

23.04.2026 um 00:01 Uhr

**hr1 ZUSPRUCH**



Ein Beitrag von

**Andrea Seeger,**

Evangelische Theologin, Oberursel

## Trostbank

Mein Freund Matthias wohnt auf einem Bauernhof im Hunsrück. Als ich ihn besucht habe, war ich mit ihm am Grab seiner Eltern auf dem Friedhof. Und dort steht eine ganz besondere Bank. Sie steht nicht einfach nur da – sie wartet. Auf Menschen mit schweren Herzen, auf Geschichten, auf Tränen, auf Gespräche und auf das, was zwischen Menschen heilend wirken kann: das Zuhören.

### **QR-Code und Trost: Was hört man auf dieser Bank?**

Wer auf dieser Bank sitzt, kann einen QR-Code scannen – und lauscht dann Geräuschen, Liedern, Texten. Stimmen, die trösten wollen. Der christliche Hospizverein Morbach hat diese und andere Trostbänke im Umkreis aufgestellt. Eine schöne Idee!

### **Nicht allein im Schmerz**

Denn auf einem Friedhof sitzt man selten nur so beim Spaziergang. Sondern weil jemand fehlt. Weil die Stille manchmal zu laut wird. Weil man nicht weiß, wohin mit der Trauer. Und genau da setzt sich jemand neben einen. Nicht aus Fleisch und Blut – aber mit einer Stimme. Mit einem Lied. Mit einem Wort, das trägt.

### **Woher kommt die Bank-Idee?**

Die Bank-Idee stammt übrigens aus Norddeutschland und zieht jetzt weitere Kreise. Menschen, die Verlust kennen, haben sie umgesetzt. Sie wissen, wie sich das anfühlt – und geben dieses Wissen weiter. Als Begleitung auf einer Bank mitten auf dem Friedhof. Als Raum für Ruhe,

Reflexion und Begegnung, als Zuversicht und Trost.

## **Nächstenliebe auf einer Bank**

Vielleicht ist das eine der schönsten Formen von Nächstenliebe: dass jemand denkt: Auch wenn ich nicht da sein kann, soll ein Wort da sein. Für dich. Genau dann, wenn du es brauchst.

Mehr unter: [www.trostbaenke-morbach.de](http://www.trostbaenke-morbach.de)