

Ehrlichkeit tröstet – Floskeln nicht

TRAUERPOST Wie reagieren, wenn jemand trauert? Pfarrer Gerrit Funke: Anteilnahme tut gut. Gut geeignet ist ein schriftlicher Gruß, den kann der Trauernde lesen, wann er will. Das Wichtigste dabei: Keine höflichen Floskeln, dafür ehrliche Worte

VON GESINE LÜBBERS

„Eigentlich sollte ich ja...“ Es beginnt mit einer Anzeige in der Zeitung oder im Postkasten. Die Nachricht, dass ein Freund, ein Bekannter oder der Angehörige eines Bekannten gestorben ist, ist erschütternd. Schnell sind die Gedanken bei den Hinterbliebenen mit ihrem Kummer und Schmerz und der Entschluss reift: „Ich will kondolieren.“

Doch dann kommt oft die Sprachlosigkeit. Denn einem trauernden Menschen seine Anteilnahme auszudrücken, ist nicht einfach. Oder doch?

„Menschen in Trauer haben sehr feine Antennen für die Motivation

Der Begriff **Kondolenz** kommt aus dem Lateinischen von con: „mit, zusammen“ und dolere: „leiden, trauern“.

von Beileidsbekundungen. Deswegen sollte man nur dann kondolieren, wenn es einem wichtig ist“, sagt Pfarrer Gerrit Funke vom Elias-Trauerzentrum in Dortmund. Seit rund sieben Jahren begleitet er auf einer Schwerpunktpfarrstelle trauernde Männer, Frauen und Kinder und weiß: Zwang oder Konventionen sind in der Begegnung mit Hinterbliebenen schlechte Ratgeber. Doch Rückzug ist auch keine Lösung. „Vielen Betroffenen macht zu schaffen, dass sie zu so einer Art ‚Unberührbare‘ geworden sind. Das Umfeld weiß oft nicht, wie es sich verhalten soll und zieht sich zurück“, beschreibt Funke, der auch als Notfallseelsorger bei der Feuerwehr arbeitet. Deswegen sind der Kontakt zu Trauenden und ein ehrliches Wort so wichtig.

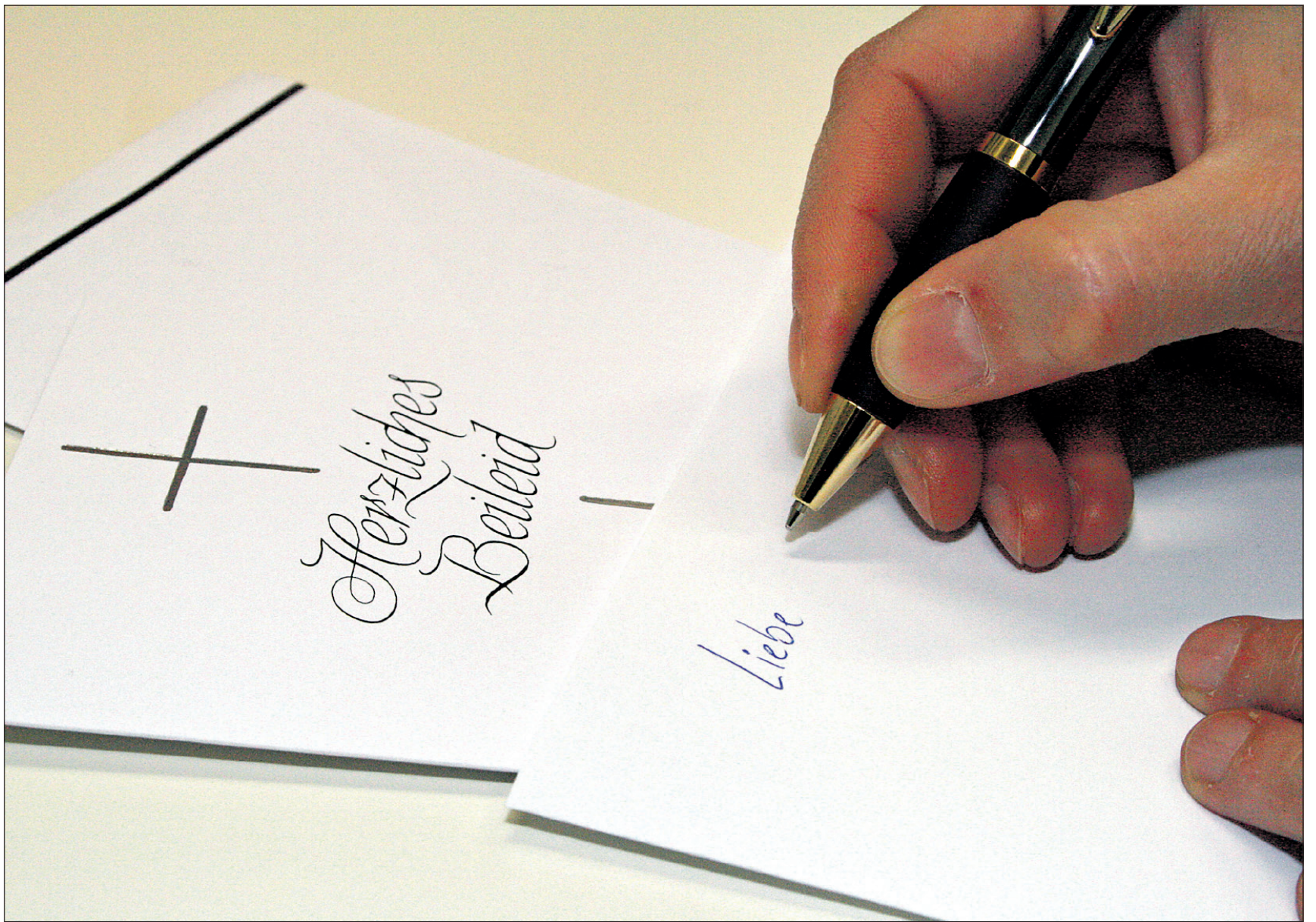
Egal ob Besuch, Anruf, Karte oder Brief, alles hat seine Berechtigung – Pfarrer Funke rät jedoch zum geschriebenen Wort. „Ein Telefonat reißen den Trauernden unter Umständen aus seinem Alltag. Vielleicht möchte er sich gerade gar nicht mit dem Thema auseinandersetzen. Einen Brief kann er zur Hand nehmen, wenn ihm danach ist.“

Immer wieder, erzählt der Seelsorger, erlebe er, dass die Trauerpost in

Ein Trauerbrief hat viele Vorteile

einer Schale oder einem Körbchen gesammelt werde. „Diese stehen dann meist in dem Raum, in dem sich die Betroffenen aufhalten – quasi griffbereit. Die Post begleitet sie durch die Trauerzeit hindurch.“ Ehrliche Anteilnahme, sagt er, sei immens wichtig.

Doch was soll man schreiben? „Wohlthuend ist es, wenn man von einer Begegnung oder einem Erlebnis mit dem Verstorbenen berichtet. Eine liebevolle Erinnerung eben. Das darf auch ruhig etwas zum Schmunzeln



Trauerkarte: Das geschriebene persönliche Wort der Anteilnahme kann mehr helfen als Floskeln und vorgedruckte Karten.

FOTOS: GESINE LÜBBERS

sein“, rät Funke. Sollte man den Verstorbenen selbst nicht kennen, jedoch eine freundschaftliche Beziehung zu dessen Angehörigen pflegen, kann man diesen auffordern, doch etwas vom Verstorbenen zu erzählen. „So nach dem Motto: Ich habe Deine Mutter nie kennengelernt und wir haben auch nie über sie gesprochen, aber ich komme mal zu Dir und dann kannst Du mir von ihr erzählen.“

Auch Sätze, die die persönliche Unsicherheit thematisieren, sind erlaubt. So nach dem Motto: Ich weiß selber gar nicht, wie ich dir helfen kann, aber ich denke an Dich. „Wenn man ehrlich seine eigene Verlegenheit zum Ausdruck bringt, ist das besser, als sich einfach gar nicht zu melden“, plädiert Funke für den Sprung über den eigenen Perfektionsanspruch.

Floskeln wie „Herzliches Beileid“ oder „Aufrichtige Anteilnahme“ werden nach Funkes Erfahrung wohl wahrgenommen, doch sie hinterlassen keinen bleibenden Eindruck wie persönliche Worte. Auch schöne Bilder können trösten, wenn man die Motive nach dem Empfänger auswählt. „Eine Frau in unseren Gesprächsrunden erzählte von einem Bild auf einer Trauerkarte, das sie

sehr angesprochen hat. Sie hat das Bild sogar kopiert, laminiert und für sich weiterverwendet“, berichtet der Seelsorger.

Bei allen Beileidsbekundungen ist wichtig, dass der Trauernde im Mittelpunkt steht. Eigene Trauererfahrungen der Kondolierenden haben allerhöchstens nur am Rande Platz. „Man muss mit eigenen Erfahrungen vorsichtig sein, denn die Rollen dürfen sich nicht verdrehen.“ Allerdings: Menschen, die selber schon einmal getrauert haben, tun sich meist leichter, die richtigen Worte zu finden.

Und wie ist das mit dem christlichen Glauben? Kann man davon sprechen, auch wenn die Hinterbliebenen gar nicht gläubig sind? „Warum eigentlich nicht“, antwortet Pfarrer Gerrit Funke nach einigem Überlegen. „Ich würde ruhig davon sprechen – als persönliches Glaubenszeugnis und natürlich ohne den anderen zu

Ehrlich schreiben – keine Floskeln

bedrängen. Wenn es mir wichtig ist, warum nicht. Denn man soll ehrlich schreiben, wie’s einem ums Herz ist.“

Und wenn man gerne eine Bibelstelle zitieren möchte? „Auch Bibelstellen sollten individuell sein. Eine Stelle, die dem Schreibenden wichtig ist, passt sicher besser als irgendeine ‚übliche Textstelle‘. Denn so kann man im Brief erklären, warum einem die Stelle selbst so wichtig ist und schon bekommt das Ganze wieder eine sehr persönliche Note. Wenn man keine Stelle weiß, kann man ja mal die Bibel zur Hand nehmen und darin blättern.“ Nicht nur biblische Trostsprüche kommen in Frage. „Gerade in den Psalmen gibt es viele Sprüche, die deutlich Klage vor Gott

bringen, die dem Schmerz voll und ganz Ausdruck verleihen. Das kann ebenfalls eine biblische Sprache sein, die Trauernden hilft.“

Einen weiteren Vorteil hat das geschriebene Wort gegenüber dem Anruf: „Ich kann mir als Schreibender ebenfalls Zeit nehmen, die richtigen Worte zu finden. Und indem ich mir Zeit nehme, bekomme ich die Chance, meinen eigenen Gefühlen zu begegnen“, stellt Gerrit Funke fest. „Ich kann beim Schreiben unter Umständen auch Dinge für mich selber klären und Antworten finden.“

Gibt es Dinge, die man nicht schreiben sollte? Der Pfarrer überlegt: „Unterschwellige Vorwürfe haben nichts in einer Kondolenz zu suchen.“ Und auch der alte Spruch, dass man über Tote nichts Schlechtes sagen soll, ist zu beherzigen. Ansonsten gäbe es aber nichts, was man nicht schreiben kann. „Frei von der Leber weg, so wie man fühlt.“

Im Geschäftsleben sei der Beileidsbrief sicher etwas distanzierter, aber er sollte dennoch so persönlich wie möglich sein. „Wenn man nur kondoliert, weil man sich einen Vorteil verspricht, geht das nach hinten los. Wie gesagt: Trauernde haben sehr

feine Antennen“, gibt der Seelsorger zu bedenken.

Und wie ist das mit E-Mails? „Das ist sicher auch eine Generationenfrage“, sagt Funke. „Doch wenn ich die Mail ins Körbchen zu der anderen Post legen möchte, muss ich sie

Für Trauerpost gibt es keine Frist

ausdrücken. Ich glaube, der Brief oder die Karte sind als die eben erwähnten Begleiter durch die Trauerzeit besser geeignet. Den Computer hat man nicht immer an.“

Für die Trauerpost gibt es übrigens keine Frist. Briefe, die nach vier, fünf Wochen, nach Monaten oder sogar nach einem Jahr kommen, werden noch gern gelesen. Denn wenn man erst nach längerer Zeit von sich hören lassen würde, würde man ja auch sicher einen Satz wie „ich wusste lange nicht, was ich Dir schreiben sollte“, oder „ich habe erst jetzt davon erfahren“ hineinschreiben. Dann ist der Brief persönlich und ehrlich – und das ist ja das Wichtigste bei der Kondolenzpost.



Spricht viel mit trauernden Menschen: Pfarrer Gerrit Funke arbeitet auf einer Schwerpunktpfarrstelle im Elias-Trauerzentrum in Dortmund.

Tipps zum Beileid wünschen

- Ein schriftlicher Gruß, eine Karte ist meist der beste Weg. Trauernde können sie dann lesen, wenn ihnen danach ist.
- Eine Karte aussuchen, die zum Trauernden passt – mit schönem Bild oder gutem Spruch.
- Das wichtigste ist: keine Floskeln, sondern sehr persönlich schreiben.
- Ehrlich sein – Trauernde haben sehr feine Antennen. Man sollte zugeben, wenn man selbst verunsichert ist und das thematisieren. Das ist auf jeden Fall bes-

- ser als sich gar nicht zu melden.
- Der Trauernde steht im Mittelpunkt. Eigene Trauererfahrungen haben gar nicht oder allenfalls am Rande Platz.
- Ein Bibelvers kann trösten – auch wenn der Trauernde nicht gläubig ist. Hier gilt ebenfalls: individuell aussuchen.
- Für Trauerpost gibt es kein zu spät. Selbst nach Wochen, Monaten oder gar einem Jahr werden Briefe noch gern gelesen. Einfach kurz erklären, warum man sich erst jetzt meldet.