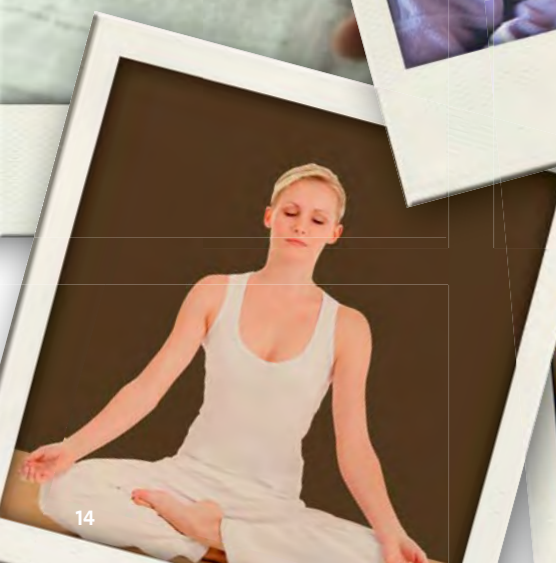


Der unverzichtbare Teddybär

Warum wir
Rituale zum
Leben brauchen



Fotos: fotolia, topografix-design Collage: typografix-design

„Guten Morgen.“
Wir mögen es, so begrüßt zu werden, und wir mögen es gar nicht, wenn ein Kollege ein ausgesprochener Begrüßungsmuffel ist. Oder – um es näher an unseren Alltag zu rücken – wenn unsere Kinder zwischen 12 und 16 sich ohne ein Wort an den Frühstückstisch fläzen oder genauso ohne einen Gruß an den Lehrkräften vorbei gehen. Zu dieser Art von Ritualen würden wir vielleicht von eben den Jugendlichen als erstes die Nachfrage hören: Warum? Warum muss man Begrüßungsrituale machen? Warum zieht man sich in der Oper anders an? Warum mit Messer und Gabel essen? Was gibt es gegen Stöpsel im Ohr einzuwenden, nur weil man beim Abendbrot sitzt? Wie hieß es noch? „Unter den Talaren der Muff von tausend Jahren.“ Übrigens: Jede Generation auf dem Schulhof hat ihre eigenen Rituale; für sich selbst, nicht für die Erwachsenen.

Von Ursula Hellert

Und schon wird die Ambivalenz solcher Abläufe und Rituale deutlich. Ganz ohne können wir uns unser Dasein nicht vorstellen, aber mit unseren Ritualen kann sich die nächste Generation oft ihre Lebensgestaltung nicht vorstellen. Paarungsrituale kennen wir aus der Biologie. Der Pfau schlägt seine Räder, die Brunft der Hirsche tönt durch den Wald. Und auch das Werben des Menschen um einen anderen Menschen ist durchzogen von Gesten, Handlungen und Abläufen, die in einer bestimmten Art und Weise verstanden werden sollen. Manche Rituale scheinen biologisch programmiert. Über die müssen wir aber auch nicht nachdenken. Und die anderen?

Hallo Hilfsdienst!

Es gibt ein Ritual, das „Hallo, Hilfsdienst bitte!“ überschrieben ist. Ein älteres Ehepaar hat es vor vielen Jahren für sich erfunden. Und das geht so: Wenn einem ein Missgeschick passiert, beispielsweise dass ein Glas in Scherben geht, ruft er oder sie sofort diesen Satz. Der Unglücksrabe muss dann auf der Stelle das Zimmer verlassen, und zwar ohne alle Entschuldigungen oder Erklärungen. Der andere aber putzt alles weg. Und weiß, dass mit Sicherheit auch er in Kürze einmal „Hallo, Hilfsdienst bitte“ rufen muss. Und was ist

gut daran? Dass geheilt wird, anstatt zu zerstören. Wut und Minderwertigkeitsgefühle bleiben draußen. Ein Ritual bildet hier die Brücke über eine – kleine – Krise hinweg. (Lüscher, Laura; Saxer, Nathalie: Was die Seele nährt. Zürich 2007, S. 93–95.) Stellen Sie sich vor, in ihrer Familie gäbe es so ein Ritual für bestimmte Situationen. Vielleicht müsste weniger gestritten werden. Vielleicht könnte mehr Akzeptanz gelebt werden, dass nun einmal nicht alles klappt, weil wir Fehler machen.

Ein anderes Ritual wird in vielen Familien praktiziert, auch wenn es immer unterschiedlich ausgeformt ist. Zum Beispiel könnte in einer Familie immer nach der Sesamstraße das Zu-Bett-Gehen-Ritual beginnen. Am Ende dieses Ablaufs steht vielleicht immer eine letzte Geste: ein Kuss auf die Stirn, verbunden mit dem immer gleichen Satz: „Dein Engel wird dich beschützen heute Nacht.“ Oder „Wie schön wird es sein, dich morgen früh wieder zu sehen.“ Eine feste Abfolge bestimmt ein solches Ritual. Und wenn Mama oder Papa nicht da sind, ist es ungeheuer hilfreich, wenn die Babysitterin weiß, wie Daniel immer ins Bett geht. Das macht es deutlich leichter, für Daniel und auch für die Babysitterin. Wir merken uns: Jede Gruppe von Menschen, die kontinu-

„
*Wie schön wird es
sein, dich morgen
früh wieder zu sehen.*“

ierlich Leben teilt, profitiert von Ritualen. Aber brauchen wir sie auch?

Typisch menschlich.

„Rituelles Verhalten ist typisch menschlich, also sinngebendes, Sinn und Bedeutung zuschreibendes und Bedeutung und Sinn weitervermittelndes Verhalten.“ (Schäfers, B.: Grundbegriffe der Soziologie. München 1998, S. 286 –287) Typisch menschlich also. Was meint denn das? Manchmal wird gesagt, dass der Mensch sich dadurch von jedem Tier unterscheidet, dass er immer um seinen eigenen Tod weiß. Endlichkeit ist die Bedingung, in die wir eingehüllt sind. Sobald wir am Übergang von der Kindheit in die Pubertät die ersten Ahnungen von Zeit und Vergänglichkeit haben, arbeiten wir am Sinn dessen, was wir tun. Sinn geben ist eine individuelle Aufgabe. Aber wir wären überfordert, wenn wir immer jeder für sich allein jeden Sinn neu finden und erfinden müssten. Darum wird Sinn auch transportiert, überliefert. Und weil nicht immer die Sprache unsere tiefsten Schichten erreicht, hat sich Sinn verdichtet zu Ritualen. In den Religionen der Menschen kommen unzählige Rituale vor. Sie werden von einer Generation zur nächsten überliefert. Sie sind wie geläutertes Erz, durch die Jahrhunderte oder Jahrtausende verdichtet und geschliffen, vereinfacht und aufgeladen. Sie sind oft schlichte Hand-

lungen und stehen für tiefe Gedanken. Rituale begleiten die Menschen an den großen Einschnitten ihres Lebens, vor allem Geburt und Tod. Wenn am Traualtar zwei Menschen sich einander die Ringe aufstecken, dann versteht jeder die Bedeutung dieses Rituals. Es ist kein schlechter Scherz sondern hat einen tiefen Grund, wenn auch darüber nachgedacht wird, wie Menschen ihre Verbindung ritualisiert lösen können. Vielleicht müssten Menschen in Scheidung sich weniger verletzen und weniger zu beschädigen versuchen und weniger ihre Kinder als Waffen benutzen, wenn es eine ritualisierte Sprache dafür gäbe, dass alles seine Zeit hat.

Und dass in unserem 21. Jahrhundert offenbar auch die Wahrheit darunter fällt, dass tiefes Gefühl und kräftiger Entschluss für die Verbindung mit einem anderen Menschen noch keine Wahrscheinlichkeit dafür abgeben, dass eine Ehe auch über die Jahre hält. Vielleicht brauchen wir auch Rituale, die Eheleuten ermöglichen, gemeinsam von ihren Hoffnungen Abschied zu nehmen. Rituale sprechen dem, was ist, Sinn zu. Das heißt, sie sind genauso von Dauer, wie sie dem Wechsel unterliegen. Denn über lange Zeit kann und muss



Sinn gleich bleiben. Aber er kann auch verschwinden und ein Ritual wird leer und sagt nichts mehr. Solche Rituale, die ausschließlich zur gesellschaftlichen Form verkümmert sind, sind gräulich. Die nächsten Generationen laufen Sturm dagegen. Und sie tun gut daran! Es ist genau ihre Aufgabe, das Dauerhafte kritisch zu beäugen, ob nur noch Oberfläche oder eben auch noch Sinn vorhanden ist. Der Vorzug der Jugend ist, ein ungeheuer ausgeprägtes Gespür dafür zu haben, wo die älteren Generationen hohle Formen weiter tragen oder wirklich Leben leben. Wir merken uns: wir brauchen Sinn, wie die Luft zum Leben. Deshalb gibt es Rituale, solange Menschen menschlich leben. Aber nicht das Ritual ist das Wesentliche, sondern dass, was

damit transportiert wird. Darum tun Rituale gut, deren Kern wirklich Leben ist. Die Abgestorbenen sind einfach unerträglich. Auch Rituale unterliegen dem Prozess von Entstehen und Vergehen, und das mit Recht.

Die Neurobiologie und die Rituale.

Dass wir nicht anders können, als wir eben können, das zeigt uns heute die Neurobiologie so anschaulich. Wie können wir denn? Wir können nur leben, indem wir lernen. Wir können nur lernen, indem wir wiederholen. Vielleicht können wir sagen, dass das ganze Ziel unseres Lernens heute – nachdem die Frage des rein physischen Überlebens nicht mehr die Hauptfrage ist – sich so darstellt: eine Identität auszubilden. Ein Ich auszubilden, das tatsächlich eine Entsprechung zu dem ist, was die anderen meinen, wenn sie uns ansprechen: als Ursula oder Torsten oder Gisela oder Joachim. Ein Ich ist ein solches nur, wenn zu aller Überraschung doch ein Kern von Einheitlichkeit und Beständigkeit, eben Identität, gehört. Diese ist nicht einfach da, sondern das, was wir „Subjekt“ nennen – „Herr oder Herrin des eigenen Lebens“ – „Regisseur des eigenen Schicksals“ – dieses Subjekt mit einem eigenen Namen bildet sich erst heraus im Lauf eines Lebensprozesses, und das ist: Ein Lernprozess. Wir lernen laufen und rechnen, wir lernen streiten und versöhnen. Wir lernen Physik und die

Grundregeln von Gemeinschaft. Lernen heißt nichts anderes als wiederholen. Und in jeder Wiederholung die Quintessenz des Vorherigen mit dem Neuen abzugleichen. Und dies alles mit dem Blick des einzigartigen Individuums, das sich als unterschieden und doch auch gleich mit den vielen anderen in der Gemeinschaft erlebt. Der Sinn, den das Individuum erfährt und prägt, ist einerseits allen Menschen zugänglich und doch nur diesem einzelnen Individuum zu eigen und damit einzigartig. Einzigartig ist im Leben und Lernen, dass das Gleiche doch nicht Gleiches bildet. Nur durch die Wiederholung – und das meint Gleichheit – lernen wir, gerade auch bezüglich all dessen, was die Gemeinschaft und ihren Sinn angeht. Und doch ist die Einzigartigkeit das Markenzeichen dessen, was die Wiederholung im Lernen für den Einzelnen als Sinn erzeugt. Lernen bedarf einer Struktur mit starker Wiederholung. Genau das sind Rituale. Rituale geben Menschen die Chance, in einen Sinn einzutauchen und Sinn zu erfahren. Sie ermöglichen, Sinn zu transportieren und Sinn zu stiften. Rituale verlaufen immer gleich und doch im Erleben für jeden einzigartig. Sie sind, solange sie vom Leben gefüllt sind, die Verbindung von Gemeinschaft und Individualität. Sie nehmen den Einzelnen in einen Strom

und dieser Einzelne wird zum Stein, der den Lauf des Stroms ganz einzigartig prägt und so auch verändert.

Wir merken uns: Seitdem wir mehr über das Lernen wissen als je zuvor, wissen wir auch noch in neuer Weise, dass Rituale unverzichtbar sind, vor allem für Kinder. Im Aufwachsen, in der Erziehung sind Rituale der Königsweg, um Kinder positiv in die Grundlagen einer Gemeinschaft, ihres Sinns und ihrer Kraft zur Bewältigung von Krisen hinein zu nehmen. Sorgfältig mit den großen Lebensritualen umzugehen und liebevoll die individuellen Familienrituale zu erfinden, das ist die Aufgabe von Eltern und den Professionellen in der Pädagogik.

Woher nehmen und nicht stehlen? Rituale stehen für Sinn. Woher also die Rituale nehmen, wenn die Zeit gerade dadurch geprägt ist, dass Sinn

„Das Gleiche ist doch nichts Gleiches.“



schwer oder kaum erkennbar ist? Oder zumindest, wenn die Menschen einer Gemeinschaft so sehr unterschiedlichen Sinngefügen anhängen? Tatsache ist: Die Gegenwart ist so zerrissen, wie es nicht anders in einem Epochenwechsel sein kann. Diese Zerrissenheit wird darin sichtbar, dass gegensätzliche Ziele, Werte, Lebensformen und Sehnsüchte mit gleicher Stärke gültig sind. Diese Extreme spannen den Bogen der menschlichen Gemeinschaft bis zum Zerreißen. Die Erwachsenen selbst sind in dieser Erfahrung zerrissen. Die Kinder erfahren, sobald sie größer werden: alles geht und alles gilt.

Eine lebbare Mitte wird nicht mehr gesellschaftlich definiert und dokumentiert. Die Sicherheit, wie zu leben ist oder doch wenigstens gut gelebt werden kann, ist verloren. Darum ist sie immer nur neu zu erschaffen im je eigenen Akt der Lebensdefinition. Jeder Mensch muss sich bekennen zu einem Leben nach eigener Entscheidung nur mit dem Grund „weil ich es so als gut und richtig erkenne“. Diese Entscheidung muss im Lebensalltag durchgehalten werden, obwohl viele andere Entscheidungen möglich wären. Wie schwer ist das; wie



schwer überdies, es in ein Leben mit Kindern zu übertragen. Erziehung ist das Recht und die Pflicht zur Wertesetzung für andere. Mit welcher Stärke muss die eigene Entscheidung gelebt werden, wenn spätestens die Jugendlichen täglich realisieren, dass die Prioritäten von Mutter und/oder Vater nur eine Auswahl von vielen möglichen sind!

Gerade weil das so ist, brauchen Familien, brauchen alle menschlichen Gemeinschaften – ob klein oder groß – Rituale. Aber Bescheidenheit ist angesagt. Was ist damit gemeint?

Keiner von uns kann mehr den Anspruch darauf haben, die Wahrheit zu pachten. Aber jeder von uns muss den Anspruch darauf haben, dass in unseren Gemeinschaften wir selbst wie jeder andere einen unverzichtbaren Wert darstellen. Diesen Wert können wir nur leben, wenn wir ihn als Sinn immer wieder transportieren und auch feiern. Das tun Rituale. Wir brauchen die kleinen Rituale, welche die kleinen und doch so essenziellen menschlichen Abläufe jeden Tages in einer guten Struktur leben

lassen. Gerade Kinder brauchen das. Wie stehen wir auf und gehen wir zu Bett? Wie verabschieden wir uns und sehen uns wieder? Wie versichern wir einander, dass wir uns mögen, in guten und in schwierigen Zeiten? Rituale für all dies kann man übernehmen, wenn sie passen. Oder man erfindet sie neu. In kleinen Gemeinschaften geht das gut. Ein einfaches Beispiel dafür sind die geliebten Familienbräuche zu Weihnachten, die selbst die erwachsenen Kinder immer wiederholt haben wollen. Rituale geben Kindern die Gewissheit: hier bin ich zu Hause und ich bin hier geborgen. Wir brauchen auch die großen Rituale für die großen Einschnitte des Lebens. Die meisten von uns werden sich nicht zutrauen, sie neu zu erfinden. Das muss auch nicht sein, solange eines gilt: wir praktizieren das Ritual und leben den Sinn – und das ist immer der Sinn, der gut ist für den Menschen. Solcher Sinn stützt, aber zwingt nicht. Das Ritual ist nie mehr wert als die Freiheit. Und doch bricht selbst diese sich noch Bahn mit Ritualen. Wir schneiden uns beispielsweise die Haare ab, wechseln die Wohnung oder brechen auf zur langen Fahrt auf der Route 66.

Das Spiel zwischen der Wiederholung und neuen Erfindung unserer Selbst, des Lebens und seines Sinns, hört niemals auf. Deswegen brauchen wir Rituale. So sind wir Menschen, eben zutiefst menschlich. ■