

Detlef Kuhn und Jürgen Kuhn

TROSTWORTE

Ein Begleiter
in Stunden der Trauer

Detlef Kuhn, geb. 1942, Priester im Bistum Essen, Schwerpunkte in der Liturgie, der Sakramentenpastoral, Pilgerfahrten, Gemeindemission, Verbands- und Jugendseelsorge.

Jürgen Kuhn, geb. 1948, Priester im Bistum Essen, Schwerpunkte in der Liturgie, der Sakramentenpastoral, der erlebnisorientierten Pastoralpädagogik, Verbands-, Schul- und Jugendseelsorge.

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2012
Alle Rechte vorbehalten
www.herder.de

Gesamtgestaltung: res extensa, Duisburg
Umschlagmotiv: © fotolia
Fotos im Innenteil: © fotolia

Idee und Konzeption: Maria Thomauske, Britta Grothues
Satz: res extensa, Duisburg
Herstellung: fgb · freiburger graphische betriebe
www.fgb.de

Printed in Germany

ISBN 978-3-451-34162-5

| | |
|-------------|----|
| Vorwort | 5 |
| Gedanken | 7 |
| Gebete | 19 |
| Geschichten | 29 |
| Segen | 41 |



Der Dritte Tag

Am Dritten Tag
schuf Gott das Leben
und trennte Land und Meer zu Lebensorten.
Er ließ das Grün und alle Pflanzen,
alle Bäume und mit ihnen Früchte
voller Samen wachsen,
damit auf diesem Boden Menschen
leben konnten.

So war der Dritte Schöpfungstag
ein Himmelszeichen
für den einen Tag,
der eine neue Schöpfung
bringen sollte.

Der Dritte Tag, der Ostermorgen,
ist jener Augenblick,
in dem das Leben sich dem Leben
zu erkennen gab
und seinen Sinn erschloss;
in dem das Licht
dem Licht zum Lebenszeichen wurde
und jede Herzensangst
und jede Trauer tröstend
in die Gottesarme nahm.

Der Geist, der Schöpfergeist,
der jeden Anfang möglich macht,
belebt das Leben für die Ewigkeit
und führt das Fragen und das Staunen
in das österliche Halleluja.

Vorwort

Oft genügt die liebevolle Anwesenheit eines Menschen. Mehr als Worte kann die Nähe einer vertrauten Person lindern und Trost bereiten. Schon die Gewissheit, dass es jemanden gibt mit der Bereitschaft, dazubleiben und auszuhalten, vermittelt das Gefühl von Wärme und Geborgenheit. Wenn das Leben unerträglich wird, kann ein liebevolles Zeichen ohne Worte bisweilen mehr bewirken als sprachliches Bemühen. Im gemeinsamen Schweigen und beieinander Ausharren kann unter Umständen mehr zum Ausdruck gebracht und mehr beantwortet werden, als es der darin ungeübte Wortschatz ermöglicht.

In den Eckstunden des Lebens gelten andere Regeln. Manchmal geschieht es, dass die menschliche Umwelt in Ratlosigkeit und Hilflosigkeit verfällt und sich zurückzieht. Dann entsteht eine kalte und einsame Leere aus Trauer und Verlassenheit. Liebe Worte aus dem Herzen in gesprochener und geschriebener Form können Balsam für den tief gefühlten Schmerz sein. Mit der gebotenen Achtsamkeit und Behutsamkeit befreien menschliche Kontakte aus dem Gefängnis einer Trauerisolation. Im Schmerz um den Verlust eines Menschen entsteht der Wunsch, noch einmal oder noch mehr Zeit miteinander zu verbringen oder Bedeutsamkeiten auszusprechen.

Dieses Buch möchte ein leiser Begleiter sein und auch in Zeiten, in denen das gesprochene Wort fehlt, Gedanken erzählen, die zurückhaltend, aber voller Hoffnung sind. Die folgenden Zeilen erfüllen ihren Sinn in ihrer Anwesenheit und können hervorgeholt und zur Seite gelegt werden, wie es der jeweiligen Stunde angemessen ist. Sie wollen unaufdringliche Zeugen des Lebens sein und Gedanken in Erinnerung rufen, die dem ganzen Leben auf der Suche nach dem Sinn zur Seite stehen.

Detlef Kuhn

Jürgen Kuhn

GEDANKEN

Doch ich, ich weiß:
Mein Erlöser lebt.

Job 19, 25a



Du weinst,
weil ich gestorben bin?
Das tut mir leid.
Mein Tod, der einmal kommen musste,
sollte dir nicht weh tun.

Wie gerne hätte ich dir diesen,
hätte ich dir
jeden Schmerz erspart.

Vergib mir,
dass ich nun gestorben bin,
und lass das Dunkel
dieser Zeit nicht stärker sein
als dieses wunderschöne Licht,
das unser Leben für so viele Jahre
hell und gut erleuchtet hat.

Du musst es nun
für mich ertragen,
dass ich mich schon auf
diesen Weg begeben habe.
Ich danke dir dafür.
Ich weiß nicht,
ob ich diesen Schmerz ertragen hätte,
den ich dir nun durch meinen Tod bereitet habe.

Vergib mir
und bewahre mich in deinem Herzen,
und lass den Schmerz nicht größer sein
als alles Gute,
das uns durch ein Leben hin begleitet hat.
Ich bin ja angekommen.
Ich bin bei Gott.
Und eines Tages werden
wir in seiner Liebe und in seinem Leben
eine neue Schöpfung sein.

Ich habe alles mitbekommen,
was du gesagt hast,
deine Tränen,
deine liebevollen Worte,
als ich schon fast gegangen war
und nur noch da lag,
still, in tiefer Ruhe.

Ich habe alles mitbekommen.
Es war so tröstlich,
dass du da warst.
Es war so gut, so friedvoll,
und ich war in deiner Nähe
zuverlässig aufgehoben.

Ich habe alles mitbekommen.
Das musst du wissen.
Denn meine Stimme
war schon eingeschlafen.
Aber der wunderschöne
Klang, den deine Worte
zärtlich zu mir sandten,
durchströmte mich
so warm und klar.

Ich habe wirklich alles mitbekommen,
viel mehr als du
in diesen Stunden ahnen konntest.
Es wird für immer ein Geheimnis bleiben,
doch deine Gegenwart
und die Berührung deiner Hand,
dein Streicheln über meine Stirn,
der Nimbus deiner Liebe,
das alles habe ich
so deutlich mitbekommen
und tief verbunden mit dir angenommen.
Ich danke dir für diese große Zeit.



Mit diesen Worten
möchte ich dein Herz
erleichtern.

Du warst so oft,
so lange bei mir.
Du warst zur Stelle,
wenn mir irgendetwas fehlte.
Du bist den ganzen
Weg mit mir gegangen.

Du hast für mich
gesorgt und mehr
als Menschenmögliches getan.
Wie viele Stunden
hast bei mir ausgehalten,
obwohl der Alltag dich zu seinen
Pflichten rief.
Dann warst du wieder
da an deinem Platz, ganz nah bei mir.

Du wolltest bei mir
sein, wenn es soweit ist.
Du wolltest bis zu meinem
letzten Atemzug an meiner Seite sein.

Doch nun erfüllt dich tiefe Trauer,
und ein schwerer Schmerz
bedrückt dein Herz.
Du wirfst dir vor, wie eine Schuld,
dass du nur kurze Zeit
den Raum verlassen hast.
Und als du wieder kamst,
war ich gegangen.

Ich wollte, dass es so geschieht.
Ich wollte, dass es wie
ein leichter Abschied ist.

Darum vergib mir diese
Eigenmächtigkeit,
die frei ist von bewusstem Planen.
Der Frieden zwischen dir und mir,
dass alles gut ist
und die besten Worte ausgesprochen wurden;
dass alle lieben Blicke ausgetauscht
und jede Zärtlichkeit geschehen,
ließ mich, so wie es war,
bevor du wieder da warst,
leise gehen.



Ich wäre gerne
noch bei euch geblieben.
Es war sehr schön mit euch.
Bis in mein letztes Denken
wart ihr alle gegenwärtig.

Die Zeit mit euch
war wunderschön.
In meinen Träumen
bin ich allem
lächelnd nachgegangen
und habe euch noch
fester in mein Herz geschlossen.

Ich war so stolz auf euch,
und konnte stundenlang
und nächtelang
in Glück und Freude
an euch denken.
Ich habe tausend gute Engel
auf den Weg gebetet,
damit sie bei euch sind –
an jedem Ort,
zu jeder Zeit.

Ich war so dankbar,
euch bei mir zu wissen,
mit eurem Herzen,
eurem Denken, eurer Liebe.
Bewahrt die Sonnentage in Erinnerung
und lasst das Schöne
stärker sein als alle Traurigkeiten.
Ich wäre gerne noch
bei euch geblieben.
Ein Gedanke bin ich nun,
ein wunderschöner,
hoffe ich.
So möcht' ich bleiben.

Ich möchte mich
entschuldigen
für alles,
was in meinem Leben
anderen zur Last gewesen ist.
Ich möchte jedes unbedachte
Wort zurücknehmen
und jeden ungezügelden Gedanken.
Ich möchte um Verzeihung bitten
für jede Ungeduld,
für jedes Fehlen
an Aufmerksamkeit und Achtsamkeit,
für jede Gleichgültigkeit
und für jede Lieblosigkeit.

Ich möchte mich entschuldigen
für jeden Schmerz,
den ich bereitet habe,
für jeden Groll,
für jeden Spott,
für jeden Fehler.

Ich stehe nun vor Gott,
dem Richter und dem Retter aller Menschen,
um Jesu willen und in seinem Namen
wird er meine Hoffnung erfüllen und mir
seinen großen Freispruch schenken.
Darauf habe ich gebaut,
daran habe ich geglaubt.

Vergebung ist ein freies Geschenk.
Ich bitte alle herzlich um Vergebung
für jeden Irrtum meines Lebens,
für alles,
was sich dem Guten entzogen hatte.
Um diese Gabe bitte ich
Gott und die Menschen,
damit ich neu beginnen kann
in seinem Licht, in seiner Liebe.

Das Leben zählt um jeden Tag,
und jede Stunde gilt
im Ablauf jener Jahre,
die in sich einzigartig
und einmalig sind.

Es sind die Menschen, die der Zeit
das Leben sagen,
die ihr davon erzählen,
dass die Tage Gottesgaben sind.

So wie die Menschen
selbst einander Gott geschenkt sind
als Weggefährten,
miteinander unterwegs
zu einem großen Ziel,
viel größer, als der Weg erahnen lässt.



Das Sterben zählt den einen Augenblick,
der immer schon dazu gehörte,
um den nur Gott weiß,
der ihn liebevoll behütet.

Es sind die Menschen, die dem Sterben
Leben geben, weil Gottes Wort,
das ihnen ausgesprochen ist,
die Zeit zur Ewigkeit bestimmt.

Es ist der Glaube, der im letzten Atemzug
den Liebesdank für das Erlebte
als neue Schöpfung in das neue Leben trägt.

Der Tod zählt vor der Auferstehung wie ein
leuchtendes Portal,
das einlädt in das himmlische Jerusalem,
dort, wo die Wohnungen bereitet sind,
dort, wo der Mensch und jeder Mensch
erwartet wird.

Ich will beizeiten
daran denken,
dass hinter meiner Zeit
unendlich mehr ist als ein Ende.
Ich will zu Lebzeiten
die Liebe schenken
und empfangen,
die meinem Herzen innewohnt
und großzügig gegeben wird.

Ich will zur rechten Zeit
die Zeit anhalten
und sie beim Schopfe packen,
damit sie mir erhalten bleibt,
und sei es nur für einen guten Blick.