

Was bleibt nach dem Tod eines Kindes?

Der Himmel ist nah. Da waren wir uns einig, als Joshua noch gelebt hat. Nun finde ich ihn oft nicht neben mir. Das Leben treibt mich vorwärts, lässt mir keine Zeit, innezuhalten, mich auf die Suche nach ihm zu machen. Die Erinnerungen drohen durch den neuen, fremden Alltag zu verblassen. Oder werden von meinen Tränen hinfert geschwemmt.

... über den Tod hinaus wollten wir einander festhalten. Und nun fand ich mich allein in einem Scherbenhaufen wieder. Unser Leben war in einzelne Fragmente zersplittert. Ich brauchte Zeit, um sie zu ordnen, wieder zusammzusetzen. Jedes einzelne Stück, das ich in die Hand nahm, schnitt mich blutig. Weil mir darauf mein verzweifelter Kampf gegen die Krankheit entgegenschrie, Joshuas Weinen über die Unausweichlichkeit entgegenblickte, oder unser gemeinsames Lachen, das nun nicht mehr war.

Nach dem Tod fragen die einen, ob es nun endlich besser sei, denn es sei doch nun schon wirklich viel Zeit vergangen, die anderen wundern sich, wenn man lacht, obwohl der Tod des Kindes noch nicht allzu weit zurück liegt. Die Welt weiß nicht mit dem Tod eines Kindes und den trauernden Eltern und Geschwistern umzugehen und die Unsicherheit überträgt sich auf das eigene Empfinden. Wie geht trauern? Darf ich lachen, obwohl mein Kind gestorben ist? Bin ich komisch, weil mich immer noch Phasen großer Trauer in tiefe Löcher reißen? Lässt sich Trauer ordentlich erledigen wie eine Aufgabe? Oder habe ich womöglich eine anhaltende Trauerstörung? Eine psychische Erkrankung?

Wir haben uns mit dem Tod auseinandergesetzt, uns vorbereitet - organisatorisch, ja. Was wirklich auf uns zukommt, wissen wir dennoch nicht. Auf den Tod lässt sich nicht vorbereiten. Der letzte Atemzug trifft immer mit unerbittlicher Wucht, die kalte Haut des geliebten Kindes erschüttert bis in die Grundfesten. Nichts ist so endgültig wie der Tod.

Als ich am Friedhof saß, tränenüberströmt, Joshua war erst einige Tage zuvor gestorben, sprach mich eine Frau an. Auch sie hatte ein Kind verloren, es war bereits einige Jahre tot. Aus einem spontanen Impuls heraus fragte ich sie, ob dieser kaum erträgliche Schmerz irgendwann nachließe. Da antwortete sie mir, er höre nicht auf, gehe nicht weg. Man gewöhne sich nur an ihn.

Trauer schwappt in Wellen über einen. Es gibt lichtere Tage, an denen die schönen Erinnerungen wärmen und dunkle, an denen die Wunde besonders schmerzt, das Fehlen des Kindes in den Vordergrund drängt, die Stille lastet.

Bald schon spricht niemand mehr den Namen des Kindes aus. Die Anderen, weil sie meinen, es wäre besser, den Schmerz nicht aufzuwühlen. Wir selbst, weil wir unsere Gegenüber eben nicht mehr erschrecken wollen. So bleibt ein leerer Raum. Doch wie ein schwarzes Loch hat dieses Unausgesprochene drückendes Gewicht.

So stören mich die überall vorfindbaren Büchlein mit tröstenden Worten. In keinem Buchladen finde ich ein Buch über den Schmerz. Wenn das Kind gestorben ist, gibt es zunächst keinen Trost. Bleibt mir vom Leib mit Eurem Trost, diesen leeren Worthülsen. Ich bin untröstlich!

Erst wenn der Schmerz Raum findet, lassen sich neue Wege finden. Diese Hingabe an den Schmerz ist der wichtigste Teil der Trauerarbeit. Heilen kann erst, was in all seiner Schwere ausgesprochen ist, nachgeföhlt wird, Raum findet – und durchlebt wird.

Trauer lässt sich nicht abarbeiten, Eltern durchlaufen nicht nacheinander einzelne klar voneinander abgrenzbare Phasen, an deren Ende wieder alles gut ist. Die Trauer um ein Kind ist weder nach ein paar Monaten "besser", noch nach einem festgelegten Trauerjahr abgeschlossen. Den Verlustschmerz um ein Kind trägt man als Eltern ein Leben lang in sich. Er lässt sich jedoch irgendwann leichter kontrollieren, überfällt nicht mehr ohne Vorwarnung, verliert an Wucht und findet schließlich einen ruhigen Platz im eigenen Seelenleben.

Die Antwort auf die Frage, die ich anderen Eltern gestellt habe, die ich nun verzweifelt gefragt werde und von der andere Eltern erzählen, dass sie ihnen gestellt wird: Kann ich das überleben? Sie lautet: Ja!

Dazu dürfen wir uns das eigene Tempo erlauben. Gnädig sein mit uns selbst und mit den anderen Familienmitgliedern – von denen auch jeder sein eigenes Tempo hat. Leben ausprobieren, wieder Sinn finden und tastende Schritte tun. Liebevoll mit uns selbst sein. Und Weiterleben.

Es hat lange gedauert, bis ich all die Stücke, die von einem Leben bleiben, die Gefühle, die Erinnerungen wieder zusammenfügen konnte, zu einem sinnhaften Ganzen, das mir nun eine Richtung zeigte. Ich bin damit auch immer noch nicht fertig... es wird wohl mein ganzes Leben andauern. Und ich bin froh darum, denn manchmal will ich den Schmerz wieder spüren, will wieder fühlen, was ich verloren habe. Und dabei gleichzeitig erspüren, was geblieben ist.

Wenn wir hindurchgewatet, geschwommen, getrieben sind durch unser Tränenmeer, dann, erst dann ist Raum für das, was bleibt. Den Schatz, den unsere Kinder uns hinterlassen haben. Und Dankbarkeit dafür, dass sie bei uns waren, dass wir eine gewisse Zeit mit ihnen verbringen durften.

Was bleibt also über den Tod hinaus? Bleiben werden die Spuren unserer Kinder.

Die Spuren, die unsere Kinder hinterlassen haben. Sie haben unvergessliche Spuren auf dieser Erde und in unseren Herzen hinterlassen. Jedes Bruchstück ein bunter Edelstein aus Glück und Liebe – wenn sich die Sonne darin bricht.

Marion Getz
Autorin und Leitung JoMa-Projekt e.V.
marion.getz@joma-projekt.de
Tel.: 0151 2015 0077



Foto: Marion Getz