

NDR 2 Moment mal

Montag bis Freitag 18:15 Uhr, Samstag und Sonntag 9:15 Uhr



Radiopastorin Susanne Richter aus Hamburg

Sonntag, 26. November 2023

Trauer kann man nicht einfach so abhaken, sagt Pastor Jan Roßmanek. Er arbeitet für die Kasual-Agentur st. moment in Hamburg, und sein Spezialgebiet sind Beerdigungen. Er sagt: Wenn geliebte Menschen sterben, braucht der Schmerz einfach Raum:

„Man darf es nicht zeitlich irgendwie fixieren. Dieses Trauerjahr, was man kennt, das ist zu wenig Zeit, wenn der Schmerz zu groß ist. Das ist halt auch Arbeit mit der Trauer und an der Trauer.“

Egal, wie lang es her ist. Und auch, wenn manche sich für eine Zeit lang einigeln. Es ist hilfreich, wenn Außenstehende immer wieder den Kontakt und das Gespräch mit Trauernden suchen:

„Ganz viel ist natürlich, dass man mit Reden, Reden, Reden immer wieder was bewirkt. Und über den lieben Menschen erzählt und berichtet und Menschen findet, die zuhören und die schweigen können und aber auch was zu erzählen haben. Und die einfach als Gegenüber wahrnehmen: Du bist jetzt traurig und ich steh Dir zur Seite.“

Nicht allein zu bleiben mit den Gefühlen. Das ist ganz wichtig. Hilfreich können dabei gemeinsame Rituale und Gedenktage sein, wie der Ewigkeitssonntag heute:

„Also, man steht nicht allein mit dem Traurig-Sein. Was gut ist, ist, glaub ich, die Namen zu hören. In vielen Gottesdiensten werden jetzt am Sonntag die Namen verlesen. Auch da weiß man, man ist in einer langen Reihe.“

So schmerzhaft wie Trauer sein kann, sie kann tatsächlich auch Gutes und einen Neuanfang ermöglichen, weiß Jan Rossmannek:

„Trauer ist das Glück, sehr geliebt zu haben. Und wenn es gelingt und man mit der Trauer zu leben lernt, das ist so, dass man dann gestärkt und anders in die Welt geht.“

Und was ist die Hoffnung von Jan Roßmanek selbst?

„Dass am Ende und nach dem Tod die Geschichte irgendwie weitererzählt wird. Und dass es da auch einen neuen Anfang gibt. Und hoffentlich auch immer mit meinen Lieben. Also, ich bleibe mit meinen Lieben. Und das kann ich ja auch fühlen. Ich habe immer die Verbindung und ich habe immer das Gefühl, dass da, wo sie jetzt sind, und egal, wie das da aussieht, das sie da auch in guten Händen sind.“

Um 10 Uhr überträgt NDR Info einen Gottesdienst mit Jan Roßmanek und st. moment auf dem Ohlsdorfer Friedhof in Hamburg. Eine gute Gelegenheit, eine Kerze für verstorbene Angehörige anzuzünden, für ihr Leben zu danken und auch etwas Trost zu tanken. Wir wünschen Euch und Ihnen einen gesegneten Ewigkeitssonntag!