

Rituale - mehr als religiöse Relikte

Sinn erfahren mit Ritualen

von Lukas Niederberger

in: ES GLAUBT. Suchen nach Spiritualität und Glauben, Verlag L. Müller 2008

Die Kirchenbänke am Sonntagmorgen sind fast leer. Dennoch spricht man von der „Rückkehr des Religiösen“. Religion spielt inmitten von säkularen, profanen Gesellschaften nach wie vor eine prägende Rolle, nicht so sehr sozialpolitisch als vielmehr im privaten Bereich von Ethik und Spiritualität. Und selbstverständlich in der emotional stärksten Dimension des Religiösen: der individuellen feierlichen Gestaltung biografischer Eckdaten wie Geburt, Eheschliessung und Tod. Rituale enthalten aber nicht nur eine emotionale Funktion, sondern lassen Menschen und Gruppen seit Urzeiten rund um den Erdball erleben, dass Sinngebung nicht nur auf religiösen Theorien und Lehren gründet, sondern auf der alltäglichen, konkreten und sinnlich erfahrbaren Praxis in allen gesellschaftlichen Bereichen. Zwar haben sich in den letzten 100 Jahren Definitionen und Theorien von Ritualen vom religiösen Kontext emanzipiert. Ritualstudien befassen sich mehr mit speziellen Handlungen und Zeremonien in den Bereichen Sport, Politik, Kunst, Werbung, Massenkultur und Psychotherapie als mit religiösen Taufen und Hochzeiten. Aber unabhängig vom persönlichen religiösen Glauben hat der Mensch bis heute ein archaisches Bedürfnis bewahrt, die „moments forts“ des Lebens bewusst zu feiern. Viele Zeitgenossen pflegen eine ambivalente Haltung gegenüber Ritualen: von euphorischer Anziehung durch buddhistische oder schamanistische Praktiken bis zu aggressiver Ablehnung von kirchlichen Zeremonien. Die einen ergötzen sich vor dem Fernseher an einer Prinzenhochzeit, die anderen kritisieren die sinnentleerten Paraden in Sport und Politik. Gefeierte wird viel, aber darüber reflektiert wird eher selten. Der tiefere Sinn von traditionell-religiösen und modern-profanen Ritualen - ob Karneval oder Tannenbaum, Kindersalbung oder Maibäume - ist vielen unbekannt, ebenso der Unterschied zwischen Ritualen und alltäglichen Routinehandlungen. Was erhebt wiederkehrende Handlungen wie den morgendlichen Espresso und die Dusche oder die ausführliche Zeitungslektüre beim sonntäglichen Brunch zum Ritual? Der Cellist, Komponist und Dirigent Pablo Casals schreibt:

"Die letzten 80 Jahre habe ich jeden Morgen auf dieselbe Weise begonnen, nicht etwa mechanisch, aus blosser Routine, sondern weil es wesentlich ist für meinen Alltag: Ich gehe ans Klavier und spiele zwei Präludien und zwei Fugen von Bach. Anders kann ich es mir gar nicht vorstellen. Es ist so etwas wie ein Haussegen, aber es bedeutet mir noch mehr: die immer neue Wiederentdeckung einer Welt, der anzugehören ich mich freue. Durchdrungen von dem Bewusstsein, hier dem Wunder des Lebens selbst zu begegnen, erlebe ich staunend das schier Unglaubliche: ein Mensch zu sein."

Es ist der tiefere Sinn und der höhere Gehalt an Bedeutung und Zeichenhaftigkeit hinter den Symbolen und Gesten, die eine Routinehandlung zur sinnerfüllten und implizit religiösen Erfahrung werden lassen. Rituale müssen dem Menschen nicht zwingend seine Verwiesenheit auf Gott vor Augen führen. Rituale enthalten dadurch eine religiöse Dimension, dass sie den Menschen aus der Alltagswirklichkeit heraus heben und ihn auf einen grösseren Sinnzusammenhang hin orientieren. Rituale verleihen dem Alltag, dem Jahreskreis oder dem Lebenslauf mehr Tiefe und Bewusstheit, Ordnung und Orientierung, Schönheit und Sinn. Die tiefere Bedeutung eines Rituals muss weder göttlicher Natur sein noch muss sie zwingend einen anderen positiven Wert enthalten. Durch Rituale kann man auch verdrängte und sozial negativ bewertete Aggressionen und Gewaltfantasien im Sinn einer Sublimationshandlung ausleben, etwa in den bekannten Hahnenkämpfen auf Bali oder in den spanischen Stierkämpfen.

Neben dem tieferen Sinngehalt gibt es aber eine Fülle weiterer Merkmale, die ein Ritual von anderen wiederkehrenden Routinehandlungen unterscheidet:

„Das Ritual ist eine Handlung oder Handlungsabfolge, die zu einem bestimmten Zeitpunkt und an einem bestimmten Ort einmalig oder regelmässig, mit emotionaler, engagierter Beteiligung und mit festgelegten, verständlichen und sinnlich wahrnehmbaren Worten, Zeichen, Symbolen und/oder Gesten in einem bestimmten Kontext (religiös, politisch, betrieblich, familiär) ausgeführt wird, um bestimmte Momente im Alltag, wiederkehrende Zeiten im Jahreskreis oder Übergangs- und Veränderungsprozesse mit einem bestimmten Ziel und mit einem tieferen Sinn bewusst zu gestalten.“

Manchmal fallen Rituale kaum als solche auf, weil sie nicht zwingend feierliche Gesten enthalten. Auch Worte können Handlungen und somit Rituale sein. Performative Aussagen wie „ich nehme dich zu meiner Frau“, „ich taufe dieses Schiff auf den Namen ‚Panta Rhei‘“, „wir erklären Irak den Krieg“, „ich entschuldige mich für die Unachtsamkeit“ und selbst ein „Guten Morgen, mein Schatz!“ sind gleichzeitig Handlungen, es sei denn, die Worte werden auf der Theaterbühne gesprochen und bewirken keine existenzielle Veränderung.

In der Ritualforschung gibt es mehrere Arten, die Fülle von möglichen Symbolhandlungen zu kategorisieren. Leonardo Boff betrachtet Rituale unter dem Aspekt der drei erkenntnistheoretischen Ebenen: Immanenz, Transparenz und Transzendenz. Immanenz meint das sinnlich Wahrnehmbare einer Handlung: bestimmte Klänge, Düfte, Berührungen, Eingriffe in den Körper, Essen, Trinken, Verkleidung, Körperhandlungen, Körperbewegungen, Musik, Gesang, Tanz, Objekte, Ansprachen, Versammlungen, Waschungen etc. Transparenz meint die Entschlüsselbarkeit und Verständlichkeit einer rituellen Handlung für alle Beteiligten oder Beobachtenden. Es ist peinlich, wenn etwa junge Eltern in einem Buch ein Ritual aus Naturreligionen entdecken und dann am Weihnachtsabend mit ihrer Familie beispielsweise im Wald um ein Feuer tanzen und die Grosseltern stehen völlig frustriert im Kreis, weil der tiefere Sinn - die Ebene der Transzendenz - dieser Zeremonie für sie nicht nachvollziehbar und transparent ist. Die transzendente Ebene von Ritualen besagt, dass es bei Symbolhandlungen gleichzeitig um Sinnliches und Übersinnliches, Materielles und Spirituelles geht.

Eine Handlung - ob sakral oder profan - wird dann rituell, wenn es dabei nicht mehr allein um die "Sache" geht, sondern wenn sie auf einen höheren Sinn hinweist und sich dadurch von einer reinen Routinehandlung unterscheidet. Es ist ein Unterschied, ob ich eine Kerze anzünde, weil es in einer Berghütte ohne Strom dunkel und kalt ist, oder ob ich die Kerze bei einer Trauerfeier anzünde, um die Verbundenheit mit den Abwesenden und Verstorbenen auszudrücken. Manche halten die erste Tasse Espresso am Morgen für ein Ritual. Der tiefere Sinn dieser Handlung ist aber nicht zwingend gegeben. Wenn ich hingegen bei einer Familie zu Gast bin und sie bietet mir einen Kaffee an, dann ist dies ein Zeichen von Gastfreundschaft. Selbst wenn ich an diesem Tag schon mehr als genug Koffein konsumiert habe, werde ich diese zusätzliche Tasse darum nicht ablehnen. Eltern singen abends auf der Bettkante ihrer Kinder das immer gleiche Lied nicht darum, weil sie für einen Gesangswettbewerb üben, sondern um dem Kind ein tiefes Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln. Eine ähnliche Funktion kommt übrigens auch den TV- und Radio-Nachrichten für die Erwachsenen zu. Selbstverständlich geht es in den Sendungen vordergründig um die Vermittlung von Informationen. Aber auf der uneigentlichen Ebene ist die Tatsache sehr wichtig, dass diese Sendungen jeden Tag genau zur gleichen Zeit beginnen, um so ein Grundgefühl von Sicherheit inmitten einer chaotischen Welt zu vermitteln. Selbst beim Furcht erregenden TV-Krimi darf der Zuschauer davon ausgehen, dass etwa 5 Minuten vor Sendeschluss der Täter gefasst wird. Rituale schaffen aber nicht nur Sicherheit und Geborgenheit.

Traditionell-religiöse wie auch modern-profane Rituale schaffen als über-individuelle und transzendente Handlungen gerade in multikulturellen und multireligiösen Zivilisationen Identität und Gruppensolidarität -speziell in Subkulturen. Säkulare Institutionen wie bestimmte Sportarten und ihre Clubs, Musikstile und ihre Bands, Unternehmen und ihre Brands, Kleiderfirmen und ihre Labels sowie TV-Kanäle und ihre Stars sind heute mindestens so identitätsstiftend wie religiöse Gemeinschaften. Und doch ist nicht jede Handlung und jedes Symbol, das dem Menschen Sicherheit, Struktur und Identität inmitten der alltäglichen Vielfalt und Unordnung schenkt, bereits ein Ritual.

In der Ritualforschung werden Symbolhandlungen meistens entsprechend der Biographie des Menschen untersucht: von der Geburt über die Pubertät bis zum Altern und Sterben. Andere teilen Rituale nach den verschiedenen Lebensbereichen und dem gesellschaftlichen Kontext ein: in persönliche Performances, partnerschaftliche und interpersonale Umgangsformen, familiäre Traditionen, berufliche Riten, kirchliche Liturgien, politische Zeremonien, technisch-magische Akte und theatralisch-spielerische Feiern. Um das Bewusstsein für Rituale im eigenen Alltag wie auch in der Zivilgesellschaft leichter zu erkennen und zu deuten, ziehe ich die Einteilung von Ritualen gemäss ihrer Frequenz vor. Je nach Häufigkeit der Wiederholung handelt es sich um einmalige Übergangsrituale (z.B. bei Geburt und Tod), um zyklisch wiederkehrende Symbolhandlungen (z.B. Geburtstag und Weihnachten) oder um Alltagsrituale (z.B. Begrüßungsformen und Abendgebet). Alltagsrituale lassen sich manchmal nur schwer von Routinehandlungen unterscheiden. Wenn man der Werbung Glauben schenken will, bedeutet der Genuss einer Zigarette für den Kettenraucher Freiheit und Lebendigkeit, während für den Beobachter der Sinn des Rauchens im unmittelbaren Genuss der Handlung selbst liegt.

Zyklische Rituale im Rhythmus des Sonnen- oder Mondkalenders markieren wichtige Daten, die je nach Kultur besonders gefeiert werden: Muttertag, Ferien, Jahreswechsel, Sonnenwende sowie zentrale religiöse Festzeiten. Sowohl bei alltäglichen als auch bei zyklischen Ritualen stellt sich das Problem, dass ursprünglich sinnvolle symbolische Gesten und Zeichen mit der Zeit zu Zwangshandlungen werden können, die sinnentleert sind und nur noch der Form halber begangen werden. Das betrifft das tägliche Telefongespräch zwischen Verliebten, das allmählich zur stressigen Belastung werden kann, ebenso wie die alljährlichen Diskussionen in manchen Familien, ob man zu Weihnachten aus ökologischen Gründen einen Christbaum aufrichtet oder nicht.

Bewusst gefeierte Schwellen- oder Übergangsrituale erleben seit einigen Jahren eine wachsende Popularität. Und während die Zahl von kirchlichen Zelebranten, Taufen und Hochzeiten im Westen sinkt, steigt die Zahl professioneller Ritualbegleiter und neuer Ritualformen. Schwellenrituale betonen und begleiten wichtige Lebensübergänge, Veränderungs- und Wandlungsprozesse, ob Orts-, Zustands-, Positions- oder Altersgruppenübergänge.

Eine letzte Möglichkeit der Kategorisierung von Ritualen erfolgt entsprechend der den Ritualen inne wohnenden Phasen. Rituale bestehen immer aus drei Phasen: Loslassen von Altem, Aushalten oder aktives Gestalten des Dazwischen und das Sich-öffnen für Neues und Unbekanntes. Manche zählen zu den Phasen des Rituals noch die Vorbereitungszeit, den Einstieg und den Abschluss hinzu. Das macht durchaus Sinn, wenn man etwa an die Bedeutung der Adventszeit in Bezug auf Weihnachten, an den Stellenwert der Fastenzeit in Bezug auf Ostern oder an die Waschungen vor den Gebeten der Muslimen denkt. Wenn Zeremonien und Feiern im familiären oder auch im politischen Kontext nicht in die Tiefe gehen, sondern sich an der Oberfläche bewegen, so hat dies meistens mit dem bewussten oder unbewussten Weglassen einer der drei Ritualphasen zu tun. Interessant ist, dass der schmerzvolle und notwendige Prozess des Loslassens in Abschiedsritualen meistens mit einem der vier Elemente gestaltet wird. Je nach Kultur übergibt man beispielsweise den toten Körper der Erde, dem Feuer, dem Wasser oder der Luft.

Auch bei Trennungs- oder Versöhnungsritualen vergräbt, verbrennt oder versenkt man in den meisten Kulturen ein Symbol. Gerade weil bei Schwellenritualen die Phase des Loslassens, des Schmerzes und der Verunsicherung notwendig dazu gehören, verzichten manche auf offizielle Beerdigungen. Dadurch beraubt man allerdings die Hinterbliebenen der Chance zu trauern und verzögert das Offenwerden für Veränderungen auf dem weiteren Weg. Für viele Menschen ist die Phase des Übergangs vom Alten zum Neuen auch darum so schwer, weil es die schnelllebige Umgebung kaum zulässt, dass man die Phase des unsicheren Auf-der-Schwelle-Stehens und des chaotischen Zwischen-den-Ufern-Seins nicht nur passiv erträgt, sondern bewusst gestaltet, ehe man sich in einen neuen Lebensabschnitt begibt oder sich nach einer Trennungs- und Trauerphase in eine neue Gruppe, Beziehung, Arbeitsstelle oder Institution integriert. Die Natur lehrt uns, dass Brachzeiten eine notwendige Voraussetzung bilden für schöpferische Prozesse und neues Wachstum. Echt Kreatives erwächst darum beim Menschen aus Stille und Musse.

Für viele existenziell wichtige Lebensveränderungen fehlen in den westlichen Kulturtraditionen bewusst gestaltete Handlungen, die den Prozess des Loslassens von Altem und des sich Öffnens für Neues und Unbekanntes erleichtern könnten. Es wagen erst wenige Menschen mit Seminaren oder Ritualbegleitern die teils dramatischen Lebensübergänge wie Geschlechtsreife, Auszug aus dem Elternhaus, Abschluss der Ausbildung, Ehescheidung, Wohnort- und Stellenwechsel, Pensionierung oder Umzug in die Seniorenresidenz mit Symbolhandlungen bewusst und feierlich zu gestalten. Im Leiten von Ritualseminaren darf ich immer wieder erleben, wie Menschen schon nach kurzer Zeit Selbstvertrauen und Lust gewinnen, Rituale bewusster in ihr Leben zu integrieren. Die Einen erkennen jeweils die Notwendigkeit und Sehnsucht, den normalen Alltag bewusster zu strukturieren und Akzente zu schaffen, die Ruhe und Einkehr für sie selbst erlauben oder in Teamsitzungen am Arbeitsplatz eine stärkere Zentrierung ermöglichen. Andere wollen zyklische Rituale kreieren, um wiederkehrende Momente wie den Hochzeitstag oder den Silvester bewusst zu gestalten mit den Phasen von Loslassen, Brachzeit und Sich-öffnen für Neues. Und die dritte Gruppe fühlt sich jeweils ermutigt, um anstehende wichtige Lebensveränderungen rituell zu begehen, sei es die eigene Pensionierung oder auf der beruflichen Ebene die Aufnahme oder der Abschied von Klienten in sozial- oder heilpädagogischen Institutionen.

Mit einer höheren Sensibilisierung für Rituale im Alltag werden diese immer weniger als „alter Zopf“ und sinnentleerte Relikte lebloser Traditionen empfunden, sondern als kreative Möglichkeiten erfahren, dass unser Leben auf recht einfache Weise mehr Tiefe und Schönheit, Bewusstheit und Sinn, Struktur und Heiligkeit gewinnen kann.