

Auf dem Weg der Trauer

Du dachtest, du seist darüber hinweg. Du hast dich wieder ins Leben gestemmt, hast die Wohnung umgeräumt und versucht, in die Zukunft zu blicken. Doch dann begegnet dir irgendetwas, was dich an den Menschen erinnert, den du hergeben musstest, ein Lied, ein Gegenstand, ein Bild... Und schlagartig ist alles wieder da: Erinnerungen, gemeinsam Erlebtes, die Bilder kreisen im Kopf, und das Elend überkommt dich. Du erinnerst dich wieder, wie der geliebte Mensch von dir ging. Wie dir seine Krankheit, sein Leiden, sein Schmerz zu Leibe rückten. Oder wie ein nahestehender Mensch von einem Tag auf den andern nicht mehr da war. Du siehst dich, wie du dabei standest, als der Sarg sich senkte und du das Gefühl hattest, dass sich eine Tür für immer schließt, dass nun ein Platz leer ist. Und du verspürst wieder das Gefühl, die Last kaum tragen zu können.

Trauer ist wie ein Weg. Ein Auf und Ab, so wie jeder Weg im Leben im Wechsel von Auf und Ab verläuft.

Eine kostbare Erfahrung auf dem Weg der Trauer sind Menschen, die zuhören, die versuchen zu verstehen und mitzufühlen, Menschen, die den schweren Weg mitgehen, mitstandhalten, das Schwere mitaushalten. Denn was schwer ist, hat Gewicht und ist wichtig. Meist braucht es nicht einmal viele Worte. Schon die Nähe hilft. Im Buch Hiob wird von der Nähe der Freunde des leidenden Hiob erzählt: „Und sie saßen mit Hiob auf der Erde, sieben Tage und Nächte und redeten nichts mit ihm; denn sie sahen, dass sein Schmerz sehr groß war.“

Leider haben die drei Freunde Hiobs diesen Weg des Mitleidens und Mitschweigens nicht durchgehalten. Sie begannen nach sieben Tagen, Hiob mit Erklärungen seines Leids zu vertrösten, ja ihm sogar die Schuld an seinem Leiden zuzuschreiben. So etwas ist für Trauernde unerträglich. Denn sie haben oft schon genug mit eigenen Schuldgefühlen, Selbstvorwürfen und Selbsthinterfragung zu tun: Hätten wir doch früher den Arzt gerufen! Hätten wir doch noch über dieses und jenes miteinander gesprochen, bevor es nicht mehr möglich war! Hätte ich doch die Vorzeichen ihrer Tat erkannt! So läuft der Film im Kopf ab, wieder und wieder.

Ich wünsche allen, die trauern, dass sie das, was geschehen ist, in Gottes Hand legen können. Das klingt vielleicht sehr fromm. Aber es *gibt* Versäumnisse in unseren Beziehungen, das ist ja nicht zu leugnen, es *gibt* Lieblosigkeiten, es *gibt* Vergesslichkeit, es *gibt* Gleichgültigkeit, es *gibt* unausgesprochen Lastendes in unseren Beziehungen, es *gibt* Befangenheiten, die uns hinderten, zu tun oder zu sagen, was zu tun oder zu sagen war. Und wenn wir es nach dem Tod eines Menschen erkennen, dann schmerzt es. Aber wenn ich meine Trauer darüber und meinen Schmerz in Gottes Hand lege, heißt das nicht, dass ich es leugne oder verharmlose, sondern im Gegenteil: es ist so wichtig und gewichtig, dass es bei Gott einen Ort findet.

Vielleicht haben Sie am Ewigkeitssonntag einen Gottesdienst besucht. In den Kirchen werden an diesem Tag die Namen unserer Verstorbenen genannt, und damit werden sie in den Horizont Gottes, in seine Ewigkeit hineingestellt. „Ewiges Leben“ ein Leben, das frei ist von allen Versäumnissen, Vorläufigkeiten und Befangenheiten – so wage ich zu hoffen. Es wird „dort“ im ewigen Leben wohl etwas anders sein als hier. Dazu ist dieses Leben zu vorläufig, zu unfrei, eben nicht ewig, sondern sehr endlich. Es schreitet nach der Hoffnung, dass das Zerrissene und Unfertige, das Unheilvolle und Vorläufige in jedem Leben heil und ganz werden wird. Dass auch unsere Beziehungen heilen. Diese Hoffnung begleite und trage Sie in Ihrer Trauer!

Helga Lamm-Gielnik, Pfarrerin der Evangelischen Kirchengemeinde Gaggenau

