

## Der Trauerweg

Es ist wohl typisch, dass man in der ersten Phase der Trauer keine Farben mag. Mir ging es auch so. Unsere Tochter Sonja hatte uns ja verboten, Schwarz zu tragen. Sie sagte: „Bei meiner Abschiedsfeier sollen alle festliche Kleidung in hellen Farben tragen – zieh dich an, als wärs meine Hochzeit!“ Weil sie das wünschte, haben wir das auch so gemacht. Aber innerlich trug ich Schwarz ...

Für mich hatten monatelang alle Farben einen Grauschleier. Die leuchtenden Oktoberfarben, die Weihnachtsdeko, auch die ersten Blüten des nächsten Frühlings waren abgemischt mit dunklen Tönen. Mein ganzes Leben lang bin ich sonst im Frühling vor Freude beinahe geplatzt, so sehr hat mich das Grün begeistert, das aus allen Zweigen kriecht. Ich genoss das Morgenlied der Amsel und den Finkenruf, später den Ruf der Schwalben und Mauersegler, und wenn der Bussard hoch am Himmel kreiste, stimmte ich innerlich in seine heiseren Siegeschreie ein.

Aber durch das erste Trauerjahr tappte ich mit einem unsichtbaren Sack über dem Kopf. Meine Freude war gedimmt und gedämpft und sie wohnte eher im Hirn als im Herzen.



Damit will ich nicht sagen, dass ich ständig traurig war. Es gab an jedem Tag einen Grund zum Lächeln und zur Dankbarkeit. Allerdings fiel mir auf, dass die Muskeln, die sonst meinen Mund zum Lachen auseinander ziehen, eingerostet waren, als würden sie zu selten gebraucht. Die Mundwinkel hatten eine neue Sehnsucht entwickelt: es zog sie dauernd hinunter, als hingen an jedem Winkel 20 Kilo Blei. Und beim Singen funktionierten nur die tiefen Töne; die Höhen waren unerreichbar wie der Gipfel eines 3.000ers.

Erst im zweiten Frühjahr – also nach 20 Monaten – wurde das Leben wieder lebendig. Ich empfinde seither intensiver, allerdings auch den Schmerz über den Verlust. Ich kann ab und wieder richtig drauflosheulen. Und das kam so:

Ich hatte einen Traum, der so real war, dass ich von meinem Schluchzen erwachte. In meinem Traum war Sonja noch am Leben. Sie hatte mich aus der Klinik angerufen und um eine warme Decke gebeten, ihr sei so kalt. Ich suchte ihr eine besonders kuschelige Daunendecke heraus und wollte grad ins Auto steigen, als das Telefon klingelte. Ein langes Gespräch ... Dann läutete es an der Tür ... ein Besucher, der einfach nicht gehen wollte. Es wurde Abend, bis ich loskam.

Der Eingang der Klinik war verschlossen, alles war dunkel und verrammelt. Ich umrundete das Haus und fand hinten eine kleine Pforte, die sich öffnen ließ. Hinter der Holztür stieß ich auf eine zweite und eine dritte Tür aus fein ziseliertem weißem Blech, fast orientalisches Muster, dabei fiel mir auf, dass all diese Türen nur von außen zu öffnen waren, nicht von innen. Sie hatten keine Klinken.

Auf den Gängen der Klinik brannte das Nachtlit, ich irrte eine Weile durch das Gebäude, bis ich schließlich die richtige Station fand. Doch die Nachtschwester ließ mich nicht in das Zimmer meiner Tochter. Sie sagte: „Bitte stören Sie Sonja nicht. Sie schläft schon. Sie können jetzt nicht mehr zu ihr.“ Diese Bemerkung traf mich so tief, dass ich in Tränen ausbrach. Zu spät! Ich hatte mich von den Bedürfnissen der „Übernächsten“ binden lassen und konnte meiner geliebten Tochter an diesem Tag nichts mehr Gutes tun. An diesem Tag??? Plötzlich wurde mir klar: Nie mehr!!! Sie ist tot!!!

Ich weinte lange, doch diese Tränen waren heilsam. Sie wuschen den Grauschleier weg, der sich über die Farben der Welt gelegt hatten. Sie spülten auch die „Ohrstöpsel“ fort, so dass ich jetzt das Lied der Amsel wieder ungedämpft hören kann. Ich spüre den Schmerz über ihren Verlust wieder scharf und spitz, doch ich kann mich auch wieder so richtig freuen, freuen über den Frühling, über die blühenden Bäume, freuen über die liebevolle Zuwendung von Freunden und Arbeitskollegen.

Nun schmeckt Schokolade wieder schokoladig-lecker und nicht bloß nach brauner Pappe. Und die warmen Wasserstrahlen der Dusche prallen nicht mehr an meiner Haut ab, sie wärmen mir auch die Seele.

Jede Trauer hat ihre eigene Dynamik, sie ähnelt wohl einem Fluss, an dem wir entlang wandern. Der Fluss hat Windungen und unübersichtliche Kurven, manchmal braust er wild zwischen rau gezackten Felsen hindurch, dann wieder fließt er durch friedliche Wiesen. Plötzlich wendet er sich, als flösse er wieder zurück in die alte Richtung. Und wir befürchten, wir träten auf der Stelle und wären noch keinen einzigen Schritt vorangekommen!

Gestern hatte ich einen Traum, der mich gleichzeitig schluchzen und lächeln ließ, als ich erwachte. Im Traum waren wir gerade nach Wien gezogen (das ist die Heimat meines Mannes). Beim Kistenschleppen fragte ein Nachbar, wo wir herkämen und ob wir auch Kinder hätten. Ich sagte: „Ja, wir haben drei Kinder. Die beiden Großen sind schon erwachsen und führen ihr eigenes Leben. Unsere Jüngste wohnt noch bei uns.“ „Aha. Und wie alt ist sie?“ Ich sagte mit voller Überzeugung: „Sie ist erst acht ...“



Dabei wäre sie heute 33 geworden ... Und sie war eine schöne junge Frau, bevor sie starb und hatte durchaus selbständig gelebt. Doch in meinem Unterbewusstsein war sie zurückgekehrt in unser Familiennest und im Traum war sie die fröhliche und temperamentvolle „Kleine“. Wenn ich ihre Fotos von damals betrachte, laufen mir immer noch die Tränen und gleichzeitig bin ich froh und dankbar, sie gekannt, ja geliebt zu haben. So ist der Trauerweg. Du meinst, du hättest schon alles „verarbeitet“; die Herzwunde sei vernarbt.

Doch plötzlich überfällt dich der Schmerz wie ein Panther aus dem Hinterhalt und du jaulst innerlich auf und kauerst dich zusammen, damit dieses Raubtier weniger Angriffsfläche hat. Aber dann spürst du, dass es richtig ist, zu weinen, immer noch und immer wieder, denn was du verloren hast, das bleibt zurück, und du musst weitergehen.

Wenn wir aber geduldig weiterwandern, kommen wir am Ende zur Flussmündung, zum Meer ... Und wir gehen diesen Weg nicht alleine, wir haben einen Begleiter, der weiß, wie weh es tut, jemanden zu verlieren, der Teil unseres Lebens war. Ein Stück Herz fehlt und durch diese Lücke bläst ein eiskalter Wind, der uns frösteln lässt – Vorahnung der eigenen Sterblichkeit?

Doch hier gibt uns Gott eine Hoffnung: der Tod hat keine Hände. Die Toten werden auferstehen, das ist so sicher wie das Wunder des Lebens.

Gott sei Dank, dass uns der Weg der Trauer nicht in einen Kreisel einsperrt, in ein ewiges Rundherum. Unsere Trauer bringt eine neue Tiefe in unsere Seele hinein, doch sie reißt auch neue Fenster auf für einen anderen Blick in die Welt – und in den Himmel.



Sylvia Renz