

# Essen wie früher die Mönche beim Mittfasten-Mahl

**TRADITION** Gabriele Jöhren spricht bei der Veranstaltung über anonyme Beerdigungen.

Von Nele Dohmen

Dem Fasten einen besonderen Schwerpunkt zu verleihen, darum geht es Hansgeorg Hauser: Das traditionelle Mittfasten-Essen des Hauses der Seidenkultur ist seit zehn Jahren Tradition. Genau wie der Entschluss, jedes Jahr zu der Veranstaltung einen Vertreter aus dem besonderen Bereich der Seelsorge einzuladen.

Beim diesjährigen Mittfasten-Essen am Freitag war die Trauerbegleiterin Gabriele Jöhren als Referentin zu Gast. Von den Einnahmen aus dem Eintritt gingen 300 Euro an das Krefelder Hospiz an der Blumenstraße.

**Die Trauerbegleiterin rät, sich Raum zum Trauern zu nehmen**  
„Anlässlich des Weltfrauentages war es uns sehr wichtig, eine Frau einzuladen“, erklärt Hansgeorg Hauser, Vorsitzender des Fördervereins Haus der Seidenkultur. Gabriele Jöhren hält seit elf Jahren Trauerreden, begleitet Angehörige beim Abschied nehmen.

Bei ihrem Vortrag am Freitagabend ging es um anonyme Beer-

digungen. „Viele wollen es ihren Kindern nicht zumuten, sich ständig um die Grabpflege zu bemühen und wollen die Bestattung als solche zu keiner finanziellen Belastung machen. Deshalb entscheiden sich einige für eine anonyme Beisetzung“, so Jöhren. „Meiner Erfahrung nach nimmt das der Trauer den Raum. Gerade die, die nicht wissen wo ihr Bruder liegt, brauchen länger um den Verlust des geliebten Menschen zu überwinden.“

Es gebe andere Möglichkeiten, sagt die Expertin. Etwa neue,

pflegefreie Gräber oder Baumgräber, bei denen wenigstens Name und Lebensdaten des Verstorbenen auf einer Tafel festgehalten seien. Außerdem sei eine anonyme Beisetzung nur 200 Euro günstiger als eine traditionelle.

„Ich finde Aufklärung beim Thema Trauer sehr wichtig. Man muss sich Raum zum Trauern nehmen. Sonst hat das langfristige seelische Schäden zur Folge“, meint Jöhren. Sie hat beruflich oft mit dem Krefelder Hospiz zu tun: „Ich schätze die Arbeit dieser Einrichtung sehr“, erklärt



## ■ SEIDENKULTUR-HAUS

**GESCHICHTE** Die ehemalige Paramentenfabrik war bis 1992 in Betrieb. 2000 wurde sie zu einem Museum umfunktioniert.

**AUSSTELLUNG** Wegen der Sanierungsarbeiten findet gerade eine Ausstellung im Südbahnhof an der Saumstraße statt. Sie kann jeden ersten und dritten Sonntag im Monat kostenlos von 11 bis 16 Uhr besucht werden, die Führungen um 14 Uhr kosten drei Euro.

sie. „Deshalb sollen die 300 Euro auch dorthin gehen.“

Das Haus der Seidenkultur wird zur Zeit saniert, darum fand das diesjährige Mittfasten-Essen im Werkhaus an der Blücherstraße statt.

Das Mittfasten-Mahl ist ein ganz besonderes: es wird nach einem Rezept aus einem mittelalterlichen Kochbuch zubereitet. So, wie die Mönche früher an Mittfasten gegessen haben: Eine herzhafte Brotsuppe und Kartoffeln mit Quark. Für die Mönche allerdings war dies tatsächlich die erste Mahlzeit nach 20 Tagen des strikten Fastens: sie aßen nur ein Mal während der gesamten Fastenzeit. Das wird auch für den Grund gehalten, weshalb das Starkbier vornehmlich in Klöstern gebraut wurde.