

*Den Alltag bewusster erleben:
Rituale für alle Lebenslagen*

Claudia Pfrang, Marita Raude-Gockel: Das große Buch der Rituale. Den Tag gestalten. Das Jahr erleben. Feste feiern. Ein Familienbuch. Kösel-Verlag. München 2007. 368 Seiten. 19,95 Euro.

Viele Familien mit kleinen Kindern kennen dieses Gefühl, gelebt zu werden, statt als Familie selbst das Leben zu gestalten. Der Familienalltag ist oft chaotisch, eine Vielzahl unterschiedlichster Termine muss koordiniert

werden, und es bleibt keine Zeit für ein bewusstes Innehalten. Deswegen sind Bücher über Rituale groß im Kommen, und es finden sich in jüngerer Zeit vermehrt Veröffentlichungen zu diesem Thema, fast jeder religiös orientierte Verlag hat dazu etwas im Angebot.

Rituale helfen, das Leben zu ordnen und dem Alltag Struktur zu geben. Die beiden Autorinnen des „großen Buchs der Rituale“ wissen, wovon sie sprechen. Sie sind Familienfrauen mit zwei bzw. sechs Kindern. Claudia Pfrang, Redakteurin der *Werkblätter* der Katholischen Landvolkbewegung Deutschlands, hatte deshalb die Idee, die begehrten Rituale-Werkblätter einem größeren Publikum zugänglich zu machen.

Herausgekommen ist ein rundes und gelungenes Werk, das wirklich alle Lebensbereiche im Familienalltag abdeckt. Neben Tages- und Wochenritualen wird den Ritualen im christlichen Jahreskreis viel Platz eingeräumt. Dabei wird jeweils kurz auf den inhaltlichen Hintergrund des christlichen Festes eingegangen, was vor allem für jene hilfreich ist, die sich in der christlichen Tradition unsicher fühlen. Die Anregungen zur Advents- und Osterzeit nehmen traditionelle Rituale wie z.B. den Adventskalender oder den Kreuzweg auf, bieten aber gleichzeitig eine weitere Auswahl an jeweils passenden Ritualen.

Auch im weiteren Jahresverlauf werden traditionelle Rituale zum Marienmonat Mai, zu Pfingsten oder zur Kräuterweihe an Maria Himmelfahrt erklärt und praktisch angeleitet. Der letzte Teil des Buches widmet sich den Lebensübergängen und -festen. Hier werden nicht nur wiederkehrende Jahresrituale wie Geburts- oder Namenstage aufgenommen, sondern auch Vorschläge für einmalige Lebensübergänge, wie z.B. den erste Kindergarten- oder Schultag unterbreitet.

Auch finden sich hier Rituale für außergewöhnliche Lebenssituationen wie Krankheit, Trennung der Eltern oder Tod. Diese fallen allerdings sehr knapp aus, was aber aufgrund der Fülle anderer Veröffentlichungen zu diesen Themen nachvollziehbar ist. Insgesamt wäre bisweilen eine ausführlichere und intensivere Anleitung wünschenswert.

Grafisch ist das Familien-Ritualebuch ansprechend mit Illustrationen von Gabriele Hafermaas und mit Lesebändchen gestaltet, so dass man es gerne zur Hand nimmt, um darin zu schmökern. Zum Buch ist eine CD mit Liedern von Kathi Stimmer-Salzeder mit dem Titel *Durch den Tag, durch das Jahr* erschienen. Jeweils passend werden unterschiedliche Rituale mit den entsprechenden Liedern umrahmt. Der Erwerb der CD lohnt

allerdings nur für musikalisch Ungeübte, da alle Lieder der CD mit Noten und Text im Buch aufgeführt und einfach zu erlernen sind.

Das in seinem Titel zwar nicht explizit als religiös ausgewiesene Ritualebuch ist ein hilfreiches Nachschlagewerk für Familien, die durch Rituale ihrer religiöse Verwurzelung (wieder) auf die Spur kommen wollen, die den Alltag bewusst leben wollen und achtsam werden wollen für das, was die einzelnen Familienmitglieder gerade auch in religiöser Hinsicht bewegt.

Simone Birkel