

08.04.2026 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Claudia Sattler,

Evangelische Pfarrerin, Herborn

Trauerkombüse

In der Trauerkombüse wird gemeinsam gekocht. Teilnehmen können dort Männer, die ihre Frauen verloren haben. Zusammen kochen sie – ganz normale Gerichte. Kartoffelbrei zum Beispiel. Oder Frikadellen. Und notfalls auch Spiegelei und Butterbrot.

Wenn das Leben plötzlich still wird

Mein Schwiegervater kocht jetzt donnerstags mit. Butterbrote schmieren – das kann er. Aber gekocht hat in den letzten sechzig Jahren immer seine Frau. Sehr gut, versteht sich. Jetzt ist sie gestorben. Sie fehlt. Beim Frühstück. Beim Zeitunglesen. Beim Spazierengehen. Abends. Immer.

Trauer teilen, statt allein schweigen

In der Trauerkombüse geht das allen so. Da hilft: Gemeinsam kochen. Sieben Wochen lang, einmal die Woche, ein Drei-Gänge-Menü in der Gruppe. Dabei kann man reden. Oder auch nicht. Ein Abendessen. Eine Gruppe. Zusammen am Tisch. Ein kleiner Schritt. Vielleicht.

Biblische Hoffnung: Wo zeigt sich Ostern heute?

In der Bibel gibt es Oster-Geschichte.^[1] Zwei Jünger von Jesus sind kurz nach seinem Tod unterwegs. Sie trauern um ihren Freund, sind orientierungslos. Plötzlich läuft da einer mit ihnen. Hört zu. Redet. Irgendwann setzen sie sich zusammen hin und essen. Der Fremde teilt das Brot. Und in diesem Moment merken die Jünger: Das ist Jesus, der Auferstandene. Nicht so wie früher – aber doch derselbe. Sie erkennen ihn beim Essen. Die Verbindung zu ihm bleibt. Und sie zeigt

sich am Tisch. Unter Menschen. Beim gemeinsamen Essen.

Trost im Alltag – was bleibt nach dem Verlust?

Das finde ich tröstlich. Mit dem Tod ist nicht alles zu Ende – es gibt etwas, das bleibt. Und das zeigt sich in den kleinen Momenten. Beim Brot brechen – oder Butterbrot schmieren. Beim Tisch decken für andere. Beim gemeinsamen Kochen, wenn einer fehlt.

Ein Stück Ostergeschichte in der Trauerkombüse

Ich weiß nicht, ob mein Schwiegervater das auch so sieht. Aber für mich ist die Trauerkombüse ein Stück Ostergeschichte. Ein kleiner Schritt zurück ins Leben.

[1] Lukas 24,13-35