



Kraftvolle Feuerpyramide bei einem Sommerritual.

Foto: Sabine Trentini-Geisler

Jeder Mensch empfindet ein „Urgespür“ für Rituale

Rituale entspringen einer tief verwurzelten menschlichen Sehnsucht. Ritualbegleiterin Johanna Neuß sucht nach den individuellen Symbolen für persönliche Rituale.

Was verstehen Sie unter einem Ritual?

Johanna Neuß: Rituale sind bewusst gesetzte symbolische Handlungen, die eine Botschaft an unser Innerstes mit Hilfe von Bildern und Symbolen senden. Dabei wird mit Achtsamkeit und Ernsthaftigkeit eine Atmosphäre des Besonderen geschaffen. Für Rituale muss man Raum schaffen, sie bewusst setzen. Sie gehen nicht nebenher. Eine liebe Gewohnheit ist noch kein Ritual. *Rituale verlangen nach kon-*

kretem Tun?

Johanna Neuß: Ja, Rituale kann man nicht denken! Ich unterscheide die vier Ritualformen Alltagsrituale, Rituale im Jahreskreis, Rituale an einem Lebensübergang und Rituale mit konkreten Themen im Mittelpunkt wie z.B. einer Hauseinweihung oder einem Berufswechsel – eine wichtige Unterscheidung, denn sie wirken verschiedenartig: Alltagsrituale gewinnen die Kraft aus der Wiederholung, Rituale an Lebensübergängen wiederum gewinnen die Kraft aus der Einzigartigkeit.

Wie äußert sich diese Kraft?

Johanna Neuß: Auch das ist unterschiedlich. Alltagsrituale geben uns Struktur und Sicherheit. Lebensübergangsrituale unterstützen und begleiten von einer Lebensphase in eine andere. Wir spüren häufig das Bedürfnis nach der aktiven Gestaltung von

bedeutsamen Ereignissen – hier kann ich als Ritualberaterin begleiten. Bei Lebensübergängen ist es für die betreffende Person oft wichtig, Veränderung wahrzunehmen und zu feiern – sich zu wandeln. Als die verwandelte Person in einer Gemeinschaft gesehen und angenommen zu sein, schließt ein Übergangsritual dann ab.

Rituale macht man nicht für sich allein?

Johanna Neuß: Ja und nein. Ein Ritual kann mehrere Dimensionen haben: die innere persönliche, die Dimension Gemeinschaft und eine höhere spirituelle Dimension. Das Ritual wirkt als Kraft, mich in Verbindung zu bringen und diese Dimensionen zu spüren. Alle Menschen haben eine Sehnsucht nach Ritualen, ob alleine oder in Gemeinschaft. Es gibt so ein „Urgespür“ für symbolhaftes Tun.

Wie finden Sie das passende Ritual?

Johanna Neuß: Da hab ich kein Rezept. Ich will die Absicht, die mit dem Ritual verfolgt wird, erkunden. Erst dann kann ich eine Form für deren persönliche Umsetzung finden. Jedes Ritual muss den konkreten Menschen berühren. Ich frage nach dem Zielbild: Wo wollen die Menschen hinkommen, wie wollen sie sein, was wollen sie auch zurücklassen? Z.B. hat eine Frau bei einem runden Geburtstag

alte, einengende Gewohnheiten symbolisch verbrannt, um frei zu werden. Solche kraftvollen Bilder sinken in die Seele und wirken. Das gilt auch für Gruppen, wobei ich versuche, deren vertraute Handlungen herauszufinden und für das Ritual zu nützen.

Haben die Menschen immer eine Sprache für diese Zielbilder?

Johanna Neuß: Meiner Erfahrung nach schon. Manche können sich besser ausdrücken als andere, aber grundsätzlich schon. Ich frage nach Erinnerungen und Erlebnissen oder z.B. nach Bildern, die für Liebe stehen. Eigentlich lässt sich dann immer ein Symbol für ein ganz persönliches Ritual ableiten.

Rituale brauchen Handlungen – auch Gegenstände?

Johanna Neuß: Gegenstände sind nicht zwingend, aber je größer das Ritual, umso eher braucht es auch Gegenstände, Symbole. Sie sind ein Hilfsmittel, in das man was hineinlegen kann. Sie lassen sich wunderbar aufladen mit kraftgebender Energie. Immer geht es darum, dass der Gegenstand, das Symbol für die betreffende Person stimmig und passend ist.

Neben der Person, woran orientieren Sie sich gerne, wenn Sie Bilder und Symbole erkunden?

Johanna Neuß: Die Natur schenkt wunderbare Inspirati-

onen – sie ist wie ein Spiegel für innere Themen. Wenn ich mit offenen Augen und Ohren wahrnehme, was grade in der Natur passiert – und überlege, wie könnte sich das in meinem Inneren spiegeln, wie könnte ich das für meine Seele nützen? Dann sehe ich die Natur voller Botschaften, die mich als Mensch in einem Größeren verankern, ein Ausdruck der göttlichen Dimension sind.

„Alle Menschen haben eine Sehnsucht nach Ritualen, ob alleine oder in Gemeinschaft.“

Johanna Neuß

Sie entwickeln die Rituale. Sind Sie bei der Durchführung dabei?

Johanna Neuß: Ich leite und begleite die Menschen durch das Ritual. Das ist wesentlich. Sie denken nicht an den Ablauf und können sich ganz dem Ritual – diesem berührenden Erleben – hingeben. Ich sehe mich in der Rolle der Dienerin, die liebevoll den Rahmen gestaltet und hält. Das empfinde ich als eine Lebensaufgabe für mich.

Das Interview führte Heike Fink. heike.fink@chello.at



Johanna Neuß ist Ritualleiterin und Ausbilderin. Sie hat das Netzwerk Rituale Österreich mitbegründet (www.rituale.at).

Foto: Ronja Staudinger



Auf der Suche nach dem Zentrum: Labyrinth waren oft Teil von Ritualen.

Foto: Thinkstock/Ingrid Prats

Rituale sind Quellen der Kraft

Durch die Eindeutigkeit eines Rituals wird der Alltag durchbrochen und ihm eine Feierlichkeit verliehen.

Mein Leben setzt sich zusammen aus vielen Handlungsabläufen, die meinen Tag füllen. Ich kann z. B. Brombeeren pflücken, Tee trinken, mit jemandem reden, eine Kerze anzünden, den Laptop bedienen – ohne dabei einem tieferen Sinn nachzusinnen. Es gehört zum normalen Tagesablauf, viele Dinge unreflektiert, teilweise aus purer Gewohnheit, zu tun. Dieses „Funktionieren“ lässt mich oft unzufrieden oder kraftlos werden. Dabei verliere ich nicht selten den Blick für den „heilsamen“ oder gar „heiligen“ Moment. Ich übersehe in diesem unbewussten Tun, dass die Erde voll ist mit Himmel, und Gottes Kraft überall vorhanden. Über

bewusst gesetzte Rituale kann ich meine Aufmerksamkeit so schulen, dass ich auch hinter der gepflückten Brombeere die Fruchtbarkeit und Fülle des Lebens und darin den Schöpfer allen Seins erkenne.

Stützende Symbole

Gerade in Zeiten, in denen wir durch Sinnüberflutung, durch Entscheidungsanforderungen und den Überfluss an die Grenze unserer Kräfte getrieben werden, ist es lebensnotwendig, sich der vorhandenen Kraftquellen zu erinnern und sie wieder ins Bewusstsein und in den Alltag zu heben. Dabei können Rituale helfen: Ich kann mir diese zu Eigen machen und so Momente meines Alltags ins besondere Erleben bringen. Ich entwickle für mich Handlungsabläufe, die ich mit Sinn und Symbolen fülle, die mich stärken und stützen. Ich tue es aber nicht unreflektiert, sondern ich tue es bewusst und

mit offenen Sinnen und einem weiten Herzen. Ich kann z. B. meinen Computer einschalten und den Arbeitstag mit einem Tagesimpuls aus den Internet-exerzitien beginnen, der mich behutsam in die Stille und zu mir selbst führt. Dann erst, wenn ich bei mir selbst angekommen bin, fange ich den Arbeitstag an.

Ein Ritual ist gekennzeichnet durch seinen eindeutigen Beginn, den klaren Ablauf, den verdichteten Inhalt und das klare Ende. Es ist in seiner Klarheit wiederholbar. Durch die Eindeutigkeit dieses Rituals wird der Alltag durchbrochen und ihm eine Feierlichkeit verliehen. Im Vollzug des Rituals entsteht ein „Zeit-Raum“, der sich vom übrigen Tagesablauf abhebt. Rituale helfen besonders in Situationen des Übergangs von einer Lebensphase in die andere, in Zeiten der Krise, z. B. bei Todesfällen, Verlusten, Scheidungen, Neubeginnen oder in Zeiten der inneren Überforderung. Rituale stabilisieren durch ihre Ordnung und Aussagekraft. Ich kann Rituale allein für mich machen, aber besonders auch in einer sozialen Einheit. Dabei können Beziehungen zu den Mitfeiernden geschaffen, Denkmuster und Beziehungsmuster neu vertieft, Krisen überwunden und besondere biografische Übergänge gewürdigt und gefeiert werden. An meinem Arbeitsplatz treffen sich während der Advents- und Fastenzeit an drei Tagen um zwölf Uhr Freiwillige, die miteinander eine Viertelstunde beten. Vor dem Meditati-

onsraum ziehen wir die Schuhe aus. Wir gehen schweigend in den Meditationsraum, lassen uns nieder und werden still. Ein kurzer Impuls – oft ein Bibelvers – begleitet uns in die Stille, die mit einer Klangschale eingeläutet und ausgeläutet wird. Ein Gebet oder ein Lied und ein Segen schließen diese kurze „Atemzeit“. Als Gruppe sind wir in den letzten Jahren über dieses stille Gebetsritual zusammengewachsen.

Exerzitien im Alltag

Exerzitien im Alltag, die vielerorts in der Fastenzeit angeboten werden, sind geistliche Übungen oder Rituale inmitten des gewohnten Lebens. Ich nehme mir täglich für die Zeitspanne von vier bis fünf Wochen Zeit fürs Gebet: Ich suche in meiner Wohnung einen Platz, an dem ich zur Ruhe kommen kann. Ich gestalte diesen Ort so, dass ich gut zirka 30 Minuten dort sitze und ins Gespräch mit mir und mit Gott komme. Ich beginne mit einer Atemübung, die mich mir selbst annähert und mir meinen Leib als Wohnraum des Geistes bewusster macht. Ich nehme meine Emotionen wahr, das, was mich innerlich bewegt oder belastet, und versuche mit jedem Atemzug freier zu werden, um mich für einen biblischen oder spirituellen Impuls zu öffnen. Ich nehme das Wort in mich auf, lass es mich innerlich berühren und bringe es in Beziehung mit meinem eigenen Leben. Ich eröffne den Dialog mit Gott, in dem

ich ihr/ihm mein Leben mitteile. Ich kann mein eigenes Gebet oder ein vorgefasstes Gebet zu Hilfe nehmen. Ich verneige mich, wenn ich das Gespräch mit Gott beende, atme erneut tief durch meinen Körper, nehme wahr, was sich in mir während dieser Zeit des inneren Seins verändert hat und gehe gestärkt in den Tag.

Stille einüben
dem Atem lauschen
dem eigenen Herzschlag
zuhören
den äußeren und inneren
Stimmen und Geräuschen
Gehör schenken
Gedanken anschauen und
wie Wolken ziehen lassen

still werden
still sein
sein

So ein Ritual – bewusst gesetzt und vollzogen – wirkt auf meine Wirklichkeit, es berührt mich. Eine Wirkung kann sein, dass ich Gott mitten in meinem Leben entdecke und liebwinne. So kann ein Heilungsprozess beginnen, der mich mir und meiner Umwelt neu annähert und mich mit mir und meiner Geschichte versöhnt. Einen Versuch ist es allemal wert – allein, oder mit Menschen, die mit mir ein Leben in Fülle entdecken wollen.

Angelika Gassner



Foto: Gassner

Angelika Gassner ist
Theologin und Leiterin
des Referats für Spiritu-
alität und Exerzi-
tien in der Erzdiözese
Salzburg. Infos: [www.
internetexerzitien.at](http://www.internetexerzitien.at)

Zerbrochen wie die Scherben eines Tonkrugs

Wenn Menschen trauern, können Rituale helfen, den Schmerz zu verarbeiten und die Verzweiflung auszudrücken. Über ein Abschiedsritual in der Klinik Innsbruck schreibt der Leiter der Klinikseelsorge, Andreas Krzyzan.

An die hundert Menschen stehen im Vorraum vor der Kapelle in der Innsbrucker Klinik und unterhalten sich. Man sieht es ihnen an, dass sie etwas sehr beschäftigt. Keine alltägliche Szene, aber sie wiederholt sich immer wieder. Schicksalsschläge, unvorhergesehene Ereignisse, eine heimtückische Krank-

„Das gemeinsame Gebet lenkt die Gedanken auf eine Wirklichkeit, die nur mit den Augen des Glaubens wahrgenommen werden kann.“

Andreas Krzyzan

heit werfen Menschen aus der Bahn des Alltäglichen und Gewohnten. Was kann in solchen Situationen helfen?

Trauer ausdrücken können

In der Kapelle wurde getrauert. Im Rahmen einer religiösen Feier haben Menschen Betroffenheit und Trauer zur Sprache gebracht. Die Tonscherben, die für diese Feier vorbereitet wurden, hielten die Feiernden in den Händen. Sie waren sichtbare Zeichen, dass etwas in Brüche gegangen ist. Im Verlauf der Feier wurden diese Scherben in ein Tongefäß, das vor dem Bild des Verstorbenen aufgestellt war, hineingelegt oder hineingeworfen. Die Gebete waren zum Großteil ein Ausdruck der Trauer, aber auch Verzweiflung und Wut wurden in ihnen ange-

sprochen und sie klangen wie moderne Klagepsalmen. Die Menschen trauerten im Gottesdienst und was Worte nicht auszudrücken vermochten, fand in den Klängen der Musik, die die Klarinette zauberte, seinen Ausdruck.

Zeichen des Lebens

Die kleinen Flammen der brennenden Kerzen waren ein Zeichen des Lebens, der Wärme und des Lichts in der Dunkelheit, in der Kälte der Trauer und Hilflosigkeit. Das gemeinsame Gebet löste die gelähmte Zunge und lenkte die Gedanken auf eine Wirklichkeit, die nur mit den Augen des Glaubens wahrgenommen werden kann.

Rituale bedeuten Hoffnung

Die Betroffenen spürten die Solidarität, die Gemeinschaft, in der ihre Gefühle und Emotionen einen Platz hatten. In dieser Feier brannte auch ein kleines Licht der Hoffnung. Nachdenklich, aber auch erleichtert verließen sie die Kapelle, in der das Unfassbare gesagt wurde, die Solidarität erlebt und in vielen Zeichen und Gesten Hoffnung spürbar war.

Die Trauernden standen vor der Kapelle in kleinen Gruppen, man sah ihnen die Betroffenheit an. Die Gespräche kreisten um das, was geschehen ist, die Erinnerungen dominierten die Gespräche. Es war eine Atmosphäre, die man gewöhnlich bei einem Leichenschmaus erlebt. Dieser will den Hinterbliebenen signalisieren, dass das Leben weitergeht und der Tod nur eine Station des irdischen Lebens darstellt. Das gemeinsame Essen bietet einen zwanglosen Rahmen, in dem Geschichten rund um den Verstorbenen erzählt werden können. Der Leichenschmaus kann auf diese Weise helfen, Abstand zum traurigen Anlass zu gewinnen und wieder zur Normalität zurückzukehren.

Andreas Krzyzan
moment@dibk.at



Tonscherben als sichtbares Zeichen, dass etwas in die Brüche gegangen ist.

Foto: Thinkstock/Ingram Publishing



Foto: Diözese Innsbruck/Stockler

Andreas Krzyzan ist Priester und Leiter der Klinikseelsorge Innsbruck.

SEGENSRITUALE

Wichtige Stationen des Lebens

Segensrituale gibt es in allen Religionen. Hier einige Beispiele: Die Hadsch ist eine der fünf Säulen im Islam und sollte von jedem Muslim einmal im Leben gemacht werden: eine Pilgerfahrt nach Mekka, um danach als gesegnete, bessere und gestärkte Persönlichkeit nach Hause zu kommen. Es ist eine religiöse Handlung, die an eine bestimmte Zeit und zu erfüllende, einzelne Rituale gebunden ist. Die Allgegenwart von Segen und Segnen im Judentum ist ein zentrales Phänomen jüdisch-religiöser Praxis. Juden erfahren so, dass ihr Leben im Angesicht Gottes gesegnet ist, aber auch, dass ihr Handeln aus der Quelle göttlicher Schöpferkraft zu einem Segen für die Welt und für alle Menschen werden soll. Denn: Durch jeden Segensspruch wenden sich Juden neu der Welt und ihren Geschöpfen zu, setzen sie in Beziehung zu sich und gewinnen neue Perspektiven. Seit alters werden jüdische Jungen beschnitten. Unmittelbar vor der Handlung spricht der Vater ein Segensgebet. Im Zuge dieses Rituals erhält ein Kind auch seinen hebräischen Namen. Ist ein Junge der Erstgeborene seiner Mutter, findet einen Monat später eine weitere Segenszeremonie statt. Im Buddhismus beginnt jedes Segensritual mit der buddhistischen Zufluchtnahme zu Buddha, seiner Lehre und zur Gemeinschaft. Zur Erinnerung an Buddha, der sich als Prinz Siddhartha die Haare schnitt und der Welt entsagte, wird einem Neugeborenen im Ritus einer Taufe eine Haarlocke abgeschnitten. Dem Kind wird ein rotes Schutzband umgelegt, das es durch sein Leben begleiten sollte. Segen erbitten Buddhisten auch im Zuge von Heiraten für das Ehepaar und deren Haus. Segnungen gibt es auch beim Hausbau sowie bei Einweihungen von Wohnstätten und Firmen.

Daniela Pfennig
daniela@pfennig.at

TIPPS UND TERMINE

Für Körper, Geist und Seele

Vom heilsamen Fasten für die Seele bis zu christlicher Spiritualität und Management reicht der Themenbogen der Veranstaltungen, die bis Mitte März in Tirol stattfinden. Eine Auswahl.

Zell/Ziller, Eltern-Kind-Zentrum, „Gote/Gete-Tag“, Samstag, 22. Februar, 9 Uhr, EKIZ im Wohn- und Pflegeheim Zell am Ziller. Anmeldung im EKIZ oder unter Tel. 0676/4773665.

Schwaz. Die Zeichen der Zeit er-

kennen. Vortrag und Gespräch über die Weichenstellung des Zweiten Vatikanischen Konzils und die Herausforderungen für die Kirche heute. Dienstag, 25. Februar, 19.30 Uhr, Pfarrsaal Maria Himmelfahrt.

Breitenbach am Inn. Heilsames Fasten für Körper, Seele, Geist mit Annemarie Laiminger und Dr. Georg Bramböck am 5. März um 20 Uhr im Gemeinschaftshaus Breitenbach.

Kössen. Verborgene Träume – vergrabene Wünsche. Wie wir die Kraft des Wünschens nutzen können, um glücklich zu sein. Vortrag und Ge-

spräch mit Susanne Hirschbichler am 11. März um 9 Uhr im Pfarrsaal.

Innsbruck. In meiner Kraft. Seminarreihe für Männer zu den Lebensthemen Streit (6. März), Trauer (3. April) und Erfolg (13. Mai). Im Haus der Begegnung (Rennweg 12) jeweils um 18.30 Uhr.

Aschau. Von der Kraft der guten Gedanken. Was kann ich tun, um mehr Motivation und Lebensfreude im Alltag zu finden. Vortrag und Gespräch mit Barbara Pichler am 12. März um 20 Uhr im Widum sowie am 13. März um 19.30 Uhr im

Mehrzweckraum Birgitz.

Matrei am Brenner. Christliche Spiritualität und Management. Seminar für Führungskräfte am 19. März von 9 bis 17 Uhr im Bildungshaus St. Michael.

Kirchbichl, Katholisches Bildungswerk, „Firmung: Kraft für das Leben“, Vortrag mit Gespräch mit Dipl.-Päd. Martina Koidl, Dienstag, 25. Februar, 19 Uhr, Kleiner Pfarrsaal, Pfarrhof Kirchbichl.

Angath-Angerberg-Mariastein,

Frauentreff, „Impressionen vom Jakobsweg. Von Pamplona nach Santiago de Compostela“. Mit Mag. Frieda Moser und Christl Hartlieb. Zeit: Donnerstag, 27. Februar, Beginn um 20 Uhr in der Volksschule Angerberg.

Lienz. Das, was bleibt, ist die Veränderung. Vortrag zum Beginn der Fastenzeit mit Rudi Rumpl am 12. März um 19 Uhr im Bildungshaus Osttirol.

Zusammengestellt von
Andrea Huttegger
und Walter Hölbling
moment@dibk.at

Stehen wird zum Bekenntnis der Auferstehung

Rituelle Handlungen spielen eine große Rolle in der Feier der Liturgie. Über ihre Bedeutung sprach MOMENT mit dem Theologen Dr. Liborius Lumma von der Theologischen Fakultät der Universität Innsbruck.

Die Feier der Liturgie ist voll mit rituellen Handlungen, die ausdrücken wollen, worum es in der Feier geht. Welches „Ritual“ ist Ihnen persönlich das liebste und warum?

Liborius Lumma: Das aufrechte Stehen! Im Alten Testament ist das der wichtigste Gebetsgestus: der Mensch, mit den Füßen geerdet, mit erhobenem Haupt (und den Händen) ausgestreckt zum Himmel. Im griechischen Neuen Testament ist „Aufstehen“ und „Auferstehen“ dasselbe Wort: Stehen wird zum Auferstehungsbekenntnis. Das ist uns fast völlig verloren gegangen. Wer es bequem will, sitzt; wer fromm ist, kniet. Wir stehen nur kurz und nicht gern. Für mich allerdings ist das Stehen – nicht militärisch, aber doch bewusst auch über längere Zeit – zentral, um in der Mitte des christlichen Glaubens anzukommen.

Worin liegt für Sie der Wert rituellen Geschehens im Gottesdienst?

Liborius Lumma: Unsichtbares soll sichtbar gemacht werden. Es gibt vieles, das uns prägt, ohne dass wir es in Worte fassen können: Liebe, Trauer, Hoffnung, Dank... In Kunst und Kultur können sich Menschen dann aber doch darüber austauschen und ausdrücken: Poesie, Musik, Gesten usw. Das gilt auch für die Liturgie, wo dann natürlich alle Riten um christliche Glaubensüberzeugungen kreisen.

Rituale sprechen meistens mehrere Sinne an. Ist das auch im Gottesdienst so oder könnten

hier vertiefende Akzente gesetzt werden?

Liborius Lumma: Wir sind auf Hören und Sehen konzentriert. Fühlen, Riechen und Schmecken liegen im Gottesdienst eher brach. Früher war das Alltagsleben eher trist, da war die bombastische Gestaltung von Kirchen und Gottesdiensten ein bewusster Kontrapunkt. Heute scheinen mir die Vorzeichen umgekehrt: Überall um uns blinkt und lärmt es – da sollten Architektur und Feierkultur mehr aufs Wesentliche konzentrieren helfen. Das Zweite Vatikanum spricht von „edler Schlichtheit“. Das gleitet leider oft in „Schlichtheit“ ab, wird banal und langweilig. Gerade das „Edle“ verlangt aber hohe kulturelle Fähigkeiten.

Verstehen die Menschen die Riten im Gottesdienst? Was braucht es, um neue Zugänge dazu zu schaffen?

Liborius Lumma: Riten sind nicht zum Verstehen da, sondern sollen für sich selbst sprechen. Christliche Rituale haben sich über Jahrhunderte entwickelt, da findet nicht jeder sofort Zugang. Ich meine, wir sollten unser reiches Erbe nicht aufgeben, aber auch Brücken bauen, indem wir elementarisierte Feierformen kultivieren: Grunderfahrungen von Gestik, Gesang, Stille usw. Wer so etwas gestaltet, müsste aber auch über das nötige Wissen und vor allem die nötige ästhetische Kompetenz verfügen.

Das Interview führte
Walter Hölbling.
walter.hoelbling@dibk.at

ZUM NACHLESEN

Buchtipps:

Liborius Olaf Lumma: „Crashkurs Liturgie. Eine kurze Einführung in den katholischen Gottesdienst“. Erschienen im Pustet Verlag, 17,50 Euro



Auch beim Vorlesen lebt Familie Kurz ihr eigenes Ritual: Dafür gibt es einen bestimmten Platz in der Wohnung und oft wird auf Wunsch der Töchter wochenlang dasselbe Buch durchgeblättert.

Foto: Pfennig

Vertraute Rituale stärken Familien

Familien erhalten durch Rituale eine besondere Identität. Wozu sind die immer gleichen Abläufe im Familienleben aber gut?

Nach dem Abendessen spielen, den Pyjama anziehen, Zähne putzen, im Bett mit der Schwester plaudern, gemeinsam den Sandmann singen und sich verabschieden. Dieses Ritual wiederholt sich bei Familie Kurz jeden Abend. Rituale sind nicht nur für Kinder, sondern für die ganze Familie wichtig. Sie regeln Tages- und Jahresabläufe, geben Sicherheit und Orientierung und vermitteln Ruhe. Das Dekorieren nach Jahreszeiten und Festen ist für Familie Kurz Pflicht. „Eine schöne Dekoration ist uns allen wichtig und die Kinder helfen gerne beim Basteln. Besonders im Kinderzimmer muss sie passend sein“, schmunzelt Magdalena Kurz-Pohl.

Die den Jahreszeiten angepasste Dekoration schafft Oasen, an denen sich Familie Kurz bewusst Zeit füreinander nimmt: Gerade in der Oster- und Adventszeit wird Gemeinschaft in Familie und Nachbarschaft bewusst gelebt. Viele Rituale bringen die

Kinder vom Kindergarten mit. Sie sind wertvolle Impulse, um sich gegenseitig Zeit zu schenken – etwa an Geburtstagen: eine Karte basteln, das Geburtstagslied singen, ein Geschenk überreichen.

Ritualhaften Charakter hat auch der monatliche Familiengottesdienst, in dessen Anschluss gemeinsam mit anderen Familien im Pfarrsaal gekocht und gegessen wird. Rituale drücken Gemeinschaft aus und unterstützen

„Die Rituale der Kindheit begleiten ein Leben lang. Eltern haben hier große Einflussmöglichkeiten, indem sie die Rituale bewusst gestalten.“

Helene Daxecker-Okon

eine Familie beim Zusammenwachsen: „Wir legen viel Wert auf das gemeinsame Essen. Das Sitzenbleiben – auch wenn die Kinder nicht viel Sitzfleisch haben – ist uns wichtig. Wir vermitteln ihnen, dass es nicht selbstverständlich ist, dass wir alle genug und vor allem gutes Essen haben“, erklärt David Kurz. Gemeinsame Mahlzeiten schätzen sie als wertvolle Zeit zum Erzählen, Aus-

tauschen und Zuhören.

„Jede Familie entwickelt ihre eigenen Rituale, die Ausdruck des Miteinanders sind und das Wir-Gefühl stärken. Sie machen Familien einzigartig“, weiß Helene Daxecker-Okon, Fachreferentin des Familienreferats der Diözese Innsbruck. Ihre Erfahrung zeigt, dass sich viele Familientraditionen aus den Kindheitserfahrungen beider Elternteile zusammensetzen. „Wir haben einiges aus unserer Kindheit übernommen, machen vieles aber bewusst anders. Jede Familie muss selbst herausfinden, was für sie stimmig ist“, ist David Kurz überzeugt.

Familie Kurz versucht, alles, was das Leben mit sich bringt – von der Geburt über Feste im Jahreslauf bis hin zu Krankheit und Sterben –, in den Alltag zu integrieren und mit den Kindern zu gestalten. Diese Lebensabschnitte finden Ausdruck in einfachen Ritualen, die helfen, mit unterschiedlichen Situationen umzugehen: „Die Töchter basteln eine Karte, wenn jemand krank ist, freuen sich über die Geburt eines Kindes oder gehen bei Beerdigungen mit, um sich zu verabschieden“, so Magdalena Kurz-Pohl.

Daniela Pfennig
daniela@pfennig.at

RITUAL VERSUS GEWOHNHEIT

Zwischen Gewohnheit und Ritual. Um zirka 6.45 Uhr drückt Elena auf den On/Off-Knopf der Kaffeemaschine. Während der Kaffee in die Tasse läuft, bereitet sie mit Vorfreude auf das Frühstück eine Scheibe Vollkornbrot mit Butter und Honig darauf vor. Danach nimmt sie den Kaffee in die rechte Hand, führt ihre Nase ganz nah zur Tasse – Elena liebt diesen Duft am Morgen – und setzt sich an den Frühstückstisch. Es ist ruhig, nur leise hört sie heute

einige Regentropfen an das Fenster hinter ihr prasseln. Elena zündet eine Kerze in der Mitte des Tisches an. Sie genießt ihr Honigbrot und den Kaffee, währenddessen schaut sie immer wieder in das Licht der Kerze. Dieser allmorgendliche Moment ist der jungen Frau „heilig“, er lässt sie zur Ruhe kommen, bereitet auf den Tag vor. – Pure Gewohnheit oder doch Ritual?

Ritual definiert sich als Handlung, die einen eindeutigen Beginn so-

wie einen geordneten Ablauf hat und ein klares Ende erkennen lässt. Ein Ritual ist wiederholbar, hat meist hohen Symbolgehalt und wird mehr oder weniger in feierlicher Weise durchgeführt. Eine rituelle Handlung wird ganz bewusst im Moment erlebt. Elenas Ablauf am Morgen kann also durchaus als eine Art Ritual bezeichnet werden.

Andrea Huttegger
andrea.huttegger@komm.kirchen.net



Liborius Lumma ist Univ.-Assistent am Institut für Bibelwissenschaften und Historische Theologie der Universität Innsbruck. Foto: Stanger



Moment

21. Februar 2014 – Sonderbeilage

Gründungsherausgeber: Komm.-Rat Joseph S. Moser, April 1993f;
Herausgeber: Gesellschafterversammlung der Moser Holding AG; Medieninhaber (Verleger): Schlüsselverlag J. S. Moser GmbH.; Hersteller: Intergraphik Ges. m. b. H.; Sonderpublikationen, Leitung: Frank Tschoner; Redaktionelle Koordination: Karin Bauer, Christa Hofer. Redaktion: Karin Bauer, Heike Fink, Angelika Gassner, Walter Hölbling, Christa Hofer, Andrea Huttegger, Andreas Krzyzan, Wolfgang Kumpfmüller, Daniela Pfennig.
Diözese Innsbruck, Abteilung ÖA: Karin Bauer. Erzdiözese Salzburg, Amt für Kommunikation: Wolfgang Kumpfmüller.

Anschrift für alle: Brunecker Straße 3, 6020 Innsbruck, Postfach 578,
Tel. 0 512/53 54-0, Fax 0 512/53 54-3577. moment@dibk.at

