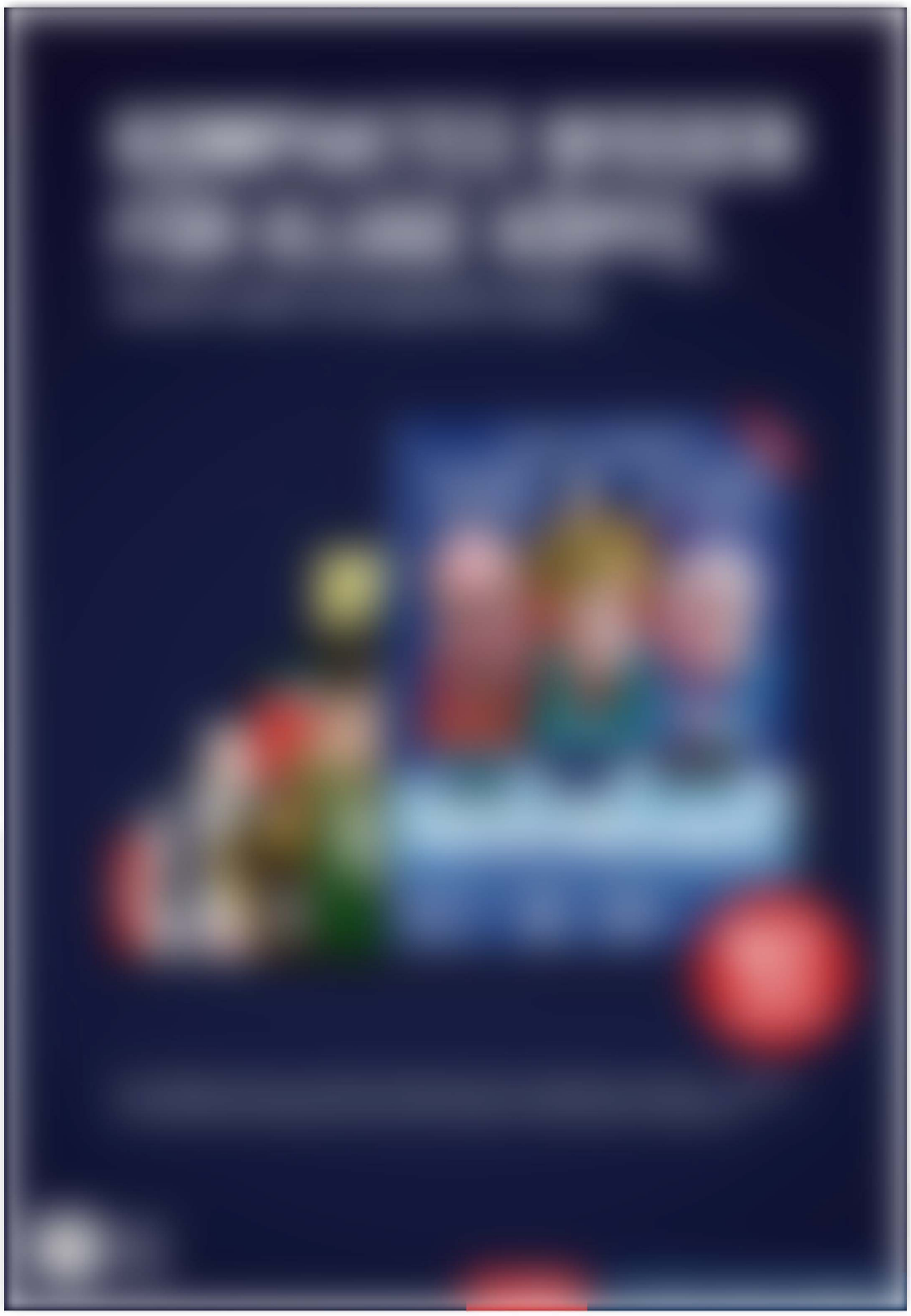
Emma Gibson war 25 Jahre eingefroren

Eva Longoria wird erstmals Mutter

Die Gallagher-Brüder sollen versöhnt sein

Der ehemalige Sänger der Britpop-Band Oasis, Liam Gallagher, hat sich nach jahrelangem Zoff offenkundig mit seinem Bruder Noel versöhnt. „Ich möchte Team NG (Noel Gallagher) frohe Weihnachten wünschen. Es war ein tolles Jahr. Danke für alles. Freue mich darauf, dich morgen zu sehen“, twitterte er am späten Dienstagabend. In einem weiteren Tweet schrieb der 45 Jahre alte Liam Gallagher: „Zwischen uns ist wieder alles gut.“ Schon während ihrer gemeinsamen Zeit bei Oasis hatten sich die Brüder immer wieder öffentlich gestritten. Im Jahr 2009 trennte sich die Band schließlich. Im September sagte Liam in einem Interview: „Ich hätte Oasis lieber als eine Solokarriere.“ Doch der Ball liege bei seinem Bruder, dem inzwischen 50 Jahre alten Gitarristen und Songschreiber Noel. Auf Twitter hofften Fans nach Liams Tweet nun schon auf eine Oasis-Reunion. (dpa)

Matt Damon will differenzieren



© Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH, Frankfurt. Alle Rechte vorbehalten. Zur Verfügung gestellt vom Frankfurter Allgemeine Archiv