



Im Tod ist das Leben –
Sterben und Tod aus christlicher Sicht

Diözese
RO//ENBURG-
STU//GART

Christen gedenken
der Toten,
weil sie leben,
nicht damit
sie leben.

Die Deutschen Bischöfe, Tote begraben
und Trauernde trösten, Seite 56

Was uns Angst macht

Alles, was ist, wird nicht für immer bleiben. Alles, was lebt, wird irgendwann sterben. Wir wissen, dass unser Leben begrenzt ist, aber wir wissen nicht, was danach sein wird. Diese Ungewissheit macht den Tod unheimlich, deshalb fürchten wir uns zu sterben. Die Angst vor dem Tod ist verständlich und natürlich. Dennoch – oder gerade darum – ist es wichtig, sich dem Gedanken an das Sterben zu stellen. Denn erst die Endlichkeit macht das Leben einzigartig und kostbar. „Was keine Grenze hat, hat auch keine Gestalt“, hat Leonardo da Vinci gesagt. Erst das Sterben-Müssen macht uns aufmerksam für den Wert des Lebens. Wenn wir den Tod verdrängen, verliert das Leben seine Tiefe, wird beliebig und flach.

Was der Glaube sagt

Der biblische Glaube sieht den Menschen als Geschöpf, das an der Sterblichkeit der ganzen Schöpfung teilhat. Wie alles Geschaffene kommt er aus Gottes liebender Hand und kehrt dorthin zurück. Im Tod wird das irdische Leben nicht nur beendet, sondern zugleich auch vollendet. Gottes Reichtum wird ergänzen, was unserem Leben an Liebe und Erbarmen noch fehlt.

„Es ist vollbracht“ – dieses letzte Wort, das Jesus am Kreuz gesprochen hat, schließt alle Menschen ein, die wie er im Angesicht des Todes ihre Hoffnung auf Gott setzen. Gott hat seine Treue gezeigt und Jesus aus dem Tod auferweckt. Durch die Taufe werden alle Menschen hineingenommen in das Geheimnis von Tod und Auferstehung: Wer so mit Jesus Christus verbunden ist und mit ihm stirbt, wird auch mit ihm zum Leben auferweckt werden und für immer Heimat finden bei Gott.

Die Gemeinschaft der Glaubenden, zu der wir durch die Taufe gehören, wird durch den Tod nicht zerstört. Denn die Liebe Gottes, die stärker ist als der Tod, umschließt uns alle, uns Lebende ebenso wie die Verstorbenen aller Zeiten. Christen glauben deshalb, dass sie ihre Verstorbenen wiederfinden werden, 'im Himmel', in der großen Gemeinschaft der Liebe Gottes.

Wenn ein Mensch aufs Sterben zugeht

Sterben ist ein Teil des Lebens. Wer aufs Sterben zugeht, braucht außer medizinischer und pflegerischer Versorgung alles, was Menschen brauchen: respektvolle Aufmerksamkeit, einfühlsame Zuwendung, menschliche und spirituelle Begleitung entsprechend den persönlichen Bedürfnissen. Hierbei bieten die örtlichen Hospizdienste ihre Unterstützung an; die MitarbeiterInnen sind dafür besonders qualifiziert und arbeiten ehrenamtlich.

Wenn ein Mensch verstorben ist

Wenn ein Mensch stirbt, kommen auf die Angehörigen vielerlei Besorgungen und Formalitäten zu. Die Bestattungsunternehmen helfen bei der Bewältigung dieser Aufgaben. Sie stellen auf Wunsch auch den Kontakt mit dem Pfarramt bzw. der Kirchengemeinde her, die für die Bestattung des Verstorbenen und die damit verbundenen Gottesdienste zuständig ist und den Angehörigen in dieser schweren Situation seelsorgerlich beistehen kann. Selbstverständlich können sich die Angehörigen auch direkt an das Pfarramt wenden.

Jetzt ist die Zeit – Abschied nehmen ist wichtig

Die Zeit zwischen Sterben und Bestattung sollten die Angehörigen, bei allen anderen Aufgaben, auch nutzen, um innerlich und äußerlich Abschied von dem verstorbenen Menschen zu nehmen: nochmals in Ruhe mit ihm zusammen sein (am Sterbebett oder während der Aufbahrung), laut oder lautlos mit ihm sprechen, ihm danken, sagen, was er/sie einem bedeutet hat, auch was schwierig war; den Menschen und die Beziehung zu ihm vor Gott stellen, ihn zurückgeben in Gottes Hand.

Abschied braucht Gestalt – christliches Brauchtum kann helfen

Die katholische Kirche kennt vielerlei Gebets- und Gottesdienstformen, die je nach örtlicher Tradition üblich sind. So etwa die Scheidegebete nach dem Eintritt des Todes, die Totenglocke, die der Gemeinde mitteilt, dass eines ihrer Mitglieder verstorben ist, die Totenwache in der Zeit bis zum Begräbnis, den Totenrosenkranz als Gebetsgeleit der Gemeinde, die Totenbildchen, die zum Gebet für die Verstorbenen einladen, und viele anderen Bräuche.

Abschied der Gemeinde – die Totenmesse und das Gedenken in der Eucharistiefeier

Die älteste Form des christlichen Trauergottesdienstes ist die Eucharistie, die – ursprünglich in Anwesenheit des toten Leibes – von der Gemeinde gefeiert wird. Diese Feier wird Totenmesse oder Requiem genannt. In der Messe feiern Christen das Geheimnis des Todes und der Auferstehung Jesu Christi. In diesem „Geheimnis des Glaubens“ finden Christen auch die Deutung ihres eigenen Lebens und Sterbens. Die Messe ist deshalb der Ort, an dem die Gemeinschaft der Glaubenden die christliche Hoffnung auf die Auferstehung von den Toten feiert, bezeugt und verkündet. In diesem Glauben feiert die Gemeinde für ihre verstorbenen Mitglieder die Totenmesse – als Abschied von der irdischen Gestalt des Menschen und als Ausblick auf das verheißene Leben in der ewigen Gegenwart Gottes.

Im Jahresgedächtnis (Jahrtagsmesse) wird die Erinnerung an die Verstorbenen wachgehalten und die Hoffnung bekräftigt, dass sie bei Gott leben.

Abschied vom Leib – die Trauerfeier

Wenn die Totenmesse nicht unmittelbar vor der Beerdigung gefeiert werden kann, findet am Sarg des Verstorbenen eine Trauerfeier statt. Sie ehrt den Verstorbenen, der als Person mit Leib und Seele Ebenbild Gottes war. Der Blick wird nicht nur auf das gelenkt, was der Mensch im Leben war und geleistet hat, sondern mehr noch auf das, was *Gott* in diesem Leben gewirkt hat – und was er nach dem irdischen Tod noch wirken wird. Im christlichen Verständnis vom Menschen gehört beides zusammen: das irdische Leben, das bei allem Reichtum immer begrenzt und bruchstückhaft bleibt, und seine Vollendung durch den Gott, der die Toten erweckt.

Die Trauerfeier bietet auch den (meist öffentlichen) Rahmen, Abschied von einem Menschen zu nehmen, mit dem viele in irgendeiner Weise verbunden waren.

Die letzte Ruhestätte – das Erdbegräbnis

Die Bibel kennt nur die Erdbestattung; von diesem Vorbild ist die abendländische Tradition geprägt. So erinnert das Begräbnis an die Grablegung Jesu: Der sterbliche Leib wird der Erde übergeben, von der er genommen ist – in der Hoffnung, dass Gott an diesem Verstorbenen ebenso handeln wird wie an Jesus, den er aus dem Tod zum Leben auferweckt hat.

Bei der Erdbestattung wird der Leichnam des Verstorbenen tatsächlich auf seinem letzten irdischen Weg begleitet. Zu sehen, wie der Sarg in die Erde gesenkt wird, ist schmerzlich, weil der Verlust sinnfällig spürbar wird, zugleich aber kann der damit verbundene Ritus den notwendigen Trauerprozess unterstützen.

Der katholischen Kirche gilt das Erdbegräbnis bis heute als die vorrangige und bevorzugte Form der Bestattung.

Asche zu Asche – die Feuerbestattung

Die Feuerbestattung wird in unserer Kultur erst seit dem 19. Jahrhundert praktiziert. Sie galt zunächst als Zeichen gegen den christlichen Glauben und wurde darum von der Kirche verboten. Heute wird die Feuerbestattung überwiegend aus praktischen, ästhetischen, finanziellen oder hygienischen Gründen gewählt. Sie ist mittlerweile sehr verbreitet; in größeren Städten gibt es heute bereits mehr Feuer- als Erdbestattungen.

Von der katholischen Kirche wird die Feuerbestattung heute erlaubt – unter der Voraussetzung, dass mit ihr nicht die Ablehnung des christlichen Auferstehungsglaubens zum Ausdruck gebracht werden soll.

Bei der Feuerbestattung sollte vor der Kremation die Trauerfeier stattfinden, in der die Angehörigen Abschied vom Leichnam, das heißt von der irdischen Gestalt des verstorbenen Menschen, nehmen. Die Urne wird dann meist im Kreis der Angehörigen mit einem schlichten Gebet beigesetzt.

Findet die Trauerfeier erst nach der Kremation im Zusammenhang mit der Beisetzung der Urne statt, dann sollte für die Angehörigen während der Zeit der Aufbahrung eine Abschiedsfeier ermöglicht werden. Denn die Asche steht eher für die irdischen Überreste als für die individuelle Person, die man ehrt und von der man Abschied nimmt.

Wohin mit der Erinnerung – das Grab als Ort des Gedenkens

Für die meisten Menschen ist es wichtig, dass die Erinnerung an Verstorbene auch einen Ort hat. Das Grab gibt Verstorbenen Identität, es gehört zu einem konkreten Menschen, der als Person greifbar wird und in der Erinnerung der Gemeinschaft bewahrt bleibt. Die katholische Kirche hält grundsätzlich an der namentlichen Bestattung fest, weil der Name für die Einzigartigkeit, die Würde und den unverlierbaren Wert der Person steht, die nach christlichem Verständnis Ebenbild Gottes ist.

Entscheidet sich ein Katholik/eine Katholikin aus Gründen, die den Glauben an die Auferstehung nicht berühren, für eine Form anonymen Bestattung, so kann die kirchliche Trauerfeier wie bei der klassischen Feuerbestattung vor der Kremation in Gegenwart des Leichnams stattfinden; ebenso werden die anderen ortsüblichen Gottesdienste (Totenmesse, Rosenkranz) gefeiert.

Das Grab ist auch der Ort, an dem Trauer sein darf und im wörtlichen Sinn Raum gewinnt. Die individuelle Gestaltung und Pflege des Grabes kommt dem menschlichen Bedürfnis entgegen, für den/die Verstorbene noch etwas tun zu können. Auf vielen Friedhöfen gibt es mittlerweile auch Gräber, die wenig oder gar keinen Pflegeaufwand brauchen und dennoch persönlich gestaltet werden können.

Ohne Worte – die Sprache der Zeichen

Der Mensch ist mehr als die naturhaften Abläufe seines Körpers. Auch wenn der irdische Leib zur Erde zurückkehrt, wird der Mensch als Person doch durch den Tod hindurch von Gott zur Vollendung geführt. Dieser Glaube drückt sich in einer Fülle an Zeichen aus, die die Kultur der Bestattung bis heute prägen. Das bekannteste Symbol ist das Kreuz, das Zeichen Jesu Christi, das über den Gräbern errichtet wird und den Tod von der Auferstehung her deutet.

Andere Zeichen, die den christlichen Glauben zum Ausdruck bringen, sind etwa Erde für die Schöpfung, zu der wir gehören, Wasser für die Taufe oder Kerzen für das Feuer der Osternacht

und das immerwährende Licht der Gegenwart Gottes. Kränze sind ein Bild für die Krone des Lebens, die uns verheißen ist, Musik steht für das Weggeleit in die andere Welt und Blumen für die Liebe, in der wir auch über den Tod hinaus miteinander verbunden bleiben.

Der Friedhof – Ort der Gemeinschaft und des Gedenkens

Der Friedhof ist ein öffentlicher Raum, der in der Verantwortung einer (nicht-kommerziellen) Gemeinschaft liegt, in der Regel der Kommune oder auch einer Kirchengemeinde. Denn Menschen bleiben auch als Verstorbene Teil einer Gemeinschaft, für die man sich nicht selbst entscheidet und aus der man sich nicht selbst verabschieden kann, nicht einmal durch den Tod.

Die Erinnerung an die Menschen, die vor uns gelebt haben, ist Teil unserer Kultur. Wer der Verstorbenen gedenkt, erfährt sich selbst als Teil einer Gemeinschaft, die den Einzelnen trägt und zugleich selbst getragen ist. Die herkömmliche Bestattungskultur mit leicht erreichbaren Friedhöfen, Grabpflege und geprägten Zeichen des Gedenkens steht für diese Verbundenheit innerhalb eines Stromes der Erinnerung.

Neben den unterschiedlichen Bestattungs- und Grabformen auf Friedhöfen wird auch die Seebestattung angeboten. Eine neue Bestattungsart ist die Urnenbestattung in natürlicher Umgebung in eigens dafür ausgewiesenen Waldstücken. Beide Bestattungsarten sind auch für Katholiken erlaubt, wenn die Gründe für ihre Wahl nicht mit der Ablehnung des christlichen Glaubens verbunden sind. Die kirchliche Trauerfeier und die anderen ortsüblichen Gottesdienste finden ebenso statt wie bei jeder anderen Form der Feuerbestattung.

Wenn der Schmerz mächtig wird – die Trauer als Ausdruck der Liebe

Die Trauer um einen geliebten Menschen kann sehr schmerzhaft und belastend sein. Sie ist aber notwendig, um mit dem Verlust neu leben zu lernen und schrittweise in die veränderte Situation hineinzuwachsen. Um einen nahestehenden Menschen zu trauern, ist nicht nur normal, sondern notwendig – auch wenn Trauer im Alltag, etwa im Beruf, eher als störend verdrängt wird. Es ist auch normal, dass Menschen in ganz unterschiedlicher Weise trauern.

Die Trauer ist ein Ausdruck der Liebe, wie auch die Dankbarkeit für das gemeinsam Erlebte oder die Reue über Versäumtes. In der Trauer geht es wesentlich um die Beziehung zwischen dem verstorbenen und dem um ihn trauernden Menschen.

Trauer verläuft eher in Rhythmen als in Phasen. Der Schmerz wird immer wieder aufflammen und vielleicht nie ganz überwunden sein, dennoch verändert er sich und wird mit der Zeit erträglicher.

Trauernde brauchen Menschen, die einfühlsam sind und Hilfslosigkeit aushalten, die im Alltag unterstützen und wissen, dass Trauern ein langwieriger Prozess ist.

Unterstützende Angebote für trauernde Menschen (Trauercafés, Trauergruppen, Wochenenden ...) gibt es an vielen Orten und von unterschiedlichen Trägern, oft auch von Kirchengemeinden. Fragen Sie in Ihrem Pfarramt oder in der Dekanatsgeschäftsstelle danach.

Wenn ich einmal soll scheiden – auch ich werde sterben

Jeder Todesfall, der einem nahegeht, erinnert auch an die eigene Sterblichkeit, die einem im Alltag meist kaum bewusst ist. Insofern ist das Sterben eines Menschen immer auch ein Signal für die anderen, an den eigenen Tod zu denken.

Für die meisten mag er unangenehm sein, dennoch bereichert der Gedanke an den Tod das Leben: Es ist nicht selbstverständlich, dass ich leben darf, deshalb ist jeder Tag ein kostbares Geschenk, das ich aus Gottes Hand empfangen. Wer sich so versteht, kostet sein Leben aus und übt sich zugleich in der Bereitschaft, auch das Ende aus Gottes Hand anzunehmen.

Wie möchte ich selbst sterben und bestattet werden, wenn's denn sein muss? Es ist sinnvoll, sich auch darüber Gedanken zu machen. Wenn man eigene Vorstellungen und Wünsche schriftlich festhält, kann man die Angehörigen im Ernstfall von schwierigen Entscheidungen entlasten. Für die Umstände des Sterbens kann man Wünsche in einer Patientenverfügung festhalten, etwa auch den Wunsch nach spirituellem Beistand beim Sterben. Auch die Art, den Ort und die Gestaltung des Begräbnisses kann man zu Lebzeiten festlegen.

Wenn Sie mehr wissen wollen

Haben Sie Fragen rund um das Thema Sterben und Tod und wollen mit einem Seelsorger/einer Seelsorgerin darüber sprechen? Oder sich über die übliche Praxis am Ort und in der Kirchengemeinde informieren? Dann nehmen Sie Kontakt mit Ihrem Pfarramt auf.

Mehr zum Thema Sterben, Tod, Bestattung und Gedenken aus christlicher Sicht finden Sie etwa in der Broschüre *Tote begraben und Trauernde trösten. Bestattungskultur im Wandel aus katholischer Sicht* (Die deutschen Bischöfe / 81, 20. Juni 2005) oder in *Bestattungskultur in der Diözese Rottenburg-Stuttgart. Grundsätze – Empfehlungen – Richtlinien* (November 2011) Beides ist auch im Internet zugänglich.

Herausgeber:
Bischöfliches Ordinariat der
Diözese Rottenburg-Stuttgart, 2011
Bezugsadresse: Expedition des Bischöflichen Ordinariats
Postfach 9, 72101 Rottenburg a. N.
Fax: 07472 169-561
E-Mail: expedition@bo.drs.de
Titelbild: Fenster im Dom St. Martin, Rottenburg
Fotograf: Eckhard Raabe

...the first of these is the fact that the ...

...the second of these is the fact that the ...

...the third of these is the fact that the ...

...the fourth of these is the fact that the ...

...the fifth of these is the fact that the ...

...the sixth of these is the fact that the ...

...the seventh of these is the fact that the ...