Katholische Kirche im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 23.11.2022 05:55 Uhr | Michaela Bans

Trauern erlaubt

Als Seelsorgerin habe ich oft mit Trauernden zu tun, die vor einer kaum lösbaren Aufgabe stehen: Einerseits sind sie traurig, hilflos, weil sie nicht wissen, wie das gehen soll: ab jetzt weiterleben – ohne diesen Menschen. Andererseits ist da der letzte Wunsch: "Seid ja nicht traurig! Weint ja nicht auf meiner Beerdigung!“ Menschen, die diesen Wunsch äußern, wissen meistens, dass sie bald sterben werden. Und ich vermute, dass sie damit denen, die weiterleben, etwas Gutes tun wollen. Dass das der Versuch ist, die Traurigkeit zu mildern. Sie wünschen sich, dass das Leben ihrer Lieben ein Gutes und eben auch ein Fröhliches ist, wenn sie nicht mehr bei ihnen sind. Zumindest nicht mehr so bei ihnen sind, wie bisher.
Ich habe noch nie mit jemanden gesprochen, der sich das für seinen eigenen Tod oder die eigene Beerdigung ausdrücklich so wünscht. Deshalb kann ich über die Gründe nur mutmaßen.
Aber ich habe eben schon öfter mit Menschen gesprochen, die dann eines Tages vor dieser Aufgabe stehen: Lachen zu sollen aber nicht zu können. Weinen zu müssen und das Gefühl zu haben, es nicht zu dürfen. Das Weinen-Verkneifen wird dann zur letzten Möglichkeit, dem oder der Verstorbenen einen Wunsch zu erfüllen. Und das will man natürlich. Aber: Sich das Weinen zu verkneifen kann eine echte Quälerei sein. Womöglich wirklich ungesund werden. Und natürlich klappt das in der Regel auch nicht. Die Tränen fließen trotzdem und dann kommt das schlechte Gewissen – "das ist nicht im Sinne von… Ich muss mich zusammenreißen.“
Und immer, wenn ich Trauernde in diesem Zwiespalt erlebe, denke ich: Ob den Sterbenden klar war, was sie da von ihren Lieben verlangen? Wie schwer sie es ihnen damit machen?
Ich erinnere mich gut an meine allererste Beerdigung als Seelsorgerin. Die damals verstorbene Mutter hatte es gut gemeint und bei einem Bestattungsinstitut bereits alles für ihre eigene Beerdigung bestellt und bezahlt. Die Kinder sollten weder Kosten noch Arbeit haben. Und damit das so bleibt, hatte sie sich für ein anonymes Grab entschieden. "Ich habe meiner Mutter dann gesagt, dass das so nicht geht“, erzählte die Tochter mir im Trauergespräch. "Ich habe ihr gesagt: bis zu Deinem Tod entscheidest Du über alles, was mit Dir ist. Aber wie wir nach Deinem Tod damit umgehen, ob wir Blumen pflanzen und Unkraut zupfen wollen, das ist allein unsere Entscheidung. Dein Grab ist unser Ort. Du bist dann längst woanders.“
Diese Tochter wollte Blumen auf das Grab ihrer Mutter pflanzen und einen Stein bestellen. Sie wollte gießen, zupfen und sicher auch manchmal fluchen darüber. Und vor allem wollte sie ein Mitspracherecht, wenn es um ihre Trauer geht. Darum, was sie dazu braucht, wenn sie ohne ihre Mutter weiterleben muss.
Ich finde es so klug, wenn Menschen sich Gedanken darüber machen, wie sie leben und ebenso wie sie sterben und begraben werden wollen. Und zugleich gebe ich der Tochter von damals Recht: Alles, was dann kommt, muss zu den Trauernden passen.
Es gibt kein richtig und kein falsch im Umgang mit dem Tod und dem danach. Aber meine

Erfahrung sagt mir: Es ist gut, miteinander darüber zu sprechen. Und denen, die weiterleben müssen, das Trauern zu erlauben. So wie’s kommt, darfs sein. Ich glaube, das ist wichtig.