

NACHDENKEN ÜBER STERBEN, TOD UND BESTATTUNG

*Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen,
auf dass wir klug werden* (Psalm 90,12)



Das Leben nach dem Tod – eine theologische Annäherung

Was kommt danach? Eine Frage, die alle Menschen beschäftigt. Denn Menschsein heißt Grenzen erfahren. Grenzen der eigenen Gesundheit, Lebenskraft und Lebenszeit. Krankheit, Tod und Sterben gehören zum Leben dazu. Sie bleiben niemandem erspart.

Was kommt danach? Nachdem der Vorhang gefallen ist und sich dahinter dennoch wieder eine Tür öffnet? Die Konfirmandinnen und Konfirmanden 2008 haben ihre Vorstellungen von dem, was danach kommt, in „Jenseitskisten“ hineingebaut. Es ist erstaunlich, was dabei herauskam: eine kuschelige, weiche Höhle mit einem nur sehr kleinen Eingang oder eine wunderschöne Strandlandschaft mit einem pinkfarbenen Liegestuhl. Oder eine himmlische Dönerbude. Und auch die Kiste, die eigentlich das „Nichts“ darstellen sollte, weil der Konfirmand zeigen wollte, dass wir es letztlich nicht wissen, war ein liebevoll gestalteter Raum mit warmem Kerzenlicht.

Aber jeder und jede hat sich ihr „Danach“ anders vorgestellt, nicht unabhängig von dem, wie er oder sie ihr Leben im hier und heute lebt. Und umgekehrt gilt das auch:

So, wie meine Vorstellungen über das Jenseits von meinem Leben im Jetzt bestimmt sind, hat das Nachdenken über Sterben und Tod ebenfalls Auswirkungen auf mein Leben: Wir leben bewusster und vielleicht auch ein wenig besser, wenn wir unser Leben so leben, wie es eben ist – befristet, mit einer Grenze.

Doch trotz allen Nachdenkens erfahren wir Menschen gerade diese Grenze – die Todesgrenze - oft als unbegreiflich, sinnlos und zerstörerisch. Der Tod ist alltäglich, er trifft alle Lebensalter, findet im Alltag statt und kann schnell kommen, manchmal brutal und ungerecht.

Auch die Bibel weiß um diese Erfahrungen des Todes mitten im Leben. Der Tod hat ein doppeltes Gesicht: Er ist der Diener Gottes, der das Leben an sein gutes und schöpfungsgemäßes Ende bringt und er ist zugleich der letzte Feind Gottes und des Menschen. Nach dem Alten Testament ist der Mensch ein Teil der Schöpfung Gottes. Und als Kreatur gehören die Geburt und der Tod zum Leben dazu. Somit ist der Mensch von Staub genommen und kehrt wieder dahin zurück, können Menschen auch alt und lebenssatt sterben wie Abraham.

Das Alte Testament kennt in den frühen

Schriften noch keine Auferstehungshoffnung. Mit dem Tod ist alles vorbei. Erst später kommt es zu einem anderen Verständnis:

„Dennoch bleibe ich stets an dir; denn du hältst mich bei meiner rechten Hand... du nimmst mich am End mit Ehren an“ (Ps.73).

Auch im Neuen Testament bleibt der Tod ein Feind des Lebens, deswegen kann man sich auch vor ihm fürchten. Aber mit Jesus Christus tritt die Auferstehung von den Toten in unsere Vorstellungswelt. Sein Tod und seine Auferstehung gelten für den ganzen Menschen. Unsere Verbindung zu ihm trägt durch den Tod hindurch. „Ich bin die Auferstehung und das Leben“ spricht Christus.

Allerdings wird auf das Leben nach dem Tod nicht mehr detaillierter eingegangen. Das Leben vor dem Tod schien wesentlich wichtiger zu sein, darüber erfahren wir sehr viel.

Im Laufe der Theologiegeschichte hat die Angst vor dem Sterben zu ausgeschmückten Vorstellungen vom „Jüngsten Tag“ geführt, die viele Menschen beherrscht haben. So auch



Martin Luther selbst. „Wir alle müssen offenbar werden vor dem Richterstuhl“ heißt es bei Paulus, es wird einen Tag geben, an dem wir uns verantworten werden. Aber an diesem Tag wird es nicht wie bei einem Brettspiel zugehen, auf

dem die Halma-Männchen wahlweise vom Brett gefegt werden (Hölle) oder nur umfallen und irgendwann je nach Willkür des Richters wieder aufgestellt werden können (Fegefeuer) oder stehen bleiben und heroisch in den Himmel marschieren. Das sind Vorstellungen, die sich im Laufe der Zeit entwickelt haben.

„Das Evangelium (dt. „frohe Botschaft, gute Nachricht“) unseres Herrn Jesu Christi ist eine Kraft Gottes, die selig macht alle, die daran glauben, denn darin wird offenbart die Gerechtigkeit Gottes, die aus dem Glauben kommt“, schreibt Paulus im Römerbrief. Eine frohe, selig machende Botschaft ist das Evangelium. Eine frohe Botschaft, die uns befreit.

Martin Luther sinnierte lang über diese Worte, bis er verstand – und zwar vom Herzen her verstand – die Gerechtigkeit Gottes hat nichts mit unserer menschlichen Vorstellung von einem unerbittlichen Richter zu tun. Jesus hat sie uns gezeigt, die frohe Botschaft, die neue Gerechtigkeit, im Gleichnis von den Arbeitern im Weinberg, die alle bekamen, was sie zum Leben brauchten und im Gleichnis vom barmherzigen Vater, der den verlorenen Sohn mit offenen Armen empfängt, in der liebevollen Rettung der Ehebrecherin. Diese Gerechtigkeit Gottes befreit zum Leben, sie macht uns froh und frei, fröhlich unsere Straße zu ziehen wie der Kämmerer aus Äthiopien. Ein „gutes Leben“ erfolgt daraus wie von selbst.

Es ist schwer zu verstehen, dass unsere menschlichen Kategorien nicht greifen bei Gott, und doch ist das Kern seiner Botschaft für uns. Befreit sind wir zum Glauben an diesen Gott. Was für eine frohe Botschaft. Darum nennen wir uns

„evangelisch“.

Das Leben nach dem Tod stellen wir uns vor als ein Kommen an den Tisch des Herrn, der für uns gedeckt ist, an dem wir erwartet werden.

Tod und Auferstehung gehören für uns Christen zusammen, wie zwei Seiten einer Medaille. Schwierig macht es für uns, dass „der Tod die uns zugewandte Seite jenes Ganzen ist, dessen andere Seite Auferstehung heißt“ (R. Guardini).



Das Sterben – Ende des Lebens

Sterben bedeutet Abschied nehmen, und das ist es, was es uns so schwer macht. Ungern verabschiede ich mich, es fällt mir schwer zu gehen, und noch schwerer, wenn ich die, die ich liebe, nicht mitnehmen kann, und wenn ich nicht genau weiß, wohin die Reise geht und wie lang sie dauert.

Abschied nehmen ist etwas Endgültiges, ich kehre den Rücken, ich kehre nicht mehr um. Sterben bedeutet Abschied nehmen, darum fällt es uns so schwer. Wir möchten die schöne Zeit zusammen festhalten.

Und doch ist das ganze Leben geprägt von Abschieden. Es beginnt mit der Geburt, bei der das Baby sich von der Geborgenheit im Mutterbauch verabschieden muss und geht ein Leben lang so weiter: viele kleine und große Abschiede prägen ein Menschenleben.

Unsere Aufgabe ist es, diese Abschiede nicht mehr länger wegzudrücken, sondern Rituale zu finden, um Schwellensitu-

ationen und Abschiede zu gestalten. Das Gefühl der Trauer, die Tränen über einen Abschied gehören dazu. Wenn wir uns das bewusst machen, dann tun wir das, was man „abschiedlich leben“ nennt.

Was mach ich, wenn es soweit ist?

Das Sterben selbst ist der größte Abschied, der uns im Leben widerfährt.

Das Bewusstmachen und die Rituale wollen uns auch bei diesem Abschied helfen.

In der Sterbebegleitung kann ein sterbender Mensch das Krankenabendmahl als Stärkung auf dem Weg erfahren. Auch die Krankensalbung, die in der evangelischen Kirche sehr selten angefordert wird, kann Stärkung auf dem Weg sein. In unserem Glauben hat dies nichts mit einer letzten Ölung zur Vorbereitung auf das Sterben zu tun, sondern es geht um eine segnende, heilsame Berührung und um den Zuspruch des Evangeliums.



Wenn ein Angehöriger im Sterben liegt, dann kann gemeinsam mit dem Pfarrer oder der Pfarrerin auch ein Abschied gestaltet werden, gemeinsam gebetet und gesungen werden. In den Würzburger Kliniken gibt es rund um die Uhr das Angebot der Klinikseelsorger, die gerufen werden können, um Ihnen bei einem sol-

chen Abschied beizustehen. Daheim ist es der Gemeindepfarrer, der in solchen Stunden zu Ihnen kommen kann.

Wenn jemand verstorben ist, dann kann man in der Zeit bis zur Abholung durch den Bestatter eine Aussegnungsfeier gestalten. Der Pfarrer oder die Pfarrerin kommt dann zu Ihnen, es wird gebetet und das Wort Gottes gehört, es gibt ein Abschiedsritual und es kann gesungen werden. Dies ist eine Gelegenheit, sich noch einmal vom Verstorbenen zu verabschieden.

Die Beerdigung regeln Sie mit dem Bestatter, er kümmert sich um alles Notwendige und informiert in der Regel auch die Gemeindepfarrer, der oder die dann zu Ihnen kommt und die Beerdigungsfeier mit Ihnen bespricht.

Eine Stunde vor der Bestattung läutet bei uns in der Gethsemanekirche zehn Minuten lange die Glocke. So weiß die Gemeinde: es ist jemand aus unserer Mitte gerufen worden.

Der Gottesdienst findet in der Friedhofskapelle statt. Seit 2007 gibt es auch die Möglichkeit, einen Gottesdienst zum Gedenken an den Verstorbenen in der Kirche zu feiern, allerdings findet dieser wirklich als Gedenken statt, ein Sarg oder eine Urne dürfen aus gesetzlichen Gründen nicht in die Kirche gebracht werden.

Im Anschluss an die Beerdigungsfeier ist es üblich, sich zusammen zu setzen, sich zu stärken, zu trinken und zu essen, die Erinnerungen an den Verstorbenen aufleben zu lassen. „Leichenschmaus“ wird dies genannt, viele nennen es auch „Tränenbrot“. Die Gemeinschaft, die die Trauernden hier erfahren, stärkt sie für die Zeit nach der Beerdigung.

In der Regel am Sonntag nach der Beerdigung wird der Gemeinde in den Abkündigungen des Gottesdienstes mitgeteilt, wer aus der Gemeinde verstorben ist.



Im Gebet nimmt die Gemeinschaft Anteil daran.

Trauer – ein Prozess mit verschiedenen Phasen

Die Trauer um einen geliebten Menschen verläuft in verschiedenen Phasen. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass es sich nicht um einen stufenartigen Ablauf handelt, sondern um einen Prozess, in dem alle Phasen auch mehrmals und ineinander übergehend auftauchen können. Zunächst reagiert der Mensch mit einem Schock, dann folgt eine kontrollierte Phase, in der man alles regeln muss und sich häufig fühlt wie ein Zuschauer, der nicht wirklich beteiligt ist. In der Zeit, in der die Beerdigungsfeier vorüber und die größten Angelegenheiten geregelt sind, folgt häufig eine Phase des Rückzugs. Der Trauernde fühlt sich allein, lässt sich in die Trauer fallen, idealisiert die Vergangenheit vielleicht auch. In langsamen Schritten, verbunden mit vielen „Rückfällen“ in das Gefühl der Verzweiflung, verschafft die Hoffnung und die Annahme des Abschieds sich Raum.

Diesen Prozess des Trauerns erfahre ich

aber nicht passiv, dem bin ich nicht unterworfen als etwas, das mir schicksalhaft widerfährt, sondern den kann ich als abschiedlich lebender Mensch auch gestalten.



William Worden beschreibt vier Aufgaben des Trauernden:

1. Akzeptieren, dass ein Verlust stattgefunden hat.
2. Durch den Schmerz durchgehen, die Gefühle kommen lassen.
3. Mich an ein verändertes Leben anpassen, z. B. lernen, Dinge tun zu müssen, die ich vorher nicht selber machen musste.
4. Dem, den ich verloren habe, einen neuen Platz geben, z. B. in meinem Herzen.

Der Prozess des Trauerns ist eine schwierige Aufgabe, bei der ich mir auch professionelle Begleitung suchen kann. Ich kann Seelsorge durch die Pfarrer in Anspruch nehmen, ich kann eine Einzelbegleitung bei einer Trauerbegleiterin machen, ich kann in eine Trauergruppe gehen.

Einmal im Jahr feiern wir in der evangelischen Kirche den Ewigkeitssonntag. Es ist der letzte Sonntag des Kirchenjahres, vor dem ersten Advent. An diesem Tag denken wir an alle Menschen, die in dem vergangenen Jahr aus unserer Gemeinde verstorben sind. Wir verlesen alle ihre Namen und zünden für jeden Verstorbenen eine Kerze an.

Diese Kerze können die Angehörigen auch gern im Anschluss an den Gottesdienst mit nach Hause nehmen.

Abschiedlich leben, dazu gehört es auch, gemeinsam diesen Gedenkgottesdienst zu feiern, jedes Jahr einmal.

Quellen: Erwachsenenkatechismus, Yorick Spiegel, Der Prozess des Trauerns, William Worden, Beratung und Therapie in Trauerfällen.

Fotos: epd Bild, Fotolia, und Wodicka