

Adventgedanke 11

Trauern



Helle Strohhalme unterschiedlicher Länge und Dicke bilden diesen Stern in vielen Schichten und teilweise ineinander verflochten. Beim Blick aus dem Fenster hebt er sich dunkel vom Draußen ab. Der Strohstern trägt Trauer, so ist seine Wirkung auf mich.

Und ich denke an verstorbene Menschen, die mich begleitet und mein Leben so vielschichtig wie dieser Stern geprägt haben. Und jede Erinnerung, jede Ebene der Verbundenheit, schmerzt und beglückt mich gleichermaßen.

Wo viel Licht ist, ist viel Schatten.
Je mehr mich mit einem Menschen verbindet,
umso tiefer erlebe ich die Trauer um die geliebte Person.
„Trauern ist die Lösung, nicht das Problem.“ (Chris Paul, Trauerbegleiterin)

Meine Trauer zeigt mir, dass mir Menschen wichtig sind, über den Tod hinaus. In der Erinnerung an gemeinsame Erlebnisse sind sie mir nahe. Tränen der Trauer machen den Schmerz mit der Zeit erträglicher und langsam kommt wieder Farbe in das Leben – durch die Trauer.

Wolfgang Sieberer