

nung, daß man lieber irgendwo dabei ist, wo man sich zurücklehnen und es genießen kann.“

Die Wahrnehmung der Kirche und die Erfahrungen mit ihr werden von den jungen Eltern als ein Bild unterschiedlicher und gegensätzlicher Wünsche, Erwartungen und kritischer Haltungen in mehr oder weniger groben Konturen gezeichnet. Trotzdem sind vorherrschende Tendenzen nicht zu verkennen, wie ich sie hier grob skizziert wiederzugeben versucht habe.

Praxis

Hedwig Gründler

Erfahrungen mit dem Sonntag

Die Autorin lädt uns ein, unsere Erfahrungen mit dem Sonntag mit ihren eigenen zu vergleichen und gemeinsam auf die Suche zu gehen, wie dieser Tag – etwa durch bewußte Vorbereitungsinitiativen am Samstag – wieder zu unserem wöchentlichen Festtag werden könnte. red

Psalm 84, 12 beginnt mit den Worten „Gott der Herr ist Sonne . . .“

Das Wort Sonntag beinhaltet für mich das Wort Sonne.

Sehr bald kann ein Kind eine gelbe Kugel aufs Papier malen . . . die Sonne lacht . . .

Ist Sonntag für uns ein *Sonnentag*? Die Sonne spendet mir Wärme, ich sauge die Wärme auf, alle meine Glieder genießen ihre Strahlen, ich dehne mich aus, und sogar in mein Inneres dringt Licht, es ist Platz für Erleuchtung. Ist Sonntag für uns ein Tag, an dem innen und außen die Sonne aufgeht oder scheint? Egal, was für ein Wetter in der Natur herrscht? Was ist Sonntag für uns, für Sie und für mich?

Ist Sonntag ein *Nichts-tu-Tag*? Nach sechs Tagen Alltagsrott eine Leere . . . Dann kann so ein Tag Bedrückung hervorrufen und Langeweile. Besinnung und Erholung verordnet kann ein Luxus sein, den man sich

nicht gönnen kann oder der nicht erreichbar erscheint.

Ist Sonntag ein Tag, der uns überfordert, in den wir aus dem Alltag flüchten, an Oberflächlichem hängenbleiben, weil uns das Feiern und Staunen nicht gleich gelingt? Ist er ein *Überforderungstag*, ein Tag, in den wir Wünsche und Erwartungen hineinlegen, die sich nicht erfüllen lassen, weil die ganze übrige Woche und unser gesamtes Verhalten den Sonntag mitprägen?

Ist Sonntag ein *Problemtag*, weil sich die Dauerprobleme unter der Woche aufstauen und gerade da Entladung passiert? Frauen, die unter zuwenig Außenkontakten leiden, haben einerseits plötzlich zuviel Begegnung und finden es andererseits störend, wenn man in ihre Bereiche eindringt. Männer, oft in Büro und Betrieb als Fachmänner tätig, fühlen sich zu Hause als Dilettanten und schlüpfen in die Rolle des müden Geldgebers. Die überkommene Rollenaufteilung kommt zur Auswirkung, die Generationskonflikte verstärken sich, jede/r hat eigene Vorstellungen über Freizeitgestaltung, die Großeltern wollen besucht werden oder laden sich selbst ein. Schulkinder holen an Sonntagabenden die fehlenden Aufgaben nach – das sind nur einige herausgegriffene Beispiele.

Sonntag als *Festtag* ist wichtig. Trägt doch die christliche Kirche dem Siebentagezyklus der Woche Rechnung und nimmt damit auf den inneren Rhythmus des Menschen Rücksicht, am siebenten Tag der Woche oder, wie wir oft sagen, ersten Tag der Woche das „Fest des Lebens“ zu feiern. Das Leben feiern, das bedeutet Auferstehung, und es ist sinnvoll, den Alltag mit einem Festtag zu durchweben. Diese Ruhepause als Atempause kann eine Gelegenheit sein, aus dem Gewohnten des Alltags, aus dem Trott auszusteigen. Sich die sechs Tage zu betrachten und darüber nachzudenken und zu erfühlen, was und wie es weitergehen kann, neue Kräfte zu sammeln und ganz einfach mit allen Sinnen Luft zu schöpfen.

Sonntag soll uns ein Fest sein!

Was ist ein Fest? Wie entsteht ein Fest? Es braucht eine Zeit der Einstimmung und Umstimmung – Samstag wäre geeignet dafür, der Vorbereitungstag für den Feiertag! Wenn

wir diesen Gedanken wichtig finden, dann wäre darüber Kontakt aufzunehmen, wie wir heute die Idee des Vorbereitungstages umsetzen. Die großen monotheistischen Religionen haben ihren wöchentlichen Feiertag (die Moslems den Freitag, die Juden den Samstag, die Christen den Sonntag). Die Naturvölker brauchten solche Tage nicht, sie konnten den Ausgleich von Ruhe und Arbeit täglich besser umsetzen und waren nicht so eingespannt; festliche Höhepunkte aber und Feiern hatten sie viel gewaltigere. Wenn wir alle unsere Sinne beleben und beteiligen wollen bei unseren Feiern, dann wäre es Zeit, uns aus starren, verknöcherten Traditionen zu lösen und wieder die Ursprünge zu suchen. Dazu wäre es wichtig, einen Teil des Samstags dafür zu verwenden, das sonntägliche Feiern vorzubereiten.

Ein Fest entsteht,

wenn wir uns Zeit nehmen und versuchen, aus dem Alltäglichen herauszutreten;
wenn wir probieren, offen zu sein für Sinneserfahrungen;

wenn wir das Einfache wahrnehmen;

wenn wir für Ungewöhnliches Raum lassen;

wenn wir geschehen lassen und nicht alles verplanen;

wenn wir unsere spezielle Art zu feiern versuchen.

Ich lade Sie nun ein, Ihren Erinnerungen nachzugehen, Erinnerungen an die Sonntage, die Sie schon erlebt haben. Es sind oft Einzelheiten, die hängenbleiben – Menschen, Gespräche, festliche Essen, Spaziergänge oder Kirchgänge . . .

– Erinnern Sie sich an einen typischen Sonntag aus Ihren Kindertagen:

Welche Gefühle tauchen da auf?

Was war angenehm und was unangenehm?

Was taten Ihre Mutter, Ihr Vater, Ihre Großeltern am Sonntag?

Gab es Sonntagsbräuche?

Was war für Sie wertvoll?

Was wollen Sie festhalten oder aufleben lassen?

– Versuchen Sie in Ihrer Erinnerung weiterzugehen:

Als Bub oder Mädchen mit 14 Jahren – was taten Sie da an einem Sonntag?

Erlebten Sie unterschiedliches Verhalten von Männern und Frauen im Gottesdienst und zu Hause?

Wie erlebten Sie die unterschiedlichen Aufgaben von Schwestern und Brüdern, Onkeln und Tanten, Mutter und Vater?

Wie durften Sie sich als Jugendliche/r am Sonntag einbringen?

Zum Zeitpunkt, wo Sie selbst Ihren Sonntag gestalten konnten:

Was taten Sie freiwillig oder unfreiwillig als Erwachsener am Sonntag?

Ist der Tag als Partner/in, als Alleinstehende/r, als Priester oder Ordensfrau, in einer Lebensgemeinschaft anders gestaltet?

Welche Qualität hat heute der Sonntag für Sie?

Was ist für Sie aus diesem Tag geworden?

Meine persönlichen Erfahrungen

Mir ist es wichtig, daß Sie diese Fragen für sich beantworten, weil ich meine persönlichen Erfahrungen aus meinem Leben nun dazusetzen möchte.

– Als *kleines Mädchen* ist mir der Sonntag als Verbotstag in Erinnerung. Ich mußte auf die Kleidung achten, durfte nicht springen, beim Gottesdienst war es fad und alles viel zu lang, und der Pfarrer verbot mir, Kirchenlieder außerhalb des Kirchenraumes zu singen.

– Als *Mutter von Kleinkindern* erlebte ich den Sonntag als äußerst stressigen Tag; er war der wildeste der ganzen Woche, mußten doch vier Kleinkinder ordentlich für den Kirchgang angezogen werden, wir hetzten in die Kirche, die Kinder störten die Andacht der Anwesenden, es gab Probleme für alle drei – Eltern, Kinder und andächtige Kirchenbesucher.

– *Frauen der Katholischen Frauenbewegung* regten deshalb an, mindestens einmal im Monat eine gottesdienstliche Feier in einem geheizten, gemütlichen Raum zu gestalten, wo Eltern mit den Kinderwägen hineinfahren können, die Kinder nicht nur still sitzen müssen, sondern auch mit Rasseln und ihrem Körper (Sanktusrundgang) und mit echten Opfern (Bilderbücher, Obst, Schokolade oder Spielzeug) auch Gott loben können und Eltern und Kinder unter ihresgleichen, und daher weniger belastet, sind.

Das Beispiel, das wir in unserer Pfarre geben, machte Schule und wird nun in vielen Pfarren praktiziert.

– Als *Jugendliche* habe ich die Erfahrung gemacht, daß trotz der Reden von der Gleichheit (Gal 3) die Wertvorstellungen der Christinnen dieser nicht entsprechen. Sie begründen die unterschiedliche Behandlung von Buben und Mädchen mit der Vorbereitung aufs Leben – wobei die Haushaltstätigkeiten meist den Mädchen zugeordnet werden. Es ist keineswegs klar, daß alle Mädchen heiraten und Kinder kriegen. Es wird heute noch tradiert, daß Mädchen bei der Berufswahl immer die Familienaufgaben im Hintergrund zu sehen hätten, den Mädchen werden weit weniger Wahlmöglichkeiten von zu Hause eröffnet als den Buben.

Ich hatte vier kleinere Geschwister und spürte die Verpflichtung, meiner Mutter, besonders an Sonntagen, beizustehen. Meine Überzeugung ging soweit, daß ich einmal den Satz sagte: Schwimmen gehen oder Geschirrabwaschen, beides hat mit Wasser zu tun, ich tue beides gleich gern! Es war die internalisierte Opferhaltung, eine Haltung, die mir als leidenschaftlicher Schwimmerin sicher nicht vom Herzen kam, sondern vom trainierten Willen.

Heute denke ich, daß sich die Freude am Leben bei der Kindererziehung durchgesetzt hat, und der Opfergedanke veränderte sich auch.

Dennoch vermißte ich als *Mutter von Heranwachsenden* die Lebensnähe bei gottesdienstlichen Feiern, und bei Predigten spürte ich nicht, daß auf die Probleme von Jugendlichen eingegangen wird. Bei Jugendmessen wird mehr auf jazzige Musik Wert gelegt denn auf die Lebensphasen der jungen Leute. Deshalb versuchten wir Frauen der Katholischen Frauenbewegung in kleinen Gruppen, mit Predigtgesprächen die konkreten Lebenssituationen anzusprechen; abstrakte Glaubensvorstellungen helfen wenig. Wir versuchten Frauen zu motivieren, Abendmessen für Jugendliche und deren Eltern gemeinsam zu gestalten, zu speziellen gemeinsamen Problemen, und die ganze Feier dementsprechend auszustatten, das ist ungewöhnlich, aber sehr fruchtbringend. An diesem Punkte möchte ich auch das Thema

über unübliche Feiern anschneiden. Es wäre wichtig, dort, wo es einschneidende Erlebnisse bei Jugendlichen gibt, spezielle Feste zu gestalten. Wenn wir Leben und Glauben wirklich verbinden wollen, sind Taufe, Erstkommunion, Firmung, Hochzeit, Priesterweihe und Totenfeier zuwenig.

– Als *Mutter von erwachsenen Kindern* merkte ich – weil in unserer Familie viel über Kirche diskutiert wird –, daß es unterschiedliche Hörweisen gibt. Viele Männer nehmen Dinge, die in der Kirche gesagt werden, nicht so ernst, wie es Frauen im allgemeinen tun. Es werden unterschiedliche Zugänge deutlich. In meiner Ursprungsfamilie waren festliche Essen an Sonn- und Feiertagen Tradition; auch ich habe das in meiner Familie versucht. Bis heute versuchen häufiger Frauen, die Kirchenfeste so zu gestalten, daß die Kinder entsprechend ihrem Alter einen echten Zugang zu den Festen bekommen. Das kann durch Rollenspiele, durch besondere Tischdekoration oder durch Tisch-erzählung geschehen. Gerade Frauen machen sich da viele Gedanken, um mit den Kindern ins Gespräch zu kommen. Eine gute Möglichkeit, den verschiedenen Interessen und Neigungen aller in einer Familie gerecht zu werden, bildete für uns eine Familienkonferenz, die wir oft an Sonntagen abhielten. Eine Art Familienparlament, wo die verschiedensten Dinge zur Sprache kamen und abgewogen werden konnten. Der verknöcherte Sonntag mit eingefahrenen Ritualen in Land, Stadt und in der Kirche hat ausgedient und sollte mit Leben gefüllt werden.

– Als *Erwachsene, ältere oder alte Menschen* haben wir wieder einen anderen Zugang zum Sonntag. Oft werden diese Menschengruppen von der Einsamkeit geplagt. Es ist eine Frage der Flexibilität, der wir uns zu stellen haben. Es gibt wieder andere Interessen und Vorlieben, und es bedarf einer Umstellung, wenn wir nun Menschen zu uns laden, weil wir uns eine gesellige Runde vorstellen können, die das Tageseinerlei unterbricht.

Die Erfahrung von *Frauen der Frauenbewegung* zeigt, daß Gemeinden, in denen es die Einrichtung eines Pfarrcafés gibt, ein guter Ort für Einsame werden können. Dort kann man/frau religiöse Gespräche führen,

zwanglos können Kontakte geknüpft werden, es werden Witwen und Witwer, Alleinerziehende und Angehörige von sogenannten Randgruppen zumindest einige Stunden einbezogen. Dort wird menschliche Wärme spürbar, falls die Schwelle überschritten werden kann. Für mich wäre Sonntag wirklich Sonntag, wenn wir mehr Mut entwickeln würden zur Spontaneität. Weihrauch, Kerzen und Blumen sowie festliche Gewänder sind nur ein Teil eines Festes. Wenn ein Mann vorne agiert und viele Menschen, mit starrem Blick nach vorne, fast reglos lauschen, dann ist das mehr eine theaterähnliche oder konzertmäßige Besuchersituation, keine lebendige Festgemeinde: Ein paar gemeinsame Lieder oder Gebete und Antworten überwinden die Starrheit kaum. Es bedarf des Austausches von Glaubenserfahrungen, es bedarf der Bewegung und des Gespräches und des Teilens von Freude und Sorgen, des gemeinsamen Kräftesammelns beim Mahl, aber nicht einer Art von Ausspeisung. Ich habe viele Wünsche anzumelden und glaube, daß wir, gerade wir Frauen eine Veränderung zustande bringen.

Aber wir müssen uns die Freiheit nehmen, in kleinen Kreisen zuerst Frauenkirche zu üben, das, was uns wichtig ist, zu probieren. Es gibt da und dort schon Versuche, es braucht aber *Zeit* und *Mut*, diese Schritte vorerst einmal allein zu tun – Feste allein von Frauen feiern zu lassen; zu lange wurden wir fremdbestimmt, zu lange wurde uns von Männern gesagt, was wir tun müssen.

Meine Sonntagswünsche sind ganz konkret!

Ich wünsche mir:

- daß Kinder die Liebe spüren, die sie auf geistiger und körperlicher Ebene wachsen läßt;
- daß Jugendliche die befreiende Botschaft des Lebens erfahren und sich von der älteren Generation gestützt fühlen; daß sie auch an Sonntagen die Möglichkeit haben auszuprobieren und auszuwählen;
- daß junge Eltern sich gegenseitig Kraft zusprechen, gerade am Sonntag andere Wege zu gehen, als ihre Großeltern vorgezeichnet haben (es ist nicht alles gut, was tradiert wird);
- daß Partner/innen in Lebensgemeinschaften immer wieder sonntags Energie schöp-

fen durch gemeinsame Erlebnisse, daß sie Klischees weglassen und Wesentliches zulassen;

– daß die Naturliebhaber/innen die Schöpfung als Ganzes begreifen und Zeit finden, Menschen und Gott in ihrem Leben Platz zu geben;

– daß die Häuslbauer/innen entdecken, daß sie nur ein Leben haben, und daß sie Zeit für Begegnung auf menschlicher und transzendenter Ebene aussparen;

– daß alte Menschen versuchen, ihre Nähe zum Tod nicht wegzuwischen, sondern ihn ansprechen und ihre Weisheit und Lebenserfahrung mitteilen, auch damit sie nicht in Einsamkeit versinken;

– daß Männer und Frauen versuchen, einander als Personen zu schätzen, daß sie sich gegen Gewalt und für Frieden einsetzen;

– daß die Kirchenleitungen die Priester nicht als sonntägliche Schwerarbeiter betrachten, die ausgebeutet werden dürfen;

– daß die Verantwortlichen in den römischen Kurien erkennen mögen, daß es viele Frauen, aber auch verheiratete Männer gibt, die die nötige Reife, Erfahrung und Glaubentiefte besitzen, gottesdienstlichen Feiern vorzustehen;

– daß es vielleicht gerade am Sonntag und Feiertag die Möglichkeit gibt, Sexismus, Rassismus und Klassismus beiseite zu lassen und auf die Menschen zuzugehen;

– daß die Schöpfung gerade auch sonntags ihren Ruhetag braucht und wir liebevoll mit Pflanzen und Tieren umgehen und Rücksicht auf die angeschlagene Natur nehmen;

– daß der kirchliche Raum gerade durch seine lange Tradition die Möglichkeit hat, unsere gesamte Menschheit zu heiligen – heil zu machen!

Die Kirche könnte heilsam wirken, wenn sie behutsam und in kleinen Schritten Heilwerden und Ganzwerden ermöglicht.

Das kann gerade in sonntäglichen Begegnungen geschehen, in lebensnahen Begegnungen. Das bedeutet das Eingehen auf die Nöte und Sorgen, auf Trauer und Freude der Menschen. Das kann geschehen im Hinhören und Zuhören, weniger durch Predigen, eher durch das Mittragen und Mitfühlen!

Das wäre die Möglichkeit, einen Sonntag zu einem *Sonnentag* werden zu lassen!