

Seelsorge im Sinn Jesu: Bleibet hier und wachet mit mir

Jesus nimmt seiner Jünger mit nach Gethsemane. Er will nicht, daß sie mit ihm leiden. Er bittet sie nicht, sein Kreuz zu tragen, seine Lasten zu erleichtern... Er bittet sie, mit ihm zu wachen und zu beten. Sie schlafen ein. 3x bittet er sie. Er braucht Nähe, er kann nur schwer allein sein.

Wach sein bei den Sterbenden, bei den Trauernden. Wach sein für ihre Fragen, wach sein für ihre Einsamkeit, wach sein auch bei ihrer Aggression gegen das Leben überhaupt!

Keine Rezepte, keine fertigen Trostformeln bringen – alles

Formelhafte ist tödlich – sondern einfach wach sein. Das ist unendlich schwer. Auch wir schlafen leicht ein. Schlafen heißt, die Situation des anderen nicht begreifen, seinen Schrei und sein Verstummen nicht deuten können, ihn stumm machen mit richtigen Antworten, nicht spüren, wenn sein Herz stockt, nicht erkennen, wenn es dunkel um ihn wird.

(Wie tröstlich, dass selbst die Jünger Jesu sich damit schwer taten)

Wach sein heißt: **Der/ die Sterbende bestimmt können, wie er/ sie mich nötig hat.** Mit anderen Worten: „Er/ sie ist der DirigentIn, wir nur das Orchester.“

1. Wesentliches Merkmal der Trauerbegleitung, egal für welchen Menschen, ist das Geschenk „Zeit nehmen“, Präsenz zeigen, Trösten (auch körperlich durch „Streicheln“, in den Arm nehmen, etc.)
2. Trösten ist ein Kommunikationsprozess, d.h. den Trauernden zunächst verstehen, ihm **Ressourcen** zur Verfügung stellen sich auszudrücken, das wollen unsere Workshops.
3. Jeder Mensch trauert ganz individuell, niemand darf in ein bestimmtes Raster (angemessenes Trauerverhalten etc.) gepresst werden. Es gibt keine fertigen Rezepte. Es geht um: Hinschauen! Zuhören! Mitfühlen!
4. Auch einem Mensch mit Behinderung, einem Kind dürfen wesentliche Dinge des Lebens wie Tod und Trauer nicht vorenthalten werden, sie gehen oft freier, offener und natürlicher damit um, als wir „Erwachsene“.
5. Trauer ausdrücken! nicht unterdrücken!
6. **Kitsch ist erlaubt!** ist Gefühlsausdruck, auch kitschige Vorstellungen auf kindlicher Ebene, vom Abschiednehmen.