

# Halt finden

Anja Kieser

Natürlich ist es aufwendig und stressig, Geburtstage, Konfirmationen, Hochzeiten oder was auch immer groß zu feiern. Aber das muss gar nicht sein. Es geht auch im Kleinen. Aber Feiern sollte schon sein, meine ich. Es tut mir gut. Selbst Beerdigungsfeiern.

Innerlich scheue ich mich oft zu feiern oder habe gar keine rechte Lust auf eine Feier zu gehen, aber wenn ich es dann tue, stelle ich hinterher fest: Gut, dass du gefeiert hast, gut, dass du dabei warst. Zu Feiern gehören Rituale. Besonders deutlich ist das natürlich bei kirchlichen Festen, aber auch Geburtstage haben so ihre Rituale. Es gibt einen ganz bestimmten Kuchen oder die Taufkerze wird an diesem Tag angezündet oder das Geburtstagskind bekommt eine selbstgemachte Krone aufgesetzt und, und, und.

Rituale geben Halt und Orientierung. Sie sind ein Zeichen der Verlässlichkeit und führen uns durch einen besonderen Festtag. Dadurch sind sie auch Wegmarken eines Übergangs. Vom alten ins neue Lebensjahr. Bei der Hochzeit wird aus relativer Unverbindlichkeit ein Versprechen füreinander einzustehen. Und bei einer Beerdigung bekommt das Loslassen einen festen Rahmen.

Rituale, bestimmte Formen des Feierns, bewusstes Gedenken sind Haltepunkte auf dem Lebensweg, die mir helfen, mit neuer Kraft weiterzugehen.

**radio m lebt von Spenden. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!**

Evangelische Bank Kassel  
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40  
BIC: GENODEF1EK1