

Barbara Lehner: «Rituale setzen Wegmarken»

Rituale sind ein symbolhafter Ausdruck der Verbundenheit und des Vertrauens auf etwas Höheres. Mit dem Innehalten im Ritual verbinden wir uns im Jahreskreis und im Alltag mit dem grossen Bogen unseres Lebens. Wir bitten um Schutz und Segen und danken für das Kostbare unseres Lebens.



Barbara Lehner

INTERVIEW:
MONIKA FISCHER

Monika Fischer: *Wie definieren Sie ein Ritual im Unterschied zu Gewohnheiten? Gibt es auch säkulare Rituale?*

Barbara Lehner: Ein Ritual ist ein festgelegter, sich meist wiederholender Handlungsablauf, der symbolische Bedeutung besitzt. Das bewusste Ausführen einer Handlung mit Worten, Gesten und Gegenständen in einer bestimmten symbolischen Absicht unterscheidet Rituale (z. B. das Segnen eines Brotes vor dem Anschneiden) von Gewohnheiten (frühmorgens ein Glas Wasser trinken). Wird bewusst Bezug zu einer höheren Macht, einer göttlichen Dimension hergestellt, so wird ein säkulares Ritual (Lichtanzünden als Symbol für «Ich denke an dich») zum religiösen Ritual.

Gab es denn schon immer Rituale? Wo ist ihr Ursprung?

Rituale entstanden dort, wo die Menschen um Schutz, Wohlerge-

hen und Segen baten. Die Schwellenmomente des Lebens – Geburt, Eintritt ins Erwachsenenalter, Heirat, Übernahme einer gesellschaftlichen Aufgabe und Tod – waren und sind Zeiten des Rituals. Jede Kultur und Religion hat ihre eigenen Übergangsrituale, ihre «rites de passage». Unsere Grosseltern und Eltern wurden noch in ein gemeinsames Verständnis von Riten (einer festgelegten liturgischen Ordnung) und in eine gemeinsame Sprache hineingeboren.

Hat sich da nicht sehr vieles verändert?

Ja, das ist so. Die gemeinsame Sprache und das gemeinsame Ritualverständnis gingen in den vergangenen Jahren verloren. Heute verstehen viele Menschen die Symbolik der traditionellen Rituale nicht mehr. Wenn ich eine Trauerfeier für eine Person katholischen Glaubens gestalten kann, kann ich nicht mehr davon ausgehen, dass alle Anwesenden die Bedeutung des Weihwassers kennen oder ein Vaterunser auswendig beten können.

Zudem muss ich in der symbolisch-religiösen Mehrsprachigkeit unserer Postmoderne nach neuen Symbolen und Zeichen suchen, da die alten die Menschen oft nicht mehr erreichen. Ich muss von der Lebenswelt der betroffenen Menschen ausgehen, die wichtigsten Themen herauskristallisieren und diese mit dem Wissen nach der «rituellen Grundgrammatik» symbolisch umsetzen. So kann ich ein stimmiges Ritual gestalten, in dem sich die Menschen persönlich angesprochen fühlen und das ihnen in ihrer Situation Kraft gibt.

Aber Rituale finden wir ja nicht nur an Schwellensituationen des Lebens.

Ja, ethnologisch gesehen gibt es zwei Grundkategorien von Ritu-

alen. Da ist zum einen das Feiern der genannten besonderen Augenblicke des Lebens. Diese Übergänge, Höhepunkte und Lebenskrisen fragen nach dem Sinn und der Sehnsucht nach dem Gelingen des Lebens. Sodann gibt es die besonderen Zeiten im Jahreskreis oder im Alltag, die uns in ihrer Wiederholung Orientierung und Halt schenken. Dazu gehören neben den Alltagsritualen wiederkehrende Ereignisse und Abläufe wie Jahrestage, Geburtstage, das Feiern des Jahreskreises (Weihnachten, Silvester, Fasnacht usw.).

Ich erfahre, dass Rituale für den modernen Menschen in unserer schnelllebigen Zeit besonders wichtig sind. Warum ist das so?

Wir leben in einer flexibilisierten Welt. Umstrukturierungen prägen unseren Arbeitsalltag. Die hohe Mobilität hat viele von uns zu modernen Nomaden gemacht. Angesichts dieses ständigen Wechsels und Unterwegsseins steigt das Bedürfnis nach Gewohnheiten, Ruhepolen, Fixpunkten und Wegmarken. Da kein Mensch ständig in Bewegung und aktiv sein kann, wächst das Bedürfnis nach Ruhezeiten, nach Momenten des Innehaltens. Von Aussen durch ständig wachsende Ansprüche gefordert, suchen Menschen vermehrt Orientierung und Halt für ihr Inneres. Das hohe Interesse an Meditationspraktiken oder niederschwellige Angebote wie die Bahnhofkirche sind Zeugen dieser Tendenz.

Rituale unterstützen und gestalten diese Zwischenräume. In Krisenzeiten sind wir zudem auf das Getragensein in einem grösseren Kreis angewiesen. Als Trauerbegleiterin erfahre ich, wie die Kraft der Gemeinschaft und das Eingebundensein in etwas Grösseres hilft, um die Durchgänge und Ohnmachtssituationen des Lebens zu bestehen.



**Stimmige
Atmosphäre –
wichtig für
das Gelingen.
(Bilder: zvg.)**

Kraftfelder der Verbundenheit

Wenn mehrere Personen sich an verschiedenen Orten an einem Ritual beteiligen, kann ein Kraftfeld der Verbundenheit entstehen. «Novenen» nannte man früher das inständige Bitten um Hilfe in Momenten der Entscheidung und der Krise. Während neun Tagen wurde von mehreren Menschen ein bestimmtes Gebet mit einer bestimmten Bitte gesprochen.

An diese Tradition erinnerte mich die folgende Idee einer Bekannten. Sie organisierte für ihre Freundin ein «Netz der Verbundenheit», um sie während der Strahlentherapie zu unterstützen. Alle Beteiligten hörten zur selben Zeit dasselbe Musikstück und schickten ihre guten Gedanken und Gebete zur Frau ins Spital. Diese hörte während der Behandlung dieselbe Musik und fühlte sich dadurch von den beteiligten Menschen und ihren guten Gedanken getragen.

Barbara Lehner

Wie aber können wir mit einem einfachen Ritual innehalten und zur Ruhe kommen?

Wichtig sind das bewusste Innehalten, die Wiederholung und das Einhalten der besonderen Zeit. Das kann ein Gebet oder eine Meditation sein. Ich pflegte lange ein tägliches Ritual mit meiner Uhr. Morgens, wenn ich sie anzog, betrachtete ich für eine kurze Weile ihr Zifferblatt und erinnerte mich daran, dass meine Zeit begrenzt ist und dass angesichts dieser Endlichkeit jeder Augenblick kostbar ist.

So bat ich darum, dass ich die Minuten und Stunden dieses Tages bewusst und achtsam leben kann, dass ich offen bin für die Überraschungen und Geschenke des Tages und dass ich Beistand im Schweren erfahren darf. Abends, wenn ich die Uhr auszog, hielt ich ebenfalls ein paar Atemzüge inne, betrachtete das Zifferblatt und erinnerte mich an die Geschehnisse und Begegnungen des Tages. Ich dankte für das Gute und für die Herausforderungen dieses Tages und legte alles in Gottes Hand. □

Barbara Lehner ist freischaffende katholische Theologin, Ethnologin, Ritual- und Trauerbegleiterin. Sie lebt in Luzern. Website: www.lebensgrund.ch

Monika Fischer ist freischaffende Journalistin und lebt in Reiden LU.