



Ritualers betydning i sorg

Alle mennesker har brug for ritualer, og de fleste af os HAR faktisk ritualer. Ritualerne er vigtige – ikke mindst, når der sker alvorlige ting som dødsfald. Ritualer kan være vidt forskellige fra person til person. De kan være med ord eller ordløse. De kan være et kropssprog. De kan være religiøse eller ikke-religiøse. Men hvad er det, ritualerne kan?

Af Ruth Østergaard Poulsen, sygehuspræst

Ritualer giver os ord der, hvor vi mangler ord og ikke kan udtrykke os!

Når vi ikke ved, hvad vi skal sige, så må vi låne fra ritualerne. Dem finder vi i både Bibelen og salmebogen, i bønner eller i børnesange og remser. På sygehuset mødte jeg en dag en dreng på fem år, der skulle sige farvel til sin døde bedstemor. Det var tydeligt, at han ikke kunne gå fra hende. Der var noget, han ville. Han stillede sig ved hovedgærdet og sagde: »Så er det sidste gang, Bedstemor,« og så trykkede han hende på næsen tre gange med et »Dut, dut, dut«. Det var et ritual, de to havde haft. Tre dut på næsen, når de sagde farvel. Og præcis dét ritual hjælper ham til at gå fra sin bedstemor den sidste gang. Dét kan ritualer – give os ord eller en handling, hvor vi ellers ikke ved, hvad vi skal sige eller gøre.

Ritualer kan bringe orden i kaos

I mit arbejde som sygehuspræst oplever jeg ofte, at især børn græder voldsomt ved et dødsleje. Her kan ritualerne bringe orden i det kaos, de pludselig oplever – måske kun for en stund, men det giver børnene en pause i det triste. Det kan være en salme eller en sang, som barnet kender, der for en stund kan få gråden på pause, så barnet igen trækker vejret dybere. Ritualer bliver her en slags trædesten.

Ritualer bygger bro mellem før og efter/nu

Når der sker noget forfærdeligt, så bliver især børn bange for, om der overhovedet er noget, der holder. Og da kan fx den sang, som vi plejer at synge sammen, og som vi også kan synge nu, være med til at bygge bro til fremtiden. Kim Larsens søn fortæller, at de altid derhjemme har råbt til den, der forlod hjemmet: »Se dig for, og vi ses«. Og i sin sidste afsked til sin far bruger han samme udtryk til ham.

Ritualer kan bygge bro mellem det, vi forstår, og det vi ikke skal forstå

Når vi beder sammen med et barn, kan bønner og ritualer hjælpe barnet til ikke at skulle og kunne forstå alt. En bøn kunne fx lyde: »Gud, hjælp os til ikke at ville forstå det, som vi ikke kan forstå.« Når der sker noget så forfærdeligt, så vil både børn og voksne gerne kunne forstå. Måske som en flugt fra afmagten. Når jeg beder sammen med børn, forbereder vi ofte bønner sammen. Og da jeg engang spurgte en ni-årig pige, hvad vi skulle sige til Gud, sagde hun: »Gud, jeg håber DU forstår det her,- for jeg gør ikke!«

»Men når vi går ind i et ritual, fx det at synge en sang eller salme, så er vi sammen i sorgen, og der opstår et fællesskab i og omkring sorgen.«

Ritualer kan skabe fællesskab i ensomhed

Når vi mister, reagerer vi forskelligt. Hvert barn sidder med sin sorg og sine minder fra relationen, og man kan derfor nemt føle sig alene i sin sorg. Men når vi går ind i et ritual, fx det at synge en sang eller salme, så er vi sammen i sorgen, og der opstår et fællesskab i og omkring sorgen.

For mig at se er der ingen tvivl om ritualers værdi – heller ikke for børn, der er i sorg. Ritualerne er vigtige!

Hvordan støtter vi som kirke ritualernes fremme og brug?

Når vi som kirke har arrangementer for børn, fx babysalmesang, legestue, minikonfirmander m.m., er det vigtigt, at vi har faste ritualer hver gang. Endnu vigtigere er det måske, at kirken støtter forældre i at få lavet ritualer i hjemmet. Man kan arrangere forældreaftner, hvor man udveksler ideer til ritualer etc. Der kan heri ligge en opgave for præsten, når han eller hun holder dåbsamtale forud

for barnedåben. Det kan være ritualer om morgenen, ved aftenstide, ved måltider, eller når vi siger farvel til hinanden.

Og endelig skal vi alle sammen, når vi er sammen med børn i sorg, være kærligt nysgerrige på at finde frem til, hvilke ritualer barnet har haft med den mistede. Jeg havde engang en samtale med en pige på seks år, der havde mistet sin storesøster på otte år. Jeg lagde mærke til, at hun under hele samtalen sad og bøjede sin lillefinger. Og da jeg fortalte hende, hvad jeg så, fortalte hun, at hun og hendes søster altid lavede krog med deres lillefingre, når de skulle fra hinanden. Og det måtte vi naturligvis ind og gøre en sidste gang. Men jeg spurgte hende også, om det kunne hjælpe hende, at en anden i en periode ville kroge lillefinger med hende. Velvidende at det aldrig ville blive det samme. Det blev så broderen, der fik den opgave.

Min erfaring viser tydeligt, at det er ritualer, der bærer barnet, den dag sorgen rammer. Udfordringen for os som mennesker og kirke er, at de skal være opbygget inden.