

Rituale entwickeln



Spirituelles Erleben im Familienalltag – Folge 1

Im Wandel der Familiensituationen – Berufstätigkeit beider Elternteile, Alleinerziehende, lange Schulzeiten, Ganztagesbetreuung et cetera – ist es nicht so einfach, für sich und seine Lieben einen praktikablen Weg zu finden, die eigene Religiosität im Alltag sichtbar werden zu lassen. Spiritualität zeigt sich beispielsweise in Ritualen, im Gebet, in der Kommunikationskultur und im Feiern von Festen. In diesem und den folgenden drei Beiträgen geben wir Ihnen Anregungen, wo diese Ausdrucksformen einen möglichen Platz im Familienalltag finden können.

Rituale heben sich von der alltäglich notwendigen Routine ab und geben durch das regelmäßige Durchführen den Kindern ein Gefühl der Geborgenheit, des Vertrauen und der Zusammengehörigkeit. Jede Familie entwi-

ckelt ihre eigenen Ritualhandlungen, über die sie sich als zusammengehörender Familienverband definiert und findet. Religiöse Rituale erhalten somit auch noch eine individuelle Bedeutung.

Ein Beispiel sind Segensrituale: „Segnen und gesegnet werden: Das sind elementare religiöse Erfahrungen und Handlungen, in denen Kinder Zuwendung und Vertrauen, verlässliche Beziehungen und Anerkennung erfahren sowie Lebensbejahung und Hoffnung schöpfen können“, schreibt Diana Güntner in ihrem Buch „Segensfeiern mit Kindern – Vorschläge für Kindergarten und Gemeinde“.

Im Segnen ist eine Handlung mit einem Glaubenszeichen und wohlwollenden Worten verbunden. Handlungen wie ein Kreuz mit dem Finger auf die Stirn zeichnen oder die Hand auf dem Kopf auflegen werden mit „guten Worten“ begleitet. „Und er nahm die Kinder in seine Arme; dann legte er ihnen die Hände auf und segnete sie“ (Mk 10, 16).

Am Morgen: Bevor das Kind oder der Partner das Haus/die Wohnung verlässt, machen Sie ihm ein Kreuzzeichen auf die Stirn und sprechen einen Segenswunsch: „Der gute Gott behüte dich“; „Gottes Segen begleite dich

den ganzen Tag“; „Gott sei heute mit dir, bei allem was du tust“.

Am Abend: Übergeben Sie ihr Kind mit einem Segensritual einer behüteten, guten Nacht, zum Beispiel im Anschluss an ein Gebet oder an eine Geschichte: „Gott liebt dich so, wie du bist“; „Der gute Gott behüte dich“; „Möge Gott dir einen erholsamen Schlaf schenken“.

Segensrituale stärken Menschen, die eine Prüfung vor sich haben oder sich in schwierigen Situationen, wie Übergängen (neues Schuljahr beginnt, neue Arbeitsstelle et cetera), befinden.

Aus der Praxis: Das tägliche Segnen vor Kindergarten und Schule/Arbeit hat bei uns schon eine lange Tradition. Meine mittlerweile 19-jährige Tochter stellt sich heute noch morgens wortlos vor mich und streckt mir die Stirn entgegen. Und jeden Morgen zeichne ich ein Kreuz darauf. Wir beide haben dann ein gutes Gefühl, einander und Gott verbunden zu sein und den Tag gestärkt beginnen zu können.

Ein weiteres Ritual könnte das tägliche gemeinsame Singen werden: Bestimmt gibt es auch in Ihrer Familie sogenannte „Familienschlager“.

Diese ändern sich nach Situation und Jahreszeit. Gemeinsames Singen verbindet Menschen mit Gott und spiegelt Gefühle wieder. Suchen Sie mit ihren Kindern Lieder, die von Gott erzählen und alle gleichsam berühren, zum Beispiel Lieder, die die Kinder aus dem Gottesdienst, dem Kindergarten oder der Schule kennen.

Am Morgen: Beenden Sie das Frühstück mit einem kurzen Lied. In der Regel bleibt es den Tag über im Ohr „sitzen“.

Am Nachmittag: Wann immer der Tagesablauf es zulässt, nehmen Sie sich Zeit und setzen Sie sich bei einer Tasse Tee oder Kaffee mit Ihren Kindern zusammen. Gönnen Sie sich 15 Minuten gemeinsame „Pause“. Diese kann mit einem (religiösen) Lied beginnen oder beendet werden.

Am Abend: Gestalten Sie das Abendritual mit einem Lied. Singen Sie beispielsweise „Guten Abend, gute Nacht“, wenn Sie nach dem Segen langsam das Kinderzimmer verlassen.

Martina Groß

Die Autorin ist Fortbildungsreferentin im Fachbereich „Religionspädagogik im Elementarbereich“ im Ordinariat.

Neue Serie



Anlässlich der Bischofsynode zur Familie vom 4. bis 25. Oktober gibt die MK in ihren Oktober-Ausgaben Anstöße, wie Spiritualität im Familienalltag gelebt werden kann.