Trost-Gottesdienst
im Herbst

0.0.1 Benötigte Materialien

Für diesen Trost-Gottesdienst werden folgende Materialien benötigt:

- Musik-CD mit meditativer Musik
- Möglichkeit, eine Musik-CD abspielen zu lassen
- 2 gleiche Gefäße mit 4 – 10 Liter Fassungsvermögen
- Suppenschöpfkelle
- 2 saubere Eimer oder Blumen-Übertöpfe mit ca. 10 Liter Fassungsvermögen für „Belastendes abwaschen“ – einer davon mit warmen Wasser gut gefüllt
- ein Schöpfgefäß
- einige Handtücher
- Poster mit einer Pieta
- Tapete mit Ziegelmuster (Klagemauer)
- DIN-A4-Blätter mit Bleistiften
- gelber Karton („Briefkasten“)
- Metalleimer zum Verbrennen der Briefe
- ausreichende Anzahl an Opferlichter (roter Teelichter)
- ausreichende Anzahl an Glaskerzen (mit Spruch auf dem Glas)

Texte der Lektoren

Es wäre schön, wenn 2 Lektoren zur Verfügung stehen würden:
Die beiden Lektoren werden in Lektor A und B unterschieden:
Lektor A

- Recht auf Trauer
- Fürbitten
- Recht auf Leben

Lektor B

- Psalm 22
- Fürbitten
- Psalm 23

Bei nur einem Lektor hat Lektor A die Texte beider Lektoren zu lesen.
Die Lektoren mögen die Texte ruhig lesen, nicht hastig.

Nachfolgend sind abgekürzt:
L. = ein Lektor
V. = der Vorsteher bzw. die Vorsteherin

Hinweis

Nehmen Sie diesen Ablauf und diese Texte als Vorschlag, nicht als Vorschrift.
Wichtig sind jedoch diese Teile, die bei aller Abänderung erhalten bleiben sollten:

- Recht auf Trauer
  Trauernden wird zuweilen ihr Recht auf Trauer abgesprochen. Dies geschieht aus unterschiedlichen Gründen. Daher soll in diesem Gottesdienst Trauernden ihr Recht auf Trauer ausdrücklich zugesprochen werden.
- Recht auf Leben
  Trauernden wird zuweilen ihr Recht auf Leben abgesprochen, insbesondere wenn der Todesfall noch nicht lange her ist. Manchmal verbieten sich Trauernde selbst ihr Recht auf Leben und meinen, für den Rest ihres Lebens trauern zu müssen. Daher soll in diesem Gottesdienst Trauernden ihr Recht auf Leben ausdrücklich zugesprochen werden.
- Auswahl der Stationen
- Der Tod eines geliebten Menschen raubt den Trauernden Lebensfreude und lähmt sie innerlich. Sie wissen nicht, was ihnen in ihrer Trauer gut tut. Die Einladung zu den verschiedenen Stationen führt sie wieder hin zur Wahl, zum Ausprobieren. Dies soll die Trauernden dazu ermutigen, weiterhin in ihrem Leben ausprobieren, was ihnen gut tut.
  Die Stationen können daher variieren. Es können weniger sein oder auch mehr. Wichtig ist, dass die Trauernde eine Auswahl von Stationen haben, zu denen sie in aller Ruhe gehen können und Verschiedenes einfach auch ausprobieren.

Hinweis:

Vor dem Trost-Gottesdienst sollten mind. 2 Personen am Eingang der Kirche stehen und die Trauernden fragen, ob der Name des Verstorbenen genannt werden darf. Die Namen auf eine Glaskerze notieren. - Nach der Begrüßung wird der auf der Glaskerze notierte Name des Verstorbenen genannt, die Glaskerze an der Osterkerze angezündet und auf einem schwarzen Tuch vor dem Altar abgestellt.

Abkürzungen

A.= alle, die versammelte Gemeinde
GL = Gotteslob (Kath. Gebet- und Gesangbuch)
L. = Lektor/in
N.= Name des/der Verstorbenen
V.= Vorsteher (Leiter/in der liturgischen Handlung)
X.= Name der Hinterbliebenen

0.0.2 Ablauf

Lied: GL 386 Laudate omnes gentes

Begrüßung	Vorsteher

Lied: GL 85 Ausgang und Eingang (3x)

Du hast ein Recht auf deine Trauer	Vorsteher, Lektor A
Psalm22	Vorsteher, Lektor B

Lied: GL 505, 1-2 Wir sind nur Gast auf Erden

Geschichte	Lektor A

Lied: GL 505, 2-4 Wir sind nur Gast auf Erden

Vorstellung der Stationen	Vorsteher, Lektor B

* Brief an Gott	* Brief an den Verstorbenen
* Belastendes abwaschen	* Ungeweinte Tränen weinen
* Pieta	* Leid anderer Menschen
* Segen empfangen	* Halt finden und gehalten werden
* Vor den Kerzen	* Vor der Krippe
* Werkstatt	

20 – 30 min Musik (Orgel, instrumental, von CD)

Lied: GL 840, 1+2 Meine Zeit steht in deinen Händen

Fürbitten	Vorsteher, Lektor A & B
Vater-unser	Vorsteher

Lied: GL 840, 3 Meine Zeit steht in deinen Händen

Ps 23	Vorsteher, Lektor B
Du hast ein Recht auf Leben	Vorsteher, Lektor A

Lied: GL 336, 1-4 Jesus lebt, mit ihm auch ich!

Erklärende Worte	Vorsteher

Lied: GL 430, 1, 2, 4, Von guten Mächten wunderbar geborgen (7 = Refrain)

Segen	Vorsteher
Orgelspiel bzw. Musik von der CD	
Verbrennen der Briefe vor der Kapelle	Vorsteher

1 Trost-Gottesdienste

1.1 Trost-Gottesdienst in der Osterzeit

1.1.1 Hinführung

Lied: GL 386 Laudate omnes gentes

Begrüßung

V. Liebe Trauernde, ich begrüße Sie - auch im Namen von L. -
zu diesem Gottesdienst für Trauernde. Beginnen wir ihn im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

A. Amen.

V. Trost, Friede und Heil des menschgewordenen Gottes sei mit euch.

A. Und mit deinem Geiste.

V. Liebe Trauernde, (Platz nehmen lassend)
Sie trauern um einen geliebten Menschen. Diese Trauer soll in diesem Gottesdienst Raum und Zeit finden.
Der Prophet Jesaja schrieb: "Das Volk, das im Dunkeln lebt, sieht ein helles Licht" (Jes 9,1). Mit der Geburt Jesu Christi brachte Gott Licht in unsere Welt. So haben wir hier die brennende Osterkerze als Sinnbild für Jesus Christus.
An der Osterkerze werden wir gleich die Glaskerzen mit den Namen der Verstorbenen anzünden und sie hier vor dem Altar abstellen. Damit holen wir sie zeichenhaft in unsere Mitte.

L. Wir gedenken heute:

(Anzünden einer Kerze an der Osterkerze beim Nennen eines Namens) – Dies sollte von den beiden Personen vorgenommen werden, die die Namen der Verstorbenen aufgeschrieben haben.
Abwechselnd nehmen sie eine Glaskerze mit dem Namen des Verstorbenen zur Hand. Wenn die Glaskerze der anderen Lektorin brennt, sagt sie: „Wir trauern um N.N.“ Danach geht sie zur Osterkerze und zündet dort die Glaskerze an, die anschließend vor dem Altar abgestellt wird.

V. Liebe Trauernde,
Wir können ihnen ihre geliebten Verstorbenen nicht zurückgeben.
Wir wollen in der Osterzeit Ihrer Trauer einen geeigneten Platz geben.

V. Trauer um einen geliebten Menschen hat einen Anfang und ein Ende.
Der Anfang ist hier auf Erden. Das Ende wird erst im Himmel bei Gott sein.
So singen wir das Lied: Eingang und Ausgang.

Lied: GL 85 Ausgang und Eingang 3x

Hinführung

V. Trauernde treffen immer wieder auf Menschen, die ihnen ihre Trauer aus irgend einem Grunde absprechen. Meist ist es deren Hilflosigkeit oder Selbstschutz, sich nicht mit Trauernden beschäftigen zu müssen.
Sie haben jedoch ein Recht auf Ihre Trauer.

Recht auf Trauer

L. Sie haben ein Recht auf ihre Trauer.
Gleichgültig welches kirchliche oder gesellschaftliche Fest gefeiert wird,
Sie haben ein Recht auf Ihre Trauer.
Einerlei wie viel Jahre der Tod Ihres Angehörigen zurückliegt,
Sie haben ein Recht auf Ihre Trauer.
Unerheblich wie Sie zu dem verstorbenen Menschen gestanden haben,
Sie haben ein Recht auf Ihre Trauer.
Nichtig wie alt der Verstorbene wurde,
Sie haben ein Recht auf Ihre Trauer.
Dieses Recht kann Ihnen niemand nehmen,
kein Mensch und keine Macht der Welt.

Hinführung

V. Trauernde haben oft das Verlangen, ihre Not und Verzweiflung, ihre Wut und ihren Zorn vor Gott zu bringen. Viele haben davor eine Scheu oder dabei ein schlechtes Gewissen. Das muss nicht sein. - Seit alters her gibt es die Klage als Gebetsform. So hören wir einen Auszug aus Klagepsalm 22.

Ps 22

L. Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen,
bist fern meinem Schreien, den Worten meiner Klage?
Mein Gott, ich rufe bei Tag, doch du gibst keine Antwort;
ich rufe bei Nacht und finde doch keine Ruhe.
Von Geburt an bin ich geworfen auf dich, vom Mutterleib an bist du mein Gott.
Sei mir nicht fern, denn die Not ist nahe, und niemand ist da, der hilft.
Meine Kehle ist trocken wie eine Scherbe,
die Zunge klebt mir am Gaumen, du legst mich in den Staub des Todes.
(Ps 22, , 2f; 11f; 16)

Lied: GL 505, 1-2 Wir sind nur Gast auf Erden

1.1.2 Geschichte

Es war einmal eine Witwe.
Sie hatte ihren Mann sehr lieb, und dennoch trauerte sie nicht lange.
Darauf angesprochen verriet sie ihr Geheimnis:
Jeden Morgen legte sie sich eine Kittelschürze um.
Dann ging sie in ihre Speisekammer und nahm eine Handvoll Bohnen.
Diese steckte sie sich in die rechte Tasche ihrer Schürze.
Wann immer ihr im Laufe des Tages etwas Schönes begegnete
- das Lächeln eines Kindes,
- der Gesang eines Vogels,
- der Klang einer Klangschale,
- ein freundlicher Mitmensch,
- der Duft einer schönen Tasse Kaffee,
- ein Sonnenstrahl, der ihr Gesicht traf
- oder ein schattiger Platz in der Mittagshitze
- – kurz gesagt, für alles, was ihr Herz und ihre Sinne erfreute,

legte sie eine Bohne von der rechten in die linke Schürzentasche.
Am Abend, bevor sie sich schlafen legte,
nahm sie die Bohnen aus der linken Tasche ihrer Kittelschürze.
So betrachtete sie, was ihr an diesem Tage Schönes widerfahren war.
Bei jeder einzelnen Bohne wusste sie noch ganz genau,
was ihre Freude ausgelöst hatte.

Lied: GL 505, 3-4 Wir sind nur Gast auf Erden

1.1.3 Stationen

V. Trauer wird sehr individuell erlebt und durchlebt. Tröstliches ist ebenso verschieden und sehr persönlich. Bei allen Gemeinsamkeiten gibt es doch auch Unterschiede, was Trauernde im Augenblick brauchen. Aus diesem Grunde werden verschiedene Stationen angeboten, zu denen Sie in freier Wahl gehen können. Sie können sich das auswählen, das ihnen im Augenblick gut tut.

Brief an Gott

Einige Ziegel werden zu einer kleinen Mauer aufgetürmt. Es kann statt dessen auch eine Tapete mit Ziegelmuster aufgehängt werden.

L. Wir glauben an einen Gott, an den wir uns immer mit allen unseren Anliegen wenden können. Daher können Sie hier mit den ausliegenden Blättern und Bleistiften einen Brief an Gott schreiben. Diesen stecken Sie in den gelben Karton, der als Briefkasten fungiert. Wir werden die Briefe im Anschluss an den Gottesdienst **ungelesen** verbrennen und damit Gott zusenden.

Brief an den Verstorbenen

Papier und Bleistift (Kugelschreiber trocknen ein) bereitstellen, dazu einen „Briefkasten“ (Karton mit Schlitz).

L. Gern hätten Sie Ihrem Verstorbenen noch etwas gesagt.
Der Tod hat es Ihnen verwehrt.
Hier besteht die Möglichkeit, Ihrem Verstorbenen einen Brief zu schreiben und darin all das auszudrücken, was Sie ihm gerne selbst gesagt hätten.
Im Anschluss an diesen Gottesdienst werden wir diese Briefe himmelwärts schicken, indem wir sie vor der Kirche **ungelesen** verbrennen.

Ungeweinte Tränen weinen

Es sind zwei Krüge und eine Schöpfkelle bereit zu stellen. Der eine Krug ist mit Wasser gefüllt.

L. Tränen sind das Überlaufventil unserer Gefühle. Daher gibt es Tränen der Freude, aber auch Tränen der Trauer.
Sie haben zahlreiche Tränen um ihren Verstorbenen geweint, doch auch einige Tränen unterdrückt. Dabei wird mit jeder Träne ein Stück Trauer abgewaschen.
Hier können Sie alle ungeweinten Tränen stellvertretend weinen, indem Sie Wasser aus dem einen Topf in den anderen schöpfen.

Leid anderer Menschen

Blätter mit dem Schicksal anderer Menschen vorbereiten und auslegen.

L. Wenn uns Leid trifft, meinen wir oft, wir seien die einzigen, die es getroffen habe. Dem ist nicht so. Nur wenige Menschen sprechen über ihr Leid.
Auf der Bank liegen Blätter von berühmten Personen aus, die um ein Kind trauern. Sie können diese ansehen und einzelne Blätter mitnehmen.

Pieta

Poster mit Darstellung der Pieta aufhängen.

L. Als der Leichnam Jesu vom Kreuz genommen wurde, nahm ihn seine Mutter in ihren Schoß. Dort, wo sein Leben begonnen hatte, dort hält sie ihn nun fest.
Da wird ein Mensch dargestellt, der weiß, was es heißt, um einen geliebten Menschen zu trauern. Dieses Verstanden-werden zieht immer wieder Trauernde an.

Belastendes abwaschen

Der Trauernde soll alles Schwere und Belastende abgewaschen bekommen

L. Trauer und Schmerz, echte Schuld und irreale Schuldgefühle lasten schwer auf Trauernden. Dadurch sind Trauernde nicht nur bedrückt. Oft genug drücken diese Dinge den ganzen Menschen nieder.
Gott will uns von allem befreien, was uns bedrückt und niederdrückt. Als Zeichen seines Angebots können Sie dort Ihre Hände waschen und abtrocknen lassen.

Halt finden und gehalten werden

Der Trauernde soll Halt finden und gehalten werden

L. Wem ein geliebter Mensch gestorben ist, fühlt sich oft im freien Fall. Ihm wurde der Boden unter den Füßen weggezogen. Nichts ist sicher. Alles Schlimme erscheint plötzlich als möglich.
Man sucht nach einem Halt und will gehalten werden. Dies können Sie dort erleben, indem Sie einfach nur umarmt werden.

Segen empfangen

Der Trauernde soll Gottes Segen empfangen

L. Wer Leid erfährt, empfindet sich von Gott verlassen, mitunter sogar von Gott bestraft. Der Leidende meint, Gott habe ihm den Segen genommen.
Diesem Eindruck entgegenwirkend, gibt es den Zuspruch des Segen Gottes. Diesen können Sie dort erhalten.

Vor den Kerzen

Die Trauernde können sich vor den Kerzen der Verstorbenen erinnern.

L. Zu Beginn dieses Trost-Gottesdienstes haben wir die Namen der Verstorbenen vorgelesen und bei jedem Namen eine Kerze an der Osterkerze angezündet und vor dem Altar abgestellt. Damit holten wir Ihre Verstorbenen zeichenhaft hier in dieses Trost-Gottesdienstes.
Sie können sich vor diese brennenden Kerzen stellen und sich Ihrer Verstorbenen erinnern.

Orientierungshilfe

Orientierungshilfe

L. Trauernde haben oft für ihr Leben die Orientierung verloren.
Zu Ihrer Orientierung liegen dort verschiedene Blätter und Karten aus, von denen Sie das mitnehmen dürfen, was Sie anspricht. Es sind dies unter anderem:

- die 10 kleinen Gebote, auf der Rückseite die 10 Doppelgebote,
- eine Karte über das Trauern
- eine Karte mit der Pflicht zur Eigenliebe,
- eine Karte mit der Einladung, sich was Gutes gönnen,

Nehmen Sie für sich und andere mit, was Sie anspricht.

Werkstatt

Heil werden durch Gott

L. Der Tod eines geliebten Menschen bringt unser Leben in Unordnung.
Gott will, dass wir alle heil werden.
Wie wir unser Auto zur Werkstatt bringen und vom Mechaniker reparieren lassen, so bleiben Sie in den Kirchenbänken sitzen, hören der Musik zu und lassen Gott an sich handeln.

Einladung zu den Stationen

V. Sie haben nun 20-30 Minuten Zeit, nach freier Wahl sich zu den Stationen zu begeben, von denen Sie sich angesprochen fühlen.
Die grünen Blätter helfen Ihnen bei der Orientierung der Stationen.

Für 20-30 min. von CD bzw. vom Organisten meditative Musik spielen lassen.

1.1.4 Abschluss

Lied: GL 840, 1+2 Meine Zeit steht in deinen Händen - 1+2

Fürbitten

Nach jeder vom Lektor vorgetragenen Fürbitte von allen Mitfeiernden ein: **Wir bitten dich, erhöre uns.**

V. Herr, Jesus Christus, menschgewordener Sohn Gottes, wir feiern mit jeder heiligen Messe deine Auferstehung. Du hast uns gelehrt, dass nicht der Tod das letzte Wort hat, sondern das Leben. So kommen wir voller Vertrauen mit unseren Bitten zu dir.

L. Wir feiern Ostern als Fest der Freude über deine Auferstehung. - Lass uns auch in unserer Trauer Anteil haben an dieser Freude.

L. Wir feiern Ostern als Siegesfest des Lebens über den Tod. - Lasse uns Frieden finden in unserer Trauer.

L. Wir feiern Ostern als Fest der Hoffnung. - Schenke einem jeden von uns die Hoffnung, dass auch schon auf dieser Welt ein Leben in Fülle auf uns wartet.

L. Wir feiern jede heilige Messe als Fest der Versöhnung. - Lass uns Versöhnung erfahren mit Gott, mit unseren Mitmenschen und mit uns selbst.

L. Wir leben im Verbund einer Familie. - Lass uns auch über den Tod hinaus mit unseren Verstorbenen verbunden sein durch das Band der Liebe.

L. Tragen wir in einer kurzen Stille alle unsere ganz persönlichen Anliegen vor Gott.

L. Heute gedenken wir in besonderer Weise unserer Verstorbenen. - Herr, lasse sie sie in deiner Liebe geborgen sein.

V. Erhöre unsere Bitten, mit denen wir vertrauensvoll zu dir kommen. Erhöre sie und wandle sie uns zum Segen. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

A. Amen.

Vater-unser-Gebet

V. So lasst uns gemeinsam beten, wie Jesus schon seine Jünger zu beten gelehrt hat.
V. Vater unser, der du bist im Himmel, ...

Lied: GL 840, 3 Meine Zeit steht in deinen Händen

Hinführung

V. Trauernde fühlen sich oft in einem tiefen, finsteren Loch. Dieses kennt auch der Psalmist, wenn er von der finsteren Schlucht schreibt, durch die er zu gehen hat. Doch er geht nicht allein. Er weiß, dass Gott ihn auch auf diesem finsteren Weg begleitet.

Ps 23

L. Der Herr ist mein Hirte, nichts wird mir fehlen.
Er läßt mich lagern auf grünen Auen
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.
Er stillt mein Verlangen;
er leitet mich auf rechten Pfaden, treu seinem Namen.
Muss ich auch wandern in finsterer Schlucht, ich fürchte kein Unheil;
denn du bist bei mir, dein Stock und dein Stab geben mir Zuversicht.
Du deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde.
Du salbst mein Haupt mit Öl, du füllst mir reichlich den Becher.
Lauter Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang,
und im Haus des Herrn darf ich wohnen für lange Zeit.

Hinführung

V. Trauernde haben nicht nur ein Recht auf Trauer. Sie haben auch in gleicher Weise ein Recht auf Leben.

Recht auf Leben

L. Sie haben ein Recht auf Leben.
Egal, wie tragisch oder gewöhnlich der Tod Ihres Verstorbenen war,
Sie haben ein Recht auf Leben!
Gleichgültig, was die Menschen um Sie herum sagen,
Sie haben ein Recht auf Leben!
Unerheblich, wie wenig Stunden seit dem Tod Ihres Verstorbenen vergangen sind,
Sie haben ein Recht auf Leben!
Ungeachtet dessen, was die Menschen um Sie herum denken,
Sie haben Recht auf Leben!
Dieses Recht kann Ihnen niemand absprechen,
kein Mensch und keine Macht der Welt!

Lied: GL 336, 1-4 Jesus lebt, mit ihm auch ich!

Ermutigung und Einladung

V. Wir sind nun am Ende des Gottesdienstes angekommen.
Nach dem anschließenden Segen sind Sie eingeladen, nach vorne zu kommen und die Glaskerze mit dem Namen Ihres Verstorbenen mit nach Hause nehmen. Möge Sie diese Glaskerze an dieser Trost-Gottesdienst erinnern und Ihnen die Finsternis Ihrer Trauer erhellen.
Ich werde mich in diesen Minuten umziehen, bevor ich mit Ihnen zum Verbrennen der Briefe nach draußen gehe.
Im Anschluss sind Sie alle noch ganz herzlich zum gegenseitigen Austausch bei Tee und Gebäck eingeladen.
Vor dem Segen singen wir jedoch noch 2 Strophen des Gedichts „Von guten Mächten wunderbar geborgen“, von Dietrich Bonhoeffer. Er schrieb den Text aus dem Gefängnis seiner Verlobten zum Jahreswechsel 1944/1945. Sicherlich hat er geahnt, dass er das Gefängnis nicht mehr lebend verlassen wird.
In dieser Situation schrieb er dieses Gedicht. Es ist ein großes Zeugnis von Gottvertrauen. Möge der Text dieses Liedes für Sie alle zur Erfahrung werden. Mögen auch Sie sich von guten Mächten wunderbar geborgen fühlen.

Lied: GL 430, 1, 2, 4, Von guten Mächten wunderbar geborgen (7 = Refrain)

Gerne dürfen Sie das Liedblatt zur Erinnerung an diesen Trost-Gottesdienst mitnehmen.

Segen

Nun erbitte ich für Sie den Segen Gottes:
Jesus, du Licht der Welt, voll Vertrauen bitten wir dich:
Erleuchte die Finsternis der Trauernden,
sei ihnen Licht auf ihrem Weg durch die Trauer,
öffne ihnen die Schleusen der Tränen, wo sie bisher verschlossen waren,
sei ihnen Klagemauer, wo sie bisher nicht gewagt haben, zu klagen,
überbringe den Verstorbenen die Worte, die nicht ausgesprochen waren,
führe allen Trauernden verständnisvolle Menschen zu, die ihnen Halt und Trost geben,
nimm von ihnen alle Schuld und Selbstvorwürfe,
bringe das in Ordnung, was durch diesen Tod in Unordnung geraten ist
und nimm die Verstorbenen auf in deine himmlische Herrlichkeit.
Dazu segne euch der dreieinige Gott,
der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.
A. Amen.