

## Worauf wir uns verlassen können

### Dr. Michael Heymel referiert beim Tag der Hoffnung zum Thema „Trost“

---

„Aller Trost, den ein Mensch braucht, hat seinen letzten Grund in Gott und ist in ihm aufgehoben.“ Das hat der Privatdozent und Autor Dr. Michael Heymel vor etwa 80 Teilnehmenden beim „Tag der Hoffnung“ im evangelischen Gemeindehaus der Wetzlarer Gnadenkirche gesagt. Der Wissenschaftliche Mitarbeiter am Zentralarchiv der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau aus Wiesbaden setzt seinen Schwerpunkt im Gebiet der Theorie und Praxis musikalischer Seelsorge. Heymel, gleichzeitig Gemeindepfarrer, zeigte den Mitarbeitenden in Besuchsdienst, Trauer- und Hospizarbeit zunächst die biblische Perspektive des Tröstens auf. So bezeichnete er das Buch der Offenbarung als Trostbuch für verfolgte Gemeinden und führte die Jahreslosung 2016 aus dem Propheten Jesaja, Kapitel 66, Vers 13 an: „Ich will euch trösten wie einen seine Mutter tröstet.“ Trösten im Blick auf andere bedeute menschliche Zuwendung und Beistand. „Trost ist etwas, auf das ich mich unbedingt verlassen kann, das Halt gibt, im Sinne von ‚Christ will unser Trost sein‘.“ Solcher Trost mache widerstandsfähig, erklärte der Referent, der in dieser Art der Zuwendung eine Grundaufgabe der Seelsorge sieht.

Den anderen in seinem Leid wahrzunehmen, ihm zuzuhören, ihn klagen zu lassen, gemeinsam zu schweigen und auf Christus zu schauen – darin sieht Heymel die entscheidenden Schritte bei der Begleitung trostbedürftiger Menschen. Aber: „Nur Christus kann sich ganz in die Lage eines leidtragenden Menschen versetzen“, nahm er auf Sören Kierkegaard Bezug. „Wir selbst verfügen nicht über den wahren Trost und brauchen uns deshalb auch nicht selbst zu überfordern.“ Wichtig sei vor allem das Gebet, denn: „Beten heißt, den leidtragenden Menschen zu einem Teil meiner Selbst zu machen.“

Praktische Tipps und Anleitungen für die eigene Arbeit gab es für die Anwesenden im Anschluss bei vier Workshops, die gleichzeitig das Thema vertieften. Über Trost-Rituale sprachen Interessierte mit Pfarrer Hans-Dieter Dörr. „Rituale können eine Hilfe sein, schwere Situationen zu bewältigen“, betonte der Seelsorger am Wetzlarer Klinikum und regte zu einem Erfahrungsaustausch an: „Was hat Ihnen in Zeiten der Trauer am meisten geholfen?“ Zudem gab er den Anwesenden einen detaillierten Plan für die Gestaltung eines Abschiedsrituals an die Hand. „Wie tröstet man im Alter?“ war das Thema von Eberhard Hoppe, Pfarrer für Notfallseelsorge und im Herborner Gemeinschaftsverband. Er sorgte zunächst mit der Feststellung, dass einer der wichtigsten Säulen des Trostes der Humor ist, für Schmunzeln. Darüber hinaus hatte er Symbole mitgebracht, darunter ein Bäumchen, das, der Jahreszeit entsprechend,



Vor 80 Anwesenden berichtete Dr. Michael Heymel über die Bedeutung des Trostes.



Pfarrer Hans-Dieter Dörr präsentierte eine Anleitung zur Entwicklung eines Trost-Rituals.

seine Blätter verloren hatte. „Wenn Menschen alt werden, fallen die Blätter, aber die Wurzel bleibt fest und wächst weiter.“ Trösten bedeute, alten Menschen zu helfen, die Wurzel wahrzunehmen und sie zu vergewissern, dass sie im Glauben Halt finden. Eigenhändig Bäume gemalt, einen Teil des Bildes herausgerissen und teilweise an anderer Stelle eingefügt hatten Besucher des Workshops der Kunst-Therapeutin Gabriele Hünninger. Sie setzten sich so mit eigenen Verlust- und Trosterfahrungen auseinander. „Verletzungen bleiben nicht ohne Narben, trösten braucht Zeit“, erklärte Hünninger. „Aber es entsteht ein Freiraum, in dem Neues wachsen kann.“ Trost kann auch durch Musik Wirklichkeit werden. Darauf machte Dr. Heymel in seinem Workshop aufmerksam. Beruhigend könne es beispielsweise wirken, mit einem kranken Menschen einen bekannten Choralvers zu singen oder ihn zu summen. Das Gesangbuch sei dabei mit Paul Gerhardt-Liedern wie „Befiehl du deine Wege“ und „Geh aus mein Herz“ ein „seelsorgliches Hilfsmittel ersten Ranges“.

Den Segen sprach Pfarrer Björn Heymer (Wetzlar). Für die musikalische Begleitung hatten der Greifensteiner Pfarrer Dr. Armin Kistenbrügge (Cajon) und Pfarrer Joachim Grubert aus Volpertshausen (Klavier) gesorgt. Begrüßt hatte die Anwesenden Pfarrerin Kirsten Vollmer (Bonbaden).

Der Arbeitskreis für missionarischen Gemeindeaufbau (AMG) hatte den „Tag der Hoffnung“, der jährlich im November stattfindet, in Zusammenarbeit mit dem Seelsorgeausschuss der Evangelischen Kirchenkreise Braunfels und Wetzlar vorbereitet.

Literaturtipp: „Wie man mit Musik für die Seele sorgt“ von Dr. Michael Heymel ist erschienen im Matthias-Grünwald-Verlag Ostfildern und zum Preis von 19,90 Euro über den Buchhandel erhältlich.

**Quelle: [www.kirchenkreis-braunfels.de](http://www.kirchenkreis-braunfels.de)**

*Die Veranstaltung fand am 21.11.2015 statt.*



Pfarrer Eberhard Hoppe hatte zum Thema „Trost im Alter“ zahlreiche Symbole mitgebracht.