

Liebe Anwesende,

Wir haben für diesen Vormittag, für diese Stunde den Titel „Wenn die Sonne vor dem Abend untergeht“ gewählt.

Ein Versuch ...

Mir ist schon vor einiger Zeit aufgefallen, dass das Wort, der Begriff „verwaiste Eltern“ eigentlich falsch ist. Denn oft sind Eltern nach dem Tod ihres Kindes nicht allein zurückgelassen, häufig gibt es in einer Familie mehrere Kinder, Geschwister oder eine folgende Schwangerschaft usw.

Es ist überhaupt bemerkenswert, dass wir in unserer Sprache für bedeutsame Lebensereignisse auch bedeutsame Worte haben: im Zusammenhang mit dem Tod wird aus der Ehefrau die Witwe und aus dem Ehemann der Witwer, wird das Kind zur Halbwaise oder Waise, .... doch wenn Kinder sterben, fehlen uns die Worte....

Bis vor nicht allzu langer Zeit haben uns auch die Taten und Verhaltensmuster gefehlt, wenn Kinder schon in der Schwangerschaft, bei oder kurz nach der Geburt verstorben sind:

Mütter durften ihre Kinder nicht sehen, Kinder wurden anderen Verstorbenen beigelegt, keine Beerdigung, kein Grab, kein Ort, keine legitime Trauer....

Und auch heute, wo die Begleitung, Begrüßung und Verabschiedung frühverstorbenen Kinder bewusster geschieht, sind wir beim Tod kleiner und größerer Kinder dennoch sprachlos, ringen nach Formulierungen, suchen Trost, der sich nicht so einfach einstellen will.

Wenn Kinder in unser Leben treten, unerwartet, erhofft, ersehnt, überraschend, sich darum bemüht, oder wie selbstverständlich, so stellt

dies eine enorme Umstellung und Veränderung im Leben einer Frau, eines Mannes, eines Paares, einer Familie dar.

Die vielen Babyfotos in den Zeitungen, die Geburtsanzeigen – sie sprechen vom Sonnenschein, vom großen Glück, von der Fleischgewordenen Liebe, vom Wunder...

Kinder tragen unsere Wünsche und die Träume von der Zukunft, sie haben unsere DNA und unsere Prägung, ...

Es bringt kaum etwas so sehr unsere menschliche Größe und Stärken zum Vorschein wie das Leiden von Kindern. Bezugspersonen die über sich hinauswachsen, Spendenaktionen, die spontan stattfinden, die gesetzliche Möglichkeiten der Hospizkarenz, ehrenamtlich Tätige oder Nachbarinnen, die große Verantwortung für Geschwisterkinder oder zu versorgende Angehörige übernehmen, ... Pathologen sind nirgendwo achtsamer als wenn Kinder zu ihnen gebracht werden .....

So sehr, wie Kinder uns im Positiven gefangen nehmen, so sehr überfordert uns ihr Kranksein, ihre Probleme, ihr Sterben...

Da sind auf der einen Seite auf einmal getrennte Familien, Mütter, Väter, Geschwister, die zwischen Krankenhaus und Wohnort pendeln, Fragen, Entscheidungen, die unseren Horizont bei weitem übersteigen, schlaflose Nächte, Ängste, ...

Und dann das Hineinwachsen müssen in die Tatsache des Sterbens, des Todes, ...

Das Versterben, der Tod meines Kindes, meiner Schwester, meines Bruders, meines Enkels löst massive Reaktionen psychischer und körperlicher Art aus.

Das Immunsystem ist geschwächt, Verdauung, Schlaf, Gedächtnis, Blutdruck usw. können in Mitleidenschaft gezogen sein.

Das Sterben eines, meines Kindes verändert meine Welt.

Dazu möchte ich auch ein Gedicht von Ricarda Huch vorlesen:

- Nicht alle Schmerzen sind heilbar,  
denn manche schleichen sich tiefer ins Herz hinein,  
und während die Tage verstreichen, werden sie Stein.  
Du lachst und sprichst, als wenn nichts wäre,  
sie scheinen geronnen zu Schaum,  
doch Du spürst ihre lastende Schwere bis in den Traum.  
Der Frühling kommt wieder mit Wärme und Helle,  
die Welt wird ein Blumenmeer,  
aber in Deinem Herzen ist eine Stelle, die blüht nicht mehr.

Ricarda Huch

Denn nicht nur mein Körper, auch meine Seele, mein Glaubens- und Weltbild ist herausgefordert.

Wir beten, bitten, entzünden Kerzen, hoffen, stellen Fragen ...

Wie kann ein guter Gott so etwas zulassen? Wo war Gott und seine Schutzengel bei diesem Unfall, bei diesem Geschehen? Was haben wir verbrochen? Aber doch nicht ein unschuldiges Kind, ....

Fragen wie diese haben die Menschheit von alters her beschäftigt. Als Theodizee Frage sind sie in die Auseinandersetzung der Theologie eingegangen.

In den Evangelien ist uns überliefert, dass auch die Jünger Jesus fragen, wer denn gesündigt hat, als ein Blindgeborener ihren Weg kreuzt. (Joh 9,1-3)

Jesus antwortet klar und eindeutig, dass weder er, noch seine Eltern gesündigt haben und eine Erkrankung, eine Behinderung keine Strafe für

ein Fehlverhalten ist; wie auch der Einsturz des Turmes von Siloach nicht als Strafe für spezifische menschliche Schuld zu verstehen ist. (Lk 13)

Es ist ein anderes Bild, das uns die Evangelien vermitteln wollen:

Ein Jesus, der Kranke ernstnimmt und sich ihnen zuwendet, ein Jesus, der selbst leidet, ein Jesus, der den Weg mitgeht.

Und dieses Mittgehen Jesu, diese Nähe des Göttlichen wird manchmal auch erfahrbar durch das Mitgehen, das Da – Bleiben von Menschen.

Im Angesicht des Todes eines Kindes ist unser Glaube, unsere Spiritualität maximal herausgefordert.

Denn es stellt sich ganz existenziell die Frage, wohin wandern meine Gedanken, meine Bilder, meine Vorstellung, meine Sehnsucht, wenn ich an mein verstorbenes Kind denke, was trägt jetzt wirklich?

Ich habe immer wieder erleben dürfen, dass uns die Kinder selbst Brücken für diesen Weg bauen.

Wenn sich ihre Zeichnungen und Bilder verändern, wenn die Lieblingsfarbe Rot immer mehr zu Gold wird, wenn sie immer weniger reden und am Schluss ein gebasteltes Herz aus Ton bleibt, , wenn sich ganz kleine Kinder auf der Brust ihrer Mutter, ihres Vaters entspannen wie um sich fallen zu lassen in das große Getragen werden,...

Loslassen ist ein Wort, dem man im Zusammenhang mit dem Sterben immer wieder begegnet. Und wenn nicht direkt beim Sterben, dann spätestens, wenn andere meinen, dass die Trauer nach dem Versterben jetzt doch schön langsam wieder besser sein sollte, dass man sich schon dem Leben zuwenden könnte, dass der Tod doch schon recht lange her ist, ...

Ich möchte an dieser Stelle gerne einen Text vorlesen, bei dem es um dieses Loslassen geht.

*„Wir tragen unsere Kinder wie einen Drachen an der Schnur....*

*Wenn ein Kind stirbt, ist die Schnur so lang, dass man es nicht mehr sieht, aber über den Faden dennoch spürt.*

*Ich glaube nicht, dass Trauerbewältigung nach dem Tod eines Kindes bedeutet, dass wir den Faden loslassen oder gar abreißen lassen sollen.*

*Loslassen heißt hier vielleicht, dass wir irgendwann akzeptieren können, dass die Schnur einfach viel, viel länger ist, als wir das je gewollt hätten... "*

*nach Ch.Pernlochner*

Trotz der angesprochenen Überforderung, der wenigen Vorbilder und der großen Verunsicherung in unserem Umfeld, ist dieser Weg der Trauer doch zu gehen. Eltern und Geschwister, Familien und Freunde sind gefordert Schritt für Schritt Wege zu suchen, zu ertasten zu gestalten,

Jede und jeder für sich, zu zweit, gemeinsam, immer wieder anders, immer wieder neu ...

Ich hab vor einigen Jahren ein Modell kennengelernt, das ich hier kurz vorstellen möchte, da es in meinen Augen hilfreich sein kann, zu erkennen, was uns individuell auf unserem Trauerweg unterstützen kann und wie wir anderen ein Stück weit beistehen können.

**POWERPOINT:**

**Transaktionsanalyse:**

1. Blatt:
  - a. Vorstellen
  - b. Unterteilen
2. Eigenschaften: wie beeinflusst ein Ich – Zustand die anderen: Gefühle, Trauer, Emotionen, Schmerz, Sehnsucht, Wut, ... im **Kind-Ich**

Beeinträchtigt das **Erwachsenen–Ich**

Herausgefordert, wenn sowohl **Erwachsenen-Ich**, als auch **Eltern–Ich** Verhalten erwartete wird

3. Blatt:

- a. Warum begleiten: **fürsorgl-ERw.- Ich** wirkt im **freien-Kind-Ich**
- b. Angebote von Ritualen wirken im **heilen-Kind – ich**,
- c. Spirituelles kann an unser Urvertrauen im **freien-Kind-Ich** anknüpfen
- d. Unterstützendes Verhalten: z. B. bekocht werden: Heilen/**freies Kind–Ich**: ich werde umsorgt

Erfahrung **rebellisches-Kind-Ich**: ich werde bevormundet: fragen!

- e. Organisieren, Beerdigung planen, ... im **Erwachsenen-Ich**, der Gefühlsüberschwemmung entkommen
- f. Warum Trauerzeit so anstrengend: Appell funktionieren zu müssen belastet das **angepasste-Kind-Ich**
- g. Beispiel: Trauern im **Heilen, freien-Kind–Ich** : Grab von Jonas mit Rudi – Rentier, Schaf mit Marmelade : von meinem Kind ausgehen, kreativ sein, gestalten, Geschwister miteinbeziehen, Schulklasse die Chance geben, das positiv zu erleben

4. Blatt:

- a. Transaktionsbeispiele:
  - i. Zusammenhang **unheiles-Kind-Ich** – **kontrollierendes-Eltern–Ich** : mit Geschwistern schimpfen, ungeduldig sein
  - ii. Umgekehrt: in großer Sorge um das Geschwister (z.B. zu spät zu Hause), viele Ängste, da verunsichert - wenn es dann da ist: Gefahr zu Schimpfen

- iii. Schwierige Gespräche als Paar: einer/eine im **Erwachsenen-Ich**, der/die andere: vom **unheilen-Kind-Ich** gefordert: eine Fülle an beeinträchtigenden Gefühlen
- iv. Es lässt sich auch nachvollziehen, warum uns manchmal Situationen ganz unvermutet treffen: es geht uns ganz gut, wir funktionieren, schaffen es, aufzustehen, einzukaufen- auf einmal an der Kassa ganz unfreundlich angeschnauzt – weinen: vom **kontrollierenden-Eltern-Ich** ins **angepasste/unheile-Kind-Ich** gerutscht
- v. Wie schaffen, weiter zu leben: wir können bewusst unsere **freies Kind-Ich** stärken, durch Dinge, die uns guttun (Natur, Musik, Freunde, Humor, Sport, ...), wir können uns gute Partner und Partnerinnen suchen für einen positiven Austausch auf der **Erwachsenen-Ich – Ebene**, wir können und eine Aufgabe suchen, wo wir unser **fürsorgliches Eltern-Ich** ausleben, auch wenn wir kein Kind versorgen
- vi. Das ist auch der Sinn von Therapie und Begleitung, dass wir uns ein Gegenüber suchen, das aus einem **fürsorglichen Eltern-Ich**-Handeln heraus unser **freies Kind**, unser **Erwachsenen-Ich** und unser **fürsorgliches Eltern-Ich** stärkt

Abschluss:

Ich möchte schließen mit einem Text zur Trauer:

# Farben der Trauer

*Andrea Böttler*

Meine Trauer ist rot  
für die Unruhe in mir.

Meine Trauer ist blau  
für die Einsamkeit, die Leere  
und alle ungestillten Sehnsüchte.

Meine Trauer ist schwarz  
für die Verzweiflung und den Abgrund in meiner Seele.

Meine Trauer ist braun  
für das Ringen um Boden unter meinen Füßen.

Meine Trauer ist gelb  
für alle Schätze, die mir dennoch zuteilwerden,  
für das Licht, das immer wieder für mich scheint  
und für die Menschen, die die Sonne zu mir bringen.

Meine Trauer ist grün  
für die Hoffnung, die Zuversicht  
und das Wissen darum, dass es immer weitergeht.

Meine Trauer ist weiß  
für alle Schutzengel, die mich an der Hand halten,  
mich trösten und Balsam meiner Seele sind  
und für die Kraft,  
die mich durch diese Zeit trägt,  
ohne dass ich ihren Ursprung kenne.

Meine Trauer ist bunt wie ein Kaleidoskop  
für alle Gefühle in mir,  
die sein wollen und sein dürfen.

Ich lasse sie zu und halte sie aus,  
gebe ihnen Raum zum Leben und zur Verwandlung.