



Loslassen

Guten Morgen!

Jedes Mal bei einer Beerdigung gibt es einen Ritus, der mich tief anrührt. Als katholischer Priester beerdige ich schon seit über dreißig Jahren, habe so auch meine Eltern beerdigt, gute Freunde und auch Menschen aus der Gemeinde, in der ich tätig war und bin. Und manchmal nehme ich auch einfach nur als Hinterbliebener an einer Beerdigung teil. Der Ritus, der mich anrührt, passiert ziemlich am Ende der Beerdigung, und zwar, wenn alle auf dem Friedhof sind und am offenen Grab stehen. Dann nämlich wird Erde auf den Sarg oder die Urne geworfen. Dazu steht dann eine Schale mit Erde bereit, oder die Erde ist zu einem kleinen Haufen aufgeschüttet, in dem dann ein kleines Schüppchen steckt. Das benutze ich aber nur selten, weil mir so ein Sandkastenschüppchen für diesen Ritus nicht angemessen erscheint. Ich nehme vielmehr meine Hand dazu, ergreife etwas von der Erde und lass sie dann zwischen den Fingern zerrinnen. Für mich wird so haptisch erfahrbar, was es bedeutet, loszulassen, denn das macht jede Beerdigung ja unwiderruflich deutlich: Ich muss loslassen und kann letztlich nichts endgültig festhalten, weder die Erde in meiner Hand, den Menschen, der hier beerdigt wird, noch irgendetwas anderes. Zum Leben gehört das Loslassen immer schon dazu.

Das müssen bereits kleine Kinder lernen. Säuglinge erobern sich ihre Welt schon mit wenigen Monaten, indem sie nicht mehr einfach reflexartig zugreifen, sondern gezielt etwas ergreifen und damit auch die Welt be-greifen. Um allerdings Neues zu ergreifen, müssen die Säuglinge die Hände wieder freikriegen und daher loslassen. In einer bestimmten Entwicklungsphase kann das bei kleinen Kindern sogar zu Wutausbrüchen führen: Sie wollen unbedingt das, was sie ergriffen haben, behalten. Aber irgendwann sind Hände und Arme so voll, dass nichts mehr dazu kommen kann. Und dann? Dann müssen sie einfach etwas loslassen. Oder es fällt ihnen beim neuen Zugreifen einfach das aus der Hand, was sie zuvor noch festgehalten haben. Und wegen des Verlustes fangen sie an zu schreien oder zu weinen. Loslassen, nicht festhalten können, das hat ja etwas mit Verlust und Angst vor dem Verlust zu tun. Und das erleben und erleiden die Kinder schon sehr früh, und es wird sie ein Leben lang begleiten.

Eigentlich ist das ja ein alltägliches Ereignis: Ergreifen und wieder loslassen, um frei zu werden, Neues entgegen zu nehmen. Ich weiß gar nicht, wie viele Dinge mir so tagtäglich durch die Hände gehen. Nur habe ich sehr selten Verlustängste dabei. Das Allermeiste, was ich loslasse, kann ich ja auch wieder ergreifen.

Anders ist das dagegen bei so einem endgültigen Loslassen, wie bei der Beerdigung. Diesen einzigartigen Menschen, den werde ich so nicht wieder sehen, geschweige denn, ihm die Hand reichen, ihn ergreifen oder auch umarmen. Ich kann mich dann bestenfalls an ihn erinnern und mich vielleicht an den Erinnerungen festhalten. Aber ihn selbst nicht.

Und auch in Bezug auf mein eigenes Leben gilt: Einmal muss ich mein Leben loslassen. Ich kann es nicht festhalten – selbst bei allerbesten medizinischer Versorgung nicht. So gesehen ist das Ritual bei der Beerdigung mit dem Loslassen der Erde aus den eigenen Händen ein

bewusster Hinweis für mich: Denk an dein eigenes Lebensende. – Mehr noch: Es ist für mich wie eine Einübung, bewusster loszulassen, weil ich ja letztlich nichts festhalten kann. Und es zeigt mir auch, wie besonders, vielleicht sogar kostbar alles im Leben ist, was ich gerade ergriffen habe, bevor ich es wieder loslassen muss.

Doch diese Einübung des Loslassens reicht eigentlich noch weiter. Das ganze Leben über lasse ich ja los, mal gezwungen, mal freiwillig. Aber immer macht es mich frei und eröffnet mir die Möglichkeit, Neues zu ergreifen. Und wer weiß: Wenn ich am Ende mein eigenes Leben loslasse, sollte ich dann nicht auch frei sein, ein neues, ein anderes Leben entgegenzunehmen mit all den anderen Verstorbenen?

Aus Duisburg grüßt Sie Pater Philipp Reichling