

NDR 2 Moment mal

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



Radiopastorin Susanne Richter aus Hamburg

Sonntag, 24. November 2024

Wir brauchen einen Tag, wo man einfach auch mal traurig sein darf, sagt Jan Roßmanek von der Kasualagentur St. Moment in Hamburg. Er findet den Ewigkeitssonntag heute eine richtig gute Einrichtung: "Die Toten gehören zu unserem und Trauer hat sehr damit zu tun, dass man sehr geliebt hat. Und umso mehr auch jemanden vermisst. Und dazu auch ja zu sagen. Und bewusst, dazu auch ja zu sagen, ist eine große Stärke dieses Toten- oder Ewigkeitssonntages."

Jan Roßmanek ist spezialisiert auf Beerdigungen und Trauerarbeit. Seine Erfahrung: Gemeinsame Rituale am Ewigkeitssonntag können Halt geben.

"Dass man sich trifft und vielleicht auch in Gottesdiensten trifft und auf einen Friedhof geht. Und die Namen vorgelesen werden und gegen Dunkelheit eine Kerze anzündet und an der frischen Luft ist und einmal durchpustet. Das kann auch schon eine Hilfe sein."

Gemeinsam gut mit der Trauer umgehen. Viele Menschen erleben aber eine Scheu, wenn jemand gestorben ist. Die Angehörigen werden dann leider auch noch gemieden. Dabei kann man eigentlich gar nicht viel falsch machen, außer: "Sich nicht zu melden, oder sich so pseudo-artig zu melden und zu sagen: Bitte ruf mich an, wenn Du mich brauchst. Trauernde werden sich, weil sie so kaputt sind, werden sich nie melden."

Gut ist also, wenn das Umfeld also tätig wird: "Ich weiß nicht, was ich sagen soll, aber ich bring Dir ein Mittagessen vorbei." z.B. "Geh hin und sage, komm ich hör Dir zu, ich wein mit Dir und vielleicht kommen wir auch ein bisschen ins Lachen. Das ist der größte Schatz, den Trauernde bekommen können."

Und wie geht Jan Roßmanek selbst mit dem Thema Sterben und Tod um?

"Mir gibt schon Kraft, dass ich nicht daran zweifle, dass danach noch etwas anderes kommt. In diesen katastrophalen Abschieden manchmal, trägt mich persönlich und dass ist auch das, was wir vermitteln, dass da Menschen sind, die vorausgehen. Und dass das nicht so viel mit Leiden zu tun hat und mit Weinen, sondern mit Lichtheit und Fülle. Das trägt mich schon auch und sorgt auch für eine gewisse Gelassenheit bei all denen, die ich schon verabschiedet habe oder die ich weiter verabschieden werde."

Heute ist Ewigkeitssonntag, eine gute Gelegenheit eine Kerze für die Verstorbenen aufzustellen. Und sich vielleicht ja auch auf den Weg zu machen zu Menschen, die grade aktuell in Trauer sind.