

# RelBib

Bibliography of the Study of Religion

<https://relbib.de>

Dear reader,

This is a self-archived version of the following article:

---

Authors: Lehner, Erich / Wegleitner, Klaus / Heller, Birgit / Heller, Andreas

Title: "Trauer, Klage und Trost in Beziehungen leben: Kartographie des Umgangs mit Trauer in spätmodernen Gesellschaften"

Published in: Über Trauer und den richtigen Umgang mit ihr  
Tübingen: Mohr Siebeck

Year: 2022

Pages: 187 – 219

ISBN: 978-3-16-161899-4

Persistent Identifier: <https://doi.org/10.1628/978-3-16-161900-7>

---

The article is used with permission of [Mohr Siebeck](#).

Thank you for supporting Green Open Access.

Your RelBib team

EBERHARD KARLS  
UNIVERSITÄT  
TÜBINGEN



UNIVERSITÄTSBIBLIOTHEK

# Trauer, Klage und Trost in Beziehungen leben

## Kartographie des Umgangs mit Trauer in spätmodernen Gesellschaften

*Erich Lehner, Klaus Wegleitner, Birgit Heller und  
Andreas Heller*

Lukians Schrift *De luctu*, eine scharfsinnige und spitzzüngige, sarkastisch-ironische Auseinandersetzung mit den Klage- und Trauerpraktiken seiner Zeit, könnte man spätmodern als gelungenes Kabarettstück lesen. Kein tagespolitisch kurzatmiges, oberflächliches, die leichten Lacher einholendes, sondern vielmehr ein existentiell die Lesenden, die Zuhörenden, involvierendes, ein mit sprachlicher und emotionaler Wucht vorgetragenes Stück, wenn wir in diesem neuzeitlichen Bild bleiben, besten Wiener Kabarett; Lukian von Samosata, ein Helmut Qualtinger<sup>1</sup> der antiken griechischen Satire-Kunst.<sup>2</sup> Über das Rollenspiel, die persönliche Anrede und den angebotenen Perspektivenwechsel dekonstruiert er Mythen und kollektive moralische Wertvorstellungen rund um den Tod und das Sterben, er gibt die – scheinbar – selbstbezogenen und bar jeder Vernunft praktizierten Klagelieder und Grabreden der Lächerlichkeit preis. Sein Movens ist die vernunftorientierte Aufklärung der Menschen über die, aus seiner Sicht angemessene, Einordnung des Todes, des Sterbens und des Trauerns in die Lebensvollzüge. Lukian plädiert für die radikal pragmatische Normalisierung, Enttabuisierung und Entängstigung des Todes. Während jedoch Helmut Qualtingers Herr Karl<sup>3</sup> trotz der Zurschaustellung und

---

<sup>1</sup> Helmut Gustav Friedrich Qualtinger (1928–1986, Wien) war ein österreichischer Schauspieler, Schriftsteller, Kabarettist und Rezitator.

<sup>2</sup> Zur Wirkung Lukians in der satirischen Publizistik der Moderne vgl. z.B. auch Kurt Tucholskys Gedicht *An Lucianos* (1918), dazu E. BRAUN, „Freund! Vetter! Bruder! Kampfgenosse! Zum Lukian-Bild Kurt Tucholskys!“, in: C. KLODT (Hg.), *SATURA LANX. FS Werner A. Krenke* (Hildesheim u.a. 1996) 125–152.

<sup>3</sup> 1961 trat Helmut Qualtinger in dem Einpersonenstück „Der Herr Karl“ (Regie: Erich Neuberg) als Wiener Feinkostmagazineur auf und wurde damit im gesamten deutschen Sprachraum bekannt, sowie dafür teilweise auch angefeindet. Die Figur des Herrn Karl repräsentiert die Grundzüge des opportunistischen und vorurteilsbeladenen Nach-

Entzauberung der menschlichen und politischen Abgründe immer auch dem Ambivalenten, dem Brüchigen des Lebens Raum und damit eben keine eindeutigen Antworten gibt, bezieht Lukian eindeutig Position und agiert in einem normativen, didaktisch-pädagogischen Grundduktus. Damit spricht er im Grunde die Sprache des modernen, männlichen Experten, der alle menschlichen Reaktionen und Emotionen, wie eben auch jene der Trauer und des Schmerzes, durch die Brille der Vernunft betrachtet und über rational-logische Argumente zu fassen versucht. Menschliche Verletzlichkeit, soziale Bezogenheit und anthropologisch-existentielle Verwiesenheit finden darin kaum Platz. Vielmehr brandmarkt Lukian dies bei den Menschen als Ausdruck von Naivität und Schwäche – Schwäche vor allem auch im Sinne fehlender Emanzipation gegenüber gesellschaftlichen Erwartungshaltungen, die einer kollektiv ritualisierten, doppelmoralischen und damit unangemessenen, 'übertriebenen Trauer' entspringen. Neben der Akzentuierung vernunftorientierter und normalisierender Umgänge mit Verlust, Sterben, Tod, Trauer und Trost entwirft Lukian hiermit die Grundzüge einer differenzierten Soziologie der Trauer, in der die vielschichtigen individuellen Umgänge lediglich im Spiegel der gemeinschaftlich geprägten Trauerkulturen gelesen werden können. Diese sind historischen, kulturellen, politischen und religiösen Transformationsbewegungen unterworfen. In der säkularisierten Spätmoderne befinden wir uns nun mitten in einem Zeitalter der Pluralisierung, Digitalisierung und Virtualisierung von Abschiedsritualen und Gedenkformen, des Trostes und der Trauer.<sup>4</sup> Lukian hätte hier wohl ebenfalls große Lust, diese Neuinterpretationen der Trauer und des Andenkens – wie etwa das Pressen der Asche seiner Liebsten zu einem Diamanten, den man als Kette um den Hals oder als Ring am Finger tragen kann – im Lichte der spätkapitalistischen Kommodifizierung des Todes und der Trauer scharfzünftig zu dekonstruieren.<sup>5</sup>

Damit befinden wir uns mitten in den Diskursbewegungen moderner Trauerforschung, der Entwicklungen von ‚Trauerarbeit‘ im Hospiz- und Palliativbereich, sowie den gesellschaftlichen und gesundheitssystemischen Umgängen mit trauernden Menschen. Seit Mitte des 20. Jahrhunderts können wir in diesen ebenfalls Grundspannungsfelder und bestimmte Aufmerksamkeits-Verschiebungen ausmachen. So

---

kriegsösterreichers. Damit wird der österreichische Durchschnittsbürger in seinen moralischen Mustern analysiert, im Psychogramm seziert und in seiner alltäglichen und politischen Mittäterschaft entlarvt.

<sup>4</sup> WALTER et al. 2012.

<sup>5</sup> GROß et al. 2020.

stehen der Erkenntnis, dass Trauer als natürliche menschliche Reaktion auf Verlusterfahrungen primär mitmenschliche, freundschaftliche Zuwendung und nur bedingt professionelle Unterstützung von Experten und Expertinnen brauchen, die schrittweise Pathologisierung und Medikalisierung von Trauer sowie die Professionalisierung von Trauerarbeit in den letzten Jahrzehnten gegenüber. Die Einsicht, dass es sich bei Trauer um ein sehr individuelles, prozesshaftes psychologisches, spirituelles und soziales Geschehen handelt, hält viele professionelle Zugänge nicht davon ab, lineare Stufenmodelle und standardisierte therapeutische Verfahren zu entwickeln. Die lange Zeit sehr individuumszentrierten Formen der Trauerbegleitung und -arbeit wurden erst in den letzten Jahrzehnten um – über das Individuelle hinausweisende – Trauerdimensionen, wie die Aufmerksamkeit für soziale Beziehungen, Bindungen und für die Einbettung in Lebenszusammenhänge und Communities, erweitert. Insbesondere feministische Denktraditionen tragen dazu bei, dass geschlechtsspezifische Aspekte der Trauer mehr Berücksichtigung finden und Trauerrituale, wie etwa die Totenklage, ‚jenseits der Schwäche‘ in ihren vielfältigen sozialen, tröstenden Wirkformen reflektiert werden. Zunehmend werden in der Trauerforschung und -begleitung nun auch die Public Health-Aufmerksamkeiten für das soziale und natürlich-ökologische Lebensumfeld bedeutsamer. Compassionate Communities werden dabei in ihrer unterstützenden Wirkung ebenso diskutiert,<sup>6</sup> wie Trauer im Zusammenhang mit kollektiven, globalen ökologischen Verlusterfahrungen (das Artensterben oder die mit dem Klimawandel einhergehenden unumkehrbaren Veränderungen von Lebensräumen) als ‚ecological grief‘.<sup>7</sup>

Diese hier angedeuteten, ‚erweiterten Trauerdimensionen‘ fehlen bei Lukian ebenso, wie sie auch in den aktuellen Entwicklungen der Trauerbegleitung im Sozial- und Gesundheitsbereich noch zu wenig Beachtung finden. Daher beleuchten wir in unserem Beitrag in komplementärer Weise diese diskursiven Leerstellen. Dem aufklärerischen, individuumszentrierten und rationalistischen Blick auf Verlust, Klage, Trauer und Trost werden Aufmerksamkeiten für die sozial-relationalen, geschlechtsspezifischen und lebensraumorientierten Wesenhaftigkeiten der Trauer und des Trostes zur Seite gestellt.

Das diskursive Spannungsfeld wird am Beginn in voller Breite aufgespannt. In der feministisch reflektierten ‚Frauentrauer‘ werden die komplementären Qualitäten eines „anderen Blicks“ auf Trauer, Klage

---

<sup>6</sup> AOUN et al. 2018.

<sup>7</sup> COMTESSE et al. 2021. Dazu auch A. CUNSOLO / K. LANDMAN (Hg.), *Mourning nature: Hope at the heart of ecological loss and grief* (Montreal 2017).

und Trost besonders deutlich. Daran schließt eine Kartographie aktueller Trauerdiskurse an. Im Exkurs zum Trost werden, quasi im lukianisch zugespitzten Satire-Modus, die Ambivalenzen des gesellschaftlichen Umgangs mit Trauer und Trost verdeutlicht und Hoffnungspotentiale einer gelebten, freundschaftlichen Sozialität in existentieller Unsicherheit markiert. Schließlich zeichnen wir im Ausblick Entwicklungspuren der Zukunft von Trauer und Trost.

## 1. „Frauentrauer“

### *Trauer als Aufgabe, „Talent“ und „Schwäche“ von Frauen*

Aus einer der wenigen älteren Studien, die sich mit Trauersitten in verschiedenen Kulturen befassen, stammt die Aussage, „dass die Frau allgemein in höherem Masse zur Trauer geeignet und verpflichtet ist als der Mann“.<sup>8</sup> Anthropologische Untersuchungen über Totenrituale in traditionellen Gesellschaften kommen zu der Einschätzung, dass Frauentrauer häufig intensiver und mit mehr Tabus und Abstinenzen als die Trauer von Männern belegt ist. Die Verpflichtung zur Trauer kommt in vielen Kulturen in Geboten und Verboten zum Ausdruck, die sich speziell auf Frauen beziehen. Bezeichnend für die Kultur der Nyakyusa in Tanzania ist die Aussage: „The women wail and the men dance.“<sup>9</sup> Dieses Phänomen ist jedoch kein Einzelfall, sondern gilt auch für andere afrikanische Kulturen. Weit verbreitet ist das Phänomen eines speziellen Klagepersonals, das zumeist aus Klagefrauen, selten auch aus Klagemännern besteht.<sup>10</sup> Das Weinen und Klagen der Frauen, das für viele traditionelle Gesellschaften üblich ist, ist als professionelle Einrichtung besonders aus den Kulturen des Alten Orients, aus Ägypten, Babylonien und Israel bekannt. Die Tradition der Klagefrauen war auch in ganz Europa verbreitet und hat sich in entlegenen, ländlichen Gebieten teilweise bis zur Gegenwart erhalten.

Vor allem durch das neue therapeutische Interesse an der Trauerbegleitung hat die Tradition der Klagefrauen in Griechenland Aufmerksamkeit erfahren. Am Beispiel der griechischen Totenklage lassen sich allerdings auch typisch patriarchale Muster im Umgang mit Frauen-

---

<sup>8</sup> MEULI 1975, 366f.

<sup>9</sup> W. R. HUNTINGTON / P. METCALF, *Celebrations of Death. The Anthropology of Mortuary Ritual* (Cambridge, MA 1991) 36.

<sup>10</sup> Vgl. STUBBE 1985, 111f.

trauer erkennen. Bereits seit dem 6. Jahrhundert v. Chr. gab es in Griechenland Versuche der Beschränkung weiblicher Trauer vonseiten des Staates sowie die Abwertung des Trauerverhaltens durch Protagonisten der herrschenden Kultur.<sup>11</sup> Für Plato beispielsweise ist Jammern und Klagen aus der Erziehung der Wächter für den idealen Staat auszuschließen.<sup>12</sup> Um das Entstehen der Todesfurcht zu vermeiden, ist „Wehklagen“ von ihnen fern zu halten. Aus diesem Grund soll das in Mythen und Dichtungen festgehaltene Wehklagen berühmter Helden gestrichen werden: „Mit Recht werden wir also das Wehklagen der berühmten Helden beseitigen und es den Weibern überlassen, und zwar nicht einmal den tüchtigsten unter ihnen, und den Männern, die nichts taugen.“<sup>13</sup> Nach (Ps.-?)Plutarch (Trostschrift an Apollonios) gilt die Trauerklage als etwas Weibliches, Schwaches und Würdeloses, zu dem Frauen, Barbaren und gewöhnliche Menschen mehr neigen als Männer, Griechen und Aristokraten.<sup>14</sup> Anlässlich des Todes der kleinen Tochter verfasste Plutarch eine Trostschrift an seine Gattin, in der er sie um maßvolle Trauer und Selbstbeherrschung bittet. Übersteigerte Trauer ist für ihn so schändlich wie die Ausschweifungen der Lust: „Der Kinderliebe gestehen wir zu, daß sie sich nach den Verstorbenen sehnt, sie ehrt und sich ihrer erinnert. Aber die unersättliche Begierde nach Klageliedern, die in Jammergeschrei und Klopfen an die Brust ausartet, ist nicht weniger schändlich als die Lust, mag sie auch vermeintlich eine Entschuldigung darin finden, daß bei ihr zu der Schande anstelle des Genusses Betrübnis und Bitterkeit hinzukommen.“<sup>15</sup> Da seine Frau offenbar bereits in vorbildlicher Weise das von ihm gewünschte Verhalten beim Begräbnis eingelöst und auf alle äußeren Trauerzeichen verzichtet hat, ist diese Schrift wohl in erster Linie als allgemeiner – hauptsächlich an Frauen gerichteter – moralischer Appell zu verstehen.

---

<sup>11</sup> Zu den spezifischen Restriktionen gegenüber weiblicher Totenklage siehe HOLST-WARHAFT 1995, 4f. Das Phänomen der Trauerbeschränkung findet sich unter etwas anderen Vorzeichen auch in Altisrael, vgl. dazu den Beitrag von S. SCHROER, „Häusliche und außerhäusliche religiöse Kompetenzen israelitischer Frauen – am Beispiel von Totenklage und Totenbefragung“, *lectio difficilior* 1 (2002) [<http://www.lectio.unibe.ch>], die der weiblichen Totenklage mit Blick auf die altorientalischen Kulturen und die griechische Antike nachgeht.

<sup>12</sup> Vgl. Pl. R. III 387d–388d gemäß der Übersetzung bei RUFENER 1991, 106–108.

<sup>13</sup> Vgl. Pl. R. III 387e–388a gemäß der Übersetzung bei RUFENER 1991, 107.

<sup>14</sup> Vgl. HOLST-WARHAFT 1995, 8. Vgl. zur Tröstung in dieser Schrift den zweiten Essay von Markus Hafner in diesem Band (S. 112f.).

<sup>15</sup> Plu. *Cons. ad ux.* 4, 609a–b gemäß der Übersetzung bei KLAUCK 1997, 136.

Die traditionelle Totenklage wurde in Athen im 5. Jahrhundert v. Chr. durch die Grabrede ersetzt und zurückgewiesen: Das Lob der Toten sollte an die Stelle von Tränen und Geschrei treten.<sup>16</sup> Wenn der Fokus auf dem Verlust und nicht auf dem Lob der Verstorbenen liegt, wird der Wert des Todes geleugnet. Im Fall des für das Vaterland gefallenen Helden kommt das einer moralischen Zersetzung von politischen Idealen gleich. Die Tradition der Klagefrauen hat sich dennoch bis in die Gegenwart an vielen Orten hartnäckig erhalten. Immerhin wurde die Rolle der Klagefrau reduziert auf ein privates Gegengewicht zur offiziellen Ansprache. Der Stellenwert der Klage der Frauen hat sich dabei verschoben: aus einem ehrfurchtgebietenden rituellen Baustein für das Wohlergehen der Gemeinschaft ist eine private, beschämende Therapie geworden, die der Staat mit Vorschriften begrenzen und – wenn notwendig – auch verbieten muss.<sup>17</sup>

Versuche der Einschränkung oder Verhinderung der weiblichen Totenklage sind auch aus dem frühen Christentum, aus dem Judentum und aus dem Islam bekannt. Zu dem Vorwurf weiblicher Charakterschwäche kommen hier noch moralisch-theologische Argumentationen hinzu. Die Totenklage wird als ein Ausdruck unangemessener Hoffnungslosigkeit und daher als Glaubensschwäche oder auch als ein ungebührliches Auflehnen gegen den Willen Gottes abgelehnt. Das volkstümliche Märchen vom Tränenkrüglein oder Totenhemdchen, in dem ein totes Kind entweder einen Tränenkrug zu schleppen hat oder ein tränennasses Hemdchen tragen muss, repräsentiert im Kontext christlich geprägter Kultur einen Versuch, die weibliche Totenklage zu begrenzen. Als älteste Fassung hat Jacob Grimm eine Erzählung nachgewiesen, die im 13. Jahrhundert von einem belgischen Dominikaner aufgezeichnet wurde und wiederum auf ältere Quellen zurückgeht. Dieses Märchen war Bestandteil sogenannter Exempelsammlungen für Predigt und Seelsorge und wurde durch mittelalterliche Leichenpredigten über das ganze Gebiet des lateinischen Christentums verbreitet.<sup>18</sup> Der Text des von den Brüdern Grimm aufgezeichneten Märchens lautet:

„Es hatte eine Mutter ein Büblein von sieben Jahren, das war so schön und lieblich, dass es niemand ansehen konnte ohne ihm gut zu sein, und sie hatte es auch lieber als alles auf der Welt. Nun geschah es, dass es plötzlich krank ward, und der liebe Gott es zu sich nahm; darüber konnte sich die Mutter nicht trösten und weinte Tag

---

<sup>16</sup> Vgl. HOLST-WARHAFT 1995, 98–126. Zum Verhältnis von Klage- und Trostrede in der Antike s. generell auch Kap. 3 im zweiten Essay von Markus Hafner in diesem Band.

<sup>17</sup> Vgl. HOLST-WARHAFT 1995, 169f. Zur Beschränkung von Bestattungsbräuchen im demokratischen Athen s. ferner generell auch Wolfgang Spickermann (S. 138) und Peter Scherrer (S. 163) in diesem Band.

<sup>18</sup> Vgl. MEULI 1975, 387–435.

und Nacht. Bald darauf aber, nachdem es begraben war, zeigte sich das Kind nachts an den Plätzen, wo es sonst im Leben gesessen und gespielt hatte; weinte die Mutter, so weinte es auch, und wenn der Morgen kam, so war es verschwunden. Als aber die Mutter gar nicht aufhören wollte zu weinen, kam es in einer Nacht mit seinem weissen Totenhemdchen, in welchem es in den Sarg gelegt war, und mit dem Kränzchen auf dem Kopf, setzte sich zu ihren Füßen auf das Bett und sprach: ‚ach Mutter, höre doch auf zu weinen, sonst kann ich in meinem Sarge nicht einschlafen, denn mein Totenhemdchen wird nicht trocken von deinen Tränen, die alle darauf fallen‘. Da erschrak die Mutter, als sie das hörte, und weinte nicht mehr. Und in der Nacht kam das Kind wieder, hielt in der Hand ein Lichtlein und sagte: ‚siehst du, nun ist mein Hemdchen bald trocken, und ich habe Ruhe in meinem Grab‘. Da befahl die Mutter dem lieben Gott ihr Leid und ertrug es still und geduldig, und das Kind kam nicht wieder, sondern schlief in seinem unterirdischen Bettchen.<sup>19</sup>

In den Erzählvorlagen gilt die nutzlos weinende Mutter als eine Verrückte,<sup>20</sup> die den elenden Zustand ihres Kindes durch ihr unchristliches Verhalten selbst verschuldet hat. Das tote Kind ermahnt die Mutter, anstelle des Weinens Almosen zu geben und Messopfer für ihr Kind darbringen zu lassen. Wenn die Frauentrauer eine gewisse Frist überschreitet, wird sie als maßlos und schädigend zurückgewiesen. Die mangelnde Selbstbeherrschung ist Grund dafür, warum Frauen im traditionellen Judentum, in großen Teilen des Islam sowie in Hindu-Religionen der eigentlichen Bestattung nicht beiwohnen sollen. Bereits in der Antike kommt es zum diesbezüglichen Ausschluss von Frauen. Ein eindrückliches Zeugnis bietet hierfür Platons *Phaidon* (60a): Dort schickt der bald sterbende Sokrates seine Frau Xanthippe und das gemeinsame Söhnchen mit der Begründung nach Hause, diese störe mit ihrem Wehklagen und sonstigem Trauerverhalten nur die philosophischen Gespräche angesichts von Sokrates' bevorstehendem Tod.<sup>21</sup> Weinen und Klagen wird auch in den buddhistischen Traditionen als unheilbares Verhalten abgelehnt. Sterbenden Menschen, die ihre Anhaftungen an das irdische Leben lösen sollen, wird daher empfohlen, sich bereits vorzeitig von ihren Angehörigen zu verabschieden, damit sie in der Todesstunde nicht vom Weinen irritiert werden.

### *Frauentrauer ist solidarisch*

Frauentrauer weist Merkmale auf, die als typisch für Frauenreligionen gelten können. Die Betonung liegt auf Ritualen, die allerdings komplexe Glaubensüberzeugungen zum Ausdruck bringen. Überzeugun-

---

<sup>19</sup> MEULI 1975, 387.

<sup>20</sup> Vgl. MEULI 1975, 434.

<sup>21</sup> Für den Hinweis auf Platon und Erläuterungen zur Textstelle danken wir Heinz-Günther Nesselrath und Markus Hafner.

gen, die sich auf die Bedeutung von Leben und Tod und die Beziehungen zwischen den Lebewesen beziehen. Religionen, die von Frauen dominiert werden, tendieren stärker zu einer interpersonalen als zu einer individualistischen Ausrichtung.<sup>22</sup> Die in diesen Religionen praktizierten Rituale reflektieren in einem hohen Maß die profanen Tätigkeiten von Frauen, die in vielen Gesellschaften in der Fürsorge für Kinder und alte Menschen besteht. Dahinter steht die Auffassung, dass alle Lebewesen miteinander verbunden sind. Typisch sind daher Riten der Solidarität, die die Bindungen zwischen Menschen stärken. Untypisch sind hingegen die klassischen Übergangsriten, die möglicherweise mit der starken Betonung der Trennung eher maskuline spirituelle und emotionale Muster als feminine spiegeln.

Frauen spielen vor allem in jenen Teilen des Totenrituals eine Rolle, in denen die Verbindung mit den Lebenden und den Toten im Vordergrund steht. Es geht um die Versorgung des sterbenden und toten Menschen und um die Unterstützung der Überlebenden sowie die Bewahrung der Beziehung zu den Toten. So ist es etwa charakteristisch für die Trauerriten der von Frauen dominierten Schwarzkaribischen Religion, die Verstorbenen unter den Lebenden gegenwärtig zu halten.<sup>23</sup> Phänomene der *revocatio*, der Totenbeschwörung, sind aus altorientalischen Kulturen, aus Afrika, China wie aus dem amerikanischen Spiritismus bekannt. Es sind Frauen, die meistens ihre verstorbenen Kinder zurückrufen, um mit ihnen in Kontakt zu bleiben. Nicht nur Frauenreligionen, die generell Kontinuität und Immanenz betonen, halten die Toten lebendig. Gerade auch die Totenklage ist ein universaler Ausdruck der Solidarität sowohl mit den Lebenden als auch mit den Toten, sie bildet die Brücke zwischen den Lebenden und den Toten.<sup>24</sup> Es sind überwiegend Frauen, die diese Brücken bauen und den Dialog mit den Toten führen.<sup>25</sup>

Frauenspiritualität ist typischerweise mehr durch Bindung als durch Bindungslosigkeit gekennzeichnet. Zu den stärksten Bindungen zählen jene, die durch geteiltes Leiden im gemeinsamen Vollzug der

---

<sup>22</sup> Vgl. dazu SERED 1994, 121–124.

<sup>23</sup> Vgl. SERED 1994, 140.

<sup>24</sup> Vgl. HOLST-WARHAFT 1995, 29.

<sup>25</sup> Ausgehend von dem programmatischen Satz im altisraelitischen Hohelied der Liebe: „so stark wie der Tod ist die Liebe“ entfaltet S. SCHROER, „Liebe und Tod im Ersten (Alten) Testament“, *lectio difficilior* 2 (2004) [<http://www.lectio.unibe.ch>] das in vielen Texten des Ersten Testaments verbreitete Motiv der Frauenliebe, die sich gegen den Tod auflehnt. Die altisraelitische Bedeutung des Wortes „Liebe“ als verbindlich-solidarische Beziehung passt gut in den Zusammenhang einer an Beziehung und Bindung orientierten weiblichen Totenklage.

Trauer entstehen. Wenn die Erlangung des Heils wie in den buddhistischen Traditionen an das Ideal der Bindungslosigkeit geknüpft ist, müssen Frauen, die folgerichtig auch als Symbol für Verhaftung im Geburtenkreislauf gelten, zunächst jene Lebensstrategien, Überzeugungen und Deutungsmuster, die auf den Erfahrungen weiblicher Lebenszusammenhänge basieren, aufgeben. Trauerriten haben in einer Sicht der Wirklichkeit, die von der Grunderfahrung des unentrinnbaren Todes und seiner Überwindung durch das Aufgeben aller Bindungen geprägt ist, keinen Platz. Eine der berühmtesten buddhistischen Beispielerzählungen, die die Voraussetzungen demonstrieren, die dazu führen, dass Menschen den Heilsweg des Buddha beschreiten, handelt von einer Mutter, deren kleines Kind gestorben ist und die verzweifelt nach einem Arzt sucht, der es wieder lebendig machen kann.<sup>26</sup> Als ihr durch den Buddha die das Leben durchdringende Allgegenwart des Todes verdeutlicht wird, gibt sie die Suche auf, begräbt ihr Kind und löst ihre Bindungen an die todverfallene Welt. Ein stärkerer Gegensatz zum Phänomen der *revocatio*, in dem Frauen Kontakt zu ihren verstorbenen Kindern aufnehmen, oder zu den prominenten ägyptischen Totengöttinnen Isis und Nephthys, den archetypischen Klagefrauen, die die Toten wie ein kleines Kind nähren und ihnen neues Leben schenken, ist kaum vorstellbar.

### *Frauentrauer als subversive Kraft*

Moderne Trauertherapie dient vor allem der Entlastung der Trauernden und der Bewältigung des erlittenen Verlustes. Im Blick ist aber auch der gesellschaftliche Anpassungsbedarf an den Verlust, indem für die unmittelbar Betroffenen Verarbeitungsformen zur Handhabung ihrer Emotionen bereitgestellt werden. Von der Gesellschaft als pathologisch definierte Reaktionen auf den Tod sollen verhindert und die Integration der Trauernden erleichtert werden.

Auch im Rahmen der weiblich dominierten Totenklage ist ein therapeutischer Aspekt zu erkennen. Gefühle der Gewalt werden beruhigt und kontrolliert, indem Tränen in Bilder und Gedanken umgewandelt werden. Verzweifelte Gefühle werden durch die Tradition der Partizipation an wechselseitiger Trauer in eine strukturierte Klage kanalisiert. Trotzdem bleibt die Frauentrauer anarchisch: Die Totenklage gefährdet das etablierte System der Ordnung und Autorität, das den

---

<sup>26</sup> Die Erzählung ist in verschiedenen Versionen überliefert, u.a. in den Therīgāthās, den Liedern der erleuchteten Nonnen, vgl. THERĪGĀTHĀ, *The Elders' Verses 2. Translated by K. R. Norman. Reprint of the 2<sup>nd</sup> edition* (Lancaster 2015) 26f. (Verse 213–223).

Tod einhegt und abspaltet. Aus den Versuchen, das weibliche Trauerverhalten einzudämmen, spricht die Furcht vor dem Ausbruch unkontrollierter Emotionen, die zu Gewalt und Chaos führen und die herrschende Vorstellung über das angemessene religiöse Verhalten in Frage stellen. Dazu passt, dass in vielen Kulturen trauernde Frauen mit Verrücktheit assoziiert werden, häufig fallen darunter Phänomene der Besessenheit im Dialog mit den Toten oder der Selbstverletzung. Das Ideal des für das Vaterland gefallenen Helden, des Märtyrers und des ergebenen Gläubigen wird durch die Totenklage attackiert. Daher kann die Totenklage als Instrument der Opposition erscheinen, indem die Machtverhältnisse und die herrschenden Werte umgekehrt werden.

## 2. Kartographie aktueller Trauerdiskurse

### *Trauer als menschliche Reaktion auf eine Verlusterfahrung*

„Trauer ist regelmäßig die Reaktion auf den Verlust einer geliebten Person oder einer an ihre Stelle gerückten Abstraktion wie Vaterland, Freiheit, ein Ideal usw.“, schreibt Sigmund Freud<sup>27</sup> in seiner richtungsweisenden Abhandlung über „Trauer und Melancholie“. Trauer ist eine normale, natürliche und spontane Reaktion auf vielfältige und unterschiedliche Verlusterlebnisse. „[Sie] ist keine ‚Krankheit‘, sondern ein natürlicher Vorgang im Umgang mit lebensbedeutsamen Verlusten“.<sup>28</sup> Sie tritt nicht nur dann auf, wenn ein geliebter Mensch stirbt. Vielmehr kann jedes Verlusterlebnis, jeder Abschied und jede Trennung Trauer hervorrufen.

Vielfältig sind auch die Formen ihres Ausdrucks, bei denen es zu intensiven Gefühlen kommen kann. Neben dem Gefühl der Trauer, das man als Leitgefühl ansehen kann, können Angst, Wut und Schuld auftreten. Trauernde können emotionale Leere, Kälte oder aber auch die Zustände der Erleichterung und der Einsamkeit erleben. Auf der Verhaltensebene kann sich Trauer in Apathie, Hysterie, Betäubungsverhalten (Medikamente, Alkohol, Drogen), extensiver Reizsuche (auch sexuell), Selbstverletzung (bis zum Suizid), Ess- und Schlafstörungen, sozialem Rückzug äußern. Trauernde können von der verstorbenen Person träumen, sich nach ihr sehnen, sie suchen oder sie als anwesend erleben; sie können Gegenstände, die an sie erinnern, mit sich tragen oder genau das Gegenteil tun, nämlich alles wegräumen,

---

<sup>27</sup> FREUD 1975, 197.

<sup>28</sup> METZ 2011, 178.

was an die verstorbene Person erinnern könnte. Schließlich kann Trauer auf der kognitiven Ebene Verleugnung, Gedankenleere oder Gedankenrasen bewirken und auf der somatischen Ebene Schmerzen, motorische Unruhe und Herz-Kreislauf-Störungen hervorrufen. Sehr häufig ist ein sozialer Rückzug bemerkbar.<sup>29</sup> Viele oft gegensätzliche Zustände und Verhaltensweisen können Trauer zum Ausdruck bringen. Das Trauergeschehen ist „ein außerordentlich individueller, komplexer und vielschichtiger Vorgang“.<sup>30</sup> Den Ausdruck der Trauer beeinflusst Kultur ebenso wie Geschlecht und Alter. So drücken z. B. Muslime in Ägypten ihre Trauer offen aus, während die Muslimgemeinschaft auf Bali diesen offenen Ausdruck gerade vermeidet.<sup>31</sup> Im Geschlechtervergleich zeigt sich, dass Männer im Unterschied zu Frauen weniger expressiv trauern,<sup>32</sup> auch Kinder gehen andere Wege der Trauer als Erwachsene.

Trauer beschränkt sich zeitlich jedoch nicht nur auf den Ausdruck des Schmerzes, sondern erstreckt sich über einen längeren Zeitraum, in dem der Verlust bewältigt und ein Leben ohne die verstorbene Person bewerkstelligt wird. Trauer ist ein Prozess, in dem es um einen „Abgleich mit den Erfordernissen des Lebens“<sup>33</sup> geht.

*Von der ‚Trauerarbeit‘ zur Begleitung im Prozess und dem Leben in Verbundenheit.*

*Das Modell der Trauerarbeit und seine Grenzen*

„Worin besteht nun die Arbeit, welche die Trauer leistet?“, fragt Freud.<sup>34</sup> „[D]ie Realitätsprüfung hat gezeigt,“ so fährt er erklärend fort, „dass das geliebte Objekt nicht mehr besteht, und erlässt nun die Aufforderung, alle Libido aus ihren Verknüpfungen mit diesem Objekt abzuziehen. [...] Jede einzelne der Erinnerungen und Erwartungen, in denen die Libido an das Objekt geknüpft war, wird eingestellt, überbesetzt und an ihr die Lösung der Libido vollzogen. [...] Tatsächlich wird aber das Ich nach der Vollendung der Trauerarbeit wieder frei und ungehemmt.“ Freud nimmt aber auch an, dass in manchen Fällen der normale Trauerprozess durch einen Ambivalenzkonflikt in

---

<sup>29</sup> H. ZNOJ, *Komplizierte Trauer. Fortschritte der Psychotherapie* (Göttingen 2004) 4–5; WORDEN 2011, 26–29.

<sup>30</sup> METZ 2011, 179.

<sup>31</sup> STROEBE et al. 2007, 1964.

<sup>32</sup> E. LEHNER, „Trauern Männer anders? Perspektiven aus Geschlechter- und Trauerforschung“, *Leidfaden. Fachmagazin für Krisen, Leid, Trauer* 2.2 (2013) [19–22] 19.

<sup>33</sup> MÜLLER et al. 2013, 17.

<sup>34</sup> FREUD 1975, 198f.

ein pathologisches Geschehen gewendet werden kann. In diesen Fällen hat die trauernde Person keine Trauerarbeit geleistet. Sie bleibt einer unbewussten Identifikation mit der verstorbenen Person verhaftet und richtet nun negative Gefühle und Wut in Form von depressiven Gefühlen und Schuld gegen sich selbst.<sup>35</sup> Obwohl Sigmund Freud diese Gedanken mit großer Vorsicht vorgetragen hat und sich eigentlich weniger über Trauer als vielmehr über Melancholie äußern wollte, hatten sie weitreichende Konsequenzen. Sie formten das prägende Modell der ‚Trauerarbeit‘, das sowohl in der Fachliteratur als auch in der Praxis der Trauerbegleitung bis in die Gegenwart präsent ist. Nach diesem Modell besteht ein positiv verlaufender Trauerprozess darin, dass Hinterbliebene die Realität annehmen, sich mit den Erinnerungen, Gedanken und Gefühlen, die in Verbindung mit dem Verlust stehen, konfrontieren, sie durcharbeiten, und sich so von der verstorbenen Person ablösen. Die tiefe Verwurzelung dieses Paradigmas im Bewusstsein vieler Menschen zeigt das beinahe allgegenwärtige Bild vom „Loslassen“. „Du musst (endlich) loslassen“ hören Trauernde immer wieder, und viele Betroffene tragen diesen Satz als verinnerlichtes Ideal in sich.

Trotz der weiten Verbreitung dieses Modells konnte die Forschung nur sehr geringe wissenschaftliche Belege dafür finden.<sup>36</sup> Margaret und Wolfgang Stroebe beurteilten die Aufforderung, dass alle Trauernden Trauerarbeit zu leisten hätten, als „oversimplification“.<sup>37</sup> Am Konzept der ‚Trauerarbeit‘ wird kritisiert, dass es zu sehr auf den intrapersonalen Verlustschmerz fokussiere. Dadurch werden andere für den Trauerprozess ebenso wichtigen Aspekte, wie beispielsweise die Herausforderung, im alltäglichen Leben ohne den Verstorbenen zurecht zu kommen, ebenso ausgeblendet wie auch die interpersonale Ebene zu kurz kommt. Schließlich zeigen die kulturellen Unterschiede im Trauern wie auch die zwischen den Geschlechtern, dass das Paradigma der Trauerarbeit keine universale Gültigkeit besitzt.<sup>38</sup>

### *Das Dual Process Model*

Das Dual Process Model von Margaret Stroebe und Henk Schut<sup>39</sup> ermöglicht ein umfassenderes Verstehen des Trauerprozesses. In ihm

---

<sup>35</sup> FREUD 1975, 204f.

<sup>36</sup> G. BONANNO / S. KALTMAN, „Toward an Integrative Perspective on bereavement“, *Psychological Bulletin* 125.6 (1999) [760–776] 761f.

<sup>37</sup> M. STROEBE / W. STROEBE, „Does „Grief Work“ Work?“, *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 59.3 (1991) [479–482] 481.

<sup>38</sup> STROEBE / SCHUT 1999, 202–204.

<sup>39</sup> STROEBE / SCHUT 1999, 211–216.

wird zunächst zwischen der Verlust- und der Wiederherstellungsorientierung unterschieden. In der ‚Verlustorientierung‘ wenden sich Menschen dem Verlustgeschehen zu. Sie beschäftigen sich mit den Erinnerungen an die verstorbene Person und die Umstände des Sterbens sowie mit dem Leben ohne diese Person. Sie spüren den Schmerz und erleben die Sehnsucht nach der verstorbenen Person. Vielfältig ist auch das Bedürfnis, diesen Schmerz zum Ausdruck bringen zu wollen. Dieses Erleben entspricht dem, was traditionellerweise ‚Trauerarbeit‘ genannt wird. In der ‚Wiederherstellungsorientierung‘ wendet sich die trauernde Person jenen Dingen zu, die ihr der Verlust aufgezwungen hat. Sie muss sich an eine Welt ohne den Verstorbenen anpassen. Sie muss möglicherweise Dinge tun bzw. erst erlernen, die bisher der oder die Verstorbene getan haben. Und schließlich muss sie neue Kontakte knüpfen, neue Rollen und Verhaltensmuster übernehmen. Die zentrale Idee des Modells besteht darin, dass Trauernde zwischen diesen beiden Orientierungen je nach Umständen und persönlichen Bedürfnissen oszillieren. Damit ist gleichzeitig ein Hin- und Herschwingen zwischen einem ‚Konfrontieren‘ und einem ‚Ausweichen‘ verbunden. Jeder Trauerprozess beinhaltet ein gewisses Maß an Konfrontation mit dem Verlust, also eine Auseinandersetzung mit ihm. In einem gut verlaufenden Trauerprozess ist diese Auseinandersetzung jedoch auch verbunden mit dem Blick nach Wiederherstellung und dem Bedürfnis, sich abzulenken und andere freudige Aspekte und Gefühle des Lebens zuzulassen. Ein erfolgreiches Bewältigen der Trauersituation besteht demnach in „einer gelungenen Balance zwischen Trauerarbeit und aktiver Zuwendung zu neuen Aufgaben“.<sup>40</sup>

### *Das Modell der anhaltenden Beziehungen*

Auch das Ziel der Trauerarbeit, das ‚Sich-Loslösen‘ von dem Verlust, hat eine tiefgreifende Veränderung erfahren. Dennis Klass und seine Kolleginnen und Kollegen entdeckten in Forschungsinterviews mit trauernden Kindern, dass diese ihre Verbindung mit den Eltern über die Zeit des Todes hinaus aktiv aufrechterhielten. Sie sprachen mit ihnen, träumten von ihnen, hatten das Gefühl, dass diese sie beobachteten, bewahrten Gegenstände als Erinnerung auf oder besuchten regelmäßig das Grab. Anstatt ihre Eltern ‚loszulassen‘ waren sie bemüht, die Beziehung fortzusetzen. Dieselben Beobachtungen wurden bei Eltern, die um ihre Kinder trauerten, gemacht. Auch sie hielten mit den genannten Mitteln die Beziehung zu ihren Kindern aufrecht.<sup>41</sup> Diese

---

<sup>40</sup> ZNOJ 2012, 47.

<sup>41</sup> KLASS et al. 1996, 16f.

Erkenntnisse brachten eine neue Sichtweise des Trauerprozesses. „We propose that it is normative for mourners to maintain a presence and connection with the deceased, and that this presence is not static.“<sup>42</sup> Trauer soll zu einer über die Erfahrung des Verlustes hinausgehenden, bleibenden Verbundenheit mit der verstorbenen Person führen. „We are suggesting a process of adaptation and change in the post death relationship and the reconstruction of new connections.“<sup>43</sup> Es geht also in der Trauer nicht darum, sich von der verstorbenen Person abzuwenden, sie loszulassen, sondern in eine neue Beziehung zu ihr einzutreten. „The emphasis should be on negotiating and renegotiating the meaning of the loss over time“, konstatieren Dennis Klass und seine Kolleginnen und Kollegen<sup>44</sup> und beschreiben dies als ‚continuing bonds‘.<sup>45</sup>

### Phasenmodelle der Trauer

Wenn nun jeder und jede anders trauert und Trauer als ein komplexes und zutiefst individuelles Geschehen angesehen werden kann, lassen sich in unterschiedlichen Trauerprozessen zwar gemeinsame Elemente beobachten, dennoch „wird sie von jedem/jeder aus der Wurzel der eigenen Geschichte, der eigenen Entwicklung, der ganz konkreten Lebensumstände jeweils anders gestaltet“.<sup>46</sup> Große Resonanz bei Betroffenen als auch bei Trauerbegleiterinnen und -begleitern haben sogenannte Phasenmodelle gefunden. In ihnen wird der Trauerprozess in nacheinander ablaufenden Phasen gegliedert. Als das bekannteste Modell kann das von Elisabeth Kübler-Ross<sup>47</sup> angesehen werden. Nach Kübler-Ross erfolgt als erste Reaktion auf den Tod eines nahen Menschen eine Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens. Sie geht über in die Phase des Zorns, der die Phase des Verhandeln folgt. An sie schließt die Phase der Depression an, bis der Trauerprozess schließlich in der Annahme des Unvermeidlichen mündet. Solche Phasenmodelle kommen zwar einem berechtigten Bedürfnis nach Ordnung und Struktur entgegen, werden aber der Komplexität der subjektiven Erfahrung nicht gerecht. „Stage models do not address the multiplicity of physical, psychological, social and spiritual needs experienced by bereaved

---

<sup>42</sup> KLASS et al. 1996, 18.

<sup>43</sup> KLASS et al. 1996, 18.

<sup>44</sup> KLASS et al. 1996, 19. Vgl.

<sup>45</sup> Vgl. P. R. SILVERMAN / D. KLASS, „Introduction: What’s the Problem?“, in: D. KLASS / P. R. SILVERMAN / S. L. NICKMAN (Hg.), *Continuing Bonds: New Understanding of Grief* (Philadelphia 1996) 3–25.

<sup>46</sup> MÜLLER et al. 2013, 21.

<sup>47</sup> KÜBLER-ROSS 1969.

people, their families and intimate networks.“<sup>48</sup> Problematisch ist auch die durch Phasen nahegelegte Annahme, dass es sich in der Trauer um einen linear ablaufenden Prozess handelt. Phasenmodelle ließen sich empirisch nicht belegen.

### *Das Aufgabenmodell der Trauer*

Im Gegensatz zu den Phasenmodellen erfasst das Aufgabenmodell von William Worden die Komplexität des Trauergeschehens, indem es vier Kernherausforderungen benennt, denen es sich zu stellen gilt. Worden nennt sie ‚Aufgaben‘ und möchte damit die Aktivität im Trauern betonen. Trauernde können selbst etwas tun, um ihre Situation zu bewältigen.<sup>49</sup> Die erste Aufgabe besteht darin, „den Verlust als Realität [intellektuell und emotional (Anm. d. Autors) zu] akzeptieren“.<sup>50</sup> Dies braucht wesentlich Zeit. „Den Schmerz verarbeiten“<sup>51</sup> stellt die zweite Herausforderung dar. Dieser Schmerz hat, wie eingangs beschrieben, körperliche, emotionale und verhaltensspezifische Komponenten, die zugelassen und durchgearbeitet werden müssen. Diese Aufgabe kann im Sinne der ‚Trauerarbeit‘ verstanden werden. Sie muss aber im Sinne des Dual Process Modells um den Hinweis ergänzt werden, dass dieser Prozess nicht andauernd abläuft und sich Trauernde durchaus auch eine Auszeit, z. B. durch Ablenkung, nehmen können.<sup>52</sup> Die dritte Aufgabe lautet „sich an eine Welt ohne die verstorbene Person anpassen“.<sup>53</sup> Worden spricht dabei drei Ebenen der Anpassung an. In der externen Anpassung geht es um die Auswirkungen des Verlustes in der Bewältigung des Alltags, die interne Anpassung beschreibt die Auswirkungen auf das eigene Selbstgefühl und die spirituelle Anpassung behandelt die Auswirkungen auf die eigenen Überzeugungen, Wertvorstellungen und Annahmen über die Welt. Stroebe und Schut<sup>54</sup> fügen dieser Anpassungsleistung die Notwendigkeit hinzu, eine eigene subjektive Umwelt ohne die verstorbene Person aufbauen zu müssen. In der vierten Aufgabe greift Worden die neuere Perspektive der ‚continuing bonds‘ auf, in der es darum geht, „eine dauerhafte Verbindung zu der verstorbenen Person inmitten des Aufbruchs in ein neues Leben [zu] finden“. In der ersten Auflage seines Handbuchs hatte Worden noch den emotionalen Rückzug betont. In der zweiten

---

<sup>48</sup> HALL 2014, 8.

<sup>49</sup> WORDEN 2011, 44.

<sup>50</sup> WORDEN 2011, 45.

<sup>51</sup> WORDEN 2011, 50.

<sup>52</sup> STROEBE / SCHUT 1999, 215.

<sup>53</sup> WORDEN 2011, 52.

<sup>54</sup> STROEBE / SCHUT 1999, 215.

und dritten Auflage kamen sowohl die Neuverortung des Verstorbenen als auch die Hinwendung zum eigenen Leben der trauernden Person in den Blick. Die Formulierung in der vierten Auflage legt den Schwerpunkt auf die Gleichzeitigkeit. Die dauerhafte Verbindung erignet sich also inmitten des Aufbruchs.

*Wider die Pathologisierung, hin zur Integration ins Leben*

Für Sigmund Freud war Trauer eine übliche Erfahrung des Lebens, die nichts Pathologisches an sich hat. Er betont, „dass es uns niemals einfällt, die Trauer als einen krankhaften Zustand zu betrachten“.<sup>55</sup> Für Freud war es bedeutsam, sich der Trauer zu stellen, sie durchzuarbeiten und so schnell als möglich zu einem normalen Funktionslevel zurückzukehren.<sup>56</sup> Das Konzept der ‚continuing bonds‘ dagegen baut auf der Erfahrung auf, dass die Verbindung zum Verstorbenen lange, möglicherweise für immer andauert. Zu derselben Erkenntnis kommen auch Katherine B. Carnelley und ihre Kolleginnen und Kollegen<sup>57</sup> in einer Studie über den Verlust der Partnerin/des Partners in langandauernden Ehen. Hinterbliebene berichteten, dass sie auch Jahrzehnte nach dem Verlust Gefühle der Trauer empfinden konnten. Sie konnten zum Beispiel als Reaktion von Erinnerungen, nach Gesprächen über die verstorbene Person oder an Jahrestagen heftige Trauerreaktionen verspüren. In diesem Sinn kann Trauer lange, wenn nicht sogar für immer andauern. Dennoch lässt sich im Trauerprozess auch eine gewisse Struktur erkennen. Ein Großteil derer, die einen geliebten Menschen verlieren, verspürt in der unmittelbaren Folge nach dem Verlust ‚akute Trauer‘. Die Intensität und die Dauer gestalten sich individuell sehr unterschiedlich und können im Zusammenhang mit der Nähe zur verstorbenen Person und den Umständen des Todes gesehen werden.<sup>58</sup> Nach einem Zeitraum von 6–12 Monaten geht jedoch bei der Mehrheit der Trauernden diese ‚akute Trauer‘ in eine ‚integrierte Trauer‘ über. In dieser Form der Trauer sind zwar das Verlangen nach der verstorbenen Person und der Verlustschmerz in seinen unterschiedlichen Formen nach wie vor vorhanden. Sie stehen jedoch nicht mehr dominant im Vordergrund. Die Trauer ist integriert in das alltägliche Leben, dessen Herausforderungen man sich zu stellen hat.<sup>59</sup>

---

<sup>55</sup> FREUD 1975, 197.

<sup>56</sup> HALL 2014, 8.

<sup>57</sup> K. B. CARNELLE et al., „The Time Course of Grief Reactions to Spousal Loss: Evidence From a National Probability Sample“, *Journal of Personality and Social Psychology* 91.3 (2006) 476–492.

<sup>58</sup> SHEAR et al. 2011, 104.

<sup>59</sup> N. SIMON, „Treating Complicated Grief“, *JAMA* 310.4 (2013) 416–423.

Obwohl die Trauer sehr heftig und belastend sein kann, wird sie von einem Großteil der betroffenen Menschen aus eigener Kraft allein in der Verbundenheit mit ihrem bestehenden sozialen Umfeld durchlebt und bewältigt. Diese benötigen dafür auch keine besondere (professionelle) Unterstützung. Es gelingt ihnen, eigenständig mit den Herausforderungen der Trauer fertig zu werden und ihr Leben selbstbestimmt weiter zu leben.

### *Erschwertes Trauergeschehen*

Dennoch ist nicht zu übersehen, dass bei einer kleinen Gruppe von Trauernden Trauerreaktionen besonders intensiv und lang andauernd auftreten und das alltägliche Leben der betroffenen Personen erheblich beeinträchtigen können. Forschungsgruppen um Mardi Horowitz<sup>60</sup> und, unabhängig davon, um Holly G. Prigerson und Selby C. Jacobs<sup>61</sup> haben jeweils einen Entwurf zur diagnostischen Erfassung dieser Zustände ausgearbeitet. Beide Diagnosekonzeptionen wurden unter dem Namen „Prolonged Grief Disorder“<sup>62</sup> zusammengeführt und als Vorschlag für das Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V) und die International Classification of Diseases (ICD-11) weiterentwickelt. Die Prolonged Grief Disorder (PGD) besteht im Trennungsschmerz und einer Reihe von physischen, emotionalen und verhaltensorientierten Trauerreaktionen.<sup>63</sup>

---

<sup>60</sup> M. HOROWITZ et al., „Diagnostic criteria for complicated grief disorder“, *The American Journal of Psychiatry* 154 (1997) 904–910.

<sup>61</sup> H. G. PRIGERSON / S. C. JACOBS, „Traumatic grief as a distinct disorder: A rationale consensus criteria, and a preliminary empirical test“, in: STROEBE et al. 2001, 613–645.

<sup>62</sup> PRIGERSON et al. 2009.

<sup>63</sup> HALL 2014, 8; WAGNER 2013, 14–16; ZNOJ 2012, 49. Vgl. A. MAERCKER et al., „Proposals for mental disorders specifically associated with stress in the International Classification of Diseases-11“, *Lancet* 381 (2014) 1683–1685.

Anhaltende Trauerstörung ICD-11 (Version 2019):<sup>64</sup>

- (A) Es liegt ein Verlust eines bedeutsamen Menschen vor, z. B. Partner, Elternteil, Kind, andere enge Bezugsperson.
- (B) Andauernde und tiefgreifende Trauerreaktionen in Form starker Sehnsucht nach dem Verstorbenen oder anhaltender Beschäftigung mit dem Verstorbenen.
- (C) Begleitet von intensivem emotionalen Schmerz, z. B. von Traurigkeit, Schuldgefühlen, Wut, Verleugnung, Schuldzuweisung, Schwierigkeiten, den Tod zu akzeptieren, Gefühl, einen Teil von sich selbst verloren zu haben, Unfähigkeit, positive Stimmung zu erleben, emotionale Taubheit, Schwierigkeiten, sich auf soziale oder andere Aktivitäten einzulassen
- (D) Die Trauerreaktion hält nach dem Verlust eine atypisch lange Zeit an (mindestens 6 Monate) und geht eindeutig über die sozialen, kulturellen, oder religiösen Normen der jeweiligen Kultur und des Lebenszusammenhangs des betroffenen Menschen hinaus. Trauerreaktionen, die für längere Zeiträume anhalten, die aber im kulturellen und religiösen Lebenszusammenhang des jeweiligen Menschen als normale Trauer erachtet werden, wird keine Diagnose zugewiesen.
- (E) Die Störung verursacht signifikante Beeinträchtigungen auf persönlicher, familiärer, sozialer, Bildungs- und beruflicher Ebene oder anderen wichtigen Lebensbereichen.

Eine Forschungsgruppe um Katherine Shear griff nun ihrerseits dieses Konzept auf. Sie ergänzten, dass der Trennungsschmerz neben dem Erleben intensiver Sehnsucht auch andere Formen annehmen kann. Beispielsweise können Einsamkeitsgefühle, Suizidalität und intrusive Gedanken und Bilder auftreten. Außerdem erachten sie es für notwendig, eine Mindestdauer der Symptomatik von einem Monat festzulegen. Damit wollen sie vermeiden, dass Personen mit vorübergehenden Symptomen fälschlicherweise auch mit komplizierter Trauer diagnostiziert werden.<sup>65</sup> Shear et al. bezeichneten ihr Diagnosekonzept als ‚Complicated Grief‘ (CG).

Die unterschiedlichen Konzepte tragen nicht nur unterschiedlichen Namen, sondern beinhalten auch unterschiedliche Zugänge und Auffassungen dieser komplexen Trauergeschehen. Die zu Grunde liegende Frage ist, ob jede Form der Trauer ‚normal‘ ist. Die ProponentInnen der PGD würden nach Maciejewski et al. sagen, dass nicht alle Formen der Trauer normal sind, „in particular, prolonged, unresolved, intense grief is not normal“.<sup>66</sup> Sie sehen die Pathologie vor allem in der

---

<sup>64</sup> Nach U. MÜNCH, *Anhaltende Trauer. Wenn Verluste auf Dauer zur Belastung werden* (Göttingen 2020) 33f.

<sup>65</sup> SHEAR et al. 2011, 109.

<sup>66</sup> P. K. MACIEJEWSKI et al., „„Prolonged grief disorder“ and „persistent complex bereavement disorder“, but not „complicated grief“, are one and the same diagnostic entity: an analysis of data from the Yale Bereavement Study“, *World Psychiatry* 15 (2016) [266–275] 266f.

langen Zeit der Trauer. Dagegen betonen die VertreterInnen der CG, dass alle Formen der Trauer normal sind, aber Faktoren außerhalb der Trauer in den Trauerprozess hineinspielen. So kann z. B. eine Depression oder ein Trauma auf einen ansonsten normal verlaufenden Trauerprozess einwirken und zu Komplikationen führen.

In den DSM-V wurde eine erschwerte Trauer als eigene Diagnose nicht aufgenommen. Stattdessen wurde die „Persistent Complex Bereavement Disorder“ (PCBD) formuliert. Sie stellt einen Kompromiss zwischen PGD und CG dar und sollte die weitere Forschung anregen.<sup>67</sup> Für die ICD-11, die im Mai 2019 verabschiedet wurde und am 1. Januar 2022 in Kraft treten soll, wurde die anhaltende Trauerstörung als Diagnose aufgenommen. Der Vorschlag von Holly Prigerson hat damit Eingang in das diagnostische Regelwerk ICD-11 gefunden.

Aufgrund der vorliegenden Daten kann man davon ausgehen, dass etwa 10% der Trauernden Anzeichen eines erschwerten Trauergeschehens entwickeln. Die Rate ist jedoch höher bei Trauernden, deren An- und Zugehörige in der Folge eines Unfalles oder eines Gewaltverbrechens zu Tode kamen, oder bei Eltern, die ihr Kind verloren haben.<sup>68</sup> Auftretende Trauer, die länger als 6 Monate andauert, beinhaltet eine erhöhte Gefahr für physische Erkrankungen. So konnte ein verstärktes Auftreten von Krebs- und Herzerkrankungen, ein erhöhter Alkohol- und Tabakkonsum sowie erhöhte Suizidgefahr beobachtet werden.<sup>69</sup> Anhaltende Trauer ähnelt in manchen Bereichen einer Depression, einer posttraumatischen Belastungsstörung oder einer Angststörung. Dennoch legt die Studienlage nahe, dass sie von diesen Erkrankungen auch klar unterscheidbar ist.<sup>70</sup>

Komplizierte Trauer als eigene – von der ‚normalen Trauer‘ abgrenzbare – Diagnose zu stellen wird in der Trauerforschung kontrovers diskutiert. Nachdem aufgrund kultureller und individueller Unterschiede und Vielfalt es sich als schwierig erweist, ‚normale Trauer‘ in ihren Charakteristika normativ zu fassen, gestaltet es sich noch viel problematischer, eigene Kategorien für die erschwerte Trauer zu entwickeln. Eine lang diskutierte Möglichkeit dieser Schwierigkeit zu entkommen bestand darin, diese Form der Trauer nicht als diskrete Diagnose zu fassen, sondern als Ende eines Kontinuums, an deren anderem Ende die normale Trauer steht. Der Unterschied liegt dann in der In-

---

<sup>67</sup> C. M. PARKES, „Diagnostic criteria for complications of bereavement in the DSM-5“, *Bereavement Care* 33.3 (2014) [113–117] 116.

<sup>68</sup> SHEAR et al. 2011, 115.

<sup>69</sup> LOBB et al. 2010, 689.

<sup>70</sup> PRIGERSON et al. 2009; SHEAR et al. 2011, 106f.

intensität, Dauer und Schwere der Trauerreaktion und nicht in einem eigenständigen Set von diagnostischen Kriterien. Dadurch könnten die individuellen und kulturellen Unterschiede und Normen auch besser erfasst werden. Die anhaltende Trauerstörung der ICD-11 steht diesen Überlegungen sehr nahe und hat deshalb als ‚atypisch lange Zeit‘ der Trauer 6 Monate vorgesehen, „so nicht die sozialen, kulturellen, oder religiösen Normen der jeweiligen Kultur und des Lebenszusammenhanges des betroffenen Menschen“ einen anderen Zeitraum nahelegen. So verspüren z. B. Eltern, noch Jahre nach dem Verlust eines Kindes, heftige Trauerreaktionen und sind auch in ihrem Alltag stark beeinträchtigt. In diesem Falle wäre die Diagnose einer anhaltenden Trauerstörung nicht gerechtfertigt.<sup>71</sup>

Die Trauerforschung hat sich intensiv mit der Frage auseinandergesetzt, welche Faktoren einen normalen Trauerverlauf zum Entgleisen bringen, und dabei eine Reihe von Umständen aufgefunden, die manche Menschen vulnerabler machen und sie in einem Trauerfall eher in Gefahr bringen, eine erschwerte Trauer durchmachen zu müssen.<sup>72</sup> Große Bedeutung kommt situationalen Faktoren zu, die sich danach bestimmen, wie die Umstände des Todes der betrauerten Person waren. Trat er gewalttätig ein oder nicht, geschah er plötzlich oder gab es Zeit zur Vorbereitung, wie sah das Nahverhältnis zur verstorbenen Person aus und welche Qualität hatte die Beziehung zu dieser Person.<sup>73</sup> Ein weiteres Bündel stellen intrapersonale Faktoren dar. Von größter Bedeutung ist hier der Bindungsstil. Sehr oft weisen Menschen mit komplizierter Trauer unsichere Bindungserfahrungen in der Kindheit auf oder mussten frühe Verluste hinnehmen. Ein unsicherer Bindungsstil steigert das Risiko einer komplizierten Trauer. In Zusammenhang mit dem jeweiligen Geschlecht zeigt sich, dass Witwer gefährdeter sind als Witwen und Mütter nach dem Verlust eines Kindes die größere Risikogruppe darstellen als Väter.<sup>74</sup> In Bezug auf den Altersfaktor lässt sich sagen, dass Jüngere eher eine anhaltende Trauer

---

<sup>71</sup> J. M. HOLLAND et al., „The Underlying Structure of Grief: A Taxometric Investigation of Prolonged and Normal Reactions to Loss“, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 31 (2009) [190–201] 198; WAGNER 2013, 14.

<sup>72</sup> LOBB 2010, 689–691; STROEBE et al. 2007, 1966f.

<sup>73</sup> Reflexionen über die Situationsgebundenheit und Relationalität von Trauer bietet bereits die Antike, vgl. etwa die unterschiedlichen Formen der Trauerbewältigung in der Erzählung über den ägyptischen Pharao Psammenitos angesichts dessen Demütigungen durch die persischen Invasoren in Herodots *Historien* III 14.

<sup>74</sup> Die exzessive Trauerklage eines hinterbliebenen Vaters um sein verstorbenes Kind behandelt (und kritisiert) bereits Lukian in *Luct.* 13 und 15. Hierzu siehe auch die entsprechenden Anmerkungen von Robert Porod in diesem Band.

erleben als Ältere. Viele Studien zeigen, dass Spiritualität eine hilfreiche Funktion zukommt. Untersucht wurden auch interpersonale Faktoren wie beispielsweise soziale Unterstützung. Dabei zeigte sich ein überraschendes Ergebnis. Einerseits hilft soziale Unterstützung Trauernden und Nicht-Trauernden in gleicher Weise und andererseits kommen Trauernde mit hoher sozialer Unterstützung im Vergleich zu Trauernden mit geringer sozialer Unterstützung mit ihrer Trauer nicht besser voran. Negative Auswirkung auf den Trauerprozess zeigt jedoch soziale Isolierung. Bei vielen dieser Faktoren ist noch die Frage offen, wie stark sie im Einzelfall wirken und wie sie zusammenwirken. Laurie A. Burke und Robert A. Neimeyer<sup>75</sup> haben deshalb in einer Übersichtsarbeit nach ‚confirmed risk factors‘ gesucht. Diese sollten in mindestens drei unterschiedlichen Studien untersucht werden und sich in mindestens 50% der Fälle als statistisch signifikant erweisen. Die von ihnen erhobenen Faktoren sind: 1. geringe soziale Unterstützung, 2. ängstlicher/vermeidender/unsicherer Bindungsstil, 3. Auffinden oder Identifizieren des Leichnams (in Fällen eines gewaltsamen Todes), 4. Verlust des Ehepartners oder eines Kindes, 5. Starke Abhängigkeitsbeziehung in der Zeit vor dem Tod des Partners sowie 6. stark ausgeprägter Neurotizismus.

Einen weiteren bedeutenden Risikofaktor hat Kenneth J. Doka (2013) mit seinem Konzept der ‚disenfranchised grief/aberkannte Trauer‘ beschrieben. Von aberkannter Trauer ist dann zu sprechen, wenn jemand in Folge eines schweren Verlustes Trauer erlebt, aber diese Trauer nicht zeigen kann, weil sie von der sozialen Umwelt nicht anerkannt wird. Kenneth J. Doka<sup>76</sup> führt vier Typen der Aberkennung an: Die Trauer kann aberkannt werden, weil die Beziehung nicht anerkannt worden ist, wie z. B. im Fall einer außerehelichen Beziehung. Die Trauer einer trauernden Person kann nicht anerkannt werden, weil man ihr beispielsweise die Trauer nicht zutraut, wie dies im Falle von Menschen mit einer geistigen Behinderung oder mit Demenz sein kann. Aberkannt wird die Trauer auch überall dort, wo die Umwelt der Meinung ist, dass die Trauernden über den Tod eigentlich froh sein müssten. Darüber hinaus können manche Umstände des Todes wie z. B. Suizid zur Aberkennung und Stigmatisierung führen. Schließlich werden oft auch abweichende Formen der Trauer, wenn sie nicht den gewohnten entsprechen, nicht gebilligt und dadurch aberkannt. Kenneth J. Doka betont, dass die Aberkennung nicht auf eine Typologie

---

<sup>75</sup> L. A. BURKE / R. A. NEIMEYER, „Prospective risk factors for complicated grief: a review of the empirical literature“, in: STROEBE et al. 2013, [145–161] 149.

<sup>76</sup> K. J. DOKA, „Disenfranchised Grief in Historical and Cultural Perspektive“, in: STROEBE et al. 2013, [223–240] 229–234.

reduziert werden darf, sondern vielmehr danach gefragt muss, was in einem individuellen Trauerprozess aberkannt bzw. nicht anerkannt wird. Für die Trauerbegleitung ergibt sich aus diesem Konzept die große Bedeutung der wertschätzenden Anerkennung subjektiv empfundener Trauer.

### *Dimensionen der Unterstützung in Trauerprozessen*

Zu den Grundüberzeugungen des Modells der Trauerarbeit gehört, dass Trauernde soziale Unterstützung und Begleitung durch Familie, FreundInnen oder BegleiterInnen brauchen. In diesen Beziehungen haben sie die Möglichkeit, ihre Trauer auszudrücken, um so im Trauerprozess voranzukommen. In einer Überblicksarbeit setzen sich Wolfgang Stroebe, Henk Schut und Margaret S. Stroebe<sup>77</sup> mit diesen Grundannahmen traditioneller Trauerbegleitung auseinander. Dabei zeigte sich, dass weder soziale Unterstützung noch ‚emotional disclosure‘ eine Auswirkung auf den Trauerprozess hatten. Soziale Unterstützung wurde von den Trauernden freudig aufgenommen und auch in vielen Bereichen ihres Lebens als hilfreich erlebt, jedoch verkürzte es nicht den Trauerprozess. Aber auch zahlreiche Untersuchungen, in denen Trauernde gemäß dem Pennebaker-Paradigma<sup>78</sup> aufgefordert wurden, über ihr Empfinden zu schreiben, brachten keinen Beleg dafür, dass der Ausdruck der Gefühle Einfluss auf den Trauerprozess hat. Schließlich führten Henk Schut, Margeret S. Stroebe, Jan van den Bout und Maaïke Terheggen eine Metaanalyse zu Studien über Trauerinterventionen durch. Sie unterteilten die Interventionen in drei Kategorien: Primäre Intervention als Hilfsangebote, die allen Trauernden offenstehen. Sekundäre Intervention, die sich gezielt an Risikogruppen für anhaltende Trauer richtet. Und tertiäre Intervention, die an Menschen, die schon an einer anhaltenden Trauer leiden, adressiert ist. Die überraschenden Ergebnisse zeigten, dass primäre Intervention „cannot be regarded as being beneficial in terms of diminishing grief-related symptoms, with a possible exception of interventions being offered to bereaved children“.<sup>79</sup> Einen leichten, wenngleich nur vorübergehenden Effekt konnte sekundäre Intervention aufweisen. Die größte positive Auswirkung zeigte die tertiäre Intervention. Ähnliche Muster zeigten sich auch in anderen Studien. Zusammenfassend kann man

---

<sup>77</sup> STROEBE et al. 2005.

<sup>78</sup> J. M. PENNEBAKER / S. K. BEALL, „Confronting a traumatic event: toward an understanding of inhibition and disease“, *Journal of Abnormal Psychology* 95 (1986) 274–281.

<sup>79</sup> H. SCHUT et al., „The efficacy of bereavement interventions: determining who benefits“, in: Stroebe et al. 2001, [705–737] 731.

sagen, „the more distressed survivors were, the more helpful bereavement interventions were likely to be“, aber ebenso gilt, dass „the bereaved people assigned to control groups showed significant improvement over time even though they received no treatment“.<sup>80</sup> Der Grund dafür dürfte im Bindungsverhalten des Menschen zu suchen sein. Trauernde fühlen sich aufgrund des Verlustes vollkommen allein und einsam auch in Gegenwart von FreundInnen oder Familienmitgliedern:

„[This] loneliness of emotional isolation appears in the absence of a close emotional attachment and can only be remedied by the integration of another emotional attachment or the reintegration of the one who has been lost. Obviously, the latter solution is not feasible in the case of bereavement. It is possible that this type of loneliness only abates with time and that nothing can be done to further the recovery process.“<sup>81</sup>

Der Verlust eines nahen Menschen beeinträchtigt das Bindungsgefüge der hinterbliebenen Person zutiefst. Dieses Gefüge wieder neu aufzurichten braucht Zeit und kann nur von der betroffenen Person selbst geleistet werden. Soziale Unterstützung kann in vielen Bereichen des Lebens hilfreich sein und eine positive Auswirkung auf die trauernde Person haben, den Prozess der Trauer müssen die Betroffenen allein gehen.

In diesem Sinne benötigen Trauernde eine Umwelt, die einen Raum wertschätzender Anerkennung der Trauenden in ihrer Trauer bildet. Martin Weber, Erhard Weiher und Ruthmarijke M. Smeding<sup>82</sup> nennen vier solcher sozialen Konstellationen, die für Trauernde hilfreich sein können. Positive Auswirkung kann „subsidiäre Unterstützung vor dem Tod“ verbunden mit einer „guten Verabschiedung am Sterbe- und Totenbett“ haben. Den Trauerprozess unterstützen kann „Spiritualität“. Schließlich kann „subsidiäre Unterstützung nach dem Tod, durch die Trauernde in ihrer Trauer nicht allein bleiben, sondern Menschen erleben, die auf sie zugehen, diesen konkrete Hilfen anbieten, durch interessiertes Zuhören Räume zum Erzählen und Erinnern anbieten und ihnen helfen, ihre Ressourcen zu aktivieren“, besonders hilfreich sein. Konkret angesprochen diese Hilfestellung zu leisten sind alle Menschen, denen trauernde Personen begegnen. Eine solche Hilfestellung erfolgt auf einer nichtprofessionellen Ebene, allein auf der Basis einer zwischenmenschlichen Beziehung. In besonderer Weise richtet sich dieser Anspruch auch an jene, die mit Trauernden professionell zu tun haben, wie beispielsweise das Krankenhauspersonal. Be-

---

<sup>80</sup> NEIMEYER 2010, 6.

<sup>81</sup> STROEBE et al. 2005, 409.

<sup>82</sup> WEBER et al. 2007, 533.

währt haben sich aber auch niederschwellige Angebote der Trauerbegleitung, wie Selbsthilfegruppen, Trauergruppen, „Trauer-Cafés“, Trauergespräche mit Kundigen, etc. Sie richten sich an Trauernde, die in ihrem Prozess Unterstützung suchen. Hier können sie mit geschulten Menschen ins Gespräch kommen, in dem Trauer zunächst normalisiert wird, Klärungen stattfinden können und Unterstützung entwickelt werden kann.

Wie die Trauerforschung eindrücklich erwiesen hat, ist ein Angebot von Trauerbegleitung an alle Trauernden nicht in gleichem Maße sinnvoll. Professionelle therapeutische Begleitung benötigt in erster Linie jene Gruppe von Trauernden, die anhaltende Trauerprozesse aufweisen. Von großer Bedeutung ist die Früherkennung von komplizierter Trauer durch das gezielte Wahrnehmen von Risikofaktoren. Für die Therapie haben sich zeitlich begrenzte Angebote, die das Verlustgeschehen, die Wiederherstellung eines gelingenden Alltags, die Bindungsbeziehung und die Entwicklung eines neuen Lebensnarratives gleichermaßen im Blick haben, am wirksamsten erwiesen. Das Ziel einer solchen Intervention ist nicht das Auflösen der Trauer, sondern dass die betroffene Person wieder fähig wird, ihren Trauerprozess eigenständig fortzusetzen.<sup>83</sup> Dort wo Trauer in Verbindung mit einer psychischen Störung auftritt, ist eine sorgsame (Differenzial-)Diagnose mit der erforderlichen Therapie unabdingbar.

### 3. Exkurs: Über den Trost

Trostschriften kommen uns aus der Antike entgegen. Was in früheren Zeiten *consolatio* versprach, ist in der Spätmoderne der „Isolation“, der Flucht in die oft männlich stilisierte Einsamkeit gewichen („wie es mir wirklich geht, geht niemanden etwas an!“). Denn in unseren spätmodernen flüssigen Gesellschaften<sup>84</sup> sind nicht nur Trostschriften schwer zu verfassen. Auch um den Trost steht es nicht so gut, oder?

#### *Schneller Trost?*

Jedes Unglück, sei es kollektiv oder individuell, findet zunächst in Interviewsequenzen auf medialen Endlosschleifen, dann im Format der Talkshow seine trostlose Bearbeitung. Hier schalten wir einen tröstungsindustriellen Mechanismus ein. Das ist der telematische Anker-

---

<sup>83</sup> METZ 2011, 183; NEIMEYER 2010, 14.

<sup>84</sup> Z. BAUMAN, *Liquid modernity* (New Jersey 2013).

platz einer trostunfähigen Gesellschaft. Hier sollen die Subjekte wieder flott gemacht werden, mit der wenig trostreichen funktionalen Aufmunterung: das Leben geht weiter.

Die Technokraten aus der Politik versprechen, man werde helfen, unbürokratisch. Und schnell muss es jetzt gehen. Diese vollmundige Trotzbehauptung weiß schon im Kern, dass alles langsamer ablaufen wird. Schneller Trost ist billiger Trost. Der ‚Katastrophen-Trost‘ aber braucht den energisch inszenierten Auftritt des Politikers, der statt ‚Trost zu spenden‘ Geld in Aussicht stellt. Trost von Amts wegen ist schwer denkbar, irgendwie unglaubwürdig, unter Strategie- und Wahlkampfverdacht, immer im Modus des impliziten Appells: das Leben muss weitergehen.

Für Trauer ist keine Zeit und für den Trost erst recht nicht. Der Trost hat seine eigene Zeitlichkeit. Wir sind beim Leiden anderer für eine Zeit dabei, aber wir können die Zeit des Leidens nicht verkürzen oder abkürzen. Es sind diese leeren Refrains, die die Trostlosigkeit vertiefen: „Es ist alles gut.“ „Es wird schon wieder werden.“ Aber das trauernde Subjekt weiß und fühlt: Nichts wird so sein, wie es einmal war. Deshalb sind die Inszenierungen einer politischen Tröstungsindustrie trostlos. Die sich wiederholenden Bilder und Beschwichtigungsformeln verdecken die letzten Fragen, die nicht aufkommen sollen, stattdessen: Trostverweigerung und Vertröstung.

### *Kein Trost im Alleingang*

Die Subjekte der Spätmoderne wissen sich schon länger auf sich selbst verwiesen und zurückgeworfen. Sie sind trainiert darauf, als Ich-AG, im Modus des Selbstmanagements, der Selbstrealisation, der Selbstentwicklung, der Selbstbestimmung sich selbst hervorzubringen und neuestens sich auch im technoiden Milieu abzuschalten, sich zu beenden, assistiert zu suizidieren. Das erschöpfte Selbst (Alain Ehrenberg) soll imperativisch auf „sich selber schauen“, den eigenen Trost erzeugen, und scheitert dabei. „Selbsttrost“ trägt nicht und bewährt sich nicht. Im Alleingang ist kein Trost zu haben. Trost erwächst aus der Verwiesenheit und aus dem Verzicht auf „die eigene Lebensmeisterschaft“ wie Fulbert Steffensky ausführt:

„Es ist eine schwer auszurottende Trostlosigkeit, es ist der Versuch, auch im Unglück Meister unserer selbst zu sein und nach außen zu tun, als sei nichts geschehen. Das große Unglück macht einen klein und bedürftig. Sich selbst dem Trost nicht entziehen heißt auch, sich einzugestehen, dass man mit sich allein nicht fertig wird. Man ist angewiesen. Diese Bedürftigkeit ist vielleicht die größte Kunst, die man lernen kann. In den wichtigen Dingen des Lebens ist man nicht sein eigener Meister. Einen Menschen trösten heißt ihn bedürftig sein zu lassen; ihn weinen zu lassen; ihn kleiner zu lassen, als er ist. Wenn ein Mensch einen Unglücklichen in den Arm nimmt, macht er

fast automatisch eine wiegende Bewegung. Er wiegt den Geschlagenen, wie man ein trostloses Kind wiegt. Es ist einer stark und es kann einer schwach sein. Welche Lebenserleichterung, dass man in den Niederlagen des Lebens nicht sein einsamer Meister sein muss. Und welche Größe, auf die trostlose Kunst der eigenen Lebensmeisterschaft zu verzichten.“<sup>85</sup>

### *Trost-Worte, die eine Welt bauen*

Trost ist zutiefst auf die sorgend-freundschaftliche Hinwendung anderer angewiesen. Trost ist eine leibhaftige Praxis, sie braucht die Ansprache, die Anrede, das Wort, das eine andere, nicht-naturale Welt zu bauen beginnt. Die nicht-naturale Welt ist den Menschen in der Moderne allerdings zusehends abhandengekommen. Damit geht eine gewisse Form von Trostlosigkeit einher, die auch darin besteht, dass wir der Einsicht in die Prognose Sigmund Freuds bezüglich der „Ergebung ins Unvermeidliche“ durch „die Übermacht der Natur, die Hinfälligkeit unseres eigenen Körpers und die Unzulänglichkeit der Einrichtungen, welche die Beziehungen der Menschen zueinander in Familie, Staat und Gesellschaft regeln“, kaum etwas entgegenzusetzen können.<sup>86</sup> Konsequenterweise wird nun auch der Tod seiner sozialen und spirituellen Dimensionen enthoben. Er wird zum Endpunkt eines organischen Verfallsprozesses, wie Axel Honeth ausführt:

„Als Mitglieder des westlichen Kulturkreises sind wir angesichts der schwersten Schicksalsschläge unseres Lebens, inzwischen alle zu puren Naturalisten geworden. Im Tod sehen selbst die gläubigen Christen heute wohl kaum mehr die Chance einer Erlösung, sondern nur den definitiven Endpunkt des natürlichen Verfallsprozesses alles Organischen.“<sup>87</sup>

Dieser naturalistische Blick lässt nicht sehen, was in der Welt unterzugehen droht. Es gab und gibt einen ‚naturalen Trost‘. Der Blick in den Himmel, der ‚himmelnde Blick‘, ließ das Leiden erträglich erscheinen, die Schmerzen relativieren, eröffnete eine andere Welt, groß und weit und schön, ein Bild für eine Wirklichkeit, von der Trost erwartet, geglaubt wurde.<sup>88</sup>

Die Trauernde hat einen anderen Blick, sie ahnt: es wird niemals mehr alles gut sein. Nicht hier und nicht jetzt, nicht heute und nicht morgen. Es gibt Brüche und Wunden, die nicht heilen. Es gibt Lücken, die sich nicht schließen und eine Leere, die sich nicht auffüllt. Es gibt

---

<sup>85</sup> F. STEFFENSKY, „Trost – das mütterlichste aller Wörter“, in: PETERS / URBAN 2008, [52–55] 53.

<sup>86</sup> S. FREUD, *Das Unbehagen in der Kultur* (Ditzingen 2012).

<sup>87</sup> A. HONNETH, „Entmächtigungen der Realität“, in: PETERS / URBAN 2008, 30–37.

<sup>88</sup> R. GRONEMEYER, *Himmel, der* (lat. caelum). Sehnsucht nach einem verlorenen Ort (München 2012).

Katastrophen, die keine Lebenskontinuität mehr erlauben. Alles ist anders und wird anders sein und bleiben. Auch die Zeit heilt nicht alle Wunden.

Trost spricht sich hinein in Lebenssituationen, in denen das Tun und Aktivsein, der Verstand und der Wille zu Veränderung am Ende sind. Eine Realität gerät in den Blick, die nicht zu ändern ist, so kann der Trost auch nicht diese Wirklichkeit, nicht den Verlust des Zuhauses, nicht den verstorbenen Freund oder die Partnerin, nicht das Kind und nichts, was war, zurückbringen.

Trost spricht aus und Trost spricht zu: es ist nicht alles null und nichtig geworden, was du für wichtig und lebenswert hieltest. Trost verkörpert sich im dann so schwer lebbaren Da-Sein und Mit-Sein, im Aus-Halten, auch in der leibhaftigen Hin-Bewegung, in einer Geste der Berührung, vielleicht der trostvollen Umarmung, die wortlos sagen will: ich bin jetzt da; ich bleibe bei dir; bevor ich gehe, bleibe ich in deinem Leben; ich fühle mit dir; ich habe Mitleid mit dir. Ich kann das nicht ändern, was dich klagen, verzweifeln, dich stumm werden und weinen lässt, aber ich bleibe da. Solche Worte bauen eine Welt des Tröstens auf, die es sich nicht leicht macht, die nicht billig ist, denn die Person steht ein dafür.

### *Trost blickt darüber hinaus*

Manchmal kann man sich auch nicht der schweren und schmerzhaften Einsicht entziehen: Es gibt den Trost, der scheitert. Es braucht Einsicht, Weisheit in Bezug auf das, was nicht getröstet werden kann.

„Zwischen dem Weinenden und dem worüber er weint, steht der, der trösten will. Er hält mit seiner Person, durch seinen Einsatz, einen Raum offen, der tröstende Engel, der Cherub im Gedicht von Nelly Sachs ‚in der Tiefe des Hohlwegs/zwischen Gestern und Morgen‘

Seine Hände aber halten die Felsen auseinander

Von Gestern und Morgen

die Ränder einer Wunde

Die offenbleiben soll

Die noch nicht heilen darf.

Dieses Bild vom Cherub ist ein erschreckendes und zugleich tröstendes Bild. Cherubische Kräfte bedarf es also, der Versuchung vorschnellen Tröstens zu widerstehen.“<sup>89</sup>

Dieses Bild, den Raum offen zu halten, die Wunde der Trauer nicht einfach meinen von außen schließen zu können, widersetzt sich der Beschleunigungsgesellschaft. Ihr Imperativ lautet: Die Funktionalität muss wieder hergestellt werden, so schnell wie möglich. Die Eigen-

---

<sup>89</sup> H.-G. SCHWANDT, „Alles aus Worten“, in: PETERS / URBAN 2008, [38–43] 43.

Zeitlichkeit der Trauernden bräuchte soziale Schutzräume, denn Trauer ist nicht allein eine individuelle Erfahrung, sie hat tiefe politische und kulturelle Implikationen.

#### 4. Trauer und Trost: Aktuelle Bezüge und Zukunftsdiskurse

##### *Vielgesichtige politische und kulturelle Trauer*

Trauergeschehen und -umgänge sind vielgesichtig und werden von der Interdependenz psychologisch-personeller, sozial-räumlicher, kultureller, spiritueller und politischer Dimensionen geprägt. Am Beispiel der Migrationsbewegungen und der Erfahrungen von Menschen auf der Flucht werden diese Zusammenhänge besonders deutlich sichtbar.<sup>90</sup> Die Nachklänge kolonialistischer Ausbeutungsdynamiken ganzer Kontinente und Weltregionen, auf denen größtenteils Wohlstand und Reichtum der nördlichen Hemisphäre gründen, verbünden sich mit den negativen Nebenwirkungen aktueller geopolitischer Machtkämpfe, Bürgerkriege, enthemmter globaler Kapitalmärkte und ökologischer Katastrophen. Im Ergebnis sind hunderte Millionen Menschen global auf der Flucht. Kinder, Frauen und Männer verlieren ihre Heimat, ihre Sicherheit gebenden, vertrauten Sozial-, Identitäts- und Kulturräume. Mütter, Väter, Freunde und Freundinnen und Geschwister werden im Krieg getötet oder versterben am Fluchtweg. Unbegleitete Kinder und Jugendliche mit vielschichtigen Verlusterfahrungen, trauernd und traumatisiert, sehen sich nationalstaatlich orientierten ‚Integrationspolitiken‘ gegenüber, die normative ‚Wertekurse‘ verordnen, jedoch nicht an die existentiellen Verlusterfahrungen der Menschen anknüpfen. Gerade die in ihrer Trauer Unterstützungsbedürftigsten erhalten kaum Zugang zu psychologischer und sozialer Hilfe.<sup>91</sup> Und: Welche Anfrage an ‚unsere europäische‘ Begleit- und Trauerkultur stellen die an den südlichen europäischen Küstenstreifen angeschwemmten Körper toter Kinder, Männer und Frauen; politisch, sozial, spirituell und mitmenschlich?

---

<sup>90</sup> M. STIERL, „Contestations in death – the role of grief in migration struggles“, *Citizenship Studies* 20.2 (2016) 173–191; R. MAS GIRALT, „Bereavement from afar: transnational grieving and the emotional geographies of migration“, *Children’s Geographies* 17.5 (2019) 578–590; BRYANT et al. 2020.

<sup>91</sup> BRYANT et al. 2020.

In Fragen von Trauer und Trost geht es somit nicht ‚nur‘ um Verlusterfahrungen und Trauerreaktionen Einzelner, sondern um kollektive Erfahrungen und kulturelle, politische Umgänge und Wirkungszusammenhänge. Betrachtet man diese Dimensionen beispielsweise aus einer anregenden geographisch-räumlichen Perspektive, so bietet Maddrell<sup>92</sup> einen konzeptuellen Rahmen an, der das Wechselverhältnis von physischen Räumen (die privaten und öffentlichen Bereiche des alltäglichen Lebens, welche die sozialen, „gebauten“ und auch politischen Umwelten inkludieren), von verkörperten-psychologischen Räumen – im Zueinander von Körper und Seele –, sowie von virtuellen Räumen (zu denen sowohl digitale wie auch spirituell-religiöse Räume gehören und auch nicht ortsgebundene Communities mitgemeint sind) reflektiert. Durch diese analytische Brille betrachtet ergeben sich kulturell geprägte, individuelle und kollektive ‚Trauerlandkarten‘ mit „relational spaces, emotional-affective geographies and therapeutic environments“.<sup>93</sup> Dieses Bild einer relationalen Trauerlandkarte oder eines unterschiedliche Räume und Dimensionen verbindenden Gewebes von Routen kann dabei helfen, Verlusterfahrungen, Trauer und Erinnerungskulturen differenzierter zu verstehen und mögliche Ankerpunkte für Beistand, Trost und Unterstützung im Sinne ‚sorgender Umwelten‘ zu finden.

### *Ökologische Trauer*

Aber auch die Sorge um die Umwelt selbst ragt immer weiter herein in aktuelle Diskurse zu Verlust und Trauer. Darin steckt zum einen die bedeutsame Feststellung, dass der Verlust der gewohnten Lebensumgebung, – und damit auch an einprägsamen Sinneseindrücken, wie Geruch, Licht und Natur – einen gravierenden Trauerprozess auslösen kann. Zum anderen wird damit jene Dimension kollektiver und individueller Trauer markiert, die ganz handfest eine Reaktion auf die mit dem Klimawandel und dem ökologischen Raubbau einhergehenden Verluste darstellt, wie etwa der erlebte Verlust von bestimmten Tier- und Pflanzenarten oder von ganzen Ökosystemen und Landschaftsformen. Hierin wird die erforderliche Überwindung anthropozentrischer Trauerverständnisse besonders deutlich. Forschungen zeigen, dass die bedrohliche Unumkehrbarkeit der durch den Klimawandel hervorgerufenen Veränderungen in sozio-ökologischen Zusammenhängen tiefgehende Trauerprozesse bei den Menschen auslösen, bis hin zu deutlichen Einschränkungen der psychischen Gesundheit.

---

<sup>92</sup> MADDRELL 2016.

<sup>93</sup> MADDRELL 2016, 166.

Auch hier ist die ‚Trauerlandkarte‘ mehrdimensional. Nach durch den Klimawandel begünstigten Naturkatastrophen, wie beispielsweise Hurricans, sind Menschen mit dem Verlust ihres Hab und Guts, oder auch geliebter Mitmenschen, konfrontiert. Es ist aber auch die Trauer darüber groß, diesen klimatischen Verschiebungen ohnmächtig gegenüberzustehen und die Unumkehrbarkeit der Klima-Entwicklungen in ihren dramatischen Nebenwirkungen – im wahrsten Sinne des Wortes – am eigenen Leib und Leben erfahren zu müssen. Gerade auch im Kreise von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich forschend mit Klimawandel und ökologischem Raubbau beschäftigen, sind Formen von ‚ecological grief‘ besonders ausgeprägt. Neben dem Verlust bestimmter Ökosysteme ist es aber auch hier die Trauer über fehlende wissenschaftlich-realistische Alternativszenarien im Lichte fehlender globaler politischer Entschiedenheiten und Veränderungen der Lebensweisen.<sup>94</sup>

#### *Trauer in Gemeinschaft: Public Health und Compassionate Communities*

Gerade auch in Hospizarbeit und Palliative Care hat in den letzten Jahrzehnten eine Professionalisierung der Trauerbegleitung stattgefunden. Die spezialisierten Trauerangebote haben sich ausdifferenziert, neue Berufsfelder wurden damit etabliert. Allzu schnell haben diese Entwicklungen die Grundintention der Hospizidee überwunden, nämlich die Förderung des Zutrauens in die eigenen Umgänge mit Verlusterfahrungen, Sterben, Tod und Trauer der Menschen, in ihren alltäglichen Lebensumfeldern, eingebettet in Familie, freundschaftliche Beziehungen, Nachbarschaft und die Community. Die Menschen sammeln in ihrem Leben von Beginn an vielfältige existentielle Erfahrungen mit Verlusten. Diese Erfahrungen sind ein reichhaltiger Schatz an potentiell hilfreichen Umgangsformen. Die Public Health-Perspektive ist auch davon geprägt, Menschen zur aktiven Gestaltung der Lebens- und Sterbewelten zu ermutigen und ermächtigen,

---

<sup>94</sup> E. FITZ-HENRY, „Grief and the inter-cultural public sphere: „Rights of nature“ and the contestation of “global coloniality”“, *Interface: a Journal for and About Social Movements* 9.2 (2017) 143–161; A. CUNSOLO / N. R. ELLIS, „Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss“, *Nature Climate Change* 8.4 (2018) 275–281; N. MARSHALL et al., „Reef Grief: investigating the relationship between place meanings and place change on the Great Barrier Reef, Australia“, *Sustainability Science* 14.3 (2019) 579–587; CUNSOLO et al., „Ecological grief and anxiety: the start of a healthy response to climate change?“, *The Lancet Planetary Health* 4.7 (2020) e261–e263; T. CLARK, „Ecological grief and anthropocene horror“, *American Imago* 77.1 (2020) 61–80; L. H. SIDERIS, „Grave reminders: Grief and vulnerability in the anthropocene“, *Religions* 11.6 (2020) 293; COMTESSE et al. 2021.

subsidiarisch, im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe. Eine zu frühe professionelle ‚Trauerintervention‘ kann in vielen Fällen kontraproduktiv sein.<sup>95</sup> Es werden allzu schnell die natürlichen Trauerverläufe unterbrochen und ‚irritiert‘; emotionale, soziale und alltagspraktische Bezugnahmen im sozialen Umfeld werden eingebremst. Dies kann auch dazu führen, dass sich die bestehenden sorgenden Netze, Freundinnen und Freunde, Familie, Nachbarinnen und Nachbarn, zurückziehen und auch die Möglichkeiten der trauernden Menschen, eigene Umgangsformen zu entwickeln, unterbunden werden. Die Aufgabe von Fachleuten und Organisationen im lokalen Sorgenetz sollte es aus Public Health Perspektive eher sein, in einer ermöglichenden Rolle das soziale Kapital und die alltagsnahen Sorgebeziehungen der Menschen zu stärken, besonders vermittelt durch andere Formen der Beratung und Bildung sowie der Würdigung und Nutzbarmachung der lokal gewachsenen Trauerkulturen, des Lebens- und Sorgewissens der Menschen selbst. Das bedeutet dann auch, dass es weniger individuumszentrierte Betreuer/Berater braucht, sondern Menschen, die eher Gesundheitsförderungs- oder Community Development Kompetenzen einbringen,<sup>96</sup> um das ‚natürliche‘ soziale Netzwerk zu unterstützen.

Diese Denktradition von (New) Public Health liegt – neben anderen – auch dem aktuell in vielen Bereichen diskutierten Ansatz der Caring Communities<sup>97</sup> oder der Compassionate Communities<sup>98</sup> zugrunde. Diese Initiativen verbinden als Zielsetzung Empowerment der Betroffenen mit zivilgesellschaftlichem Engagement. Vor allem auch in den Bereichen der Sorge am Lebensende hat dieser Public Health- und Gesundheitsförderungs-Approach in den letzten beiden Jahrzehnten an Bedeutung gewonnen.<sup>99</sup> Die Sorge am Lebensende, der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer wird damit herausgelöst aus der professionellen Service-Orientierung und der/einer dyadischen ‚face-to-face-Betreuung‘ hin zum Verständnis, dass die stützende Sorge in komplexeren, sozial-kommunikativen Zusammenhängen und Netzen von Sorgebeziehungen entsteht und gestaltet werden muss. Samar Aoun

---

<sup>95</sup> RUMBOLD / AOUN 2014.

<sup>96</sup> RUMBOLD / AOUN 2014.

<sup>97</sup> Vgl. T. KLIE, *Wen kümmern die Alten. Auf dem Weg in eine sorgende Gesellschaft* (München 2014); K. WEGLEITNER / P. SCHUCHTER, „Caring communities as collective learning process: Findings and lessons learned from a participatory research project in Austria“, *Annals of Palliative Medicine* 7, Suppl. 2 (2018) 84–98.

<sup>98</sup> K. WEGLEITNER / K. HEIMERL / A. KELLEHEAR (Hg.), *Compassionate communities: Case Studies from Britain and Europe* (New York 2016).

<sup>99</sup> A. KELLEHEAR, *Compassionate Cities. Public health and end-of-life care* (New York 2005).

und Kolleginnen und Kollegen konnten in ihren Forschungen eindrücklich zeigen,<sup>100</sup> wie hilfreich von trauernden Menschen die privaten, freundschaftlichen, in den Alltag eingebettet Gesten und Unterstützungen erlebt wurden und wie gering, im Vergleich dazu, die Bedeutung der professionellen ‚Trauer-Dienstleister‘ eingeschätzt wurde. Das bestätigt die kluge Einschätzung von Klaus Dörner, dass nur Bürger und Bürgerinnen in der Lage sind, ihre Mitbürger in schwierigen Lebenssituationen zu integrieren, und dass professionelle Dienste und Einrichtungen hier an ihre Grenzen stoßen. Der Umgang mit Verlust, Sterben, Tod und Trauer lässt sich eben nicht an Fachexperten und -expertinnen delegieren, sondern ist in geteilter Verantwortung aller aufzunehmen. Communityorientierte Ansätze der Sorge gewinnen daher in vielen Bereichen an Bedeutung, gerade auch am Lebensende und in der Begleitung trauernder Menschen.<sup>101</sup>

### *Trauer als Lebensbegleiterin kennt keine „rechte Zeit“*

Eine bedrohliche, unumkehrbare Entwicklung im zeitlichen Verlauf löst vielfach schrittweise Verlusterfahrungen und damit Trauerprozesse aus. Gerade haben wir noch Trauer über die Unumkehrbarkeit des Klimawandels und seiner negativen ökologischen und sozialen Nebenwirkungen besprochen. Doch auch im Lichte von chronischer Krankheit, zunehmender Verletzlichkeit im Alter oder des Lebens mit Demenz (als Betroffene oder Bezugsperson) ist dies der Fall. Trauer setzt nicht erst nach dem Tod eines geliebten Menschen ein, sondern begegnet den Menschen fortwährend im Leben. Daher sind auch Klage und Trost Begleiterinnen am Lebensweg. Forschungen zu Menschen mit Demenz und pflegenden Angehörigen haben lange Zeit auf die Belastungs- und Stresssymptome fokussiert. Dass es jedoch viel mehr Aufmerksamkeit, freundschaftlich-familiär und professionell, für die begleitende Trauer über fortwährende Verlusterfahrungen, die keine (rechte) Zeit kennt, braucht, wird zunehmend als wichtig in der Demenz Forschung erachtet.<sup>102</sup>

---

<sup>100</sup> AOUN et al. 2018.

<sup>101</sup> RUMBOLD / AOUN 2014; AOUN et al. 2018; S. M. AOUN, „Bereavement support: from the poor cousin of palliative care to a core asset of compassionate communities“, *Progress in Palliative Care* 28.2 (2020) 107–114.

<sup>102</sup> B. B. NOYES et al., „The role of grief in dementia caregiving“, *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias*® 25.1 (2010) 9–17; K. BLANDIN / R. PEPIN, „Dementia grief: A theoretical model of a unique grief experience“, *Dementia* 16.1 (2017) 67–78.

*Bleibende Trauer und Klage als Rüstzeug für die Lebenden*

Zu guter Letzt schlagen wir den Bogen wieder zurück zur ‚Frauentrauer‘, um die relationale Wesenhaftigkeit von Klage, Trost und Trauer noch einmal zu verdeutlichen. Die weiblich dominierte Tradition der Totenklage artikuliert in vielen Kulturen Zweifel und Widerstand, der Tod wird nicht als Wert und nicht als Trennung akzeptiert. Die klassische psychoanalytische Trauertheorie, die den meisten Formen der modernen Trauerberatung zugrunde liegt, setzt an das Ende eines befristeten Trauerprozesses die Problemlösung und Neuorientierung des Lebens. Gelingt es nicht, die Trauer in einer ‚angemessenen‘ Zeitspanne zu verarbeiten, wird sie als pathologisch angesehen. Die weiblich dominierte Tradition der Totenklage widerspricht diesem auflösungsorientierten Prozess, da sie an der Beziehung zu den Verstorbenen festhält. In vielen individuellen Äußerungen betroffener Frauen äußert sich bis heute dieselbe Einstellung, die keine Überwindung oder Auflösung der Trauer sucht:

„Ich habe das ganze Zeug über Trauerphasen gelesen. Ich kann einen gewissen Zusammenhang zu dem herstellen, was sie sagen, aber nichts gibt wirklich das wieder, was ich empfinde. Mütter kommen über ihren Schmerz nicht hinweg. Sie bewegen sich nicht durch bestimmte Phasen. Man setzt über und fängt wieder von vorne an. Es ist wie ein Kreis, den man nochmals abschreitet, man kehrt zum Ausgangspunkt zurück und wiederholt alles. Man geht seinen eigenen Weg. Ich hatte ein schlechtes Gewissen wegen des Schmerzes, der nicht verschwinden wollte. Jetzt habe ich mich damit abgefunden, daß er nie verschwinden wird.“<sup>103</sup>

Die Totenklage ist jedoch nicht als Ausdruck der Verzweiflung zu interpretieren: „Laments do not chat about despair. They confront death with open eyes. They seem always to have [been] women’s way of bearing the unbearable.“<sup>104</sup> Die Kraft der Totenklage besteht vor allem darin, eine Brücke zu schlagen zwischen Lebenden und Toten. Auf diese Art ist sie auch dem Leben verpflichtet: weil aus der Klage der Trost der Verbundenheit wächst und zum Rüstzeug für die Lebenden wird.<sup>105</sup>

---

<sup>103</sup> Zitiert nach S. CLINE, *Frauen sterben anders. Wie wir im Leben den Tod bewältigen* (Bergisch Gladbach 1997) 240.

<sup>104</sup> HOLST-WARHAFT 1995, 12.

<sup>105</sup> Vgl. HOLST-WARHAFT 1995, 26.