

## **.: Einstieg**

Ein besonders herausfordernder Teil meiner Arbeit als Pastor sind Abdankungen. Als Pastor einer Freikirche erlebe ich nicht ganz so viele, wie als Pfarrer einer Landeskirche und trotzdem habe ich schon einige miterlebt und mitgestaltet. Ich finde diese Trauergottesdienste geheimnisvolle Momente. Einerseits ist da die offensichtliche Trauer bei den Verwandten und Freunden des Verstorbenen, besonders bei den nächsten Angehörigen. Trauer ist an sich kein schönes Gefühl, das wir uns wünschen. Gleichzeitig empfinde ich bei den Gästen solcher Abdankungen immer eine besondere Offenheit um über tiefe Fragen des Lebens nachzudenken - gerade auch bei kirchenfernen Menschen. Und man wird sich der Liebe bewusst, die man für diese Person hatte, auch wenn vielleicht nicht alles einfach war im Leben. Sich Gedanken über das Leben zu machen und sich der Liebe für eine Person bewusst zu werden, sind ganz wertvolle und gute Momente im Leben von uns allen. Also einerseits ist da die Trauer, aber gleichzeitig kann in diesen Momenten auch viel Gutes passieren, zum Beispiel Versöhnung oder Dankbarkeit.

Heute möchten wir uns mit dem Thema „Die Trauernden trösten“ beschäftigen. Bevor du jetzt denkst, dass dich das nicht betrifft, weil in deinem Umfeld in letzter Zeit nicht gerade jemand gestorben ist, so möchte ich heute aufzeigen, dass das Trauern uns alle betrifft. Wir haben ja letzte Woche unsere neue Predigtreihe „Das etwas andere Glück“ begonnen und wir werden bis zu den Herbstferien die Seligpreisungen in der Bergpredigt von Jesus unter die Lupe nehmen. Es geht um die Frage, wie können wir als Gemeinschaft „wiitercho“. Die Situation rund um die Bergpredigt war so, dass Jesus durch seine Wunder eine riesige Schar von interessierten Menschen angelockt hatte und hier in dieser langen Predigt spricht er jetzt über das Reich Gottes. Er legt dar, was es braucht, um Teil von Gottes Reich zu sein und er spricht darüber, was es heißt ein glückliches und schönes Leben zu führen. Letzte Woche hörten wir, dass er die „geistlichen Profis“ seiner Zeit schockte mit der Aussage, dass die geistlich Unsicheren und Armen aller Art bei Gott als Erstes willkommen sind und Glück finden. Mit seiner zweiten Aussage stellt Jesus jetzt so ziemlich alles auf den Kopf, was wir als normal anschauen. Moderne Übersetzungen formulieren es so: **„Glücklich sind die, die traurig sind, denn sie werden getröstet werden“ (Matthäus 5,4)**. Vielleicht bist du schon zu sehr gewöhnt an die Sprache der Bibel, dass du das nicht absurd empfindest. Trauer und Glück passen in unserem Verständnis nicht zusammen, sind wir ehrlich. Wer würde ernsthaft sagen, dass ihm die Trauer fehlt zum Glück im Leben?

## **.: Die Notwendigkeit der Trauer**

Grundsätzlich möchten die meisten Menschen der Trauer im Leben möglichst aus dem Weg gehen, niemand sucht freiwillig traurige Momente. Aber ich möchte aufzeigen, dass es eine Notwendigkeit für Trauer gibt in unserem Leben. Trauer ist unumgänglich im Leben. Was meine ich damit?

An verschiedenen Stellen sehen wir, dass Jesus geweint hat. Er hat ganz offensichtlich getrauert. Eine solche Stelle finden wir in Johannes 11. Dort lesen wir, dass Jesus hört, dass sein guter Freund Lazarus sehr krank ist. Jesus bricht dann

nicht gleich auf und als er dann schliesslich im Dorf seines Freundes ankommt, ist Lazarus tot. Seine beiden Schwestern Marta und Maria sind natürlich tief traurig und machen Jesus Vorwürfe, dass er nicht früher gekommen war. In der ganzen Geschichte sehen wir, dass Jesus tief erschüttert war von diesem Todesfall. Schliesslich lesen wir: **Da weinte Jesus. 36 Die Leute, die in seiner Nähe standen, sagten: »Seht, wie sehr er ihn geliebt hat.« (Johannes 11,35-36)**

Hier sehen wir sehr schön, welche beiden Komponenten es für die Trauer braucht, nämlich Liebe und Verlust. Man könnte sagen: **Trauer = Liebe + Verlust**. Jesus hatte soeben seinen guten Freund Lazarus verloren und seine tiefe Trauer zeigt, dass er ihn zutiefst geliebt hatte. Das gilt auch für unser Leben: Wenn du noch nie wirklich getrauert hast, dann hast du entweder noch nie etwas verloren, was du wirklich geliebt hast oder du hast noch nie wirklich etwas geliebt, das du verloren hast.

Trauer gehört zum Leben dazu, weil Liebe und Verlust dazugehört und darum betrifft dieses Thema auch jeden von uns. Bei Verlust denke ich nicht nur an den Tod von Menschen oder schlechte Ereignisse. Es gibt auch grundsätzlich positive Entwicklungen, die Verluste bringen in unserem Leben. Ein Beispiel: Wenn Kinder erwachsen sind und ihr Elternhaus verlassen, dann ist das ein Verlust und weil die Eltern sie geliebt haben, löst das Trauer aus. Aber es ist grundsätzlich gut, dass Kinder irgendwann selbstständig werden. Jedes Jahr wenn ich meine Eltern wieder an den Flughafen bringe, damit sie ihre Reise nach Mali wieder antreten, bin ich nachher ein paar Tage traurig. Ich erlebe den Verlust, weil ich meine Eltern liebe. Aber es ist nichts Schlechtes daran, dass meine Eltern den Menschen in Mali dienen wollen, aber der Verlust und die Trauer sind trotzdem da.

Bei vielen Christen gibt es ein falsches Verständnis von Segen und Glück. Sie meinen, Gottes segne sie dann, wenn sie alles haben, gesund sind und sicher nicht traurig. Aber Jesus sagt, dass es im Reich Gottes normal ist, dass man auch trauert. Es gehört zum Leben dazu. Auch als Christ ist man nicht gefeit vor Trauer. Trauernde können sich glücklich schätzen, weil ihre Trauer zeigt, dass sie echt und tief lieben und gewisse Dinge oder Personen ihnen wirklich am Herzen liegen.

Worüber trauerst du gerade? Oder worüber *solltest du* trauern? Es ist offensichtlich, dass wir über verstorbene Menschen trauern sollen, aber wir sollten auch über zerbrochene Beziehungen trauern oder geplatzte Träume oder festgefahrenen Situationen oder ausbleibender Veränderung. Wir dürfen über diesen Dingen trauern, weil es zeigt, dass wir das Leben nicht oberflächlich leben, sondern Menschen lieben und uns Dinge wichtig sind. Nur wer liebt und Verluste erlebt, wird auch trauern.

### **.: Die Gefahr der Trauer**

Es gibt neben der Notwendigkeit der Trauer auch eine Gefahr. Wenn jemand viel liebt und viele Verluste erlebt und darum viel Trauer erlebt, besteht die Gefahr, dass er oder sie aufhört zu lieben, um keine Trauer mehr zu erleben. Die Gefahr ist, dass man sich zurückzieht und abstumpft. Für mich als Pastor ist eine der traurigsten Erfahrungen in meinem Job, wenn Menschen von Gott und dem Glauben

davonlaufen. Menschen die sich einmal für ein Leben mit Jesus entschieden haben und hier getauft wurden. Diese Situationen habe ich schon oft erlebt und sie machen mich zutiefst traurig. Es sind diese Momente, die mich ganz viel Substanz kosten, weil ich diese Menschen wirklich gerne habe. Ich kenne die Gefahr gut, dass ich oberflächlicher und zynischer werde, weil ich Angst habe, die Trauer zu erleben, wenn Menschen von Gott weglaufen. In diesen Momenten leidet meine Liebe.

Jesus war oft traurig in seinem Leben, weil er viel Liebe und Verlust erlebt hat. Trotzdem wurde er nicht oberflächlich, lieblos oder zynisch. Eine bewegende Stelle die das zeigt finden wir hier: **Als Jesus sich nun der Stadt näherte und sie vor sich liegen sah, weinte er über sie 42 und sagte: »Wenn doch auch du am heutigen Tag erkannt hättest, was dir Frieden bringen würde! Nun aber ist es dir verborgen, du siehst es nicht. 43 Es kommt für dich eine Zeit, da werden deine Feinde rings um dich einen Wall aufwerfen, dich belagern und dich von allen Seiten bedrängen. 44 Sie werden dich zerstören und deine Kinder, die in dir wohnen, zerschmettern und werden in der ganzen Stadt keinen Stein auf dem anderen lassen, weil du die Zeit, in der Gott dir begegnete, nicht erkannt hast.« (Lukas 19,41-44)** Jesus schaut auf die grosse und prächtige Stadt Jerusalem hinunter und ist zutiefst bewegt. Er sagt nicht: „Tja, selbst schuld. Wenn ihr nichts von mir wissen wollt, dann werde ihr halt die gerechte Strafe dafür erhalten“. Keine Selbstzufriedenheit sondern tiefe Liebe und Trauer über dieser Stadt und den Menschen, die er so sehr liebt.

Wir stehen alle in der Gefahr, der Trauer aus dem Weg zu gehen. Wir sehen die Not in dieser Welt, aber wir lassen uns davon nicht mehr berühren. Es gibt verschiedene Wege Not und Trauer zu verdrängen: (1.) *Selbstzufriedenheit* ist das Gegenteil von Liebe und Trauer. Wenn wir denken, dass es für uns stimmt und alles gut ist, dann fehlt uns die Liebe und die Anteilnahme an der Not in unserem Umfeld oder in der Welt. (2.) Durch *Ablenkung* und Unterhaltung haben wir gar keine Zeit, Trauer zu empfinden. Wir sind so beschäftigt mit Arbeit, Hobbys, Freunden usw. (alles Gute Dinge an sich), dass wir die verschiedenen Arten von Nöten gar nicht sehen, mit denen Menschen zu kämpfen haben. (3.) Durch *Oberflächlichkeit* versuchen wir immer möglichst zufrieden und glücklich zu wirken. Wir lassen Menschen nicht zu nahe an uns heran, weil wir keine Verluste und Trauer ertragen.

Wir leben in einer Gesellschaft in welcher Trauer keinen Platz hat. Es muss immer alles cool, glücklich und hip daherkommen. Die Gefahr ist, dass auch in unseren Kirchen kein Raum für Trauer ist. Jesus denkt bei seiner Gemeinde an eine Gemeinschaft, wo Trauernde willkommen sind und auch ihre Trauer und ihren Verlust zeigen können. Wir sollten auch eine Gemeinschaft sein, wo sich die Einzelnen nicht gedrängt fühlen, möglichst schnell „darüber hinweg zu kommen“ und wieder „glücklich und zufrieden“ zu sein. Trauern braucht Zeit. Trauernde können sich glücklich schätzen, weil sie zeigen, dass sie Menschen mit Tiefgang sind.

### **.: Die Hilfe in der Trauer**

Als Drittes braucht es aber auch Hilfe in der Trauer. Jesus verheisst den Trauernden im Reich Gottes Trost. Wie sieht dieser Trost in der Gemeinde Jesu aus?

Als erstes müssen Menschen Worte finden für ihre Trauer oder ihren Schmerz. Es gibt überspitzt gesagt zwei Extreme, wenn Menschen über Schmerz sprechen. Entweder sie sagen: „Es muss halt trotzdem weitergehen“ oder sie sagen: „Es ist alles Sch\*\*\*e“. Weil wir in unserer Gesellschaft Trauer verdrängen, fällt es uns auch sehr schwer darüber zu sprechen. In der Bibel finden wir ganz viel Klage-Literatur, zum Beispiel in den Psalmen oder es gibt selbst ein Buch, das „Klagelieder“ heisst. Ein Beispiel aus den Psalmen: **Meine Feinde verspotten mich, und meine Nachbarn lachen mich aus - selbst meine Freunde meiden mich. Wenn sie mich auf der Straße sehen, gehen sie mir aus dem Weg. 13 Vergessen hat man mich, als ob ich bereits tot wäre. Ich komme mir vor wie ein zerbrochenes Gefäß. 14 Ich habe viele Gerüchte über mich gehört und bin von allen Seiten bedroht! Meine Feinde verschwören sich gegen mich und wollen mir mein Leben nehmen (Psalm 77,12-14).**

Offensichtlich hat dieser Autor viel persönliche Verluste erlebt: Zerbrochene Freundschaften, Verleumdung, Spott und Ablehnung. Diesen Schmerz und diese Trauer packt er jetzt in Worte und in ein Gebet. Kannst du deine Trauer in Worte fassen? Es kann hilfreich sein dafür einen Seelsorger oder eine Seelsorgerin aufzusuchen. Wir haben hier in der Gemeinde einige Personen, die geschult sind darin.

Trost braucht aber auch den Kontext einer Gemeinschaft. Selten finden Menschen in der Einsamkeit Trost, sondern zusammen mit anderen Menschen. Darum ist eine Gemeinde so wichtig, weil es eine Gemeinschaft bietet, die besonders in der Trauer, Trost bieten kann. Trauer und ehrliche Gefühle schaffen Raum für tiefe Begegnungen. Trauer schafft Raum für echten, tiefen Trost. Wenn ihr in eurer KG oder mit Freunden tiefere Gemeinschaft erreichen wollt, dann braucht es vielleicht nicht noch einen Ausflug mehr, sondern mal die ehrliche Frage: „Was macht dich traurig?“ Auch als Gemeinde müssen wir darauf achtgeben, dass Gemeinschaft nicht einfach bedeutet, Zeit zusammen zu verbringen, sondern einander Trost zu spenden in den Verlusten und in der Trauer des Lebens.

## **.: Schluss**

Schlussendlich kann aber keine Gemeinschaft dieser Welt uns ganz trösten, sondern wir brauchen Gott dazu. Die Seligpreisungen findet man in der Geschichte von Jesus am Kreuz wider, diesmal in ihrer Umsetzung im Leben. Als Jesus am Kreuz starb, standen nur noch die Jüngerinnen, die Frauen, dort. Die meisten Jünger hatten Jesus verlassen. Sie standen da und weinten. Sie trauerten weil dieser Jesus in den sie so viel Hoffnung gelegt hatten, jetzt diesen furchtbaren Tod am Kreuz starb. Aber es waren dieselben Frauen, die als erste am Ostersonntag am Grab waren und die Freude der Auferstehung erlebten: **Maria stand weinend draußen vor dem Grab, und während sie weinte, beugte sie sich vor und schaute hinein (Johannes 20,11).** Sie sieht das leere Grab und Jesus spricht sie an, gibt sich zu erkennen und mitten in dieser tiefen Trauer findet Maria Trost und sogar Freude.

Die Auferstehung von Jesus ist die ultimative Quelle, die uns Hoffnung und Trost geben kann. Die Verluste in unserem Leben, selbst der Tod ist nicht das letzte Wort, sondern das Leben und die Liebe sind stärker als der Tod.

## **Das etwas andere Glück - Die Trauernden trösten (Mat. 5,4; Joh. 11,35-36; Luk. 19,41-44)**

Welcher Verlust, welche Trauer plagt dich gerade? Trauer ist kein Zeichen von Schwäche, sondern es zeigt, dass du liebst und dir Dinge wichtig sind. Teile deine Trauer mit Menschen und bringe sie vor Gott und bitte ihn darum, dir Trost zu schenken.

Beni Leuenberger, 18.08.2019