

Fabian Brand (Hg.)

»Im Garten der Zeit
wächst die Blume
des Trostes«

Texte für alle Anlässe der Trauerpastoral

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Zum Herausgeber:

Fabian Brand, geb. 1991, studierte katholische Theologie in Würzburg und Jerusalem, derzeit Promotionsstudium im Fach Dogmatik in Würzburg.

Er ist regelmäßig als Autor theologischer Veröffentlichungen tätig.



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C083411

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2018

Alle Rechte vorbehalten

www.herder.de

Covergestaltung: wunderlichundweigand

Coverbild und Innenseiten: © Fotolia, Fuet

Satz: Barbara Herrmann, Freiburg

Herstellung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-451-38880-4

Inhalt

Vorwort	7
I. Texte zeitgenössischer Autoren zum Tod und zur Trauer	9
II. Rituale zu Tod, Sterben und Trauer	41
III. Texte von Literaten und Dichtern	51
IV. Texte aus der christlichen Tradition	77
V. Texte aus der Heiligen Schrift	103
VI. Modelle für Traueransprachen	129
VII. Gebete	147
VIII. Traueranzeigen gestalten	177
Übersicht zu den Autoren in den Abschnitten III und IV	186
Quellen	187

Vorwort

Wir erwarten die Auferstehung der Toten
und das Leben der kommenden Welt.
Glaubensbekenntnis von Nizäa-Konstantinopel

Wenn ein Mensch stirbt, ist es schwer, Worte zu finden. Die »richtigen Worte« gibt es in solchen Situationen sowieso nicht. Man kann nur versuchen, das, wovor einem die Stimme versagt, in Sprache zu fassen. Das allerdings ist ein prekäres Unterfangen, das immer Scheitern kann und das wahrscheinlich nur in den seltensten Fällen wirklich gelingt.

Worte finden müssen in dieser Situation die Angehörigen und die, die sich mit dem Tod eines lieben Menschen auseinandersetzen müssen. Sie sind gefordert, sich ihrer eigenen Gefühle bewusst zu werden. Sie müssen sich aber auch einem neuen Zustand stellen, der es nicht leicht macht, ohne Veränderungen wieder in den Alltag zurückzukehren. Diese Gefühle und Gedanken sind vielfältig und unterschiedlich. Wenn die Worte fehlen, um das eigene Empfinden auszudrücken, tut es gut, sich eine fremde Sprache anzueignen, um mit deren Worten den eigenen Schmerz nach außen zu tragen.

Worte finden müssen immer wieder auch pastorale Mitarbeiter, die in ihren vielfältigen Aufgaben sehr häufig mit dem Tod von Menschen konfrontiert sind. Das Dasein am Sterbebett, das Zusammentreffen mit den Angehörigen zum Trauergespräch, die Trauerfeier und die Beisetzung, die Begleitung der Trauernden: All das verlangt nach einer sensiblen und einfühlsamen Sprache. Selten haben die in der Pastoral Tätigen genügend Zeit, um passende Texte auszusuchen, die sowohl den Trauernden Trost spenden, als auch Ausdruck unserer christlichen Hoffnung sind. Wenn die Arbeit mit Trauernden zum »Tagesgeschäft« wird, kann man schnell dazu neigen, die Individualität jedes Sterbefalls aus den Augen zu verlieren. Umso wichtiger scheint es, sich auf jeden Todesfall neu einzulassen und für jede Familie die Sprache zu finden, die in ihrer ganz konkreten Situation gerade angemessen erscheint.

Die hier vorliegende Anthologie bietet eine Sammlung ganz unterschiedlicher Texte, die im Zusammenhang mit Tod und Trauer stehen. Es sind Texte von zeitgenössischen und bekannten Autoren, die aus ihrer eigenen Erfah-

rung als Seelsorger über den Tod und die Trauer schreiben. Es sind Texte aus der Tradition der Kirche, Deutungen des eigenen Sterbens im Kontext des christlichen Glaubens an die Auferstehung von den Toten. Es sind Texte aus der Bibel, die unser eigenes Leben aus der Beziehung zum lebendigen Gott verstehen und das je größere Vertrauen auf Gottes barmherzige Liebe zum Ausdruck bringen. Es sind Texte, die versuchen, das Unsagbare ins Wort zu bringen, die helfen wollen, angesichts des Todes sprachfähig zu werden und Trauernden Hoffnung zuzusagen.

Die Texte, die ich ausgewählt habe, sollten nicht unbedacht verwendet werden. Es ist nötig, die Texte selbst vor ihrem Einsatz zu betrachten, sich selbst mit ihnen auseinanderzusetzen. Vielleicht muss man manchmal gar nicht einen ganzen Textabschnitt verwenden, sondern es genügt ein kurzes Zitat oder ein Gedanke, den man selbst auf die jeweilige Situation hin weiterführt. Vielleicht ist es manchmal hilfreich, Texte aus diesem Buch den Angehörigen mit auf den Weg zu geben. Sie zu motivieren, sich doch den ein oder andren Gebetstext zu eigen zu machen und so langsam aus der Sprachlosigkeit wieder hin zu einer Sprache zu finden, welche die eigenen Gefühle und Gedanken ins Wort bringt. Die Textauswahl kann die eigene Beschäftigung mit dem Tod und der Trauer nicht ersetzen. Sie ist höchstens eine Erleichterung für das Gespräch mit Hinterbliebenen, für Trauer- und Gedenkgottesdienste, für Abschiedsfeiern in Gemeinden, Krankenhäusern und Hospizen.

Wenn wir als Christen von einem Menschen Abschied nehmen, dann ist das kein endgültiger Abschied. Denn als Christen sind wir getragen von der Hoffnung, dass mit dem Tod ein neues Leben beginnt, dass wir eingehen dürfen in Gottes Herrlichkeit und ihn schauen von Angesicht zu Angesicht. Christliches Sterben ist deshalb kein hoffnungsloses Sterben. Es ist getragen von der Zuversicht, dass Christus uns Anteil an seiner Auferstehung schenkt, dass er uns zur Vollendung führt, dass sein Himmel auch unser Himmel wird. Das ist der Glaube, der uns durch dieses Leben trägt und der am Grab eine entscheidende Konkretheit erlangt. Im Schein der brennenden Osterkerze nehmen wir Abschied von einem Menschen – im festen Glauben an Christus, der von den Toten auferstanden ist.

I.

Texte zeitgenössischer Autoren zum Tod und zur Trauer

Der Tod tritt plötzlich ins Leben ein. Mit einem Mal ist nichts mehr, wie es vorher war. Wir sind traurig und geschockt. Sprachlos stehen wir dem unabwendbaren Schicksal eines jeden Lebens gegenüber. Wir müssen aber auch um Worte ringen, wenn wir Menschen in ihrer Trauer trösten wollen. Vor dem Tod versagt die Stimme.

Doch nicht immer muss man auch Sprechen, wenn man mit Trauernden zusammen ist. Oft reicht es, zuzuhören, einfach nur da zu sein. Manchmal muss man miteinander schweigen oder zusammen weinen.

Zahlreiche zeitgenössische christliche Autoren haben sich mit dem Thema Tod und Trauer auseinandergesetzt. Sie sind eine Hilfe für Trauernde, sich ihrer eigenen Gefühle bewusst zu werden und den Schmerz ihrer Trauer in Worte zu fassen. Die Texte eignen sich aber auch für Menschen, die trösten und Trauernden beistehen wollen.



Ohne Worte verstehst Du mich

Vor Dir sein.
Aber nicht mit Worten
den Schmerz berühren –
nicht jetzt, mein Gott.
Was mich zu Dir treibt,
weißt Du.
Mein Schweigen
redet
zu Dir.

Antje Sabine Naegeli

In seine Arme genommen

es gab den Punkt
an dem sie nicht mehr wollte
nicht mehr konnte

und da hat sie losgelassen
hat sich in seine Arme gegeben
– und wusste wer sie beerdigt

sie ging durch den Tod
mitten ins Leben hinein
das Grab ist leer

sie starb entschieden
kurz schmerzlos
entschlossen ergeben

und hatte dabei
eine Träne
im Auge

der Abschied
fiel ihr
nicht leicht

sie weinte um das
was sie
zurückließ

und sehnte
sich doch
nach dem was nicht war

seit dieser heiligen Stunde
weiß ich dass Auferstehung
kein Happy Halleluja ist

sondern
dass Auferstehung
auch Abschied und Anfang bedeutet

und dass es
bei aller Auferstehung
diese Träne geben darf

Andrea Schwarz

Wie soll ich dich trösten?

Wie soll ich dich trösten?

Ich habe keinen lieben Menschen verloren wie du.

Die Trauer hat mich nicht im Griff wie dich.

Aber ich kenne Trauer

um einen lieben Menschen.

Ich weiß, wie sie sich einnisten kann

in mein Herz,

wie sie mich ganz in Beschlag nehmen kann.

Da hilft kein tröstendes Wort.

Es erreicht das Herz nicht.

Lass deine Trauer zu.

Lass deine Tränen zu!

Sie reinigen das Herz.

Sie befreien dich von dem Kloß im Hals.

Sie sind Ausdruck deiner Liebe für den Toten.

Anselm Grün

Der Verlust tut weh

Du hast einen Menschen verloren, den du liebst.
Wer immer es ist, Partner oder Partnerin,
ein Elternteil oder gar ein Kind,
es tut weh.
Vielleicht ist es völlig überraschend gekommen,
vielleicht konntest du dich ein wenig vorbereiten.
Aber selbst dann war es plötzlich.
Du hast schon vieles geregelt und bewältigt.
Jetzt stehst du da und spürst:
Es ist anders als vorher.
Deine Gedanken kreisen in ungewohnten Bahnen.
Mitmenschen tun so, als würde dir etwas fehlen.
Natürlich fehlt dir der geliebte Mensch,
aber dennoch bist du lebendig und stark.
Nur ist dein Leben anders als vorher.
Es ist eine Wunde da
und du entwickelst Kräfte der Heilung.
Es ist ein Verlust da,
aber in dir wächst Anderes, Neues.

Du magst dich auch manchmal kraftlos fühlen,
manchmal denken, du schaffst es nicht,
das ist verständlich.
Die Schritte, die von dir verlangt werden, sind herb.
Die notwendigen Veränderungen schwer.
Aber du bist in deiner Trauer lebendig,
ja, du bist eine Überlebenskünstlerin,
ein Überlebenskünstler,
selbst wenn du dich zuweilen nicht so fühlst.
Du kommst zurecht, irgendwie,
wenn auch anders als gewohnt.
Auf welche Art fühlst du deine Kraft?
Manche spüren sie als Trotz und leben im Dennoch:
»Ich lasse mich nicht unterkriegen«, sagen sie.
Manche spüren sie als Wut:
»Ungerecht, warum muss das gerade uns passieren?«
Manche spüren ihre Kraft als Liebe zum Leben.
Ihre Energie bringt sie in Bewegung

Detlef Wandler

Der Tod begegnet dir ganz nah

Du bist konfrontiert mit dem Tod. Es trifft dich ganz persönlich. Obwohl wir alle um unsere Endlichkeit wissen, fällt die ganz konkrete Auseinandersetzung mit dem Sterben wie eine unerwartete Wirklichkeit in dein Leben ein. Sei es die Konfrontation mit dem eigenen Sterben oder dem Sterben eines dir nahestehenden Menschen: Du kannst es nicht fassen.

Ein großes Erschrecken breitet sich unerwartet-gewaltvoll in deinem Leben aus. Wie die Geburt eines Kindes von einer Sekunde auf die andere das ganze Leben mit all seinen Gewohnheiten verändert, so bringt die Ankündigung des Todes dein Leben völlig durcheinander. Du nimmst all die vielen alltäglichen Erfahrungen ganz anders wahr. Die Sterblichkeit unseres Lebens, die uns eigentlich immer präsent ist in Filmen, in Nachrichten, in Romanen, in Todesanzeigen der Zeitung und in der Natur, bekommt nun ein konkretes Gesicht. Sei nicht überrascht, wenn eine Fülle von ganz widersprüchlichen Gefühlen dich einholt und nachts deine Träume intensiver und bedrohlicher werden und morgens dein Erwachen voller Schwere sein kann.

Versuche, diese Grenzerfahrungen anzuschauen, ohne sie zu bewerten. Sei nicht erstaunt, wenn du angesichts des Sterbens intensivstes Leben erfahren wirst: welch ein Paradox!

Jedes Mal, wenn ich wieder ganz konkret mit dem Tod konfrontiert bin, kommen mir Worte eines französischen Philosophen in den Sinn. Als Jugendlicher habe ich sie über meinem Bett aufgehängt. Gabriel Marcel sagt: »Einen Menschen lieben heißt ihm sagen: Du wirst nicht sterben.« Diese Worte nähren meine Sehnsucht bis heute. Es ist meine verrückte Hoffnung, auch im Sterbeprozess aufgehoben zu sein. Die Liebe ist jene Urkraft des Lebens, die den Schmerz über den Tod verstärkt und zugleich jene tiefere Verbundenheit erahnen lässt, die für immer bleibt.

»Du wirst nicht sterben« – das sind jene Worte, die mir paradoxerweise helfen, den Tod nicht zu verdrängen. Natürlich wirst du sterben, so wie ich auch sterben werde. Mit Wohlwollen alle Gefühle wie Entsetzen, Angst, Vertrauen, Revolte, Trauer, Hoffnung, Zorn wahrzunehmen, lässt dich jene Liebe erfahren, die dem Tod in die Augen schauen kann, weil dahinter die Kraft der Ewigkeit spürbar wird.

Pierre Stutz