

Besser leben mit dem Tod

„Das letzte Fest“ wirbt für bewusstere und gesündere Trauer

Es gibt zwei Zustände: vor dem Lesen dieses Buches und danach. Vorher: Allein der Titel. „Das letzte Fest“. Das tut weh. Untertitel: Neue Wege und heilsame Rituale in der Zeit der Trauer. Wer gerade nicht trauert, möchte nicht daran erinnert werden, dass er einmal trauern könnte. Wer gesund und munter ist, möchte nicht an seinen eigenen Tod denken. Nach Eintreffen des Buches mit der Post: erstmal weglegen. In der Verpackung lassen. Nicht so genau hinschauen. Nachher: Ein Wärmegefühl beim Gedanken an den Tod. An den eigenen Tod. Eine Erleichterung angesichts der Tatsache, dass ein solches Ereignis kein wahrge-wordener Horrorfilm sein muss, sondern dass es ein Anlass für Liebesbekundungen sein kann. Bei allem Schmerz. Und dass gegen letzteren eins am besten hilft: Hinschauen. Anfassen.

Nicole Rinder und Florian Rauch haben „Das letzte Fest“ geschrieben. Die beiden leiten gemeinsam das Bestattungsunternehmen Aetas in der Baldurstraße. Nicole Rinder hat selbst ihren neu geborenen Sohn verloren und dabei die Erfahrung gemacht, dass es ihr sehr geholfen hat, genügend Zeit für den Abschied zu haben. Florian Rauch wuchs in einer alteingesessenen

MÜNCHNER SEITEN

Münchner Steinmetzfamilie auf. Nach Abschluss seines BWL-Studiums wurde er Geschäftsführer der Münchner Niederlassung des größten Bestattungsunternehmens Deutschlands. Dort erlebte er, nicht zuletzt auch beim Tod seiner Großmutter, wie kalt die „Abwicklung“ nach dem Sterben meist ist. Sein Ziel war, es anders zu machen. Er gründete 2000 sein eigenes Bestattungsunternehmen mit einem ganzheitlichen Trauerkonzept. Wenige Monate später bot Nicole Rinder bei ihm ihren ersten Kurs an. Die Vorstellungen der beiden passten wunderbar zusammen. Denn beide hatten ähnliche Erfahrungen gemacht.

„Die Ausstellung des Totenscheins gibt den Startschuss für eine unmenschliche Rallye“, schreiben sie in ihrem Buch. Binnen 96 Stunden, nachdem der Arzt den Tod beurkundet hat, müsse die Leiche laut Bestattungsgesetz schon unter der Erde sein. „Der Mensch wird nicht betrauert, er wird entsorgt“, beklagen sie. Beim Tod außer Haus hätten Angehörige fast keine Chance auf einen stillen, harmonischen Abschied. „Keine letzten Berührungen, kein Zeichen der Fürsorge und Verbundenheit.“ Dabei sind genau diese Dinge so wichtig für eine gesunde Trauer. Eine Erfahrung, die die Trauerbegleiter in den elf Jahren ihrer Zusammenarbeit immer wieder gemacht haben.

Rührende Fallschilderungen überzeugen auch den Leser. Etwa der von der Familie, deren Baby am plötzlichen Kindstod starb. Die Mutter wollte sich umbringen, stand schon auf dem Balkon. Sie kam wieder herunter, als Binder ihr ihr totes Kind zurück brachte. Sie durfte es in den Arm nehmen und streicheln, sich in aller Ruhe verabschieden. Nachdem es zuvor schon in der Gerichtsmedizin gewesen und obduziert worden war. „Natürlich ist ihr Kind tot, und es sieht auch tot aus“, sagt Binder auf Einwände, dass man es doch lieber so in Erinnerung behalten möchte, wie es war. Doch für das Begreifen, auch im Wortsinne, sei es unglaublich wichtig, den Toten zu sehen, betonen die Buchautoren. Zu spüren, dass er kalt ist, nie mehr zurückkommt. Und doch so friedlich aussieht. Ein solches Bild bleibt im Gedächtnis.

Doch das Buch richtet sich nicht nur an Trauernde. „Sprechen wir über Ihren Tod“ ist ein Kapitel überschrieben. „Es kostet viel Kraft und Überwindung, an das eigene Ende zu denken“, wissen Binder und Rauch. Es trotzdem zu tun, kann jedoch sehr wichtig sein. Auch, um sicherzugehen, dass man nichts versäumt, um im eigenen Leben glücklich zu werden. Eine Reihe von Übungen wird angeboten. Diese zu machen, kostet ebenfalls Überwindung. Denn auch deren Titel machen Angst: „Die letzten Sekunden“ oder „Meine letzten 24 Stunden und 24 Fragen an mein Leben“. Dennoch tun sie gut, denn sie nehmen das eigene Leben wichtig.

Zum Schluss bleibt das warme Gefühl. Beim Gedanken daran, dass es jemanden gibt, der sich nach dem Tod so liebevoll um einen kümmert. Dass ein Bestattungsinstitut es den Angehörigen ermöglicht, noch einmal ihre ganze Liebe in verschiedener Form auszudrücken. Und dass es dabei keine ungewöhnlichen Wege scheut. Etwa den, Tote noch einmal zurück ins Haus zu bringen. Zum Anfassen. CLAUDIA WESSEL

Nicole Rinder, Florian Rauch: Das letzte Fest. Neue Wege und heilsame Rituale in der Zeit der Trauer. Irisiana Verlag, 2012, 14,99 Euro.