

Chronical

Ungedruckte Chronik des Monats November-Dezember 2004
 Auflage Nr.17 ::: 02. Jahrgang

Gazetten-Inhalt
 Zwei ausführliche Interviews
 zum Thema Tod, Trauer und Trost

Dr. Bodo Fritsche
 ::: Leben ohne Dich :::

Gabriele: Gérard
 ::: Florian, geb. 1976 - Trauer, die bleibt :::

::: Leben ohne Dich :::



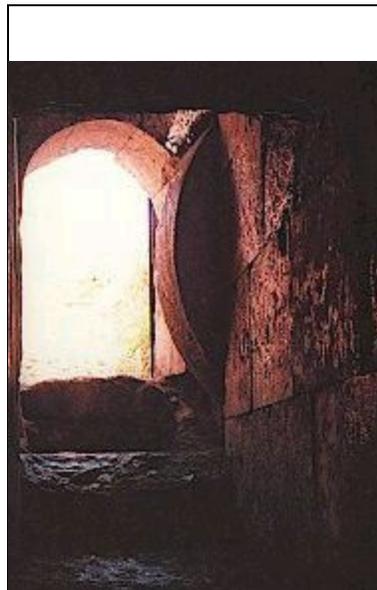
Dr. Bodo Fritsche

Selbsthilfe für Eltern, die ihr
 Kind verloren haben



Und plötzlich ist es still ...

Diese Worte schossen mir in den Kopf, als ich mich tiefer mit dem Tabu-Thema Tod, Trauer und Trost auseinandersetzte. Viele Gedanken ranken sich um die Geburt und den Tod. Unendlich traurige, hilflose und wütende Fragen lassen sich zu einem plötzlichen oder unerwarteten Verlust stellen und ungenügende und dürftige Antworten wird man in der Zurückgelassenheit meist erhalten. Begegnungen mit dem Sterben lehren uns Menschen, mit Verlust umzugehen und sie auszuhalten, denn Abschied nehmen bedeutet, im Leid des Sterbens zusammenbrechen, um neu aufzubrechen. Es tröstet vielleicht, Gedichte zu lesen oder Geschichten erzählt zu bekommen, und sich vorzustellen, dass irgendjemand Ursprung dieser Zeilen ist. Und vielleicht beginnen in solchen Augenblicken Herzen wieder zu wachsen, Augen wieder zu sehen und Hände wieder zu greifen. Man darf die Hoffnung nicht verlieren und soll wieder Geschenke annehmen um sie weiter zu geben, damit der Tod für uns Lebende einen lindernden Schmerz und vielleicht einen tieferen Sinn erhält. Ein kleines Stück Zuversicht, sowie Fröhlichkeit, Liebe, Mut, Kraft mögen uns wieder aufrichten und trösten, denn **"Gestorben bedeutet nicht gleich tot"**. Vielleicht fühlt man sich irgendwann wieder getröstet, wenn man sieht, wie am Morgen die Sonne aufgeht, am Abend die Sterne leuchten oder uns der Mond berührt. Zeichen zu verstehen und sie für sich zu deuten ist das kostbarste Vermächtnis eines Menschen, der eine Spur aus Liebe in unseren verwaisten Herzen zurückgelassen hat. *Silke Klaassen-Boehlke



**Ich werde still sein, doch mein
 Lied geht weiter ...**

Mascha Kalèko

Martina Haucke-Fritsche gründete vor vier Jahren mit ihrem Mann, Dr. Bodo Fritsche, und einer weiteren betroffenen Mutter eine Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern, die den Namen "Leben ohne Dich" trägt. In Mülheim an der Ruhr begegnen sich betroffene Eltern zweimal im Monat zur gegenseitigen Hilfe und zum persönlichen Erfahrungsaustausch. Mittlerweile ist "Leben ohne Dich" ein eingetragener Verein. Ziel ihres Vereins ist es, verwaisten Eltern, Geschwistern und Angehörigen Hilfe bei der Bewältigung der Trauer und des Schmerzes um ein verstorbenes Kind anzubieten und aktive Betreuung von Betroffenen durchzuführen. Eine weitere Aufgabe ist die Information und Aufklärung der Gesellschaft, um einen behutsamen und verständnisvollen Umgang bei Betroffenen zu erreichen.



Damit der Tod kein gesellschaftliches Problem und somit Tabu-Thema bleibt, sollte man trauernden Eltern mit viel Einfühlungsvermögen und Öffentlichkeit begegnen, damit aufkommender Zweifel und die damit verbundene Unsicherheit den Eltern das Abschiednehmen von ihren Kindern nicht noch schwerer fällt. Einen Sinn am Leben, nach einem schmerzlichen Verlust zu finden, ist ein Teil der Trauerarbeit und auch Unbeteiligte begreifen, wie bei der Selbsthilfegruppe "Leben ohne Dich" unter Gleichbetroffenen die Trauer geteilt wird.

Sehr geehrter Herr Dr. Bodo Fritsche,

Jährlich sterben 8.000 Kinder unter 16 Jahren in Deutschland. Der Verlust eines geliebten Menschen ist wie ein Erdbeben. Ganz plötzlich und ohne Vorwarnung stürzen Welten ein und es herrscht das Chaos. Nichts scheint mehr von einem Moment auf den anderen Beständigkeit zu haben.

Capri:

Ich bin seit einigen Jahren stiller Besucher Ihrer Internetseite und nehme teil an der immer wiederkehrenden Frage nach dem "Warum"? Zahlreiche Eltern verlieren jedes Jahr durch Krankheit, Unfall, Mord und anderen Unglücken ihre Kinder. Ihre Frau hat vor vier Jahren ihren Sohn Yannis wegen einer Gehirnentzündung in den Tod begleiten müssen. Ein Kind stirbt und, mit ihm, die Zukunft auf ein normales Leben. Wie konnten Sie nach diesem furchtbaren Erlebnis mit der Frage nach dem "Warum" umgehen und glaubt man noch an Gerechtigkeit und Ewigkeit?

Dr. Bodo Fritsche:

Das "Warum" gehört zunächst zu den Schlüsselfragen, man verzweifelt, dass es gerade seinem eigenen Kind passieren musste. Erst später - auch im Austausch mit anderen Betroffenen - fängt man an zu akzeptieren, dass es keine Antwort darauf gibt. Das Leben ist eben nicht fair, und das führt bei vielen Betroffenen zu einem Wertewandel, der Glaube und Gerechtigkeit im Leben in Frage stellt. Anders sieht es mit der "Ewigkeit" aus: Sie hilft uns, daran zu glauben, dass wir "irgendwann" unsere verstorbenen Töchter und Söhne wieder in den Arm nehmen können, eine große Hoffnung darauf ist Bestandteil der Trauer.

Capri:

Verschiedene Trauergefühle von Schmerz, Wut, Verleugnung, Erleichterung etc. ändern das normale Verhalten verwaister Eltern und bedürfen liebevoller und behutsamer Unterstützung von außen. Wie kann man Freunden und Bekannten verständlich machen, dass Betroffene in so einer Situation keinen Halt mehr in ihrem Leben finden, und ein offenes Gespräch über das tote Kind weniger schmerzt, als das Kind tot zu schweigen?

Dr. Bodo Fritsche:

Das ist eines unserer großen Anliegen. Freunde und Bekannte können den Schmerz und die Trauer weder verstehen noch heilen. Aber sie können signalisieren, dass sie "da" sind, wann immer ein Gespräch oder einfach auch nur Hilfe bei alltäglichen Verrichtungen eine Stütze sein können. Freunde und Bekannte müssen einfach erkennen, dass die Erinnerung an das verstorbene Kind letztlich das Einzige ist was geliebt ist, und dass deshalb das Nennen des Namens des Kindes - im Einbeziehen z. B. in

Capri:

Trauerarbeit heißt Auseinandersetzung mit dem Tod des Kindes, dem eigenen Tod, mit der Beziehung zu sich selbst. Kann Trauer in Ihren Augen über den schmerzlichen Verlust des Kindes hinweg helfen, und zu einem Leben ohne Zweifel führen?

Dr. Bodo Fritsche:

Trauer endet nie, sie verändert sich im Laufe der Zeit, wird in einer bestimmten Art "lebbarer". Man kann bestimmte Phasen im Trauerprozess ausmachen, die durchlebt werden müssen, nicht in Verdrängung münden. Aber wir wollen nicht darüber "hinweg kommen", sondern beziehen unsere Kinder in unser Leben ein, auch wenn sie nicht mehr wie früher anwesend sind. Die Trauerarbeit sollte als Ergebnis haben, dass ich mich mit dem schrecklichen Schicksal so weit auseinander gesetzt habe, dass ich in kleinen Schritten anfangen kann, ein neues, anderes Leben zu beginnen, das auch wieder schöne und freudige Momente zulässt, immer mit allen unseren Kindern dabei. **Ein Leben ohne Zweifel wird wohl nicht erreichbar sein.**

Capri:

Nichtbetroffene Eltern mögen sich nicht mit dem Gedanken auseinandersetzen, was es bedeuten kann, wenn das eigene Kind stirbt. "Man will ja den Teufel nicht an die Wand malen", heißt es dann auf Nachfrage. Doch gerade durch die Nichtkonfrontation dieses Tabu-Themas haben verwaiste Eltern kaum Möglichkeit auf offene Gespräche mit Nichtbetroffenen. So gibt es kaum Angebote von Hilfe noch tragende Stützen im Alltag. Warum fällt es manchen Menschen so schwer, auf Betroffene, die vor Trauer zu zerbrechen drohen, einen Schritt zuzugehen?

Dr. Bodo Fritsche:

Unsere Gesellschaft bereitet uns nicht auf diese Art des Todes vor. Tod älterer Menschen ist "normal" - aber eben nicht von Kindern. Das führt zu einer großen Verunsicherung: will ich mich damit auseinandersetzen, auch auf die Gefahr hin, dass ich dann auch über den Tod des eigenen Kindes nachdenken müsste? Und es herrscht auch große Unsicherheit, wie ich mich einem Betroffenen nähere, unsere Erziehung und Kultur bereitet uns nicht auf solche Situationen vor.

Capri:

Trauer und Schmerz liegen nach dem Tod eines Kindes tief miteinander verknüpft und lassen die betroffenen Eltern lange Zeit nicht mehr in ein "normales" Leben zurück finden. Die fest gefügte Welt ist plötzlich außer Kontrolle geraten und Floskeln wie "Die Zeit heilt alle Wunden" und "Das Leben geht weiter!" verlieren an tatsächlichem Inhalt und gut gemeinter Heilung. Außenstehende begehen Fehler aus unbedachter Rücksichtnahme, in dem sie sich aus der Trauerzeit der Betroffenen zurückziehen. Wäre es nicht der bessere

alltäglichen Situationen - ganz wichtig ist.

Weg, offen zu fragen, womit man dem Trauernden helfen kann?

Dr. Bodo Fritsche:

Das ist eigentlich der einzig richtige Weg, der Betroffenen wirklich hilft. Allerdings erfordert es von Nicht-Betroffenen Mut, Stärke und Überwindung, sich auf das Thema verstorbene Kinder einzulassen. Sie lassen damit das Thema Tod bewusst an sich heran.

Capri:

Warum ist es so mühevoll, nicht betroffenen Menschen begreiflich zu machen, dass die Trauer um das verlorene Kind nicht nur auf den Friedhof gehört, sondern niemals aufhören wird! Lebenslust und Freude bestimmen neben Trauer und Schmerz das Leben und ohne Zuwendung und Beistand gestaltet sich die Zukunft verwaister Eltern als schwierig. Warum also werden heute noch betroffene Eltern gemieden, als wenn sie durch den Tod ihres Kindes eine ansteckende Krankheit hätten?

Dr. Bodo Fritsche:

Wie ich eben schon erwähnt habe: Niemand wird auf eine solche Krisensituation vorbereitet, es mangelt sogar an fachlich geschulten Therapeuten. Betroffene Eltern werden in der Regel gemieden, weil es eine große Unsicherheit gibt, wie man sich nähern soll. Führt das Ansprechen auf die Trauer und das verstorbene Kind zu einem Aufreißen von Wunden? Nein, es ist überlebenswichtig für Betroffene, die signalisieren werden, wenn sie im Augenblick nicht darüber reden können. Auch sind Betroffene schwierig im Umgang, denn ihr Lebensplan ist völlig aus den Fugen geraten, was zu Aggressivität und depressiven Stimmungen führt.

Capri:

Trauer hört nicht auf – sie verändert sich nur. Es gibt Tage, da verblasst der Schmerz ein wenig und es nähern sich Erinnerungen, die einem Trauernden nicht mehr so wehtun. Doch gerade in der ersten Zeit nach dem Tod des Kindes sind es die besonderen Tage, wie Geburtstage, Weihnachten und Neujahr, die verwaisten Eltern besonders schwer fallen und den Trauernden sehr viel Kraft kosten.

Wie kann man den Betroffenen zu verstehen geben, dass für ihr Umfeld das "Leben" weitergeht, dass sie feiern und glücklich sind, während für die trauernden Eltern der Himmel über sie zusammen bricht?

Dr. Bodo Fritsche:

Sie stellen eine Frage, die man nicht allgemeingültig beantworten kann: jeder trauert anders. Insofern kommt es auf die Einfühlung der Familie, Freunde und Bekannten an, in ihrem eigenen Leben eigenständig fortzufahren, aber den Gedanken und die Erinnerung an das verstorbene Kind einzubeziehen, und es den Betroffenen wissen zu lassen. Dann wird es für den Betroffenen auch möglich, ein unbeschwertes Leben der Freunde und Bekannten zu akzeptieren und vielleicht auch später zeitweise daran teilnehmen zu können.

Capri:

Auf Ihrer Homepage, Herr Dr. Bodo Fritsche, findet sich eine Anzahl von verschiedenen Foren. Stellen Sie bitte Ihre ehrenamtliche Internet- Präsenz mit ein paar Worten vor "[Leben ohne Dich](#)" und erzählen Sie, warum für viele betroffene Eltern der Austausch so wichtig ist, sei es zum Beispiel ob des "schriftlichen & anonymen" Redens über das verstorbene Kind im Internet ...

Dr. Bodo Fritsche:

Das Internet ist ein ideales Medium für den beginnenden Trauerprozess: Man kann anonym seine Gefühle, den Schmerz und die Trauer mitteilen und damit den ersten wichtigen Schritt auf dem Weg der Trauerarbeit leisten – ohne Scham und Angst vor einem Gegenüber oder seinen eigenen Tränen. Ferner lernt man, dass man mit seinem Schicksal nicht alleine ist, dass es viele andere mit ähnlichen Schicksalen gibt. Und: dass es trauernde Eltern geschafft haben, ohne ihr Kind weiter zu leben.

Capri:

Kann sich auf der schriftlichen Basis im Internet tatsächlich geholfen werden, oder benutzen verwaiste Eltern das Internet nur als Sprungbrett, um sich real mit betroffenen Eltern zusammen zu setzen und sich vis á vis auszutauschen?

Dr. Bodo Fritsche:

Oh ja, das ist wirklich konkrete Hilfe, für viele auf Dauer ausreichend. Wir erhalten ab und zu Emails, die davon sprechen, dass Foren wie diese für Betroffene "lebensnotwendig" geworden sind. Das macht uns schon betroffen, weil es eigentlich Aufgabe der Gesellschaft wäre, ein solches Hilfeangebot strukturiert anzubieten, und wir ja eigentlich nur "Amateure" sind.

Aber im Verlauf des Austausches mit anderen entwickeln sich Sympathien und Freundschaften, so dass für einige der nächste Schritt das persönliche Kennenlernen ist. Wir bieten dazu zweimal im Jahr ein "Kennenlertreffen" an, wo sich trauernde Eltern treffen, um sich mit den Menschen hinter den Emails und Posting nun persönlich auszutauschen.

Capri:

Es gibt seit letztem Jahr eine informative Broschüre über "Leben ohne Dich", die einen umfassenden Überblick auf Ihre Arbeit und Ihre Hilfsangebote gibt. Ich wünsche mir, dass diese Broschüre angefordert wird und so in viele Hilfesuchende Hände gelangt. Sind Kinderärzte, Krankenhäuser, Seelsorger, Krankenkassen, Hebammen, Beerdigungs-Institute, Pastoren und Pfarrer in der Regel gut geschult oder erfahren betroffene Eltern mit dem Schicksal ihres toten Kindes gegebenenfalls auch hier keinen Raum von Akzeptanz?

Dr. Bodo Fritsche:

Auch dazu gibt es keine allgemeingültige Antwort. Wir wissen aber von vielen Eltern, dass sie in der Krisensituation sich von Ärzten, der Kirche und anderen Institutionen alleingelassen gefühlt haben. Wir haben den Eindruck, dass es bei den im Umfeld tätigen Menschen an Information und Ausbildung mangelt, was auch hier zu einer großen Unsicherheit im Umgang mit trauernden Eltern führt. Pionierarbeit haben hier die Kinderhospize in Deutschland geleistet, wie zum Beispiel "Balthasar", das für Yannis und meine Frau eine große Hilfe im Sterbeprozess war, aber deren Hilfeangebote leider oft mit dem Tod des Kindes enden.

Capri:

Richtig trösten will gelernt sein. Still und verständnisvoll mitleiden, ist nun mal ehrlicher, als oberflächlich zu trösten oder den Verlust herunter zu spielen. Anwesenheit und stumme Zuwendung bedeuten mehr als Worte. Der wichtigste Faktor scheint auf lange Sicht die Geduld zu sein, wenn man an herannahende Wochenenden, Feiertagen, Jahrestagen in Einsamkeit, Rückblick und Erinnerung denkt. Kleine Aufmerksamkeiten signalisieren Verbundenheit in der Not und spenden mehr Trost, als man gemeinhin erwartet. Wie verhalten sich verwaiste Eltern, wenn man am Geburtstag des toten Kindes mit einer bewusst zugeschickten Postkarte, einem Anruf, oder einem kurzem Besuch konfrontiert wird?

Dr. Bodo Fritsche:

Das ist sicher keine "Konfrontation" für Betroffene, sondern eine der wichtigsten Situationen, in denen sie die Einfühlung von Freunden und Bekannten – die wahren Freunde – erkennen und erfahren können. Sie werden sehen wie dankbar jede Mutter und jeder Vater darauf reagiert, wenn man an solchen Gedenktagen an sie und das verstorbene Kind gedacht hat – und es den Eltern wissen lässt.

Capri:

Der Gedanke an den Tod macht uns traurig und deshalb verdrängen wir ihn manchmal ganz schnell wieder. Aber der Tod gehört zum Leben und wenn wir versuchen, ihn wie William Shakespeare zu verstehen, fällt es uns und unseren Mitmenschen etwas leichter, die Gedanken an die Pflichten, die dem Sterben folgen, zuzulassen. Wie kann man den Eltern die Ruhe gewähren und begreiflich machen, dass wenn sie ihre toten Kinder loslassen lernen, sie damit ihr Kind nicht vergessen oder gar verraten?

Dr. Bodo Fritsche:

Jeder Betroffene setzt sich permanent mit dem Tod auseinander, bis hin zu der Frage nach dem Sinn des eigenen Lebens nach einem solchen Schicksal. Die Angst vor dem eigenen Tod lindert sich bei vielen, da man Hoffnung auf ein Wiedersehen mit dem verstorbenen Kind entwickelt. Das "Loslassen" ist im Laufe des Trauerprozesses ein eigenständig einsetzender Prozess, der es den Betroffenen überhaupt erlaubt, weiter zu leben.

Capri:

Ich glaube nicht, dass es eine Bewusstmachung von außen erfordert, um ein "schlechtes Gewissen" zu vermeiden, es wird sich nicht einstellen, denn es gilt, dass alles "richtig" ist, was es dem Betroffenen möglich macht, mit diesem Schicksal zu überleben. Welche Lieder, Gedichte oder Gedanken sind Ihre tröstenden Gedanken zum Thema Tod?

Dr. Bodo Fritsche:

Eine schwierige Frage, denn wieder gilt, dass Trauer sehr unterschiedlich gelebt wird, dass die religiöse und gesellschaftliche Ausrichtung hier eine Rolle spielt. Wir haben viele Gedichte gesammelt, die von Betroffenen selber stammen, und es gibt mittlerweile eine große Anzahl von Büchern zu diesem Thema, die auf unserer Homepage verzeichnet sind. Für viele Eltern ist das Lied "Bridge over Troubled Waters" von Simon und Garfunkel sehr wichtig geworden, da es einerseits die Hoffnung trauernder Eltern, aber eben auch den Zusammenhalt untereinander anspricht.

Capri:

Liegt Ihnen noch irgendetwas auf dem Herzen, was sie den Lesern mitteilen möchten?

Dr. Bodo Fritsche:

Ja, ich möchte an alle in der Gesellschaft und im Umfeld von Betroffenen Tätigen appellieren – vor allem bei älteren verstorbenen Kindern, dass mehr automatisch veranlasste und strukturierte Hilfeangebote aufgebaut werden, als Bringschuld der Gesellschaft, nicht als Holschuld durch eigenes Bemühen der Betroffenen. Das muss in Krankenhäusern beginnen, durch entsprechend geschulte Therapeuten oder auch durch einfache und automatisch veranlasste Informationen an die Betroffenen, welche therapeutischen Hilfen verfügbar sind (spezielle Kurkliniken o. ä.).

Lieber Dr. Bodo Fritsche,

ich habe mir lange Zeit viele Gedanken über dieses Interview gemacht und freue mich, dass sie bereit waren, dieses Interview mit mir zu führen. Ich finde, dass Sie mit Ihrer Frau eine hervorragende Arbeit leisten und wünsche mir, dass viele verwaiste Eltern so eine Wärme, Zuspruch und Kraft in ihrer Nähe finden, wie all die betroffenen Menschen rund um Mülheim und Umgebung. Für dieses nachdenkliche und offene Interview bedanke ich mich und wünsche Ihnen von ganzen Herzen beflügelte Engel auf Erden zu treffen.

Herzlichst

Capri

**::: Florian, geb. 1976
Trauer, die bleibt :::**

Autorin & Mutter Gabriele Gérard



Am 17.10.2004 feiert Gabriele Gérard den 28. Gedenkgeburtstag ihres toten Sohnes und durchlebt damit die Unmöglichkeit, sich mit Florians Tod abzufinden. Am 1.7.2000 verstarb ihr Sohn ganz unerwartet in Dublin. Wie geht eine Mutter mit dem Schlimmsten um, oder genau gesagt, wie kann ein Mensch den plötzlichen Verlust des Kindes zu verkraften?

Gabriele schreibt über ihre Trauer und über die Kraft, diese Trauer zu leben. Im April dieses Jahres publizierte sie ein beeindruckendes Buch indem sie von der Verzweiflung über den Tod eines nahen Menschen berichtet. Mit ihrem Buch geht Gabriele Gérard bewußt aus dem Abseits der stillen Trauer heraus, um Florians Tod und ihre Trauer nicht zu verschweigen. In ihrem Buch **"FLORIAN, geb. 1976 Trauer die bleibt"** beschreibt Gabriele Gérard in Erinnerungen, Briefen und Tagebuchauszügen, das Ausmaß ihres sichtbaren Verlustes. Weiterleben in Trauer erscheint der Autorin, nach der engen Beziehung zwischen Mutter und Sohn, als ihre einzige Chance.

::: Interview mit der Autorin und Florian`s Mutter Gabriele Gérard :::

Vor fast drei Jahren verließ mich ein lieber Mensch, den ich Santiago nennen möchte. Oft sehe ich ihn als einen alten Fischer in seinem noch älteren Kahn auf dem weiten Meer segeln. Ich erkenne den klaren Himmel über ihn, hier und da einen Fregattvogel und ab und zu einen fliegenden Fisch. Und ich entdeckte Santiago, wie er segelt und eine Hand ruhig an der Pinne hält. Auch wenn er mir immer öfter den Rücken zu kehrt und davon fährt, weiß ich, dass er irgendwann heimfindet. Die Abstände unserer gegenseitiger Besuche bleiben stetig und doch unregelmäßig. Manchmal stehe ich lange am breiten Strand und rufe ihn, mit der Hoffnung, dass ich ihn weit am Horizont für einen kleinen Augenblick erkennen werde. Ich weiß tief in mir, dass Santiago nie wirklich fort segelt.

Capri:

Liebe Gabriele, seit Florians Weggang sind in Ihnen Gefühle, Erinnerungen und viele Geschichten aufgetaucht, die sich im Buch **"Florian, geb. 1976 - Trauer, die bleibt"** bündelten. Im März diesen Jahres erschien Ihr Erstlingswerk im Transit Buchverlag. Wenn ich mir das Titelbild Ihres Buches betrachte, werde ich sofort an meinen Santiago erinnert, denn man kann ein Ruderboot auf einem flachen, ruhigen Meer und eine Insel erkennen. Wann stand Ihr Entschluss fest, aus der stillen Trauer um Ihren Sohn heraus zu treten und Ihre Gedanken zu veröffentlichen und warum entschieden Sie sich zu diesem Titelbild?

Gabriele:

Es gibt ein Gedicht von Wystan Hugh Auden (From Twelve Songs), in dem es u.a. heißt: *"...Let aeroplanes circle moaning overhead, scribbling on the sky the message He is Dead..."* und das war, was ich nach Florian's Tod empfand: den Wunsch, diesen Schmerz in die Welt hinaus zu schreien. Und so machte ich mich auf die Suche – aus meiner Zurückgezogenheit in die Welt der Trauernden im Internet und dort fand ich die vielen Seiten verwaister Eltern für ihre gestorbene Kinder und errichtete meine eigene Gedenkseite für Florian. Ich denke heute, ich hatte keine Wahl, ich wäre im Labyrinth meiner Qualen umgekommen – und durch das Schreiben spann ich einen dünnen Faden zur veränderten Welt. Dort wußten Menschen um mich – und ich um sie und dieses Wissen unterschied sie von den Menschen um uns herum. Das Foto des Bootes ist auf einer gemeinsamen Reise mit Florian entlang der Westküste Irlands entstanden. Es hat einen dieser magischen Momente festgehalten, den wir immer wieder erlebten. Es war die letzte gemeinsame Reise mit Florian und das "Boot" wurde zu einer festen Metapher in seinen Briefen: es steht für das Leben, für sein Leben – und wir waren die Insel.

Capri:

Ich las von Ihnen den Ausspruch der "Fremde im eigenen Leben", und ich war sehr berührt davon. Warum fällt es Trauernden nach dem Verlust des Kindes so schwer, von "unserem" Leben Abschied zu nehmen und "mein" Leben neu aufzubauen?

Gabriele:

Es fehlt mit dem Tod des Kindes ein wesentlicher Teil des eigenen Lebens, er wurde uns entrissen, weggenommen und nichts kann ihn ersetzen. Dies Leben hatte ein Gefüge: dort war das eigene und dort das Leben des Kindes. Beides gehörte untrennbar zusammen. Florian's Leben wurde mit einem Mal wie eine Existenzberechtigung für mich – und sein Tod nahm sie mir weg. Was sollte an diese Stelle des

Capri:

Ich lernte Ihren Florian erst kennen, als Er bereits nicht mehr "hier" war. Und was es auch immer war, dass ich ihn auf diese Art und Weise kennenlernen durfte, und ihn leise auf seiner Gedenkseite besuchen konnte, eröffnete mir den Gedanken, wie wertvoll es immer wieder ist, die Toten nicht still zu schweigen. So, wie sich vielleicht einige Menschen von Ihnen abgewendet haben, weil sie mit Ihrer Form der Trauer nicht umgehen konnten, vermute ich, haben sie als Betroffene, sicher auch viele neue Menschen kennengelernt, die nach Florians Weggang auf Sie zu gegangen sind. Was denken Sie sich bei Nachfragen fremder Personen nach Ihnen und Ihrem Sohn?

Gabriele:

Kraters, der in mir entstanden war, gesetzt werden? Nichts, nichts kann ihn schließen, nichts kann die Wunde heilen, die in mir klafft. Notdürftig umwickelt bleibt sie – und bricht immer wieder auf. Es gibt keine Heilung für diese Wunden. Dies neue Leben bedeutet – trotz dieses Elends in uns – sensibel, berührbar offen und nicht verbittert zu werden. Eine unglaublich große Herausforderung.

"Der Sinn des Lebens ist das Leben" und für mich wird es immer schwer, letztlich unbegreifbar bleiben, dass Florian's so reiches, unvollendetes, intensives Leben viel, viel zu kurz war und – aus meiner Perspektive – vieles offen blieb und bleiben wird. Täglich will ich ihn zurückhaben, seine Wärme spüren, seine Stimme, sein Lachen hören, dem zärtlichen Blick begegnen. Damit lebe ich und in der Hoffnung, ihn nach dem verlassen dieses Lebens wiederzusehen.

Capri:

Was können Nichtbetroffene aus Ihrer Sicht "richtig" machen, um verwaisten Eltern Neuorientierung in Form einer helfenden Hand zu bieten, oder ist die unabänderliche Umarmung des Abschiedsschmerz nur Allein zu ertragen?

Gabriele:

Der Weg der Trauer ist meines Erachtens der einsamste Weg, den wir gehen können und müssen und doch brauchen wir ganz dringend Menschen um uns. Uns anzunehmen, wie wir jetzt sind, das ist wohl einer der größten Wünsche von Trauernden; zuzuhören und keinen Trost oder Ratschlag zu erteilen, uns nicht ablenken wollen, denn wir wollen nicht abgelenkt werden, im Gegenteil: wir wollen über sie sprechen, die uns verließen - immer und immer wieder. Wir sind schwierig geworden, manchmal unberechenbar und brauchen Geduld und Großzügigkeit. Wir brauchen Empathie, Einfühlung und Verständnis. Wir brauchen Rückzug und wir brauchen Nähe – manchmal wissen wir es selbst nicht und verletzen und überfordern uns und die anderen. Wir brauchen Schonzeit und müssen deren Länge selbst bestimmen dürfen.

Capri:

Liebe Gabriele, sie haben ein wunderschönes Gedenkzimmer, voller Erinnerungen an Florian, eine Stätte der Trauer - aber auch des Trostes. Schrieben Sie Ihre Gedanken gerne in Florians Nähe oder ließen sich zum füllen der Seiten ganz andere Orten finden?

Gabriele:

Meist schreibe ich hier in Florian's Zimmer – umgeben von all den Dingen, die aus Irland zurückgekommen sind. Im Schrank neben mir liegt seine Kleidung. Vor einigen Tagen holte ich sie heraus und hängte sie zum Lüften in die Sonne. Hier hülle ich mich ein in meine Erinnerungen, schaue auf die Fotos und finde Ruhe.

Capri:

Im Schreiben kann eine große angesammelte Seelenlast abfallen und sich ihren Weg in Gedichten und Geschichten verarbeiten. Ich freue mich, dass sich der Weg für Ihre Trauerarbeit über das Schreiben finden ließ. Als das Buch dieses Jahr zu Ihnen gedruckt nach Hause kam, und Sie Ihr Werk in den Händen hielten, was für ein Gefühl machte sich in diesem Augenblick in Ihnen breit?

Gabriele:

Es war ein überaus schwerer Moment. Ich sollte das Buch im Verlag abholen und ich brach unter dieser Nachricht zusammen. Der Weg war zu schwer – und ich brauchte die Begleitung meines Mannes, ihn zu gehen. Das Buch, es war in diesem Moment nicht mehr als ein weiteres Zeugnis davon, dass Florian nicht mehr am Leben ist. Ich wollte es nicht wahrhaben, es brach mir das Herz.

Capri:

Florian verstarb während seines Studiums vor vier Jahren, am 01. Juli 2000 in Dublin am Sudden Death Syndrome. Seit dem zog es Sie nach Irland, um dort auf den Spuren Ihres Sohnes zu wandeln, Ihn sich noch mal zurück zu holen, zu empfinden und zu verstehen, was Ihn zu manchen bewegten Schritten und tiefen

Jeder Brief, den ich bekomme, berührt mich sehr und oft sitze ich über diesen wunderbaren, mitfühlenden Worten und weine. Jedes Feedback ist ein Geschenk und jeder Brief wird von mir beantwortet. Ich habe mit dieser Seite eine große Verantwortung übernommen. Ich bin mir dessen bewusst. Ich glaube, das besondere an den Briefen, die mich erreichen, ist, dass die Menschen sich mir vertrauensvoll öffnen und aus ihrem Leben erzählen. Ich muss ihnen mit meinen Worten Mut machen oder so etwas wie Geborgenheit anbieten – es ist wirklich sehr sehr berührend. Aus meinen Zeilen spricht meine Liebe zu Florian und die Unverbrüchlichkeit dieser Liebe. Viele Menschen sehnen sich nach solch einem Gefühl, danach, geliebt zu werden. Florian's Leben tangiert das vieler junger Menschen und sie nehmen ihn sich zu einer Art Vorbild oder auch mit ihm ihr Leben als eine Art Beschützer oder Engel. Zwei junge Männer sind inzwischen in Irland angekommen – von Florian geleitet, wie sie beide es ausdrücken. So wird auch etwas an der Arbeit fortgesetzt die er selbst nicht vollenden konnte und beide begleiten mein Leben nun von dort, von wo Florian es in den letzten Jahren begleitet hat.

Capri:

Bestätigt Sie der Zuspruch Ihrer Umwelt nicht, genau den richtigen Schritt gemacht zu haben, als Sie begannen, durch Florian, Hoffnung bei anderen betroffenen Eltern zu spenden? Und ist Glück und Ruhe wieder zu finden nicht auch ein wichtiger Prozeß, der sich im Leiden der Trauer erst nach und nach auch als Dankbarkeit herauskristallisiert?

Gabriele:

Ich weiß nicht, ob ich Hoffnung spenden kann. Ich versuche, die Menschen zu ermutigen, sich der Trauer zu stellen und zu verstehen, dass die Trauer die Fortsetzung der Liebe zu unseren Kindern ist. Trauer ist Veränderung und Entwicklung unterworfen. Ich hüllte die Trauer wie einen Kokon um mich und heute fühle ich mich manchmal wie eine Raupe vor der Entpuppung zum Schmetterling. Ich weiß noch nicht, wie es ist zu fliegen und doch spüre ich, dass ich keine Raupe mehr bin und erinnere mich an meinen Kokon. Glück zu empfinden ist eine große Seltenheit, es ist ein anderes Glück bzw. die Dinge, die dieses Glück hervorrufen, haben sich geändert. Diese "reinen" Gefühle, es gibt sie nicht mehr wirklich: Glück ist "Trauerglück", es fehlt in unserer Sprache an Möglichkeiten, die Gefühle in diesem veränderten Leben wiederzugeben. Dankbarkeit – sie stellt sich mehr und mehr ein – für Momente, in denen das Erinnern nicht so schmerzlich ist. Dankbarkeit erlebe ich, wenn eine Mutter mir schreibt, dass sie ihr Kind nur wenige Tage erleben durfte. Dankbarkeit erlebe ich auch, wenn mir Eltern von den Leidenswegen ihrer kranken Kinder erzählen oder ich die Nachrichten verfolge und das unerträgliche Leid von Eltern sehe, die ihre Kinder durch Gewalt verlieren. Dann bin ich Florian dafür dankbar, dass ich "nur trauern" und nicht hassen muß.

Capri:

Durch die Auseinandersetzung mit meinen eigenen Erfahrungen zum Thema Tod, Trauer & Trost, Gesprächen mit verwaisten Eltern, einem Fragegespräch mit dem Betreiber der Internet- Präsenz "Leben ohne Dich"

Dr. Bodo Fritsche und auch Ihnen, liebe Gabriele, habe ich gelernt, dass viele Trauernde sich wehren, nach neuen Zielen in ihrem Leben zu suchen und an dem alten Leben festhalten wollen, weil sie nicht loslassen können. Was für Gedanken können Sie Betroffenen mit auf dem Weg geben, damit sie nicht an ihrem eigenen Schicksal zerbrechen?

Gabriele:

Wie ich bereits sagte, Trauer ist vielschichtig und keine gleicht der anderen. Jeder Mensch muss seinen eigenen Weg suchen und finden. "Trauernde sind Helden", sagt Anja Wiese, "weil sie ihre Untröstlichkeit und ihre Fragen aushalten" oder um es mit Kafka zu sagen: "Wer die Fragen nicht beantwortet hat, hat die Prüfung bestanden".

Capri:

An was denken Sie, wenn Ihnen Florian in ihren

Gedanken bewogen hat. Florian hat wundervolle Überlegungen in Wörter verfaßt und zu Papier gebracht. Auch die Briefe an Sie, als kleine Liebesbeweise für eine Mutter, gingen mir als Leser unter die Haut. Schmerzen diese Ausflüge zu Florian, gerade jetzt vor seinem Gedenkgeburtstag oder helfen Sie Ihnen, die Veränderung in Ihrem Leben Trostreich anzunehmen?

Gabriele:

Irland bedeutet für mich "Nach-Hause-zu kommen" und so schmerzlich es auch ist, dieses Land im Bewusstsein zu betreten, Florian dort nicht mehr lebend zu finden, so sehr werde ich dort doch mit seiner geistigen Anwesenheit belohnt. In Irland konnte ich zum ersten Mal das Wort "Glück" wieder aussprechen, ja empfinden. Ein Gefühl, das ich für alle Zeiten für verlorengegangen glaubte. Dort traf ich es wieder und es umarmte mich.

Ein Teil meiner Seele ist mit seinem Tod dorthin gezogen –und wenn ich mich vollständig fühlen will, muss ich diesen Teil aufsuchen. Florian war hier glücklich, hat ein großes Wachstum und viel Liebe erfahren und es ist fast, als wolle ich etwas fortsetzen, was er nicht mehr erleben durfte – und sei es, dieses Land zu erkunden, zu erfahren. Florian's Briefe waren in der ersten Zeit nach seinem Tod wie kleine Lichter, die sich in meinem Dunkel entzündeten, während ich sie las und sie sind der wertvollste Besitz in meinem Leben. Ich suche in ihnen Trost und finde in ihnen die Zuneigung und Liebe, die ich nun so sehr vermisse. Sie sagen mir, dass es ihn gab, dass es dieses gute und vollkommene Leben gab, das geendet hat. Nein, ich kann mein neues Leben noch nicht trostreich annehmen. Zu sehr schmerzt der Verlust. Noch immer klage ich und klage ich an.

Ich vermisse meine Vollkommenheit, fühle mich amputiert und weiß, dass dieser Teil, den ich verlor, niemals "nachwachsen" wird.

Träumen, Gedanken und Erinnerungen begegnet? Was würde Florian uns als Trauernde und Zurückgebliebene mitteilen wollen?

Gabriele:

In den Träumen lösen sich die Grenzen zwischen den Welten auf. Nachts können unsere Seelen mit einander tanzen. Was Florian uns mitteilen möchte? Lassen Sie mich mit einem Lieblingsbild von ihm und einem Gedicht von Michelangelo zum Abschluß des Interviews antworten.



Gabriele Gérard
Florian, geb. 1976 Trauer die bleibt
Transit Buchverlag
ISBN: 3-88747-192-X

Capri:

Liebe Gabriele, ich bedanke mich herzlichst für die Zusendung des Buches und für dieses sehr persönliche Interview und wünsche mir, dass der ein oder andere Hoffnungsschimmer noch an die Oberfläche kommen darf und Ihnen viel Kraft und Erfolg mit Florians Buch schenkt.

Herzlichst
Capri

Es sandte mir das Schicksal tiefen Schlaf.
Ich bin nicht tot,
Ich tausche nur die Räume.
Ich leb in euch
und geh in eure Träume
Da uns, die wir vereint
Verwandlung traf.
Ihr glaubt mich tot,
Doch dass die Welt ich tröste
Leb ich mit tausend Seelen dort
An einem wunderbaren Ort
Im Herz der Lieben.
Nein, ich ging nicht fort,
Unsterblichkeit vom Tode mich erlöste

(Michelangelo)

Fotos: mit freundlicher Genehmigung Dr. Bodo Fritsche & Gabriele Gérard
Interview by Silke Klaassen-Boehlke aka Capri
Seite published by Hay
2004 © La Poetrice