

Die Trauer zulassen

„Die Widmung eines Grabmals ist ein alter, edler Brauch. Damit eng verbunden ist die Gestaltung und Wahl des Steines, der die Lebensdaten und die Symbolik für die oder den Verstorbenen trägt.“
Emilie Böse

Geborgenheit auf dem Friedhof

Alles ist im Wandel. Wo früher Beständigkeit war, ist heute Schnelligkeit. Auch die Friedhofskultur verändert sich. „Aber nicht alle alternativen Bestattungsformen sind optimal für die Trauernden“, beschreibt Susanne Böse vom Grabmalzentrum Böse in Großenlütder. „Denn oft ist das Grab schlecht erreichbar oder es ist verboten, Trauerhandlungen durchzuführen.“ Das Team des Grabmalzentrums Böse trägt mit seinem Angebot und seiner Beratungsleistung dazu bei, dass Friedhöfe wieder zu Orten werden, die Menschen gut tun und ihrer Trauer einen Platz geben.

„Das individuelle Grabmal ist heute mehr denn je ein wichtiger Teil in der Trauerbewältigung“, erklärt Susanne Böse. „Wir nehmen uns viel Zeit zu erfahren, was die Hinterbliebenen mit dem Verstorbenen verbindet und was ihnen wichtig ist.“

Ein Grabmal kann Wurzeln geben

Der Tod eines nahen Angehörigen trifft uns oft unvorbereitet und bringt uns in eine Ausnahmesituation. Schmerz über den Verlust und Trauer lähmen unser Denken und Tun. So werden oft unwissentlich Entscheidungen über die Art der Bestattung getroffen, die für die Hinterbliebenen nicht gut sind. Denn so individuell wie das Leben sind auch die Gefühle der Hinterblie-

benen und die Bilder, die sie mit dem Verstorbenen verbinden. Ein Grabmal, das charakteristisch zum Verstorbenen passt, hält gute Erinnerungen lebendig. Ein schönes Grabmal kann einer Familie oder einer Gemeinschaft zusammengehöriger Menschen Wurzeln geben. Das geschieht auch, wenn alle Mitglieder ihren Lebensmittelpunkt an unterschiedlichen Orten haben.

Bedürfnis nach Nähe

Eine unserer stärksten Emotionen ist der Verlustschmerz. Er kann nur verarbeitet werden, wenn er zugelassen wird. Erst wenn sich Trauernde beschützt, umsorgt und wohlfühlen, können sie sich emotional öffnen. Erinnerungen bewirken solch eine emotionale Öffnung. „Durch das Sehen der Symbole setzt ein Grabmal in verstärktem Maße Erinnerungen in Gang“, beschreibt Susanne Böse. „Der Verstorbene wird oft durch diese Symbole von den Trauernden gespürt.“ Im Moment des Erinnerns, Öffnens und Fühlens entsteht intuitiv ein Bedürfnis, sich mit dem Verstorbenen auszutauschen und noch einmal seine Nähe zu spüren. Da dieses starke Bedürfnis unerfüllbar bleibt, kommt es zu Ersatzhandlungen an der Grabstätte: Der Trauernde legt Blumen ab oder zündet eine Kerze an.

Auf der Internetseite www.grabmal-zentrum.de hat die Firma Böse eine Übersicht aller Grabsteine zusammengestellt. Eine Auswahl nach Farbe, Material oder anderen Kriterien erleichtert dem Kunden die spezielle Suche.



Die Schritte der Trauerbewältigung

Die Wirkungskette der Trauerbewältigung erfolgt in fünf Schritten: **Sehen – Erinnern – Öffnen – Fühlen – Handeln**
Diese Möglichkeit, die Trauer über den Verlust eines geliebten Menschen zu verarbeiten, macht die therapeutische Wirkung eines Grabsteins aus. Der Besuch am Grab und das Gefühl der Geborgenheit auf dem Friedhof ermöglichen es den Hinterbliebenen, ihren Verlustschmerz zu verarbeiten. Fachleute aus der Branche wissen seit einigen Jahren, dass alternative Bestattungsarten wie anonyme Felder oder Urnenwände nach dieser Wirkungskette für die Trauerbewältigung der Hinterbliebenen nicht geeignet sind.