

## Tod, Sterben und Schmerz

In unserer Zeit scheinen Tod und Sterben aus unseren Wohnungen und Häusern verdrängt zu sein. Krankenhäuser und Hospize übernehmen vielerorts was früher in den Wohnungen und Heimathäusern selbstverständlich war. Da so der Tod und das Sterben aus dem Alltag und dem Familienleben verdrängt wird, wird es für viele Menschen schwer, sich angemessen und richtig gegenüber Sterbenden und vom Sterben Betroffenen zu verhalten. So sollen im Folgenden einige Stichworte helfen, sich mit der Todesproblematik zu befassen und sich dem Sterben und den vom Sterben Betroffenen richtig zu verhalten.

### 1. Grundsätzliche Überlegungen

- psychischer Aspekt  
(*Unbegreifbarkeit, Abbruch in der umfassendsten Form*)
- biologischer Aspekt  
(Exitus, klinischer Tod, Hirntod)
- philosophischer Aspekt  
(*der Tod begrenzt alle menschlichen Möglichkeiten*)
- religiöser Aspekt  
(*Ende des irdischen Lebens, Frage nach einem Leben nach dem Tod*)

### 2. Umgang mit Trauer

- Betroffenheit und Trauer kann man zeigen
- Tränen sind kein Ausdruck von Schwäche
- Trauerakte (alte Verabschiedungsrituale) sind nicht altmodisch, sondern eine wichtige Form, Schmerz zu verarbeiten und Schmerz auszudrücken

- Trauer verbindet
- Orte der Trauer werden zu besonderen Orten

### 3. Was ist, wenn ich Trauerbesuche machen muß

- Besuch bei den Angehörigen ist wichtig
- die Anteilnahme wird registriert
- man sollte zeigen, dass man Zeit hat
- Schweigen, keine Antworten haben - ist keine Schande
- manchmal ist man auch Prellbock, wenn ich eine bestimmte Berufsgruppe oder bestimmte Teile der Verwandtschaft verrete, die mit dem Tod in Verbindung stehen (z.Bsp. Tod durch ärztlichen Fehler – dann bin ich als Arzt oder als medizinisches Personal ein möglicher Prellbock)
- Erzählen hilft beiden Seiten, auch scheinbar triviale Dinge

### 4. Wie schließe ich Trauer ab

- die Erinnerung bewahren
- Sagen Sie nie „unvergessen“, wenn es keine Orte der Erinnerung gibt
- Es darf nach einer Trauerzeit oder einer Beerdigung auch wieder gefeiert werden
- Die Betroffenen darf man auch nach einigen Wochen wieder besuchen
- das Jahresgedächtnis

## Tod und Sterben in Gebeten

### Für die Opfer von Gewalt, Unfällen und Katastrophen

Gott des Lebens, viele Menschen ereilt der Tod plötzlich und gewaltsam. Ihre letzten Augenblicke sind oft erfüllt von lähmender Angst und

unsäglichen Schmerzen. Wir bitten dich für die Toten der Kriege, für die Opfer der Gewalt, für alle, die bei Naturkatastrophen und Unfällen vom Tod überrascht werden: Lass sie einfahren, dass sie im Leben und Sterben dir gehören. Ergänze in deiner Liebe, was ihnen fehlt, damit sie in der Gemeinschaft der Heiligen dich schauen von Angesicht zu Angesicht.

### Abschied von geliebten Menschen

Gott, in deiner liebenden Hand liegt unser Geschick. Hilflos stehen wir dem Sterben unsrer Lieben gegenüber. Es fällt uns schwer deine Pläne zu begreifen und zu bejahen. Es macht uns traurig, dass die Augen unsres(unsrer) Verstorbenen gebrochen und seine (ihre) Hände für immer erkaltet sind. Wir vertrauen deinem Wort, dass nichts uns je von deiner Liebe trennen kann. Erhalte in uns diesen Glauben und vollende unsre Verstorbenen in deinem neuen Leben.

Gott, wir trauern um einen lieben Menschen. Er wird uns sehr fehlen. Aber wir geben ihn in deine Hand und wissen ihn in deiner Liebe geborgen. Wir haben Angst vor dem Tod. Tröste uns in unserem Leid. Tröste uns, wenn wir selber einmal sterben müssen. Denn du hältst uns und lässt uns nicht fallen, was auch geschehen mag. Amen.

### Gebet von Hinterbliebenen (die eigene Situation angesichts des Todes)

Herr,  
ich verstehe den Tod nicht,  
auch nicht beim Anblick eines Toten.  
Ich weiß,  
auch ich werde sterben  
irgendwann  
oder demnächst...  
Aber dieser Gedanke lässt mich kalt,  
denn er ist noch ohne Inhalt für mich.  
Und doch fürchte ich mich vor dem Begreifen. –

Dein Wort verheißt  
Ewiges Leben  
Denen, die auf dich hoffen.  
Auch das verstehe ich nicht.  
Aber ich möchte hoffen,  
ich möchte vertrauen,  
ich möchte glauben,  
ich möchte leben! –  
Herr, dein Wille geschehe.

### Sonderformen

#### *Gebete unter Soldaten*

Herr, unser(e) Kamerad(in) ist tot. Wir können nicht fassen, was geschehen ist. Wir sind erschüttert. Sei bei uns und den Menschen, denen ..... fehlen wird. Gib uns Kraft, ruhig zu werden und besonnen zu sein. Gib dem/der Toten ewige Ruhe und lass ihm/ihr dein Licht leuchten.

#### *Gebete von Muslimen*

Im Namen Allahs.  
Gott gib,  
dass dieser Tote  
mit seinem Propheten vereinigt wird.  
Gott wenn er ein Wohltäter war,  
vermehrte seine Wohltätigkeit,  
wenn er schlecht gehandelt hat,  
vergib ihm,  
hab Erbarmen mit ihm  
und laß ihm seine Sünden nach.

( *Mit Ausnahme der Märtyrer und anderer, die unmittelbar nach dem Tod ins Paradies eintreten, warten die Toten in ihren Gräbern auf die Auferstehung und das Weltende.* )