

In der Fachschule für Rituale bilden Sie sich berufsbegleitend aus zur Fachperson für Rituale. Infos siehe www.schule-fuer-rituale.ch

Rituale prägen den Alltag

Unzählige Rituale begleiten den Menschen vom Morgen bis zum Abend, von der Geburt bis zum Tod. Selbst in unserer rationalen Zeit sind diese definierten Handlungsabläufe gefragt denn je. Weil sie das Leben auf unterschiedliche Weise zusammenhalten.

Schon ein Ritual gehabt heute? Beim Aufstehen, bei der Toilette, beim Frühstück oder auf dem Weg zur Arbeit? Nicht alles, was ein Mensch im Verlaufe eines Tages in schöner Regelmässigkeit immer wieder macht, vom Zähneputzen und den Yoga-Übungen bis zum Gutenachtkuss für den Partner ist ein Ritual. „Rituale gehören zum Alltag, auch wenn nicht alles Ritual ist, was wir für ein Ritual halten“, sagt der St.Galler Psychotherapeut und Supervisor Klaus Beeler. Hinter einem Ritual stehe stets eine bestimmte Absicht. Leider würden in unserer Gesellschaft Rituale immer wieder mit Hexerei, Schwarzer Magie oder Sekten in Verbindung gebracht. Dabei sind Rituale, oder Riten, wie sie früher genannt wurden, uralte. Der Ritus hat religiöse, transzendente und existentielle Verbindungen und schliesst nur jene ein, die ihn pflegen. Die anderen stehen abseits. Rituale stiften Öffentlichkeit und versichern die Teilnehmer in ihrem Status in der Gesellschaft.

RITUALE IN DER POLITIK

Rituale gibt es überall. In der Familie, in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Politik. „Jede Staatsform kennt ihre Rituale. Denn schliesslich muss die Politik ja für alle fassbar und sichtbar gemacht werden“, hat Bundesrat Moritz Leuenberger einmal gesagt. Was Wunder, wenn sich selbst in der republikanisch-nüchternen Schweiz so mancher Bürger im Bedürfnis nach dem rhythmisierten Kollektiv, nach Glanz und Kitsch auch in der Politik sehne. Rituale leben von Symbolik und sprechen zunächst das Herz, erst später den Verstand an.

Rituale gibt es viele in der Politik. Wenn sich der Bundespräsident bei der Eröffnung des Genfer Automobilsalons mit der Miss Schweiz in Pose wirft, ist das immer ein begehrter Schnappschuss für die Medien. Die Eröffnung der Olma in St.Gallen findet nicht ohne einen Bundesrat statt, dem ein Tier in die Hand gedrückt wird. Landsgemeinden, wie sie heute Appenzell Innerrhoden und Glarus noch kennen, folgen ganz bestimmten, jahrhundertealten Ritualen.

Ein Glück, dass die Politik vom Verstand und vom Herzen lebt. Leuenberger: „Politik, die sich einzig und allein auf die Ratio berief, hat auch die Guillotine und Verbrechen gegen die Menschlichkeit legitimiert. Politik, die einzig aus dem Bauch heraus betrieben wird, kann zur Demagogie und Beliebigkeit verkommen.“ Die Zeiten können sich ändern. Immer weniger Bürger kommen ihrer Stimmpflicht mit dem Gang zur Abstimmurne nach. „Trauern wir nicht den geliebten Formen nach, denn für sie finden sich ja auch neue Inhalte“, spendet der Bundesrat Trost.

RITUALE IM AUFSCHWUNG

„Die Rituale erleben eine Renaissance“, ist Klaus Beeler überzeugt. Der Mensch habe ein natürliches Bedürfnis nach Ritualen. Da mögen beispielsweise noch so viele aus der Kirche austreten, in wichtigen Übergangsphasen ihres Lebens, bei Geburt, Taufe, Hochzeit, Scheidung und Beerdigung nehme das Interesse an einem Ritual stark zu.

Im Verlaufe seines Lebens begegnet der Mensch den unterschiedlichsten Arten von Ritualen: Es gibt Steuerungsrituale, Wachstumsrituale, Veränderungsrituale, Stimmungsrituale, Einweihungsrituale, Übergangsrituale. Die Alltagsrituale sind sehr oft eher Gewohnheiten. Der Tag hat seinen eigenen Rhythmus. Zwischen Aufstehen und zu Bett gehen platziert fast jeder Mensch seine eigenen, kleinen und für ihn wichtigen Rituale. Er liest am Frühstückstisch die Zeitung, trinkt seine Tasse Kaffee, kaum ist er im Büro eingetroffen, isst im Restaurant immer am gleichen Tisch zu Mittag, nimmt auf dem Heimweg stets die gleiche Abkürzung.

Rituale des Alltags sind Räume, in denen wir unseren Gedanken, Erinnerungen, Sehnsüchten, Wünschen und Fantasien nachgehen können. Der Psychologe Sigmund Freud hat einmal gesagt, ritualisierte Handlungen trügen uns durch den Tag.

STRUDEL DES LEBENS

Rituale sind uralt. Laut „Meyers Enzyklopädischem Lexikon“ ist der Ritus die „ursprüngliche Bezeichnung für einen Handlungsablauf, der mit religiöser Zielsetzung in seinen Bestandteilen genau festgelegten Regeln folgt und deshalb, weitgehend unabhängig von räumlichen und zeitlichen Umständen, als identisch wiederholbar erscheint“. Das Ritual hat bis heute religiöse, transzendente und existentielle Verbindungen.

Die Appenzellerin Myrta Grob Käser zelebriert Rituale sowohl im Privaten als auch in ihrem Beruf als Katechetin. Jede Religionsstunde beginnt sie mit einem Ritual. Die Kinder sitzen im Kreis, die Lehrerin erzeugt mit einem Klöppel auf einer Klangschale einen Ton. So lange dieser erklingt, bleiben alle still. Erst wer den Sprechstab in Händen hält, darf zu sich selbst und seinem Befinden etwas sagen. „Dieses Ritual hilft mir, die Stunde gut zu beginnen“, sagt Myrta Grob.

Rituale sollen bewusst in den (Berufs)Alltag integriert werden, sagen die Initianten der ersten Schweizer Fachschule für Rituale (www.schule-fuer-rituale.ch). Sei es der Architekt, der den ersten Spatenstich und das Aufrichtefest feiert, die Köchin, die ihren Kochkünsten rituellen Charakter verleiht, die Kindergärtnerin, die mit ihren Kleinen den Jahreslauf begeht.

Egal, ob im beruflichen oder privaten Leben: Mit den gepflegten Ritualen erhält sich ein jeder die Zuversicht, in den Strudeln des Lebens den Überblick zu behalten.

NACHGEFRAGT

Nachgefragt bei Susanna Maeder Iten (35), Ritualgeleiterin aus Bubikon (ZH). Sie arbeitet als Gesangspädagogin, ist Leiterin von „rituellen“ Chören und Mitbegründerin der Fachschule für Rituale.

Jeder Mensch hat seine Rituale. Und jeder versteht etwas anderes darunter. Was sind Rituale? Viele Elemente sind für ein Ritual wesentlich: Der Anlass gibt dem Ritual die Absicht, den Rahmen und die Struktur. Dann wird das Ritual an einem ganz bestimmten Ort durchgeführt. Ein Ritual lebt weiter von Symbolen, welche bewusst eingesetzt werden, um etwas zu veranschaulichen.

Viele Handlungen, welche ich mit ganzer Aufmerksamkeit durchführe, können rituellen Charakter haben. Oder umgekehrt: Das schönste Ritual, welches ohne innere Beteiligung durchgeführt wird, wirkt blutleer und langweilig.

Warum können sich Rituale, allen modernen Veränderungen zum Trotz, so hartnäckig halten? Weil sie den Menschen Sicherheit und Halt in einer unruhigen, schnelllebigen Zeit geben. Rituale sind Anker im menschlichen Dasein. Gerade weil die moderne Gesellschaft geprägt ist von Äusserlichkeiten und Unsicherheit, können sich Rituale nicht nur halten, sondern werden sogar wieder richtiggehend populär.

Rituale schaffen Ordnung und Strukturen: Sind sie deshalb aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken? Einerseits sind es die Ordnung und die Strukturen, welche für unseren Alltag und für ein Leben miteinander von zentraler Bedeutung sind. Auf der anderen Seite sind Rituale auch eine sinnliche und sinn-hafte Nahrung: Nahrung für die Seele, den Geist und für mein menschliches Dasein. Rituale gibt es überall: In der Familie, in der Schule, am Arbeitsplatz, in der Politik. Das Leben wäre chaotisch, haltlos und fad ohne Rituale.

Ein Leben ohne Rituale wird es also nie geben?

Rituale gibt es, seit es den Menschen gibt. Es ist ein menschliches Bedürfnis, die Rhythmen und Zyklen des Lebens, welchen wir unterworfen sind, zu ritualisieren, um uns im Leben zurecht zu finden.

Sie haben eine Schule für Rituale mitbegründet. Was ist Sinn und Zweck einer solchen Schule? Die "Fachschule für Rituale" ist gegründet worden, weil in unserer Gesellschaft plötzlich ein neuer

Berufszweig entstanden ist. Nämlich den der "Ritualbegleiterin", der "Ritualmoderatorin" oder des "Ritualgestalters". Viele Menschen sind heute wieder auf der Suche nach tiefen und beseelten Ritualen. Dies einerseits, um ihrem Leben im Alltag mehr Erfüllung, Halt und Sinn zu geben. Andererseits gibt es immer mehr Menschen, welche aus der Kirche ausgetreten sind und trotzdem eine Hochzeit, eine Taufe oder eine Bestattung in einem spirituellen Sinne feiern möchten. Sinn der Ritualschule ist es, fähige Leute darin auszubilden, Menschen durch individuelle Ritualgestaltung in Lebensübergängen zu begleiten.

RITUALE BEI TISCH

An keinem anderen Ort wird ein Mensch so stark sozialisiert wie am Tisch. Essensrituale dienen dabei nicht nur dem Gemeinschaftlichen und dem Kulinarischen, sie werden auch dazu benutzt, Autonomiebestrebungen einzudämmen. „Nimm die Schuhe vom Tisch“ – „Wasch dir die Hände, bevor du an den Tisch kommst“ – „Was auf den Tisch kommt, wird gegessen“. Wer kennt sie nicht, die zahlreichen Befehle, die jedes Kind von früh an begleiten? Moral, Askese, Sauberkeit oder Dankbarkeit gehen am Tisch einher mit Ordnung, Fleiss und Sparsamkeit.

Das Essen wird dazu genutzt, um soziale Zugehörigkeit und Gemeinsamkeiten herzustellen. Vorausgesetzt, die Familie findet in unserer mobilen und schnelllebigen Fast-Food-Zeit einmal am Tag überhaupt noch einen Termin, der Kinder und Eltern an einen Tisch bringt. Tischrituale zielen auf die richtige und gemeinsame Handlung, die für alle verbindlich ist. „Guten Appetit alle miteinander!“

Thomas Schneider / Thomas Wegmüller