An Allerseelen gedenken wir in erster Linie unserer Toten in Familie und Verwandtschaft. Aber der Gedenktag kann auch Anlass sein, über unseren eigenen Tod, unsere eigene Endlichkeit nachzudenken.

Ja sicher, jeder weiß, dass es einmal für jeden zu Ende geht – aber Hand aufs Herz: So richtig verstehen, dass das Ende jeden Augenblick kommen könnte? Ein Herzinfarkt, Unfall, Blutgerinsel… ? Das Bewusstsein fehlt uns in aller Regel.

Insofern ist unsere eigene Sterblichkeit ein wichtiges Thema und, weil in St. Blasien schon gestern die Gräbersegnung war möchte ich heute den Akzent auf diese generelle conditio humana setzen.

Tun wir dies, ist die Arbeit der US schweizerischen Psychiaterin Elisabeth Kübler Ross hilfreich. Sie kennt 5 Phasen im Umgang mit Tod und Endlichkeit.

Verdrängung, Wut, Verhandeln, Depression und Akzeptanz.

Verdrängung: Diesen Punkt habe ich ja gerade dargelegt: Wir wissen um den Tod, verdrängen aber in aller Regel.

Zweitens. Wenn wir die Unvermeidlichkeit kapieren, ist tatsächlich Wut eine häufige Reaktion, denn: Jeder von uns, seien wir ehrlich, hält sich für unüberbietbar. Jeder glaubt, der Welt wird ganz schön was fehlen wenn wir nicht mehr da sind (was ja auch richtig ist: Wir sind tatsächlich einzigartig und großartig. Und trotzdem soll es mit uns unverhinderbar, unwiderruflich ein Ende haben? Also wirklich!

Es folgt Phase 3: „Verhandeln“: ich muss immer grinsen, wenn ich durch das Fenster in Fitness-Studios sehe, wie Menschen sich dort abrackern. Das ist ja alles recht und schön, aber aufhalten lässt sich das Altern trotzdem nicht. Oder: Die Medizin: Auch wenn die Lebenserwartung steigt: Hoffnung auf die Unsterblichkeitspille ist nicht angebracht. Oder für jene, die Geld haben, der Traum von der Technik, etwa Kryokonservierung. Dass man sich einfrieren lässt in der Hoffnung, irgendwann bei fortschreitender Technologie wieder aufzutauen und dann ewig weiterzuleben. Sie merken: Ich glaube an all diese Möglichkeiten

nicht und garantiere ihnen, sie werden in absehbarer Zeit nicht das Problem von Tod und Sterben lösen.

Also, 4. Stufe, Depression angesichts des Unvermeidlichen: Alt werden, Verfall der körperlichen und geistigen Fähigkeiten, der Weg abwärts, das zweite Gesetz der Thermodynamik: Naturgesetz. Furchtbar. Alles umsonst.

Aber es gibt einen Weg aus der Depression heraus, und das ist die 5. Und letzte Phase: Akzeptanz. Akzeptiert man das Unvermeidlichen wird dies begleitet von Freude an dem, was immer noch möglich ist – und das ist viel, selbst wenn man alt und krank ist. Daraus erwächst eine Versöhnung mit dem Unvermeidlichen und das Finden eines neuen Friedens, einer neuen Zufriedenheit mit dem eigenen Leben, ein neuer Selbst- und Weltbezug.

Ha, werden jetzt vielleicht einige sagen: Jetzt hält er doch eine Predigt ohne Bezug zu Gaia, Klima und Mutter Erde – obwohl er letzten Sonntag noch versprach, das bis zum Ende der Installation zu tun. Nun, Sie liegen falsch: Ich komme zum zweiten Teil meiner Predigt:

Die Trauerphasen, die ich Ihnen gerade genannt habe, gibt es nicht nur in der Auseinandersetzung mit menschlicher Sterblichkeit.

Ähnliche Phasen sind bei all jenen vorhanden, die verstehen, wie es um unsere Erde bestellt ist und wie zunehmend hoffnungslos, unvermeidbar, unumkehrbar die Situation wird. Seien es Wissenschaftler oder Aktivisten, denen die Beschäftigung damit ein Lebensanliegen ist, oder seien es einfach Leute, denen nicht entgeht, dass die Widerstandskraft des Walds abnimmt und Bäume zunehmend sterben.

Die maßgebliche Forschung hierzu wurde von Joanna Macy betrieben, sie nennt fünf Stufen im Trauerprozess um die Erde

1. Auch hier ist Stufe 1 Verdrängung,
2. Hat man die überwunden folgt auf Stufe zwei, etwas anderes als bei Kübler-Ross: Wo diese Wut setzt, beginnt Macy mit

Dankbarkeit. Dankbarkeit für die Schönheit, die trotz allem noch in dieser Welt existiert – das lässt sich ja nicht bestreiten.

3. Dann aber, wie bei Kübler Ross, folgt auf Stufe 3 tatsächlich Verlustschmerz, Trauer und Wut auf all jene, die an der aktuellen Situation Schuld sind bzw. die Situation verursachen oder Lösungen verhindern.
4. Stufe 4 nennt Macy „Die Welt mit anderen Augen sehen“ – also das, was bei Kübler-Ross Akzeptanz ist. Auch hier geht es um die Realisierung von all dem, was mir als Einzelnem oder uns als Gemeinschaft immer noch möglich ist, um noch Schlimmeres zu vermeiden und eine positive Transformation in Gang zu setzen. Und erneut: Das ist noch viel.
5. Der letzte Punkt bei Macy ist anders als bei Kübler-Ross. Wo diese mit Akzeptanz endet, weil Dinge nicht mehr zu ändern sind, stellt Macy die Aufforderung, ins Handeln zu kommen. Bei Klimawandel und Artensterben ist noch nichts unveränderlich, aber von selbst geschieht natürlich auch nichts zum Besseren.

Oh je – werden einige denken, jetzt kommt er wieder mit Verantwortung und Pflicht um die Ecke, das überfordert mich. Keine Sorge, jetzt kommt Abschnitt 3 meiner heutigen Predigt.

Wir sind mit unseren Sorgen und Problemen nicht alleingelassen!

Sie wissen, dass ich ein großer Fan nicht-europäischer Kulturen bin, von denen ich viel gelernt habe. Sowohl in Afrika als auch bei den Maya Indianern ist mir von Anfang an deren ganzheitliches Weltbild aufgefallen, und zwar nicht nur die Einheit von allem Lebendigen, wie es uns das Gaia Konzept nahelegt, sondern auch die Verbundenheit mit der spirituellen Welt.

Da ist zum einen das Wissen um die Verbundenheit mit den Verstorbenen, deren Weisheit und Hilfe uns nach wie vor nahe ist und die uns in unseren Aufgaben beistehen. Das wurde bildgewaltig umgesetzt in Marvels Kassenschlager Black Panther, als der ermordete König T’Chaka seinem Sohn T’Challa half, Wakanda zu regieren. Sagen Sie jetzt nicht:

„Das ist doch Blödsinn, das hat das Christentum doch alles überwunden!“ Nun, hören Sie nachher ganz genau bei der Präfation zu, wenn ich bete „Deinen Gläubigen o Herr wird das Leben gewandelt, nicht genommen“. Wem das Leben „nur“ gewandelt wird, der ist nicht tot. Meine Mutter jedenfalls war immer davon überzeugt, dass ihre Mutter gegenwärtig ist und eine Hand über sie hält.

Und dann ist in anderen Kulturen noch ein Gespür für die Verbundenheit mit Gott und der geistigen Welt vorhanden. Auch ich haben angesichts des verbreiteten Geister- und Dämonenglaubens bei den Maya Indianern anfänglich die Stirn gerunzelt, aber sehen Sie es doch auch mal katholisch: Gestern haben wir Allerheiligen gefeiert: Was ist unser katholischer Glaube an Heilige, Schutzpatrone, Nothelfer und Engel anderes?

Renaissance, Aufklärung, Naturwissenschaften, industrielle Revolution haben dem Menschen unvergleichliche Macht gegeben. Und, wie wir von Spiderman wissen: Mit großer Macht kommt große Verantwortung – und an beidem leiden wir heute.

Parallel dazu wurden die spirituellen Sinnesorgane beschnitten, was die Menschen verarmen ließ. Dabei ist unsere Tradition so reich, unser Glaube könnte so entlastend sein.

Ich jedenfalls bin davon überzeugt, dass die katholische Kirche Allerheiligen und Allerseelen absichtlich zusammengelegt hat, weil sie uns als Paket vor Augen stellen möchte, wie wir auf Erden verbunden sind mit dem Himmel. Wie es auch im feierlichen Weihnachtssegen heißt: „In Christus hat Gott Himmel und Erde verbunden – durch ihn vereine er euch mit der Kirche des Himmels“.

Versuchen Sie einmal diesen Blickwinkel, einer Schöpfung, in der die sichtbare und unsichtbare Welt in Christus geschaffen wurde, durch ihn erlöst wurde und in ihm erhalten wird. Dann wird sich auch unser Verhältnis zu Tod und Endlichkeit verändern und entspannen, sowohl bei unseren Lieben, als auch bei uns.