

Traut euch zu trauern!

Der Tod braucht einen Platz im Leben, sagt *Fritz Roth*. Abschiednehmen muss ein aktiver Vorgang werden, der Gemeinschaft fordert – und Gedenktage

Der Passus „Von Beileidsbekundungen bitten wir abzusehen“ findet sich in vielen Todesanzeigen. Wenn man sich die Heftigkeit der Trauerbekundungen früherer Zeiten vor Augen führt, kann man die Bedeutung des Schweigens ermessen, das Trauernde heute oft umgibt. Ich sehe darin eine Bankrotterklärung: Der Satz bringt zum Ausdruck, dass Trauernde sich keinen Trost mehr von ihren Mitmenschen erwarten. Trauern war früher eine Sache der Gemeinschaft. Menschen kamen unaufgefordert in das Haus, in dem jemand gestorben war. Heute wird ein solcher Ort eher gemieden. Wenn wir Menschen begegnen, die ein Kind, einen Partner, die Mutter oder den Vater verloren haben, betreten wir eine fremde Welt. Die Worte, die wir in unserem Repertoire haben, beschreiben diese Welt möglicherweise nicht angemessen.

Die Wirklichkeit des Todes zu begreifen ist eine Aufgabe, die ganz am Anfang eines Trauerprozesses stehen muss. Ein erster Schritt hin zu einer neuen Sterbe- und Trauerkultur besteht daher in der Schaffung eines Raumes für die Begegnung der Lebenden mit „ihren“ Toten. In manchen Krankenhäusern und Pflegeheimen ist es heute möglich, die Gestorbenen selbst zu waschen und anzukleiden, einige Stunden bei ihnen zu verbringen und so Abschied zu nehmen. Diese letzte Begegnung ist etwas sehr Kostbares. Anstatt sich auf einen beschleunigten, betäubenden Erledigungsparcours zu begeben, ist es hilfreicher, ausgiebig Abschied zu nehmen. Die Erfahrung, die ein Mensch beim Tod eines ihm Nahestehenden macht, braucht auch die Anerkennung durch andere. Das Sprechen über den gestorbenen Menschen und die Art seines Sterbens ist wichtig. Gedanken und Gefühle, die sich nur in der Vorstellung des Trauerns abspielen, bleiben viel unwirklicher als solche, die mit anderen geteilt werden.

In den neuen Bundesländern liegt die Quote der anonymen Bestattungen inzwischen bei 30 Prozent aller Begräbnisse. Tote, die spurlos verschwinden, sind pflegeleicht: Sie fallen niemandem mehr zur Last und entbinden die Angehörigen von der Verpflichtung, das Grab in Ordnung zu halten. Es sind vernünftige Beweggründe, die für eine anonyme Bestattung angeführt werden. Jedoch ist der Umgang mit Sterben und Tod eine Angelegenheit, bei der man sich bestenfalls vordergründig von vernünftigen Überlegungen leiten lässt. So sehen viele Kulturwissenschaftler im Trend zur anonymen Bestattung weniger eine Vernunftentscheidung als den Spiegel einer grenzenlosen Vereinsamung: Menschen haben Angst davor, vergessen zu werden – wo kein identifizierbares Grab ist, kann es auch nicht vernachlässigt werden.

Die anonyme Bestattung ist Sinnbild einer Kultur, die sich mit der Endlichkeit des Lebens möglichst nicht belasten will. Ähnliche Motive halten Menschen häufig davon ab, ein Testament zu machen. Sie vermeiden die Auseinandersetzung mit ihrem eigenen Sterben und scheuen sich darüber hinaus, die

Beziehungen zu ihren nächsten Angehörigen zu klären. Diese Haltung erweist sich für viele Hinterbliebene als zusätzliches Problem: Sie müssen Unerledigtes ordnen und sich mit dem abmühen, womit sich der Verstorbene zu seinen Lebzeiten nicht befassen wollte.

Die Hinterbliebenen, nicht die Toten, brauchen eine besondere Betreuung. Sie brauchen die Aufforderung: „Traut euch zu trauern! In der Familie, am Arbeitsplatz, auf der Straße. Mutet anderen eure Tränen zu!“ Sie müssen in ihrem Wunsch bestärkt werden, die Erinnerung an den Verstorbenen lebendig zu halten, auch wenn ringsum bald tiefes Schweigen herrscht. Sie brauchen die Ermutigung, sich aktiv mit der neuen Realität auseinanderzusetzen. Sie brauchen die Bestätigung, dass ihr Verlust vielleicht der größte, mit nichts zu vergleichende persönliche Verlust ist, ihr ganz

persönlicher Katastrophenfall. Deshalb gilt es, die Trauer wieder aus ihrem Versteck herauszuholen und in die Lebensräume, in den Alltag zurückzubringen. Die Trauer muss aus der Sterilität von Totenkammern und Friedhofskapellen in eine Umgebung zurückgeführt werden, wo das Leben zu Hause ist und wo sie – auch in der Gemeinschaft – erfahrbar gemacht werden kann. Warum muss sich in der Schaufensterdekoration eines Bestattungsunternehmens von heute das Ambiente von Trauerfeiern der 1950er-Jahre widerspiegeln? Warum müssen es Büros mit Holztäfelung sein, gediegen, düster, gespenstisch? Warum spricht man mit Kunden, die gerade einen Menschen verloren haben, mit gedämpfter Stimme, als ob es um ein Geheimnis ginge, von dem möglichst niemand etwas erfahren soll? Es gibt keine zwingenden Gründe dafür, wie sich Bestattungsfirmen präsentieren. Es gibt weit eher zwingende Gründe, daran etwas zu ändern.

Unsere Gesellschaft hat vieles verlernt, was einmal ganz selbstverständlich zum Umgang mit dem Tod und zur Trauerkultur gehört hat. Gemeinschaftliche Rituale bezogen sich nicht

nur auf das Begräbnis, sondern genauso auf das Andenken an den Toten. Mit zunehmender Säkularisierung gibt es immer weniger Totenmessen, Jahresgedächtnisse und andere Anlässe, die es dem Einzelnen ermöglichen, sich in einer Gemeinschaft der Verstorbenen zu erinnern.

Es gibt heute viele Wege, sich seine Toten stellen zu lassen. Nicht nur durch die Gerichtsmedizin und die Entsorgungsmoralität, sondern auch durch das Schweigen der Gemeinschaft.

Der Autor ist Bestattungsunternehmer in Bergisch Gladbach, Trauerbegleiter und Gründer der Privaten Trauerakademie. Die Textpassagen stammen aus seinem neuen Buch „Das letzte Hemd ist bunt“ (Campus Verlag), das gerade erschienen ist.



Es gibt viele Wege, sich
seine Toten stellen zu lassen.
Auch durch das Schweigen
der Gemeinschaft