



Livenet / Christian Post, 01.06.2018

Was uns ein Surfbrett über Trauer lehrt

Der Trauerprozess

Der plötzliche Tod eines geliebten Menschen erschüttert uns. Wir sind innerlich zerrissen, wir weinen, wir klagen, wir trauern. Das tiefe Gefühl von Verlust und Kummer ist ein Zeichen der grossen Liebe zur verstorbenen Person. Wie können wir mit dieser Situation umgehen lernen? Der Evangelist Greg Laurie schreibt aus eigener Erfahrung.



Auch der Apostel Paulus schrieb von diesem tiefen Kummer, weil er Angst hatte, einen Freund zu verlieren: «Allerdings habe ich es für notwendig gehalten, Epaphroditus zu euch zurückzuschicken, meinen Bruder und Mitarbeiter, der Seite an Seite mit mir für den Glauben gekämpft hat [...] und war darüber hinaus in grosser Unruhe, weil ihr von seiner Krankheit gehört hattet. Ja, er war wirklich krank – so krank, dass er beinahe gestorben wäre. Doch Gott hatte Erbarmen mit ihm, und nicht nur mit ihm, sondern auch mit mir; denn er wollte nicht, dass ich einen Kummer nach dem anderen erlebe.» ([Philipper, Kapitel 2, Verse 25-27](#))



Nicht auszuhalten

Paulus sagt hier: «Wenn Epaphroditus gestorben wäre, hätte ich das nicht ausgehalten!» So fühlt man sich, wenn ein geliebter Mensch stirbt – als ob man es nicht aushalten würde. Seien Sie deshalb nicht ungeduldig in Ihrer Trauer und trösten Sie andere nicht mit billigen Worten à la: «Wein doch nicht!» oder «Das wirst du schon überstehen...». Man muss den Trauerprozess durchlaufen. Die Bibel selbst sagt, «es gibt eine Zeit fürs Trauern». Wenn Sie nicht richtig trauern, können die inneren Wunden auch nicht richtig heilen.

Ich habe dieses Prinzip erst verstanden, als ich selbst trauerte. Unser Sohn Christopher starb im Alter von 33 Jahren bei einem Autounfall. Obwohl das schon zehn Jahre her ist, spüren wir immer noch zutiefst den Schmerz und den Verlust.

Ein Surfbrett als Vergleich



Greg Laurie

Ich bin in Südkalifornien aufgewachsen und verbrachte viel Zeit mit Surfen. Trauer lässt sich gut hiermit vergleichen. Es ist, als wenn man auf einer Welle reitet und plötzlich vom Surfbrett geworfen wird. Wenn die nachfolgenden Wellen über einem zusammenbrechen, verliert man die Perspektive. Und dann muss man eine einzige Sache vermeiden: Panik! Man muss sich mit der Welle rollen lassen und daran denken, dass es nicht ewig dauern wird. Im Wildwasser verliert man schnell die Orientierung, weiss nicht, wo es nach oben geht und wie man wieder an die Wasseroberfläche gelangt.

In diesem Moment wird die Leine wichtig. Die Leine ist am Surfbrett befestigt – und weil dieses nicht sinken kann, steigt es stets von selbst an die Oberfläche. So kann man sich an der Leine festhalten und ihr an die Oberfläche folgen. «Die Bibel ist wie diese Leine: Sie bringt uns aus der Tiefe wieder an die Oberfläche – und wir erhalten eine neue Perspektive.»



Ab- und wieder auftauchen

In meiner Trauer bekomme ich den Kopf immer wieder «über Wasser» und alles wird klar. In diesen Momenten erkenne ich den Sinn hinter so manchem Erlebten. Und ich denke: «Der Herr leitet mich nach seinem perfekten Plan. Ich habe einen Sohn auf der Erde und einen im Himmel – auch diesen werde ich wiedersehen!» Dann aber schlagen die Wellen des Schmerzes, des Kammers und der Traurigkeit erneut über mir zusammen und ich tauche wieder unter. Dieses Auf- und Abtauchen geschieht mehrmals am Tag – immer und immer wieder. So verläuft der Prozess der Trauer.

Hoffnung in der Trauer

Inmitten von alledem haben wir immer noch Grund zur Hoffnung. Die Gläubigen aus Thessalonich fragten sich, ob sie ihre Geliebten je wiedersehen würden, die als Christen gestorben waren. Und Paulus schrieb ihnen diese tröstlichen Worte: «Kommen wir nun zur Frage nach den Gläubigen, die schon gestorben sind. Es liegt uns sehr daran, Geschwister, dass ihr wisst, was mit ihnen geschehen wird, damit ihr nicht um sie trauert wie die Menschen, die keine Hoffnung haben. Nun, wir glauben doch, dass Jesus für uns gestorben und dass er auferstanden ist. Dann wird Gott aber auch dafür sorgen, dass die, die im Vertrauen auf Jesus gestorben sind, mit dabei sein werden, wenn Jesus in seiner Herrlichkeit kommt [...] dann werden wir alle für immer bei ihm sein. Tröstet euch gegenseitig mit dieser Gewissheit!» (1. Thessalonicher, Kapitel 4, Verse 13-18)

Ja, wir trauern, wenn Menschen, die wir lieben, uns ganz plötzlich entrissen werden. Wir trauern zutiefst, aber wir haben die Hoffnung, dass wir sie eines Tages wiedersehen werden. Sie sind uns in den Himmel vorausgegangen und es wird einmal ein wunderbares Zusammentreffen geben.

Datum: 01.06.2018

Autor: Rebekka Schmidt / Greg Laurie

Quelle: Livenet / Christian Post

http://www.livenet.ch/magazin/beziehung/328260-was_uns_ein_surfbrett_ueber_trauer_lehrt.html



Die Inhalte aus zitierten Quellen geben nicht die Meinung von PROSKYNEO.org wieder, sondern dienen ausschließlich der Informationsvermittlung.

 Artikel als PDF / Drucken