

INTERVIEW

„Wenn ein Zauber bleibt“

Der Alltag ist voll von „Heiligen Momenten“. In seiner neuen CIG-Reihe zeigt der Liturgiewissenschaftler **STEPHAN WAHLE**, wie man sie entdeckt.

CHRIST IN DER GEGENWART: Herr Wahle, in Ihrer Reihe (vgl. S. 8) wollen Sie „Heiligen Momenten“ nachspüren. Woran merkt man, dass man gerade so einen Augenblick erlebt?

Stephan Wahle: Das ist das Knifflige, man merkt es in dem Moment nicht unbedingt. Es kann sein, dass ein ganz alltägliches Geschehen sich im Nachhinein als etwas Besonderes herausstellt, wenn ein besonderer Zauber bleibt. In meiner Reihe will ich Handlungen oder Routinen eines Tages betrachten, die ein religiöses Moment in sich tragen können, aber nicht unbedingt müssen.

Sie haben zum Beispiel einmal geschrieben, Sie können besonders gut bei der Gartenarbeit oder beim Spaziergang im Wald beten...

Ja, genau. Ich komme aus der Mußeforschung und da ist das sehr ähnlich. Man kann auch Muße während der Arbeit empfinden, auch während schwerer Arbeit. Das ist nicht mit Müßiggang zu verwechseln. – Es meint



(Foto: Theol. Fakultät Paderborn)

eine Unverfügbarkeit, die man nicht planen kann. Etwas, das sich in unterschiedlichsten Situationen einstellen kann. Und von daher wäre ich auch immer sehr vorsichtig, das sofort mit einem ganz bestimmten christlich interpretierten Label zu versehen.

Kann man solche Momente „ritualisieren“, auch wenn sie ein Stück weit aus sich selbst entstehen müssen?

Sobald man anfängt, so etwas zu planen, stößt man an Grenzen. Das ist ein Grundgesetz des liturgischen Handelns. Man kann auch einen

Gottesdienst bis ins Letzte planen, aber ob sich dann wirklich so etwas einstellt wie ein heiliger Moment, das lässt sich nicht sagen. Man kann jedoch vielleicht die Bedingungen schaffen, dass man nicht zu sehr daran gehindert wird, etwas Tieferes zu empfinden.

Sind die kleinen „Heiligen Momente“ des Alltags auch ein Gegenpol zur strengen kirchlichen Liturgie?

Sagen wir es so: Im Grunde genommen macht es nur Sinn von Hochritualen, wie die Feier der Eucharistie oder der Sakramente, zu sprechen, wenn es daneben noch andere Formen gibt, eben des Alltäglichen. So kann das Ritual in die Woche oder die tägliche Arbeit hineingetragen werden. Das ist nichts Modernes, nichts Neues. Das ist etwas Uralters. Vielleicht haben wir sogar eher in jüngerer Zeit eine Monopolisierung erfahren, gerade katholischerseits, auf die eine Form des Gottesdienstes. Wenn man da etwas zurückgeht, gab es Menschen, die bei der täglichen Werkarbeit zwischendurch einhalten und ein Gebet sprechen, wenn gerade eine Glocke läutet. Ich denke, es ist fatal, wenn man quasi nur die ganz hochkirchlichen Rituale gelten lässt.

Gab es einen besonderen Anlass für Sie, sich näher mit solchen alltäglichen Momenten zu beschäftigen?

Dass man sich seine „Heiligen Momente“ auch ganz individuell selbst schaffen kann, ist mir in einer Seminar-situation aufgegangen. Ein pffiger Student hat gefragt, warum sich die Liturgiewissenschaftler eigentlich immer nur mit den Vollzügen beschäftigen, die für die meisten Menschen so nicht mehr ansprechbar sind. Er kenne einen Kommilitonen, der jeden Freitagnachmittag zu einer ganz bestimmten Zeit seinen Tee kocht, sich in aller Ruhe hinsetzt und sich dann auch von nichts und niemandem irritieren lässt. Das ist quasi sein Sonntagsritual. Das hat mich sehr zum Nachdenken gebracht. **CIG**

INTERVIEW: SIMON LUKAS

STEPHAN WAHLE, Dr. theol., ist Professor für Liturgiewissenschaft an der Theologischen Fakultät Paderborn.

Liturgie im Leben

STEPHAN WAHLE
über „Heilige Momente“

Guten Morgen

Wie starten Sie in den Tag? Gehören Sie zu den Menschen, die mehrmals die Schlummertaste des Weckers drücken, bevor Sie sich einen Ruck geben und aufstehen? Oder werfen Sie als Erstes einen Blick aufs Handy, um die neuen Nachrichten zu lesen und die E-Mails der

Nacht zu checken? Vielleicht machen Sie es aber auch wie die japanische Bestsellerautorin Marie Kondo. Sie öffnet nach dem Aufstehen zuerst das Schlafzimmerfenster, entzündet Weihrauch und bereitet sich anschließend ganz bewusst ein japanisches Frühstück zu.

In Lebensratgebern finden sich zahlreiche Tipps für eine perfekte und gesunde Morgenroutine. Meist sind es kleine, unscheinbare Angewohnheiten, die nicht viel Zeit benötigen und vor allem eines leisten sollen: einen kurzen Moment der Sammlung und der Ausrichtung auf sich selbst. Studien zufolge beeinflusst die Stimmung am Morgen die Laune des gesamten Tages. Zudem sind die meisten Menschen kurz nach dem Aufstehen besonders kreativ und produktiv. Langfristig sollen gute Gewohnheiten sogar dabei helfen, mit der morgendlichen Müdigkeit besser zurechtzukommen – und nicht dauerhaft ein Morgenmuffel zu bleiben, der anderen Menschen mit seiner schlechten Laune das Leben schwer macht.

Sich nach dem Aufstehen fünf Minuten Zeit zu nehmen, in sich hineinzuhören, die Gedanken schweifen zu lassen, zu meditieren oder zu beten – all das kann die Sinne für die vielen erwartbaren wie auch unvorhersehbaren Herausforderungen des noch ungeschriebenen Tages schärfen. Entscheidend ist nur, dass daraus eine feste Gewohnheit, ja ein kleines Alltagsritual wird, das guttut und stärkt. Dann kann es geschehen, dass etwas Unerwartetes Raum gewinnt: ein neuer Gedanke, ein gutes Gefühl, ein heiliger Moment.

Holy moments – heilige Augenblicke – können sich in allen, selbst in den unscheinbarsten und trivialsten Situationen eines Tages ereignen, auch am frühen Morgen. Sie können das Leben verändern, Sinn stiften, inneren Frieden schenken oder uns eine göttliche Gegenwart erahnen lassen. Wenn ich jemandem einen „Guten Morgen“ wünsche, dann geschieht das meist routinemäßig. Doch wenn dieser Gruß aus

echtem Interesse erwächst, in einem warmen Ton und aus aufrichtigem Herzen gesprochen wird, dann kann er zu einem stimmigen, ja zu einem heiligen Moment werden: zu einem Augenblick, der berührt, der still macht, der uns widerfährt. In der Theologie spricht man in solchen Zusammenhängen von Gnade, von Begegnungen und Geschehnissen, in denen sich das Heilige offenbart.

So wie Gnade nicht verdient werden kann, so lässt sich auch das Gefühl des Heiligen nicht erzwingen. Schon gar nicht kann ich wissen, ob es tatsächlich Gott ist, der diesen Augenblick mit seiner Nähe erfüllt. Doch ich kann mich öffnen und aufmerksam sein, für seine mögliche Ankunft und sein Wirken in mir – nicht nur in den großen Ritualen der Kirche, im Stundengebet oder in der Messfeier, sondern auch mitten im Alltag. Es braucht nicht viel, aber es braucht einen achtsam gesetzten Anfang. Dann kann – nicht immer, aber immer öfter – aus dem Morgen ein guter Morgen werden. 