



Gesellschaft (/gesellschaft)

Reportage Trauergruppe: " Ich protestiere gegen den Tod!"

02. Juni 2021

1945 1960 1980 2000 2020

(#timeline)

Das neue Konzept „Spaziergänge für Trauernde“ von der Diözese Graz-Seckau bietet Hinterbliebenen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen über ihren Verlust auszutauschen. Die FURCHE begleitete eine Teilnehmergruppe.



Brigitte Quint (/autor/brigitte-quint-435981)
FURCHE-Redakteurin

Lebensweg. Trauerweg. Wege, die sich diametral gegenüberstehen. Lässt sich der Lebensweg zwischen Geburt und Tod verorten, ist es beim Trauerweg der Tod, der den Ausgangspunkt bildet. Das Ziel ist dagegen das (Weiter-)Leben. Doch wie kommt ein Trauernder von A nach B? Welche Transportmittel unterstützen ihn dabei? Wer kommt als Mitreisender in Betracht?

Welches Gepäck ist vonnöten? Antworten auf Fragen wie diese fallen von Mensch zu Mensch unterschiedlich aus.

Dennoch scheinen zwei Aspekte maßgeblich für die Bewältigung eines Verlustes zu sein: ein geschützter Raum für die Trauer und Menschen, die zuhören. Unter dieser Maxime hat der Grazer Diakon Bernhard Pletz „Spaziergänge für Trauernde“ konzipiert. Der Leitgedanke seines Vorhabens ist der Weg, der gemeinsam zurückgelegt werden soll. Es gilt, Trauernde mit Gleichgesinnten zusammenzubringen, die sich gegenseitig begleiten. Eine Zusammenkunft, die nicht nur im wortwörtlichen Sinne in konstruktive Bewegung mündet. Auch entsteht dabei das Gefühl des Eingebettetseins, sagt Pletz. Ein Gefühl, das vielen, die einen vertrauten Menschen verloren haben, abhanden gekommen sei. Die Natur wiederum ist die Konstante, die den Blick weitet, zum Perspektivenwechsel einlädt.

Es braucht ein Gegenüber, das
nicht urteilt. Das Heilende
passiert nur dort, wo der Mensch
er selbst sein kann.

Diakon Bernhard Pletz

Ein Freitagnachmittag im Mai. Diakon Pletz und drei Trauerbegleiterinnen aus der Diözese Graz-Seckau warten am Eingang des Eggenberger Schlossparks auf die Teilnehmenden. Wie viele kommen werden, wissen sie nicht. Aushänge in den Kirchen, Mund-zu-Mund-Propaganda, die Homepage der Diözese – der Termin wurde auf unterschiedliche Weise kommuniziert. Eine verbindliche Anmeldung wurde nicht eingefordert. Niemand soll sich unter Druck gesetzt fühlen.

Kurz vor 16 Uhr finden sich die ersten Interessierten ein. Eine Viertelstunde später stehen dreizehn Frauen und zwei Männer zusammen. Der Diakon bittet, einen Kreis zu bilden, stellt sich und sein Team vor. Anschließend skizziert er die Rahmenbedingungen des Spazierganges – 90 Minuten, drei Etappen, die Bildung von Kleingruppen. Das Augenmerk liegt auf den Momenten des Austausches und des

Zuhörens, sagt er. Aufgaben gälte es dagegen nicht zu meistern. Pletz benennt die erste Etappe mit „Mein Schmerz. Meine Trauer“. Ziel sei eine Sensibilisierung zur Trauer hin . Er fordert die Teilnehmenden auf, sich auf diesen Aspekt zu konzentrieren, die erste Strecke des Weges gedanklich diesem Thema zu widmen.

Überkonfessionelle Position

Die Gruppe geht los. Schweigen. Zwei Frauen flüstern sich etwas zu. Einer der Männer schließt zum Diakon auf. Das Knirschen der Schritte, Ball spielende Kinder, das Schreien der Pfaue auf dem Schlossgelände, das Einsatzhorn eines Rettungsfahrzeuges auf der Straße. Nach gut zehn Minuten gibt Pletz allen ein Zeichen, stehen zu bleiben. Erneut wird ein Kreis gebildet. Bevor er die Teilnehmenden zur Paarbildung animiert, spricht er das Thema Trauer an, seinen Zugang zu ihm. Er erinnert, dass es die Trauer ist, die auf diesem Spaziergang ein verbindendes Moment ist und, dass Trauer seiner Vorstellung nach auch immer die Lebendigkeit sucht. „Auch wenn die geliebte Person nicht mehr da ist, existiert die Verbindung zu dem Angehörigen über den Tod hinaus, ist lebendig.“ Pletz will seine Position überkonfessionell verstanden wissen. Das zu betonen ist ihm wichtig.

Lebensweg. Trauerweg. Wege, die
sich diametral gegenüberstehen.
Lässt sich der Lebensweg
zwischen Geburt und Tod
verorten, ist es beim Trauerweg
der Tod, der den Ausgangspunkt
bildet.

Dann animiert er die 15 Personen zur Paarbildung. Ab jetzt geht es zu zweit, maximal zu dritt, weiter. Sprechen und zuhören. Ins Gespräch kommen. Sich auf den anderen einlassen. Unter diesem Motto steht der nächste Teilabschnitt. Der Diakon setzt Dialog-Impulse. Die Bedeutung von Trauer eigne sich als Thema oder die Person des

Verstorbenen bzw. der Umgang mit dem Verlust. „Platz haben Erinnerungen, gute Momente, aber auch schwierige“.

Umfeld reagiert ungeduldig

Zugegen ist die 65-jährige Rosa (Namen der Teilnehmer geändert). Ihr Mann starb im Dezember nach einer Covid-19-Infektion. Auch Rosa hatte sich angesteckt. Bis heute weiß sie nicht wo. Die Witwe spricht über ihre Ehe, die Harmonie in der Beziehung. Ihr Mann und sie waren auf einer Wellenlänge gewesen, hätten viel gelacht – über fünf Jahrzehnte lang. Rosa vermisst das Radfahren, die Ausflüge nach Niederösterreich, die gemeinsamen Abende vor dem TV, die Gespräche. Wer steht ihr zur Seite? Die Tochter. Aber sie lebt im Ausland, ruft regelmäßig an. Freunde und Verwandte sind vor Ort – und doch weit weg. „Die Geduld der anderen ist begrenzt“, sagt Rosa. Eine Erfahrung, die laut Pletz viele Hinterbliebende machen. „Leid isoliert. Das Umfeld gesteht dem Trauenden zwar eine gewisse Trauerzeit zu, aber dann wird es müde, will nicht wieder und wieder den Verlust besprechen. Vielmehr drängt es den Trauernden, zur Normalität zurückzukehren. Der Trauernde wird für die anderen zur Belastung. Das spürt der Betroffene natürlich.“ Von der Pandemie erschüttert wurde auch Klara.

Mit ihrem Mann und ihrer Schwiegermutter lebte sie in einem Haushalt. Über die Jahre wurden die beiden zu ihren engsten Vertrauten. Im Herbst erkrankte ihr Mann an Corona, wenig später auch dessen Mutter. Beide überlebten nicht. Ein Schock, der bei Klara tief sitzt. Auch Corinnas Verlust wiegt schwer. Sie nimmt bereits zum zweiten Mal bei einem Trauerspaziergang teil. Es ist die kleine Schwester, um die sie trauert. Corinna verliert sich regelrecht in ihrem Redefluss. Zu akzeptieren, dass ihre Schwester nicht gekämpft habe, falle ihr besonders schwer. Niemand spricht es aus. Die Hinterbliebene kämpft indes mit Schuldgefühlen - aber auch mit Wut.

Gegen die Polizei, die sie viel zu spät informiert habe. Eine Reaktion, die Diakon Pletz bei Trauenden häufig ausmacht. „Die Irritationen der Menschen sind unterschiedlich. Viele fühlen sich ausgeliefert, betrogen von den Behörden, den Ärzten.“ Hier setzt die Trauerbegleitung an. Die Angehörigen brauchen ein Gegenüber, das nicht bewertet, urteilt, Ratschläge erteilt. „Wenn man nicht urteilt, dann öffnen sich die Menschen. Dann können wir im Gespräch sein. Das Heilende passiert nur dort, wo der Mensch er selbst sein kann“, sagt der Seelsorger.



Bernhard Pletz

Im Lockdown kam der Diakon auf die Idee, Trauergruppen im Freien zu veranstalten. Ein Konzept, das sich bewährt hat.

„Ich protestiere gegen den Tod“. Die Gruppe steht wieder geschlossen beisammen. Es ist die vorletzte Etappe. Eine der anderen Teilnehmerinnen erklärt, dass es dieser Satz war, der ihr Kraft gegeben habe, noch immer gibt. Er stammt von der Pfarrerin, die auf der Beerdigung ihrer Mutter eine Rede gehalten hatte. „Ich dachte immer, ich müsse den Tod hinnehmen, müsse ihn ertragen. Der Gedanke, eine Protesthaltung einzunehmen, tut mir gut.“ Der Appell der Frau findet Zustimmung. Viele nicken. Jemand sagt, dass es wichtig sei, wieder handlungsfähig zu werden, weniger passiv.

Gott. Diakon Pletz wiederholt, dass es sich um einen überkonfessionellen Trauerspaziergang handelt. Dennoch will er von den Teilnehmenden wissen, ob sie an ein Ritual, ein höheres Wesen glauben, das ihnen beim Abschiednehmen helfen kann. Eine ältere Dame, die bislang sehr still war, erzählt von Wendungen in ihrem Leben, die sich angefühlt hätten, als wären sie gelenkt worden. Eine andere Teilnehmerin beschreibt eine Begegnung mit einem Geistlichen, die ihre Haltung zur Kirche verändert hat. Einer der Männer schneidet das Thema Krieg an und welche Rolle über die Jahrhunderte bis zum heutigen Tag die Religionen darin gespielt hätten.

„Wenn es einen Gott gibt, dann gibt es einen für alle Menschen. Nicht einen für Muslime, einen für Christen und einen oder mehrere für Hinduisten“, bringt eine junge Frau ein. Die Umstehenden stimmen ihr zu. Auch der Diakon.

In Beziehung treten

Noch ein Stück des Weges gehen die Trauernden gemeinsam. Einige weinen, andere unterhalten sich angeregt, drei Frauen lachen herzlich. Jedes Gefühl für sich scheint stimmig, hat Platz in einer Gemeinschaft, die sich in kurzer Zeit entwickeln konnte. Was bleibt von diesem Spaziergang? Trost? Zuversicht? Gute Gedanken? Während eine der Trauerbegleiterinnen in weißes Papier gewickelte Mini-Brotlaibe verteilt,

fragt Diakon Pletz in die Gruppe hinein, wie sich die Einzelnen fühlen. „Ich habe gelernt, dass es überall jemanden gibt, mit dem man in Beziehung treten kann“, sagt Klara.

Corinna betont, wie gut es ihr tut, dass die Geschichte ihrer Schwester hier ihren Platz hat, niemand ein Urteil fällt. Rosa schweigt. Sie verstaut das Brot in ihrer Tasche und verabschiedet sich hastig. „Trauer will durchschritten werden. Etwas Schweres annehmen darf seine Zeit kosten. Der Rückblick macht Mut, für das was kommt. Trauer will fließen.“ Nach den Treffen mit den Trauernden macht sich Bernhard Pletz Notizen, schreibt seine Erkenntnisse nieder. Jeder Spaziergang ist eine neue Erfahrung. Auf seinem Lebensweg und dem der anderen.

Spaziergänge für Trauernde

Nächster Termin: 14. Juni 2021, 16- 17:30 Uhr

FriedWald Schöcklland in Kumberg

www.katholische-kirche-steiermark.at/armut (www.katholische-kirche-steiermark.at/armut)

von Brigitte Quint (/autor/brigitte-quint-435981)
FURCHE-Redakteurin
