



Margot  
Käßmann

# Tröstende Worte

für Zeiten  
der Trauer

**bene!**



**E**s tut weh, einen geliebten Menschen zu verlieren. Da wühlen uns Schmerz und Erinnerung, Dankbarkeit und Verzagen gleichzeitig auf. All diese tiefen Gefühle brauchen Zeit und Raum. Trauernde dürfen sich diese Zeit nehmen! Niemand sollte sie drängen, schnell in den Alltag zurückzukehren. Nur wer in Frieden Abschied genommen hat, kann auch mit Zuversicht nach vorn schauen.





**E**in Abschied braucht Rituale als Geländer, an denen wir uns festhalten können, wenn die Welt um uns herum zusammenzubrechen scheint. Eine im besten Sinne des Wortes würdige Trauerfeier kann das leisten. Mit Gebeten, Liedern und dem Erinnern von dem, was uns gemeinsam wichtig war und bleibt.






**D**er Tod eines Menschen ist für diejenigen, die ihn geliebt haben, die ihn vermissen werden, eine Grenzsituation. Wir wollen festhalten und müssen doch loslassen.

Nach dem Abschied gilt es, das Leben neu und ohne den geliebten Menschen zu leben. Vielleicht ganz anders als zuvor. Das braucht Kraft. Um solche Kraft können wir nur bitten.

Eines meiner liebsten Trostlieder stammt von Paul Gerhardt. Ich wünsche mir, dass es auch bei meiner Beerdigung gesungen wird:

*Befehl du deine Wege und was dein Herze kränkt  
der allertreusten Pflege des, der den Himmel lenkt.  
Der Wolken, Luft und Winden gibt Wege, Lauf und Bahn,  
der wird auch Wege finden, da dein Fuß gehen kann.*

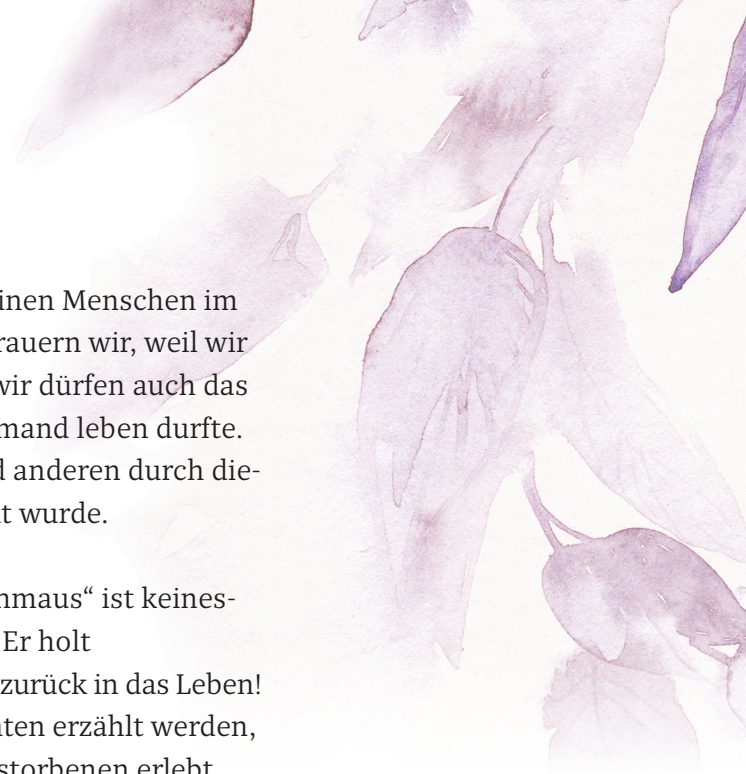


Dass diese Melodie und der Text des Liedes dann meine Kinder und Enkel und all die anderen Menschen, die um mich trauern und von mir Abschied nehmen müssen, trösten – das hoffe ich. Mich selbst hat das Lied jedenfalls oft getröstet.









**B**estatten wir einen Menschen im hohen Alter, trauern wir, weil wir ihn verlieren. Aber wir dürfen auch das Leben feiern, das jemand leben durfte. All das, was uns und anderen durch dieses Leben geschenkt wurde.

Und der „Leichenschmaus“ ist keinesfalls despektierlich. Er holt die Hinterbliebenen zurück in das Leben! Da können Geschichten erzählt werden, die wir mit dem Verstorbenen erlebt haben. Und es darf auch Heiterkeit aufkommen.