

„Schreiben Sie Ihre eigene Todesanzeige“

Schweres Thema lebensfroh aufbereitet: Theologe Gerd Steinwand erklärt in Laichingen, wie man richtig trauert

Von Johannes Rauneker

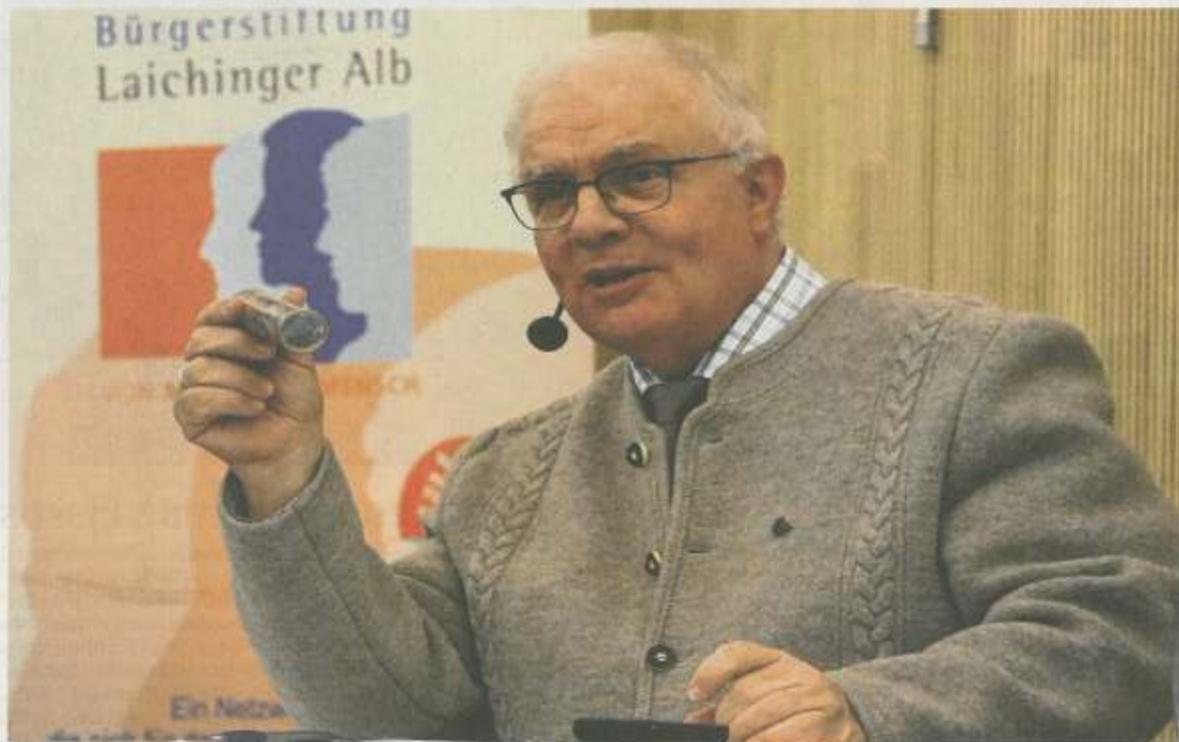
LAICHINGEN - „Nehmen Sie keine Versprechungen am Totenbett ab“, und bitte auch das Jammern lassen. Theologe Gerd Steinwand hat knapp 50 Zuhörern am Dienstag im Auditorium der Volksbank Laichinger Alb erklärt, wie man vernünftig trauert und Abschied von einem geliebten Menschen nimmt. Auf sehr humorvolle Art. Dabei gab es auch für ihn eine Zeit, in der er wenig zu lachen hatte.

Was bitteschön soll lustig sein am Tod, am eigenen Sterben? Sehr viel, sagt Gerd Steinwand (68). Und tatsächlich: Statt gequält oder betröpelt strömten die Zuhörer nach seinem Vortrag allesamt mit einem Lächeln im Gesicht, manche sogar grinsend, aus dem Vortragsraum im obersten Stock der Volksbank Laichinger Alb an der Bahnhofstraße. Steinwands Ausführungen schienen sehr gemütsaufhellend gewesen zu sein.

Alles im Leben, sogar der Tod, habe zwei Seiten, sagte der Referent. Und in seinem Vortrag, der als Abschluss gedacht war der „gesund & nah“-Aktion von Volksbank, „Schwäbischer Zeitung“ und AOK, sollte es vornehmlich um die komische Seite des Todes gehen. Ohne dabei, und das war wichtig bei diesem sensiblen Thema, ins Alberne zu rutschen. Der Erlös des Abends kommt der Bürgerstiftung zugute.

„Es ist sein Tod“

Trauer und Schmerz seien wichtig, sagte Steinwand. Was er jedoch empfiehlt, ist Abstand zu halten als trauernder Angehöriger. Steinwand, der auch als Krankenhauseelsorger arbeitet, machte deutlich: Sterbe ein Mensch und sehe dem Tod in die Augen, so sei zunächst zu respektieren, dass dies der Tod des Dahinscheidenden sei. Ganz alleine. „Es ist sein Tod“, betonte Steinwand und nannte Beispiele. So könnten Angehörige sich noch so viele Wochen mit ihrem Partner gemeinsam im Krankenhaus „einmieten“, Tag und Nacht am Bett des geliebten Menschen wachen – der Tod des Partners trete meist



Die Tiefen gehören zum Leben dazu wie die Höhen: Gerd Steinwand bei seinem Vortrag in Laichingen. FOTO: RAU

dann ein, „wenn du mal kurz fünf Minuten auf der Toilette bist“. Sein tröstlich gemeinter Rat an alle Paare: „Benehmen Sie sich während der Ehe so, dass Sie danach sagen können: Schön war's.“

Wohlthuend: Steinwand wurde nie moralisch. Er riet sogar, die Moral

über Bord zu kippen, sich von dieser zu „verabschieden“, zumindest dann, wenn es auf die letzten Meter des irdischen Daseins geht. Erst dann, so Steinwand, „können Sie trauern“.

Um später nicht plötzlich selbst vom eigenen Tod „überrascht“ zu werden, gab er Tipps. Man könne sich nie früh genug mit dem eigenen Ableben beschäftigen. „Schreiben Sie Ihre eigene Todesanzeige“, riet Steinwand und lieferte gleich die Begründung nach: „Sie kennen sich selbst doch am besten.“ Dadurch bliebe einem der ganze „Verwandtschafts-Rotz“ – Steinwand wurde stellenweise auch deftig, jedoch nie abscheulich oder gar zynisch –, der oft Todesanzeigen ziere, erspart. Weiterer Tipp vom Trauer-Fachmann: Es mache Sinn, gleich auch das passende Foto für die Anzeige mit auszusuchen. Damit solche Anweisungen für

die Hinterbliebenen nicht unter den Tisch fallen, mache es Sinn, diese direkt auf das Sparbuch zu legen.

Der Tod tanzt mit

Im Übrigen habe der Tod bei den allermeisten Menschen schon sehr früh im Leben „mitgetanzt“ – was gerne und oft verdrängt würde. „Bei der eigenen Hochzeit“. Heißt es nicht, bis „dass der Tod euch scheidet“?

Auch mit seinem eigenen Tod scheint Steinwand bereits seinen Frieden gemacht zu haben. Aber wie hat er das geschafft?

Der Theologe, der heute in Allmendingen lebt und erst vor wenigen Jahren begann, eine Familie zu gründen, scheint fest im Glauben verankert. Im Glauben, dass das Leben nach dem Tod nicht vorbei ist (siehe Ostern). „Die Toten sind die Verschiedenen – ja. Aber sie sind nicht

weg.“ Wer sterbe, der kehre dorthin zurück, woher er einst gekommen ist. An den „Bauch Gottes“, der ein „liebender, kein strafender Gott“ sei. Steinwand selbst schien während seines Vortrags vor Liebe und Euphorie angesichts dieses Gedankens – der für ihn offenbar eine Gewissheit ist – zeitweise zu bebren.

Ein Mensch, der glaubt, so Steinwand, der ist wie ein Baum, der in einem Bach wächst. Durch nichts zu erschüttern.

Heute: Vater dreier Kinder

Dabei war auch er in ein tiefes Loch gefallen. In seinem früheren Leben.

40 Jahre gehörte der gebürtige Stuttgarter dem Claretiner-Orden an. Bis er 2010 von einer Frau beschuldigt wurde, sie vor 30 Jahren sexuell belästigt zu haben. Er fiel aus allen Wolken, war sich jedoch keiner Schuld bewusst. Es habe keine Möglichkeit gegeben, sich zu distanzieren, weil es nichts gegeben habe, wovon er sich hätte distanzieren können. Obwohl nichts auf dem Tisch lag, lediglich eine Behauptung, etwas blieb haften an ihm. Schließlich habe sich der Orden distanziert, von ihm.

Steinwand trat aus und fand die Liebe seines Lebens. Mit Frau Sabine hat er heute drei kleine Kinder. Um den Lebensunterhalt zu bestreiten, fährt er auch Taxi und hält Vorträge wie jenen in Laichingen.

Brüche, so Steinwand, seien etwas Wunderbares. Auch im Leben. Sie seien Leben. Noch nie sei auch nur ein Küken auf die Welt gekommen, ohne dass ein Ei zu Bruch ging. Werden und Vergehen und Werden. „Mitten in der Nacht, da beginnt der neue Tag.“ Das sollte man akzeptieren.

Wer hingegen nur jammere, der befinde sich in einer ungesunden Endlosschleife. Klagen ja – Jammern nein, riet Steinwand.

Leben sei nun Mal Veränderung. Wer Gott einmal laut lachen hören wolle, der solle doch Mal erzählen, wie sein Leben in 20 Jahren aussehen werde. Aber es gebe eine Gewissheit im Leben (außer, dass nichts bleibt, wie es ist). „Der Herr ist mein Hirte, nichts wird mir fehlen.“ (Psalm 23)

