

Warum Innehalten und Feiern so wichtig ist

17. July 2025



Geburtstag feiern

Quelle: envato/ josecarloscerdeno

Feiern ist etwas Schönes – oder nicht? Scheinbar nein, denn immer weniger Menschen feiern ihren Geburtstag, heisst es. Es sei zu viel Aufwand, der Mühe nicht wert... Dabei kann Feiern so gut tun.

«Immer weniger Menschen feiern ihren Geburtstag.» Diese Meldung las ich vor einiger Zeit in der Zeitung und erschrak zutiefst. Sollte sie tatsächlich der Wahrheit entsprechen, dann wäre dies äusserst bedauerlich. Der Artikel führte zahlreiche Gründe für diese Entwicklung auf, zwei davon blieben mir im Gedächtnis haften: Der eigene Geburtstag sei die Mühe nicht wert, und immer mehr Menschen scheuten sich, echte Menschen in ihr echtes Zuhause einzuladen und zu bewirten.

Ich persönlich falle nicht in diese wachsende Personengruppe, denn ich feiere Geburtstage ausgesprochen gern, meinen und auch die von anderen. Es ist mir die Mühe wert, denn was gibt es Schöneres, als ein Leben zu feiern? Letzten Sonntag versammelten sich Kinder, Kindeskindern und Schwiegerkinder, um den 95. Geburtstag meines Schwiegervaters zu feiern. Es gab Sekt und Käsekuchen, Geburtstagsständchen aus vollen Kehlen und zum Abschluss Lachshäppchen. 95 Jahre Leben sind ein grosser Anlass zu feiern, ein ausgezeichnete Grund, um aus allen Winkeln der Republik zusammenzukommen und der Dankbarkeit, der Freude und der Gemeinschaft die Tür zu öffnen. Dasselbe gilt meiner Meinung nach aber auch für jeden 5., 32. und 53. Geburtstag. Es gilt für Weihnachten und Ostern, für Hochzeiten, Taufen, Kommunionen und Konfirmationen und für Schulabschlüsse aller Art.

Stell dir vor, wir würden alle aufhören, diese grossen Feste des Lebens und des Jahreskreises zu feiern. Wir würden uns den Aufwand, die Zeit, die Mühe sparen, aber eben auch die Gelegenheiten zur echten Begegnung, die Festtags-Freude, die besonderen Augenblicke, die Leuchttürme gleich aus Leben und Jahreslauf aufscheinen. Würden wir das Feiern einstellen, dann ginge der Menschheit ein wesentlicher Bestandteil unseres sozialen Miteinanders verloren. Die Tage und Jahre würden im Einheitsgrau verschwimmen, das Besondere im Alltagsstrom sang- und klanglos untergehen. Der Mensch aber ist zur Gemeinschaft gerufen, zur Freude, zum Loben und Danken, auch wenn am Anfang etwas Mühe steht. Das Leben ist ein Geschenk, das geteilt werden möchte, indem wir einander Teilhabe schenken an unseren besonderen Lebensereignissen. Wir sollten auf Hochzeiten tanzen, Kinder bestaunen, Geburtstagstorte essen und Tränen der Rührung vergiessen, sooft es überhaupt möglich ist.

Innehalten am helllichten Tag

Ich gehe noch einen Schritt weiter und wage zu behaupten: Es braucht nicht immer die ganz grossen Anlässe und das ganz grosse Kuchenbuffet, um das Feiern in die Mitte des Lebens zu holen, denn genau da gehört es hin. Nichts liebe ich mehr als den Satz: «Zur Feier des Tages...!» Dem Himmel sei Dank teilt meine Familie diese Liebe. Ach, wie unendlich vielfältig sind die Möglichkeiten, diese Worte zu vervollständigen! Und so feiern wir den Freitagabend – denn eine lange Woche ist geschafft, mit allen Höhen und Tiefen. Wir feiern den Sonntagnachmittag – denn jeder Sonntag ist ein kleines Osterfest –, den ersten warmen Frühlingstag und den ersten Spargel. Wir feiern Herbstfarben im Wald, eine gemeisterte Herausforderung, die krachende Niederlage, ein Wiedersehen nach langer Zeit. Wir feiern Freundschaft und Lebkuchen und Erdbeerkuchen im

Mai. Das Gesundwerden, das Klügerwerden, das erreichte Ziel und den Beginn der Ferien. Es braucht nicht viel dazu: ein Blech Zimtschnecken, frische Blumen in der Vase, ein Butterbrot im Wald, ein Lagerfeuer und eine wandernde Chips-Tüte, schon feierst du ein Fest mitten im Alltag. Manchmal feiere ich auch allein mit mir selbst ein Minifest des Augenblicks. Mit der Lieblingstasse voll warmen Milchkaffees, zur Ehre der Sonne in meinem Gesicht, des Zwitscherns der Vögel und der fünf Minuten ohne Aufgabe. Dann halte ich inne, mitten in meinem Tun, am helllichten Tag und öffne der Freude die Tür.

Ich feiere Gemeinschaft und Miteinander, spüre Wärme im Herzen und darf ganz im Moment sein. Ein Moment, in dem Ängste leiser werden und Sorgen in den Hintergrund treten. Einer, der Zugehörigkeit und Lebendigkeit in den Mittelpunkt stellt, unabhängig von Erfolg und Misserfolg. Beim Feiern halten wir einen Augenblick inne und würdigen die kleinen Kostbarkeiten des Alltags, die wir so häufig als selbstverständlich nehmen und die doch alles andere als selbstverständlich sind. Es stimmt dankbar, gerade weil es dem Kleinen Beachtung schenkt. So laden wir unaufgeregt die Ruhe in unser Leben ein, die Dankbarkeit und die Freude. Wir räumen dem Genuss einen Platz frei und gewinnen gleichzeitig neue Kraft. Das Leben rinnt uns in solchen Augenblicken nicht achtlos durch die Hände, sondern wir machen uns seine Besonderheit bewusst.

Wunderkerzen des Alltäglichen

Anlässe, die feierwürdig sind, findest du nahezu täglich, wenn du nur die Augen offen hältst. Es mögen nicht die grossen Leuchttürme des Lebens sein, das wäre zu anstrengend auf die Dauer gesehen. Aber es sind die Wunderkerzen des Alltäglichen, die sprühen und funkeln und uns für den Moment verzaubern. Sie sind es, die unsere Widerstandskraft stärken, die uns gedeihen und heilen lassen. Wir spüren Verbundenheit mit unseren Liebsten, mit uns selbst, mit Gott, denn es ist ein grosses Glück zu leben, gemeinsam auf diesem Fleckchen Erde, auch an einem gewöhnlichen Mittwochnachmittag im Juli.

Manchmal feiern wir gerade dann, wenn etwas gründlich in die Binsen gegangen ist. Wenn das Scheitern offenbar wird, wenn alle Bemühungen eben nicht von Erfolg gekrönt wurden. Der Alltag gleicht oft genug einem Dschungel, verwirrend, dicht und undurchdringlich. Die wenigsten von uns spazieren ihr Leben lang auf ausgebauten Wegen, und schon die Kleinsten unter uns kennen dunkle Tage. Gerade dann darfst du getrost ein Fest schmeissen. Mit Schokoladenkeksen und Kakao oder einem Picknick auf der Gartenbank. Mit einer Runde Pizza für alle oder

einem Eimer Eis. Denn genauso wie alle wissen, dass das Leben manchmal zum Haareraufen ist, so dürfen auch alle erfahren: Man kann tieftraurig sein und trotzdem feiern. Dabei geht es keinesfalls um «Happy clappy Schmerzverdrängung». Aber es geht um das Leben in Fülle. Es geht darum, einander zu vergewissern, dass wir zueinander gehören und zusammenstehen. Ganz gleich, was uns das Leben sonst so vor die Füße schmeisst und unabhängig von dem, was wir gerade zu leisten vermögen. Wir dürfen von Jesus selbst lernen, der mit seinen Freunden feierte, auch wenn die Lage alles andere als rosig war. Er feierte Tischgemeinschaft und Hochzeit, feierte gerade mit denen, mit denen sonst niemand in geselliger Runde beieinandersitzen wollte. Aber geliebt bist du an jedem Tag und zu jeder Stunde, und so ist jeder Tag und jede Stunde wertvoll und kostbar, feierwürdig und ein Geschenk des Himmels.

Eine Feier des Himmels

Die Mühe, die mit solcherlei Alltagsfesten verbunden ist, ist vergleichsweise gering. Manchmal reicht schon ein Stuhl in der Sonne. Und doch scheint es eine Kunst zu sein, die wir tunlichst nicht verlernen, sondern unseren Kindern weiterschenken sollten. Es liegt etwas zutiefst Göttliches in dieser Kunst. Gott selbst hat uns den 7. Tag zum Innehalten und Feiern geschenkt, das sollten wir genauso wenig zu feiern einstellen wie den eigenen Geburtstag. Die Schöpfung feiert den Frühling voller Überschwang. Jede Geburt scheint eine Feier des Himmels und des Lebens, so heilig ist der Augenblick.

Im Englischen spricht man von «Celebration», wenn es um das Feiern geht, und das trifft es vielleicht in besonderem Masse. Zelebrieren bedeutet, etwas bewusst zu tun, bewusst zu leben, bei sich zu sein und bei Gott. Gleich, ob du eine Kirche besuchst, in der ein Gottesdienst «zelebriert» wird, wie in katholischen Gotteshäusern, oder «gefeiert», so sind es doch immer besondere Räume, die uns einladen, in besonderer Weise mit Gott das Leben zu feiern. Und ganz unabhängig von der Art, wie dieses Fest der Gottesbegegnung immer wieder neu gefeiert wird, so hat doch stets alles seinen Platz: die Freude, der Lobpreis, der Dank, der tiefe Schmerz, die Klage und die Schuld, wie das Leben selbst. Wir feiern Gottesdienst und damit den, der uns dieses Leben schenkte. Dieses Leben in Fülle, das wir feiern dürfen, bei jeder Gelegenheit. An den grossen Stationen des Menschseins und des Jahreskreises, aber auch an jedem einzelnen Tag. Mit viel Mühe, aufwendig, festlich gekleidet mit einem Haus voller Menschen und Käsekuchen. Ganz klein, auf einem Gartenstuhl, mit der Sonne im Gesicht und einem Kaffee in der Hand. Du bist jeder Mühe wert. Gleich, ob du das Geschenk deiner Geburt oder das Geschenk dieses Tages, dieser Stunde feierst. Denn es ist

doch ein grosses Glück zu leben, gemeinsam auf dieser Erde, auch an einem Mittwochnachmittag im Juli.

Ähnliche Impulse gibt es im Magazin FAMILY. Infos zum günstigen Jahresabogutschein des Magazins findest du [hier](#).

Zum Thema:

[Höhepunkte: Die besonderen Momente des Lebens feiern](#)

[Solo&Co: Gemeinsam das Leben feiern](#)

[Manfred Siebald mit 21. Album: «Jeden Augenblick des Lebens als Geschenk Gottes feiern»](#)

Autor: Sandra Geissler

Quelle: Magazin Family 04/2025, SCM Bundes-Verlag

Tags