

Rituale für Sterbende, Tote und Trauernde*

Birgit Aurelia Janetzky



***Dieser Artikel ist erschienen in der Veröffentlichung: Qualifizierte Begleitung von Sterbenden und Trauernden. Medizinische, rechtliche, psycho-soziale und spirituelle Hilfestellungen. Loseblattsammlung 4.6., Forum-Verlag Herkert, Mering 2001-2003**

Rituale für Sterbende, Tote und Trauernde

1. Begriffsbestimmung ‚Ritual‘

Bis heute ist es nicht selbstverständlich über Rituale zu reden. Schnell kommen einem Bilder von Eingeborenenstämmen, Hexenversammlungen oder dunklen magischen Praktiken. So faszinierend diese Erscheinungen für den modernen Menschen sind, so wenig haben sie mit uns selbst zu tun – eine weit verbreitete Meinung. Doch seit den siebziger Jahren vollzieht sich ein langsamer Wandel. Rituale werden wieder gesellschaftsfähig. Ritualisiertes Handeln ist schon seit langem Gegenstand wissenschaftlichen Interesses in den der Religionswissenschaft nahe stehenden Disziplinen wie Ethnologie und Soziologie. Neue Forschungsansätze in dem "Ritual Studies" genannten Fachgebiet beschäftigen sich neben historischen und phänomenologischen Themen zunehmend mit Strukturmerkmalen und der Funktion von Ritualen in der Gesellschaft. Gegenwärtig vollzieht sich auch eine Wende im Verständnis vieler Menschen. Rituale werden als notwendige Hilfen bei der Bewältigung des immer komplexer werdenden Alltags gesucht und als wichtige Gestaltungsformen bei den Übergängen des Lebens, bei Geburt, Erwachsenwerden, Hochzeit und Tod.

Um sich nicht im Dschungel der Ritualansätze zu verirren ist es hilfreich, einige grundlegende Unterscheidungen zu treffen. Vieles wird als Ritual bezeichnet, von der unumgänglichen Zigarette nach dem Essen (Gewohnheit), bis zum Zubettbringen von Kindern (ritualisierte Handlung, die Struktur und Sicherheit gibt). Beides kehrt immer wieder und hat eine stabilisierende Funktion. Ritualisierungen bewähren sich als Möglichkeiten eine Ordnung herzustellen, Orientierung zu erhalten und mit Sprachlosigkeit und Angst umzugehen. In der Pflege können ritualisierte Handlungsformen dem Patienten und den Angehörigen helfen, sich sozial, zeitlich und räumlich zu orientieren. Wiederkehrende Formen der Begrüßung, des Angesprochenwerdens oder der Verabschiedung geben Sicherheit. Die Reichweite von ritualisierten Handlungen geht weit über den persönlichen Rahmen hinaus. Das gesellschaftliche Zusammenleben ist ohne Ritualisierung nicht vorstellbar, man denke an die Abläufe bei Gericht, im Bundestag oder beim Sport.

Rituale in engerem Sinn sind bewusst eingesetzte Verhaltensformen, um Veränderungen und Krisen zu bewältigen und um sich mit dem „Größeren“ zu verbinden. Riten sind die von Glaubensgemeinschaften in der Regel fest umschriebenen Rituale im Jahreskreis und an den Wendepunkten im Leben (vgl. auch Weiher, begleiten, S. 39. Weiher fasst die Unterscheidung etwas anders als ich).

Wenn ich von Sterbe-, Begräbnis- und Trauerritualen spreche, dann meine ich damit in erster Linie Rituale und Riten. Rituale sind Träger elementarer Gefühle und des Grundvertrauens in der Welt, wo immer sie durchgeführt werden, in einem Hospiz, in einer Klinik, in der Natur oder Zuhause, am Rande eines Bettes oder am Rande eines Grabes. Sie dienen der Transformation und der Übersetzung vom Unbewussten ins Bewusste, von Sprachlosigkeit in Sprache. Sie dienen dem Übergang von einem Lebensalter ins nächste, von einer Lebensaufgabe in eine andere. Rituale können zu reiner Gewohnheit und gedankenloser Nachahmung erstarren. Sie leben davon, dass die teilnehmenden Menschen sich innerlich mit dem Ritual verbinden, den Beobachterposten aufgeben und sich hineinbegeben. Ins Bild gebracht heißt das: Wenn man von außen auf ein Ritual schaut, dann ist es als ob man vor einem Haus steht und einen kurzen Blick durch ein Fenster hineinwirft, Licht oder Dunkelheit sieht, Menschen sieht, die seltsame Dinge tun, irgendetwas hört. Es ist der Blick von außen auf ein Geschehen, dessen wahre Bedeutung sich erst erschließt, wenn man das Haus betritt und teilnimmt. Wie das Haus, hat auch das Ritual verschiedene Aspekte oder Räume, die erst zusammen das Ganze ergeben.

Beziehungen und Fühlen finden auf einer anderen Ebene statt als Beobachten und Analysieren. Wer drinnen ist, der betet oder klagt, feiert, dankt, lobt, ist traurig oder froh, ist verzweifelt oder berührt von der Liebe, die er erfährt. Zeit- und Raumwahrnehmung verändern sich. In diesem Raum und in dieser Zeit begegnen wir helfenden Kräften der Natur und des Universums, unserem wahren Selbst und einem „alten Wissen“, das verschüttet ist von einem gewohnheitsmäßigen und eingeübten Interesse für Erfahrungen mit zeiträumlich erscheinenden Gesetzmäßigkeiten, die im Raum des Rituals das Wesentliche im Dunkeln lassen. Staunen, Sprachlosigkeit, das Erbeben vor dem sinnlich nicht Fassbaren, das ist der Raum des Rituals. Es kann zu der Erfahrung führen, die eigenen Grenzen als Mensch zu überschreiten und eine Resonanz aus einem Menschlichen jenseits der Grenzen zu erhalten.

2. Ritual und Gesellschaft

Viel wird über die Notwendigkeit neuer Rituale gesprochen und geschrieben. Rituale werden gefordert oder herbeigesehnt, denn von ihnen verspricht man sich Form und Struktur, die der Orientierung dient in der Beliebigkeit und Oberflächlichkeit einer modernen Lebensweise. Dabei ist es egal, ob alte Formen wieder mit Sinn zu füllen sind, ob Anleihen aus anderen, noch ‚funktionierenden‘ Kulturen gemacht werden oder die Kreativität zu rituellen Neuschöpfungen beschworen wird.

Die Anthropologin Ina Rösing beschreibt die Situation in unserer westlichen Kultur und Gesellschaft sehr treffend: „Diesen Diagnosen - "verarmtes Brauchtum", "Fehlen der Klage" – ist gewiss zuzustimmen (...) Auch der "Therapie" dieses Mangels möchte man zustimmen: "neue, geeignete Modelle des Trauerns (des Sterbens, des Begrabens, d.V.) zu finden", um den "leeren Raum" wieder zu füllen. Doch die Fragen, die stehen bleiben sind: Wie sollen diese neuen Modelle aussehen? Womit sollen die Lücken gefüllt werden? Die Offenheit dieser Fragen kennzeichnet die Diskussion um die Notwendigkeit von Trauer Ritualen durchgehens; diese Offenheit stellt eine Parallele zu der inhaltlichen Abstinenz in der Trauertherapie-Diskussion dar: *Rituale* werden gefordert, *Formen, Strukturen*. - Von *Inhalt*, von *Kontext*, ist nicht die Rede.“ (Ina Rösing, Verbannung, S. 457)

Studien über die Totenklage in Griechenland (Canacakis), Studien über russische und südslawische Toten- und Klagebräuche (Petzold) oder des Callaway Heilungsrituals für Trauernde aus dem Hochland Boliviens (Rösing), auch die Erforschung früherer Riten in unserer eigenen Kultur faszinieren durch ihren inhaltlichen Reichtum, den sicheren Rahmen, dem Schmerz, der Trauer Ausdruck geben zu können. Sie faszinieren durch die Selbstverständlichkeit, mit der Menschen sich hineinbegeben, singen, klagen, rasseln, weinen, schreien, schweigen, sich die Haare zerrauen, sich im Fluss reinigen etc.

In unserer Gesellschaft bringt man selbstverständlich sein Auto zur Reparatur in die Werkstatt und bezahlt anschließend die Rechnung. In der gleichen Geisteshaltung begibt man sich zum Arzt, um von ihm ohne großen persönlichen Aufwand Diagnose und Therapie der eigenen Krankheit zu erhalten. In dieser Gesellschaft ist es nicht verwunderlich, wenn von einem Ritual erwartet wird, dass es funktioniert wie ein Automat. Oben werfe ich eine Münze ein, unten kommt das gewünschte Ergebnis heraus. Das Streben nach Effizienz, nach beschreibbarem Sinn, nach einem Ergebnis ist so tief in uns verwurzelt, dass sich selbst bei Menschen, die langjährige Erfahrungen in Ritualarbeit haben, von Zeit zu Zeit ein innerer kritischer Beobachter einschaltet, der sagt: Was mache ich eigentlich gerade? Ist es nicht verrückt? Wirkt das wirklich? Manche resignieren angesichts dieser Schwierigkeiten. Eine andere Möglichkeit ist, anzufangen und in manchmal mühevoller Kleinarbeit gleichzeitig zwei Bereiche im Blick zu behalten. Zum einen den Bereich der konkreten Formen: Welche kirchlichen und/ oder gesellschaftlichen Rituale stehen Sterbenden und Trauernden in unserer Kultur zur Verfügung? Wie schaffen wir Räume, in denen wir rituell handeln, aufbauend auf eigene frühere Traditionen, berührt von anderen Kulturen, mit dem Mut der eigenen Kreativität zu folgen. Zum anderen der Bereich des Kontextes: Wie fügen sich solche Rituale in unsere Konzepte von Leben, Tod und Trauer ein? Wie kann in unserer Gesellschaft wieder mehr über Werte und den Sinn reflektiert werden, was sich dann in konkreten Handlungen ausdrückt? Wie kommunizieren wir diese Werte? In welchem transpersonalen Raum bewegen wir uns? Dabei ist der erste Schritt, sich die Möglichkeit der Existenz eines Umfassenderen oder Göttlichen zu erlauben. Der zweite Schritt ist, sich an dieses Umfassendere oder Göttliche zu wenden.

3. Sterbe-, Bestattungs-, Trauer Rituale

3.1 Sterben

Das einzig vorhandene Ritual am Sterbebett ist in unserer Kultur aus der katholischen Kirche überliefert. Die gegenwärtige theologische Einstellung wagt es leider nicht mehr von einem Sterberitual zu sprechen. Das geschah aufgrund der Entwicklung, dass dieses Ritual immer weiter zum Todeszeitpunkt verschoben wurde und wenn der Pfarrer kam, war er dann gleichsam der Todesbote. Wenn der Pfarrer kommt, dann ist nichts mehr zu machen. Durch die Neuordnung der Sakramente im Zusammenhang mit dem Zweiten Vatikanischen Konzil wurde aus der "letzten Ölung" die "Krankensalbung", die Kranken gespendet wird. Das kann auch mehrmals geschehen, als Hilfe und Unterstützung in der Krankheit. Die Feier des Sakraments besteht hauptsächlich darin, dass der Priester der Kirche den Kranken die Hände auflegen, das Gebet aus der Kraft des Glaubens gesprochen wird und der Kranke mit Öl, auf das der Segen Gottes herab gerufen worden ist gesalbt wird. Damit verbunden werden kann die Wegzehrung in Form der Krankenkommunion. Die Erfahrung in der Praxis der Seelsorge ist, dass das Sakrament nicht "rechtzeitig" erbeten wird, sondern erst im Angesicht der völligen Aussichtslosigkeit menschlicher Bemühungen – also am Lebensende – und dann in der Regel von den Angehörigen." (Weiher, S. 63)

In der evangelischen Kirche gibt es die Möglichkeit eines Krankenabendmahles, den Sterbesegen. Die muslimische Tradition kennt die rituelle Waschung. Der Sterbende wird (soweit möglich) auf die rechte Seite gelegt, nach Mekka gerichtet, die Sterbesure wird rezitiert und das Glaubensbekenntnis gesprochen. Die buddhistischen Formen umfassen Lesungen und Gebete am Totenbett oder Zeremonien (Pujas) des Lehrers oder von Freunden, die ortsunabhängig sind und nicht am Sterbebett stattfinden.

Rings um das Sterben gibt es eine Reihe alter Bräuche, wobei ich nur die benenne, die meiner Erfahrung nach gegenwärtig von Menschen aufgegriffen werden, ohne sich explizit auf die früheren Deutungen der Handlungen zu beziehen. Sie sind eine Mischung aus volkstümlichem christlichem Verständnis und kulturübergreifenden Phänomenen.

Unmittelbar nach Eintritt des Todes wird ein Fenster geöffnet, damit die Seele hinausfliegen kann. Augen und Mund des Verstorbenen werden geschlossen und das Gesicht bedeckt, damit der Tote Ruhe hat. Die Leiche wird aufgebahrt, gewaschen, gekleidet, geschmückt. Geweihte Kerzen werden neben dem Toten aufgestellt, die nicht verlöschen dürfen, solange der Tote im Haus ist, sie müssen niederbrennen. Die Totenwache ist wohl dadurch entstanden, dass man glaubte, in einem Sterbehaus nicht schlafen zu dürfen, weil man sonst nachstirbt und aus dem Gefühl heraus, den Toten "bewachen" zu müssen, vor Gefahren, die dem Toten von Dämonen und vom Teufel drohen, aber mehr noch die Lebenden vor den Gefahren zu schützen, die vom Toten ausgehen. Alle Spiegel werden verhängt oder umgedreht. Wenn eine Leiche sich spiegelt, folgt ein weiterer Todesfall. Oder der Tote erscheint als Geist. Oder der Spiegel stirbt ab. Alle Uhren werden angehalten. Der Tote findet sonst seine Ruhe nicht. Der Verstorbene hat das Zeitliche verlassen (vgl. Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens).

Der Moment, in dem ein Leichnam aus dem Raum oder dem Haus gebracht wird, gewinnt wieder an Bedeutung. Dieser Ort ist ein Ort des Überganges, hier starb der Mensch. Diesen Raum hat er als Lebender betreten, in diesem Raum hat er die Räume gewechselt, ging vom Leben in das andere Leben. Zurück bleibt der Körper. Dieser Übergang und der Ort an dem er stattfand wird in der so genannten Aussegnung gewürdigt. Im kirchlichen Ritual wird die Aussegnung mit Lesung, Gebet und Segen gestaltet. Denkbar ist aber auch eine frei gestaltete Zeremonie, mit eigenen Texten, erzählten Erinnerungen, Liedern, Gebet und Segen.

3.2 Bestattung

Wenn ein Mensch stirbt, müssen die Angehörigen müssen in der Regel innerhalb weniger Tage von der körperlichen Gestalt des Toten Abschied nehmen. In der Krisensituation der Konfrontation mit dem Tod und dem Verlust eines Menschen erfährt das bisherige Beziehungsgefüge eine Veränderung, die Angst auslöst: Angst, das Leben ohne den oder die Verstorbene nicht bewältigen zu können, Angst der eigenen Endlichkeit ins Auge zu schauen, Unsicherheit wie dieser Übergang zu gestalten ist. Dem kann letztlich niemand völlig ausweichen, denn der Leichnam muss in irgendeiner Form beigesetzt werden. Dies geschieht in der Regel in Verbindung mit einer Trauerfeier, die somit das einzige in unserer Gesellschaft erhaltene öffentliche Abschiedsritual darstellt, das sowohl für Kirchenmitglieder als auch für kirchlich nicht gebundene Menschen durchgeführt wird.

Die Selbstverständlichkeit der überkommenen Begräbnisrituale schwindet. An die Stelle alter Bräuche und Gewohnheiten tritt oft die Effizienz der Bestattungsunternehmen: mit wenig Aufwand, in kurzer Zeit, diskret und möglichst wenig emotionaler Beteiligung (denn das stört den reibungslosen Ablauf) den Leichnam unter die Erde bringen. Das Begräbnis verändert sich in zweifacher Weise. Zum einen lassen sich immer mehr Menschen anonym bestatten. Es findet keine Trauerfeier statt. Die Urne wird anonym auf einem Gräberfeld beigesetzt. Hintergrund dafür ist der Wunsch, niemandem zur Last zu fallen, den Angehörigen die Grabpflege zu ersparen, sich nicht zu viel mit dem Tod beschäftigen zu müssen oder einfach die preiswerteste Möglichkeit der Bestattung zu wählen. Der Nachteil ist, dass man manchmal eher den Eindruck hat, dass der Verstorbene nicht gewürdigt, sondern entsorgt wird.

Auf der anderen Seite wird es Menschen zunehmend wichtiger, die Abschiedsfeier persönlich zu gestalten. Die Trauerfeier wird hier als ein wichtiger Schritt in der Verarbeitung des Verlustes und im Prozess der Trauer erlebt. Die Betroffenen nutzen die hilfreiche Funktion des Rituals und die Anteilnahme anderer Menschen. Rituale haben eine Funktion im Prozess des Abschiednehmens. Das Ritual markiert einen kritischen Übergangsmoment. Es führt den lebenden Mitgliedern der Gemeinschaft die Bedeutung des Einzelnen und der Gruppe vor Augen. Es rührt in der Seele an Größeres. Diese Grundfunktion bleibt. Was sich entsprechend der Gesellschaft wandelt und wandeln muss, sind die Formen, die diesen kritischen Übergangsmoment begleiten, tragen und erträglich machen. Kirchliche Rituale gehen von der Gewissheit eines Weiterlebens nach dem Tod aus, die viele Menschen so nicht mehr teilen. Hier entstehen neue

Gestaltungsspielräume für Rituale. Alle Formen von Abschiedsritualen - kirchliche, christliche, nichtkirchliche, weltliche - bilden gemeinsam ein Gegengewicht gegen die Entsorgungsmentalität beim Umgang mit den Toten, die in der Seele der Menschen etwas Entscheidendes offen lässt.

Einige Elemente, die regelmäßig Bestandteil von Trauerfeiern sind, möchte ich aufführen:

- Grabbeigaben: Viele Angehörige geben dem/der Verstorbenen Dinge mit in die Urne, den Sarg oder ins Grab. In früheren Zeiten wurden Verstorbenen Münzen, Schmuck, Waffen, Keramik und Gerätschaften des Alltags mitgegeben. Heute höre ich von Zigaretten, Schokolade, Blumen oder eine Zeitschrift, die der Verstorbene regelmäßig gelesen hat. Immer öfter nutzen Menschen die Gelegenheit, dem/ der Verstorbene einen Brief zu schreiben, in dem sie ihre Gefühle ausdrücken, bisher Ungesagtes sagen, ihre Liebe und ihren Schmerz, Belastendes, Schuldgefühle, Ungeklärtes, Dankbarkeit und Freude ausdrücken. Diesen geben Sie mit ins Grab oder die Urne. Kinder malen oft Bilder und drücken so ihre Liebe und ihre Trauer aus.

- Kerzen in Form von Schwimmkerzen, die alle Trauergäste vor Beginn der Trauerfeier nach vorne tragen und in Schalen mit Wasser hineinsetzen. Oder eine Trauerkerze, die mit nach Hause genommen wird, um sich mit ihrem Licht mit dem/der Verstorbenen zu verbinden. Die Lichtsymbolik erschließt sich unmittelbar und muss nicht erklärt werden. Ein Mensch "erblickt das Licht der Welt", "ohne Licht oder Sonne, wären wir nicht lebensfähig", "im Tod haben wir die Hoffnung, das der/ die Verstorbene an einen lichtvollen Ort geht".

- Musik, entweder Lieblingsstücke des/ der Verstorbenen oder Lieder, deren Melodie und Text Trost gibt. Entweder traditionell auf der Orgel gespielt oder mit Musikanlage und CD eingespielt.

- Angehörigen tragen die Urne oder den kleinen Sarg ihres verstorbenen Kindes selbst

Das ermöglicht aktives Handeln in einer Situation, die völlige Ohnmacht beinhaltet. Es drückt aus, dass ein Mensch bereit ist, den Tod anzuerkennen und ihn zu tragen.

- Kränze, Gestecke und Pflanzschalen als letzter Gruß und als Erinnerung an schöne Zeiten im Leben. Die Blumen und die Farben werden oft sehr bewusst ausgewählt. Zum Beispiel wählt eine Frau, deren Mann gestorben ist dieselben Blumen, mit denen ihr Hochzeitsstrauß gestaltet war.

- Blumenwurf: Blumen als lebendige, farbenfrohe Zeichen für die Besonderheit des Augenblickes und die liebende Verbundenheit. Wenn es ein sehr belastender Abschied war könnte auch ein Stein symbolisch für die Schwere mit ins Grab gegeben werden.

- Erdwurf verbunden mit der Bestattungsformel "Erde zu Erde, Asche zu Asche, Staub zu Staub". Dies macht die Endgültigkeit des Abschieds die Vergänglichkeit des Körpers bewusst. Besonders bei Urnenbeisetzungen kann man erleben, dass Angehörige und Freunde die Beisetzung selbst "ganz zu Ende bringen" und das Grab selbst mit Erde auffüllen möchten.

Kleinigkeiten sind von Bedeutung, wie die Auswahl der Blumen, der Farben, der Kleidung, des Sarges oder der Urne und der Musikstücke. In der Feier werden Musik, Worte und Symbole benutzt, die die Situation emotional aufladen und die Gefühle ansprechen und intensivieren. Das Ritual schafft einen Rahmen, in dem das persönliche Erleben in einen größeren Zusammenhang erlebt werden kann. Es ermöglicht aktives Handeln, indem sich die innere Bewegung äußerlich in Zeichenhandlungen ausdrückt. Gefühle können ausgedrückt werden, ohne dass diese endlos sein müssen. Mit dem Tod stoßen wir an eine Grenze, die das Verstehen übersteigt. Dies löst Angst aus. Im Ritual können wir die Grenze überschreiten - und die Erfahrung machen, dass wir wieder in die Alltagswirklichkeit zurückkehren können, ohne selbst vernichtet zu werden. Und schließlich verbindet das Ritual die teilnehmenden Menschen miteinander und lässt sie ihre Zugehörigkeit zu ihrer Familie, Sippe oder Gruppe wieder spüren.

Das rituelle Abschiednehmen bei der Bestattung verbindet mit der Gemeinschaft und verweist auf etwas, das über die einzelne Person mit ihrem individuellen Schicksal hinausgeht. Die innere Beheimatung, aus der Trost erwächst, ist eng verbunden mit dem Gefühl der Zugehörigkeit zur eigenen Familie, zur Menschheitsfamilie und zu allen Vorgängen in der Natur. Alles ist ohne Ausnahme eingefügt in das Werden und Vergehen, in das Entstehen und Sterben.

Der kollektive Aspekt eines Rituals ist nicht zu unterschätzen. Die Entwicklung bei den Begräbnissen geht dahin, aus diesem eigentlich öffentlichen Ritual, in das alle Menschen der Sippe, des Umfeldes und Lebensortes des Verstorbenen einbezogen sind, eine individuelle, auf den engsten Familienkreis beschränkte Abschiedsfeier zu machen. Menschen verzichten auf den Trost, der entsteht, wenn ein Mensch sich in der Gemeinschaft und in dem Kreislauf allen Lebens verortet weiß.

3.3 Trauer

3.3.1 Persönliche Rituale

Dieselbe Entwicklung ist bei den Trauer Ritualen zu beobachten. In der westlichen Kultur finden sich nur wenige überlieferte, noch lebendige Formen der Trauer. Früher waren Menschen als Trauernde durch bestimmte Trauerkleidung sichtbar. Für andere Menschen war dies ein Zeichen, dass der trauernde Mensch eine besondere Zeit durchlebt, und nicht für alle Dinge des Alltags zur Verfügung steht. In der Regel dauerte die sichtbare Trauer ein ganzes Jahr. Nach dieser Zeit, war der Jahreskreis geschlossen.

Je individueller der Trauerprozess erlebt wird, umso mehr kommen persönliche Rituale in den Blick, die der oder die Einzelne für sich gestaltet. Dafür gibt es zahlreiche Anregungen, wie die innere Bewegung in symbolischen Handlungen umgesetzt werden kann. Erinnerungen brauchen einen Ort und eine Zeit. Bilder, Gegenstände, Kerzenlicht, Schmuck, Briefe, Texte, Musik, das Grab oder ein bestimmter Ort im Freien können in besonderer Weise mit dem oder der Verstorbenen verbinden. Der Raum des Rituals kann genutzt werden, um bisher Unausgesprochenes auszusprechen, Dinge zum Abschluss zu bringen und sich zu lösen. Der Raum wird genutzt, die eigene Trauer anzunehmen, in die eigene Seele hineinzuschauen und wahrzunehmen was sie mitteilen will. (Anregungen dazu bei Uffmann). Diesen persönlichen Ausdruck zu finden erfordert auch Mut. Es sieht ja schon komisch aus, wenn jemand abseits der wenigen bekannten und akzeptierten Formen, etwas tut. Man stelle sich nur vor, man möchte auf dem Friedhof an einem Grab dem Verstorbenen einen wichtigen Brief vorlesen und dann verbrennen. Wer schaut sich da nicht verstohlen um, ob ihm gerade jemand sehen könnte.

3.3.2 Rituale im Familien- und Freundeskreis

In der westlichen Gesellschaft sind die Lebensbereiche segmentiert. Neben die Familie treten Freundeskreise, Menschen am Arbeitsplatz und interesselgeleitete Gruppen im Verein oder anderen Zusammenschlüssen. Oft stehen diese Lebensbereiche relativ unverbunden nebeneinander. Doch alle sind betroffen, wenn einer aus stirbt. Jeder dieser Kreise kann eigene Formen des Abschieds entwickeln. Und Elemente eines individuellen Rituals können in einer Gemeinschaft aufgegriffen werden.

In der Familie bleiben die Toten über einen längeren Zeitraum hinweg präsent. So können besondere Anlässe wie Geburts- und Todestag oder der Hochzeitstag speziell gestaltet werden. Bei Familienfeste werden Erinnerungen an die Verstorbenen ausgetauscht. Bilder der Verstorbenen haben einen festen Platz. Noch einmal wird das Lieblingsessen gekocht, wird die Lieblingsmusik gehört, werden Orte aufgesucht, die für die verstorbene Person eine besondere Bedeutung hatten. Dies alles hilft, sich mit ihr innerlich zu verbinden, sie zu ehren als einen Menschen, der dazu gehört über den Tod hinaus und der im Familienkreis nicht vergessen wird.

3.3.3 kollektive Trauer Rituale

Es gibt einige kollektive Trauer Rituale, doch kaum einer weiß um die Herkunft der Feiertage. Gedenktage für Verstorbene gab es bereits im antiken Christentum. Seit dem 9. Jahrhundert wird an **Allerheiligen** am 1. November der Verstorbenen gedacht, wobei der Schwerpunkt auf ‚allen Heiligen‘, den Märtyrern lag. Seit dem 11. Jahrhundert verbreitete sich **Allerseelen** am 2. November, an dem die Hilfe der Lebenden für die Verstorbenen im Zentrum steht. Gebete, Fürbitten und die Eucharistiefeier für die Verstorbenen sollen helfen, dass die Toten die Vollendung in Gott finden. Im irischen Einflussbereich (z. B. USA) haben sich vorchristliche Brauchelemente erhalten. Am Halloween, dem Vorabend der Heiligen (= hallows), wird ein ausgelassenes Brauchtum gepflegt.

Die Reformatoren hatten mit beidem Mühe, mit dem Totenkult im Allgemeinen und mit der Heiligenverehrung im Speziellen. Daraus ergibt sich eigentlich schon, dass weder Allerheiligen noch Allerseelen Chancen hatten, in den reformierten Festtagskalender aufgenommen zu werden. Seit dem 19. Jahrhundert entwickelte sich in protestantischen Gebieten ein Tag für das Totengedenken, der **Totensonntag**, auch Ewigkeitssonntag genannt, der am letzten Sonntag im Kirchenjahr gefeiert wird, bevor mit dem 1. Advent das neue Kirchenjahr beginnt. Häufig werden im Gottesdienst die Namen aller Gemeindeglieder verlesen, die im Verlaufe des Jahres gestorben sind.

Der **Volkstrauertag** wurde durch den Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge Anfang nach dem Ersten Weltkrieg zum Gedenken an die Kriegstoten eingeführt. Ursprünglich wurde er am fünften Sonntag vor Ostern begangen. 1934 bestimmten die nationalsozialistischen Machthaber durch ein Gesetz den

Volkstrauertag zum Staatsfeiertag und benannten ihn "Heldengedenktag". Nach Gründung der Bundesrepublik Deutschland wurde der Volkstrauertag erneut vom Volksbund eingeführt und der Termin in den November verlegt. Es ist ein Gedenktag für die Toten beider Weltkriege und die Menschen, die vom NS-Staat umgebracht wurden. Es ist ein Tag der kollektiven Volkstrauer, aber auch zu einem Tag der Mahnung zu Versöhnung, Verständigung und Frieden. Wer denkt, damit habe er nichts zu tun, braucht nur etwas in der eigenen Familie forschen. Fast jeder wird auf Menschen treffen, die im Krieg umgekommen oder vermisst sind, die ihre Heimat oder ihr Haus verloren haben, Geschwister der Eltern oder Großeltern, Cousin oder Cousine.

Es wird deutlich, dass diese Feiertage eine unterschiedliche Geschichte haben. Viele Menschen differenzieren nicht mehr die konfessionellen Herkunft. Der Brauch, an Allerheiligen oder Allerseelen Lichter auf die Gräber zu stellen und die Gräber zu schmücken, löst sich immer weiter von Zugehörigkeit zu einer Konfession oder Religion. Diese Feiertage werden inzwischen auch genutzt, um in wechselnden Gemeinschaften der Verstorbenen des vergangenen Jahres zu gedenken. Diese Feiern finden in Kliniken, auf Friedhöfen oder in Bestattungsinstituten statt. Zusammengeführt werden die Menschen durch die gemeinsame Erfahrung und den Ort an dem diese gemacht wurde, weniger durch Konfessionszugehörigkeit.

4. Abschluss

Viele alte Rituale (Sterberituale, Herrichten nach dem Tod, Vorbereitung zum Begräbnis, Leichenzug, Feier in der Kirche, Trauerkleidung und Trauerzeit) sind weg gebrochen, die Formen des Ausdrucks der Trauer und des Totengedenkens sind weitgehend individualisiert. Je individueller Trauer erfahren wird, umso weniger werden die Menschen der eigenen Familie und der Umgebung mit einbezogen. Je stärker sich die Menschen in die Lebensweise hineingeben, die von Konsum, Leistungsfähigkeit und Erfolg geprägt ist, umso schwieriger wird es, in sich den Raum für das Göttliche zu halten und sich in ihm mit Gott, der Natur, den Menschen zu verbinden. Das macht einsam und es erschwert den Zugang zu rituellem Tun. Wer Rituale auf der gleichen Ebene ansiedelt wie den Besuch im Sportstudio, das eine ist gegen die Rückenschmerzen, das andere gegen die Trauer, wird nie erspüren können, wie aus dem Dunkeln, aus dem Geheimnis, aus der Bezogenheit auf etwas nicht Fassbares Hilfe und Sinn erscheint.

Ina Rösing formuliert die Schwierigkeit auf drastische Weise: „Sollen wir unsere Trauernden zur Waschung an den Fluss schicken? (wie es die Andenbewohner in ihrem Ritual tun) Es würde wohl nicht helfen ... Die Frage verdeutlicht die Absurdität einer formalen Forderung nach Ritual in einem Raum vollständiger Voraussetzungslosigkeit. Wer von uns Trauernden weiß selbst um seine Gefährdung? Dort weiß es jeder, jeder, der einen Menschen verloren hat. Dort ist es ein Glaube im Herzen der Menschen (...) Hier ist es nicht einmal ein Wissen im Kopf.“ (S. 461) Im Grunde genommen fehlen uns nicht die Rituale, sondern „uns fehlt es an Inhalten, an Werten, an Sinn. Wir können diese nicht herstellen, so wie wir vielleicht Rituale (...) erfinden können.“ (S. 468)

Die Schwierigkeit ist nicht, Formen zu finden, sondern sich gegen den Zeitgeist der Effizienz und des Höher-Schneller-Weiter, der Vorstellung eines unbegrenzten Wachstums (der Wirtschaft, des Lebensalters, ...) zu entscheiden und sich von diesen äußeren Dingen nach innen zu wenden. Dort nach Werten, Sinn und Göttlichkeit Ausschau halten, sich mit dem Wesentlichen der eigenen Existenz verbinden. Diese Dimension braucht es in allen individuellen, gruppenspezifischen oder gesellschaftlich kollektiven Ritualen. Es ist die transpersonale Perspektive über das Eindimensionale hinausführt.

5. Literatur

- Erhard Weiher, Mehr als begleiten, Ein neues Profil für die Seelsorge im Raum von Medizin und Pflege, Mainz 1999
- Ina Rösing, Die Verbannung der Trauer, Nächtliche Heilungsrituale in den Hochanden Boliviens, Nördlingen 1987
- Jorgos Canacakis, Ich sehe deine Tränen. Trauern, Klagen, Leben können, Stuttgart 1987
- Hilarion Petzold, Gestaltdrama, Totenklage und Trauerarbeit. In: Petzold, H. (Hg), Dramatische Therapie. Stuttgart 1982
- Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens. Hrsg. von Hanns Bächtold-Stäubli. Berlin, New York: de Gruyter. Stichworte: Tod, Grab, Leiche.
- Antje Uffmann, Tränen, Wasser, Feuer, Herz, Mein Begleiter durch das Trauerjahr, Stuttgart, Zürich 2001 (Kreuz-Verlag)