

*Trauermonat November -  
... das eigene Leben neu bewerten*

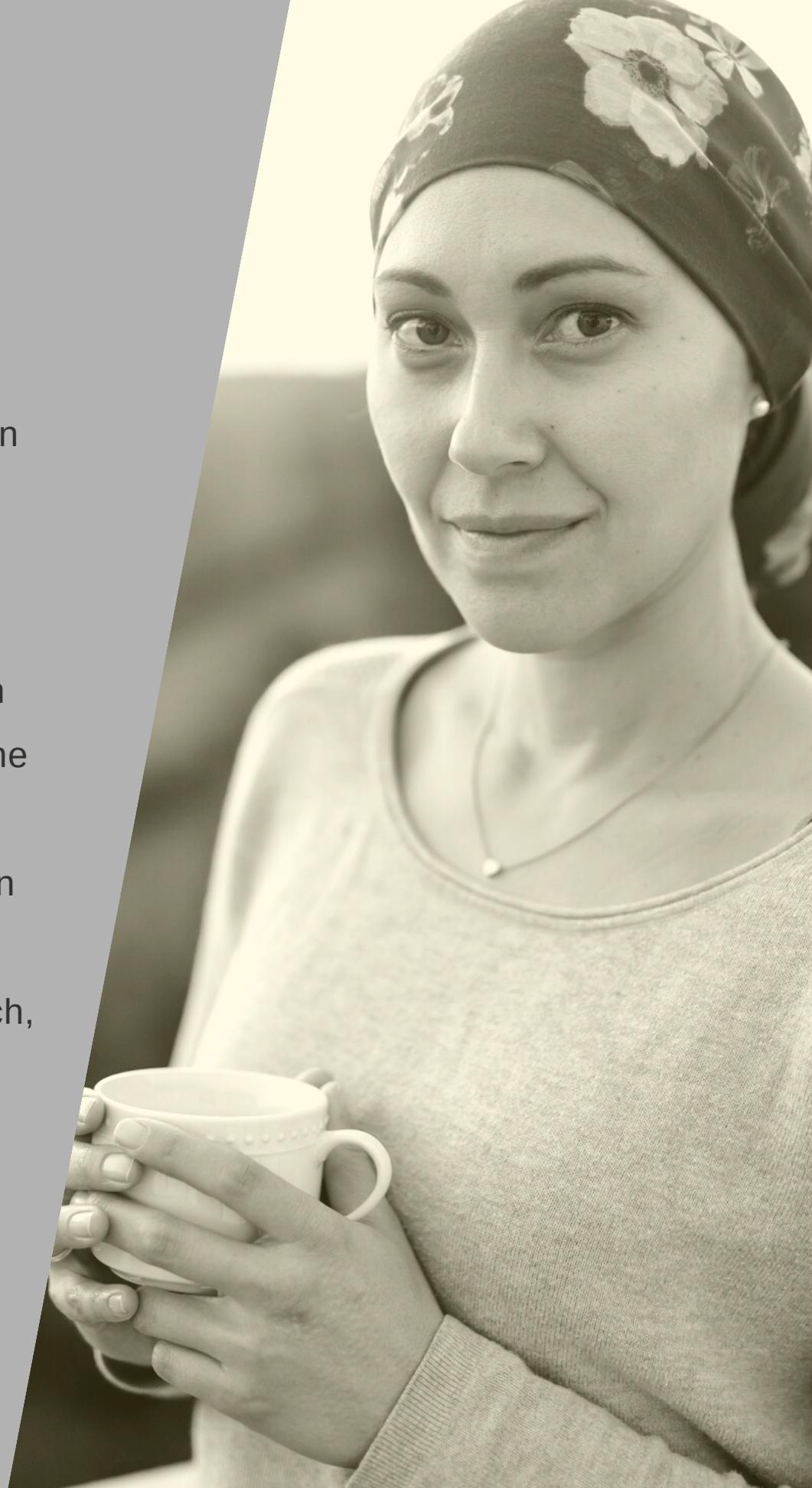
---

Pandemie, Krieg, Klimakatastrophe und ihre Folgen waren und sind Alltag, und die Medien führen es mir täglich vor Augen: „Wir haben unser Leben nicht im Griff“.

Das heißt aber noch lange nicht, dass ich meine eigene Endlichkeit bedenke. Wenn ich mich jedoch darauf einlasse, dann ist das eine Chance, glücklicher zu leben.

Dada Peng sagt es in seinem Buch so: „wenn wir uns mit der eigenen Endlichkeit, mit dem eigenen Sterben befassen, bedeutet das auch, dass wir unser Leben neu bewerten“.

*Wenn ich an meinen Tod  
denke, was bedenke ich für  
mein Leben neu?*



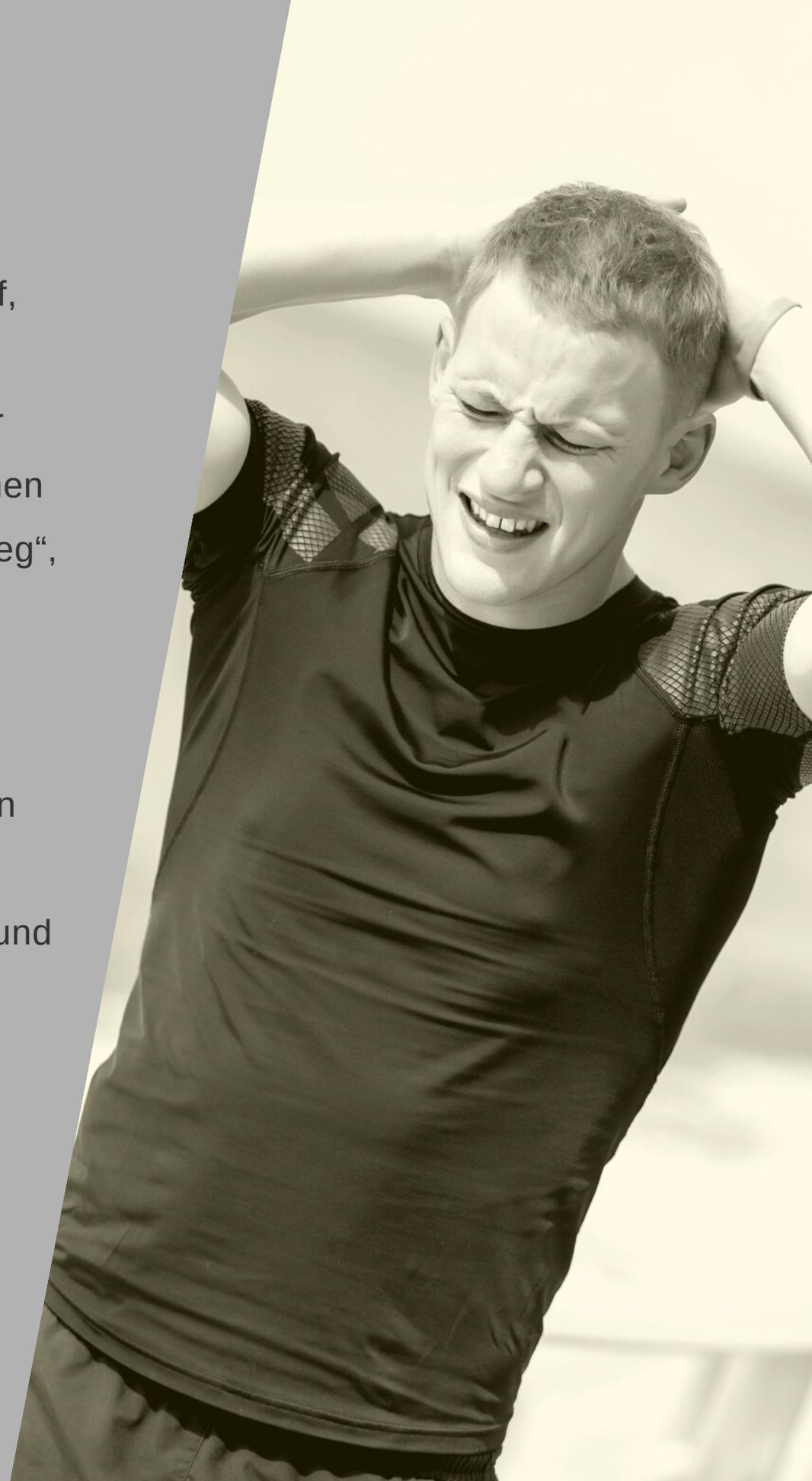
## *Unser Leben ist endlich!*

---

Wir leugnen es, wir lehnen uns dagegen auf, wir verzweifeln daran und wir wissen es im Letzten doch ganz genau: „Wir haben unser Leben nicht im Griff“. Diese Spannung können wir nicht lösen und es gibt keinen „Königsweg“, mit der Vergänglichkeit unsers Lebens klarzukommen.

Unser Leben läuft nicht glatt und wir müssen immer wieder mit kleinen und großen Schicksalsschlägen zurechtkommen. Jede und jeder kann nur den eigenen Weg gehen.

*Wie ist mein Weg, wenn die Welt über mir zusammenbricht?*



*Einfach „da sein“ genügt.*

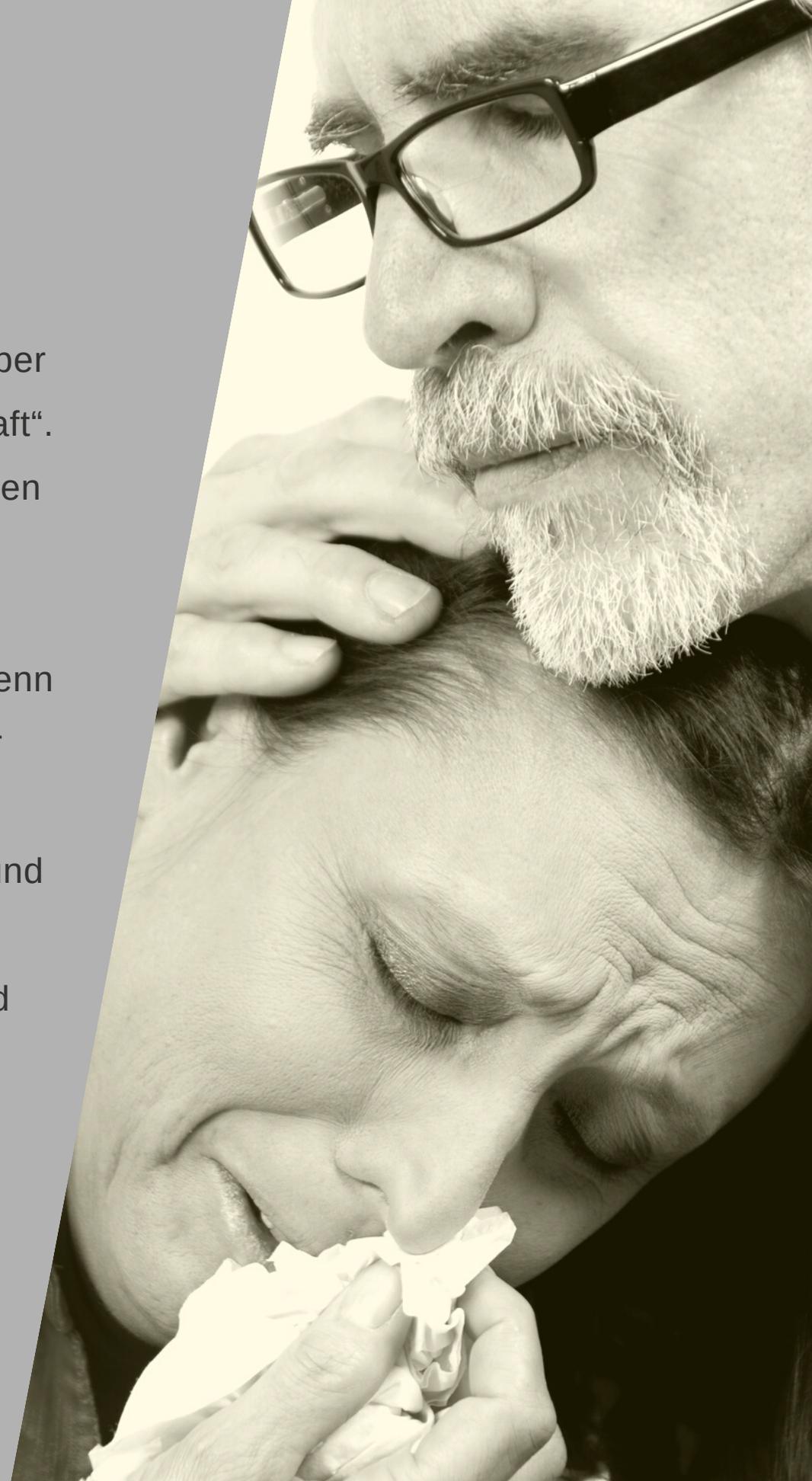
---

„Herzliches Beileid“ kommt mir nur schwer über die Lippen. Schon eher wünsche ich „viel Kraft“. Es ist schwer für einen Trauenden die richtigen Worte zu finden.

Wenn ich einen lieben Menschen verliere, wenn alles über mir zusammenbricht, wenn ich nur noch Schmerz und vielleicht sogar nur Leere empfinde, dann helfen keine „Rat-Schläge“ und auch keine „frommen Sprüche“.

Was hilft, sind Menschen, die einfach da sind und mitaushalten.

*Wer hält mich und wem darf ich Halt geben?*



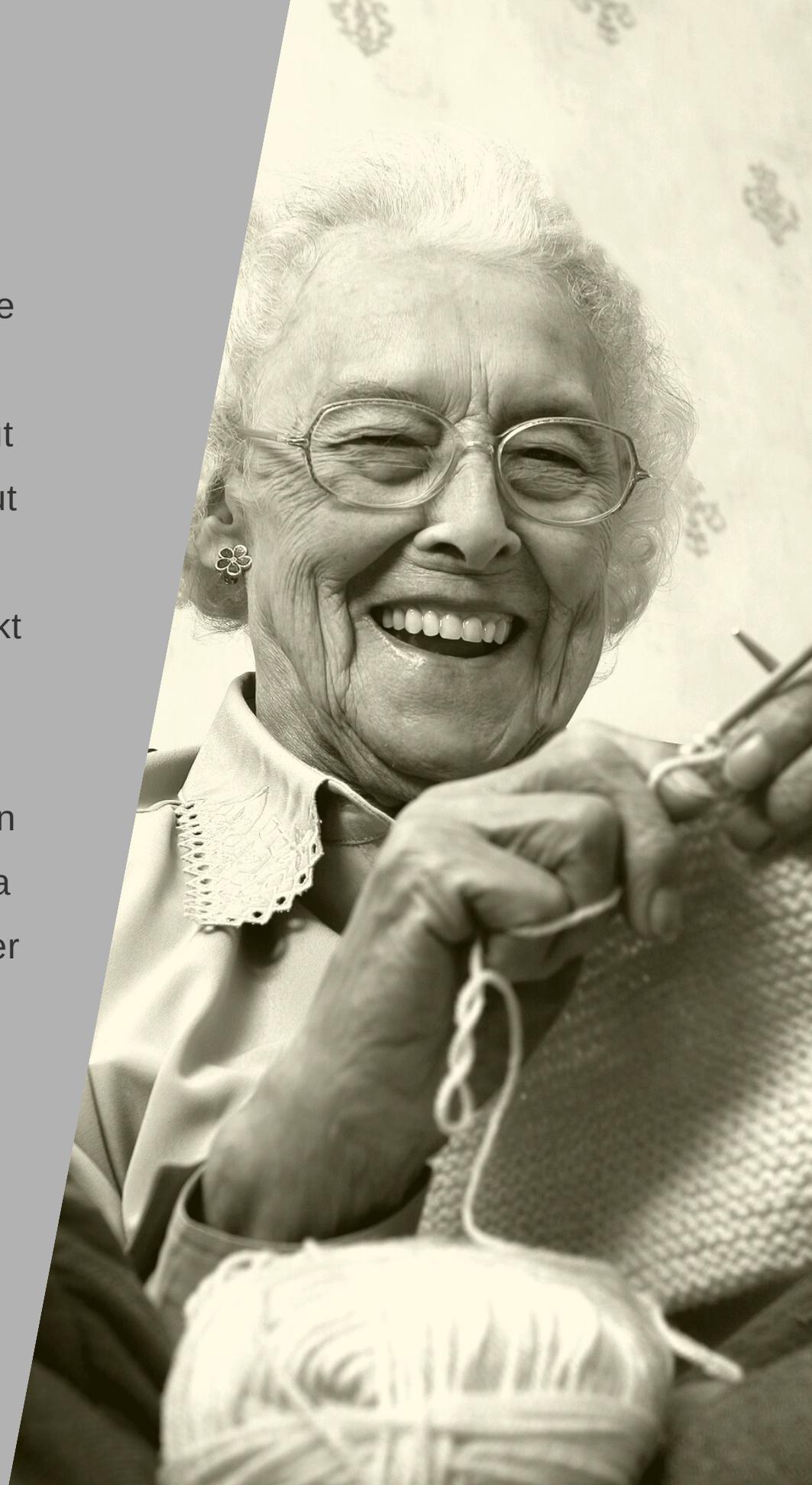
## *Ein Paar selbstgestrickte Socken...*

---

...die hielt ich mal zu Beginn einer Trauerrede hoch, ohne Worte. Einige der Trauergäste schmunzelten und andere mussten sogar laut lachen. Nach ihrer Zahl zu urteilen, hatten gut fünfzig Prozent der Trauergemeinde so ein Paar Socken von der Verstorbenen geschenkt bekommen und zu Hause liegen.

Es sind „nur“ Socken und doch erinnern sie in wunderschöner Weise an die strickende Oma und zaubern ein Lachen ins Gesicht. In dieser „Kleinigkeit“ ist Oma ganz lebendig da.

*Was sind die „kleinen Dinge“  
in meinem Leben, über die ich  
mich freue?*



*Das Leben ist schön, auch wenn es vergeht.*

---

Sage ich diesen Satz einem Menschen, der gerade beim Arztbesuch sein „Todesurteil“ erfahren hat, dann ist das ein Schlag ins Gesicht.

Wenn Sarah Connor „Das Leben ist schön, ...“ singt, dann klingt und wirkt dieser Satz wie ein Leuchtfeuer im Dunkel: trotz Schmerz und Leid gibt es die Schönheit des Lebens.

Und wenn sie singt, ermahnt sie die, die einmal an ihrem Grab stehen werden, das nicht zu vergessen.

*Wem will ich diese Woche zeigen, dass das Leben schön ist?*

