



Berlin, Dezember 2018

Ein Brief für dich ...
mit Raum für Tod
und Leben.

Als berührendes Thema faszinieren Dunkelheit und Licht nicht nur im Dezember. Sie umgeben uns ja immer. Worum es in diesem Brief geht, könnte man auch als die ultimative Dunkelheit bezeichnen ... oder als das Licht am Ende des Tunnels. Je nach Blickwinkel. Der Abstieg in die Unterwelt oder der Aufstieg ins Licht? Oder – wenn man dem Materialismus folgen möchte – das Ende aller Lichtspiele? Jedes Weltbild hat da so seine eigene Sichtweise auf das Ende des körperlichen Lebens, auch Tod genannt. Im November 2018 war ich ja nicht nur wegen dem Gebäude und der Architekturführung beim Tag des Krematoriums, sondern auch wegen den Themen, die in diesem Gebäude Raum bekommen: Tod, Sterben, Trauer, Abschied – und die bewusste Gestaltung dieses Abschieds. Mit diesem Brief lade ich dich also ein zu einem nicht alltäglichen Thema. Über den Tod nachsinnen ... spürst du da eher Unbehagen oder Interesse? Oder fragst du dich, was dieses Thema in einem Glücksbrief zu suchen hat? Glück besteht nicht ausschließlich aus Heiterkeit, Lachen und fröhlich sein. Zum Glück gehört auch diese stille, tiefe Kraft. Etwas, das uns in Herausforderungen hilft, zu sagen: „Ja, so ist das jetzt. Auch wenn ich noch nicht weiß, wie ich damit fertig werden kann.“ Dieses Anerkennen, Annehmen hilft uns beim Bewältigen. So kann Glückskraft uns in jeder Situation begleiten. Denn der Tod ist ein Teil des Lebens. Es gibt das Eine nun mal nicht ohne das Andere. Deshalb ist es gesund, dem Tod einen passenden Raum zu geben. Mit allem, was da so dranhängt. Dafür finden sich in jeder Stadt reichhaltige Möglichkeiten. Wenn man sucht, findet man. In Berlin-Baumschulenweg fand ich dafür den Tag des Krematoriums jedes Jahr am Totensonntag Ende November. Man kann dort bei einer der Führungen mitgehen. Einen der Kurzfilme angucken. In den Büchern der Leseausstellung blättern, lesen. Bei einem Vortrag 2018 erfuhren wir, wie frühere Kulturen mit dem Tod umgingen, wie die Gebräuche sich im Lauf der Zeit veränderten und auf welchen Weltbildern und Notwendigkeiten sie gründeten. Eins wurde da klar: Es erleichtert den Umgang mit dem Tod, wenn offen über ihn gesprochen wird. Über alles, was ihn betrifft.

Das gilt auch für die kleinen, unscheinbaren Dinge.

Bei Kondolenzschreiben dachte ich lange, nicht zu schreiben wäre besser als was Unpassendes zu schreiben. Bis ich selbst betroffen war. Da erlebte ich, wie viel Trost sie spenden können und war sehr dankbar für jedes Einzelne, das bei mir ankam. Es war gar nicht wichtig, ob der perfekte Spruch drinstand. Wichtig war, dass jeder Brief mir sagte, es denkt jemand an mich. Nimmt sich die Zeit, mir zu schreiben. Jeder dieser Briefe ist Anteilnahme zum Anfassen. Daran kann man sich festhalten, solange man es braucht.

Wer auch ohne Traueranlass über Tod und Sterben sprechen möchte, stellt manchmal fest, dass Freunde oder Familie keineswegs mitspielen. Mit wem spricht man dann? Wer sich interessiert, hört ja auch so Unerwartetes wie die Idee, aus der Asche einer geliebten Verstorbenen einen Diamanten herzustellen. Würdest du so einen als einzigartiges Schmuckstück zur Erinnerung tragen wollen?

Geeignete Gesprächspartner für tödliche Themen findet man in den Death Cafés. Das sind Treffen, wo bei Tee und Kuchen über den Tod gesprochen wird. Sie sind hilfreich und es gibt sie schon in vielen Städten. Dabei geht es nicht um Trauerarbeit, sondern um den Austausch über das Thema. Die Gespräche werden bestimmt von den Fragen oder Mitteilungen, die den Anwesenden ein Anliegen sind. Auch hier ein Raum für den Tod mitten im Leben.

Einen Blick über den weltanschaulichen Tellerrand zu werfen, lohnt sich auch immer. Schon die Frage, ob der Mensch einmal lebt oder mehrmals, ergibt unterschiedliche Konsequenzen für den Umgang mit Tod und Leben. Selbst bei der Entscheidung für Reinkarnation sind die Vorstellungen darüber ganz schön unterschiedlich. Die einen sagen, man kommt immer als Mensch wieder. Andere halten tierische Abwechslung durchaus für möglich.

Da empfiehlt es sich, gut aufzupassen, damit das Karma nicht allzu mies wird und man nicht als Ameise wieder kommen muss.

Was die Frage aufwirft, ob man über den Tod Scherze machen darf? Wenns ums Sterben geht, wird schwarzer Humor auch schon mal als zu tiefdunkelschwarz empfunden, als unangebracht. Andererseits hilft Humor jeglicher Couleur vielen Menschen, mit Schwerem fertig zu werden, indem man es leicht nimmt. Diese Art von Grenzgängen brauchen wohl die Bereitschaft, wirklich alle Farben vollständig einzubeziehen in das Bild, das wir von unserem Leben malen.

Einen mutigen Umgang mit speziellen Themen
und ein vielfarbiges Lichtspiel
wünscht dir herzlich
Amrita