

Waisen mit grauen Haaren

von Elisabeth Mardorf

"Ein Mann sollte nicht mitten auf einer Sitzung erfahren, dass sein Vater tot ist, ein Mann sollte nicht am Steuer sitzen, wenn er gerade gehört hat, dass er nicht länger ein Kind von zwei Elternteilen ist".

Mit diesen Gedanken verschiebt die Frau in Diane Broeckhovens Buch "Ein Tag mit Herrn Jules" den Anruf bei ihrem Sohn, dem sie mitteilen muss, dass ihr Mann, sein Vater, am Morgen an einem Herzschlag starb. Nicht länger ein Kind von zwei Elternteilen, oder überhaupt nicht mehr ein Kind eines Elternteils ... das ist eine Nachricht, die schockiert und traurig macht, in jedem Alter. Und bis vor einigen Jahrzehnten war es dann üblich, dass man in der Kleidung zeigte: Man war "in Trauer". Trauer hatte einen würdigen Platz. Man hatte einen Anspruch darauf, dass die Umwelt Rücksicht nahm.

Sicher war es auch lästig, im Sommer schwarz tragen zu müssen. Andererseits tragen wir heute oft schwarz als bequeme modische Farbe, alles passt problemlos zusammen, und wir denken gar nicht daran, jemand könnte in Trauer sein, wenn er schwarz trägt. Mit dem Schwinden der äußerlich sichtbaren Symbole scheint aber auch ein Schwinden der Selbstverständlichkeit einher zu gehen, mit der wir mit dem Tod umgehen können. In meiner Jugendzeit trug man über ein Jahr Trauer, wenn ein Angehöriger gestorben war. Egal, ob Ehepartner oder Elternteil. Ein Angehöriger - jemand, der zu einem gehört, jemand, zu dem man gehört. Jemand, mit dem man eine Einheit bildet. Der Tod zerreißt die Einheit, und der Schmerz dieses Risses wurde mit allgemein gültigen Regeln geebnet. Man durfte und sollte trauern und dies auch in der Kleidung zeigen. Wir Kinder mussten diese Kleiderordnung damals in den sechziger Jahren beim Tod des Opas nicht einhalten, und als die Oma in den siebziger Jahren starb, hielten wir uns als Erwachsene nicht mehr daran. Da waren wir alle schon im Beruf, niemand wollte durch schwarze Kleidung auf sich aufmerksam machen. Heute gefällt mir diese Lebenseinstellung, die ursprünglich hinter den Regeln der Trauerkleidung stand: Der Tote wird gewürdigt, und der Trauernde wird gewürdigt.

Die Seele kennt in ihrer Trauer keine Zeit

Natürlich ist nach einem Jahr die Trauer nicht zu Ende, die Seele hält sich nicht an Zeiten. Sie kann es nicht fassen, dass ein Mensch, der so nah war, nicht mehr existiert. Ich beobachte nach dem Tod meines Vaters an mir selbst voller Erstaunen, dass Trauer ihre eigenen Regeln hat, gegen die ich mich nicht wehren kann. Aber es tut gut, zu wissen, dass es anderen ähnlich geht. Es tut gut, zu erfahren, dass die Trauer erwachsener Kinder um ihre Eltern nicht unerwachsen ist, sondern normal. Es wird nur wenig darüber gesprochen. Erst seit ich selbst offen von meiner Trauer spreche, erzählen mir Freunde und Freundinnen von ihrer eigenen Trauer. Ich wusste trotz unserer Nähe jahrelang nichts davon!

Ist Trauer ein Tabu?

Neulich rief mich eine Freundin an, deren Mutter gestorben ist. Wir stellen beide fest, dass es in unserer aufgeklärten Zeit, in der man über alles und jedes "offen" reden kann, wohl ein Tabu ist, als Erwachsener lange um die Eltern zu trauern. Eine Witwe bekommt noch eine "angemessene" Frist eingeräumt. (Diese reicht jedoch für die Seele nicht, wie hier in einem Artikel über Witwen zu lesen war.) Aber um den alten Vater, die alte Mutter trauern? Da muss man sich fast entschuldigen. Über Trauer sprechen geht nur mit Menschen, die selbst trauern oder schon intensiv getrauert haben. Andere, die entweder noch niemanden verloren haben oder aber keine gute Beziehung zu ihren Angehörigen, reagieren hilflos mit vernünftigen Argumenten, dass Vater oder Mutter doch jetzt erlöst sei. Ja natürlich, stimmt das. Aber dieser mitschwingende Unterton deutet an, jetzt sei es doch wohl genug mit der Trauer, schließlich ist man erwachsen, und die Mutter hat ja auch ein schönes Alter erreicht, nicht wahr?

Ich erinnere mich, wie mir vor Jahren eine Bekannte vom Tod ihrer Mutter erzählte. Ich war damals 40, die Bekannte etwas über 60. Sie sei so furchtbar traurig, müsse oft weinen. Ihre Mutter wohnte weit weg, und sie war nur am Wochenende bei ihr gewesen und machte sich Vorwürfe. Ich konnte das damals nicht nachvollziehen. Selbst schon so alt sein und der Mama nachjammern? Jetzt verstehe ich sie.

Der "Trauerbonus" ist kurz geworden in unserer Gesellschaft des positiven Denkens und Immer- gut- Drauf- Seins. Eine Freundin erzählt, dass sie auch vier Jahre nach dem Tod ihres Vaters, zu dem sie keine gute Beziehung hatte, noch plötzlich in Tränen ausbricht.

Sie vermisst ihn mehr, als sie sich je vorstellen konnte. Eine andere Freundin, deren Mutter vor acht Jahren starb, sagt mir, sie habe früher täglich mit ihrer Mutter telefoniert, und es passiere ihr heute noch, dass sie den Telefonhörer in die Hand nehme, um ihre Mutter anzurufen, und dann falle es mit einem Schock ein wie zum ersten Mal: "Ach, Mama ist ja tot". Ein Jugendfreund ruft mich an, weil er vom Tod meines Vaters gehört hat, und er sagt, wie schwer es ihm falle, das Haus der Eltern umzubauen. Beide starben innerhalb eines Jahres. Am liebsten ließe er alles so, wie es ihn an seine Eltern erinnert, aber er will ja kein Museum daraus machen. Obwohl wir uns so lange kennen, wusste ich nicht s davon.

Trauer braucht Erinnerung

Am Wochenende hatten wir Besuch von Freunden. Der Vater der Frau ist im letzten Jahr an Krebs gestorben. Auch sie und ihre Geschwister sprechen mit der Mutter fast täglich über den Vater. Ein einzelner Mensch ist für so viele Menschen wichtig, fehlt ihnen, so viele trauern um ihn. Im katholischen Umfeld findet Trauer über einen längeren Zeitraum einen Rahmen. Es gibt das Sechswochen- Seelenamt und die Jahresmesse, An Allerheiligen treffen wir uns bei der Segnung der Gräber. Und es gibt auch Jahre später noch die Messen, die in Erinnerung an die lieben Verstorbenen gelesen werden und die im Gemeindeblatt angekündigt werden. So taucht der Name der Verstorbenen wenigstens immer wieder auf, wir erinnern uns: Dieser Mensch lebte einmal unter uns. Vielleicht wird die Trauer damit leichter.

Aber im nichtkirchlichen Umfeld zählt Trauer nach kurzer Zeit schon nicht mehr. Im Fernsehen sah ich eine Sendung über junge Menschen um die Zwanzig, die Vollwaisen sind. Auch sie erzählten davon, wie schwer es im Kontakt mit anderen ist, niemand will nach einer Weile von der Trauer über die Eltern hören. Man hat gefälligst "gut drauf" zu sein. In der Tageszeitung las ich am Tag darauf einen Kommentar über diese Sendung. Die Journalistin war erstaunt, wie sehr auch junge Erwachsene noch trauern können, wenn die Eltern tot sind. Genau das ist das Problem: Es wird so selbstverständlich angenommen, Erwachsene könnten ganz gut ohne ihre Eltern leben, und die Trauer werde automatisch weniger mit der Zeit.

Man kann die Trauer um einen geliebten Menschen nicht wirklich steuern, egal ob es der Partner oder ein Elternteil ist. Man kann höchstens steuern, wie viel man davon

anderen Menschen zumutet. Auch der Glaube daran, dass es der Seele des geliebten Menschen gut geht, beendet nicht die Sehnsucht. In der Seele bleibt man in jedem Alter das Kind, das weint: "Meine Mama ist tot, mein Papa ist tot".

Im Buch "Liebe Schwester" erzählt Renate Welsh die Geschichte zweier Schwestern, die über 80 Jahre alt sind und die das Grab ihrer Eltern pflegen. "In ein paar Tagen würde es dreißig Jahre sein, seit er (Papa) gestorben war, der Stachel steckte immer noch in ihrer Haut, gab einen scharfen Stich, wenn ihn eine Erinnerung, ein Wort berührte." (S. 39) "Wie oft sie und Sefa über Papa und Mama redeten ... Schon die Wörter zu sagen war eine Art Beschwörung, die die Eltern in die Gegenwart holte." (S. 73)

Wenn ich aufmerksam frage und zuhöre, erlebe ich, dass viele längst Erwachsene gerne über ihre verstorbenen Eltern sprechen und diese so in die Gegenwart holen. Mit dem Sprechen über Erlebnisse aus der Vergangenheit erschaffen wir sie gemeinsam. Worte sind lebendig. Sie helfen der Sehnsucht zurück in die Zeit, als es den anderen Menschen noch gab. Trauer dient auch dazu, den Toten weiterhin innen zu spüren. Bei John Bailey, der zwei Bücher über seine an Alzheimer erkrankte und gestorbene Frau Iris Murdoch schrieb, lese ich immer wieder von der Liebe, die in der Trauer steckt. In "Das Haus des Witwers" schreibt er: "Für die Hinterbliebenen wird die Erinnerung zu einer Leidenschaft ... Für den Trauernden ist die Erinnerung genauso eine besitzergreifende Leidenschaft, wie es einmal die erste Liebe war."

Die erste Liebe, das sind ja eigentlich die Eltern, oder?

Grauhaarige Waisen und die restliche Familie

Erinnerungen sind tröstlicher, wenn man sie miteinander teilen kann, und so ist es wichtig, sich Zeit zu nehmen zum Anschauen von Fotos, zum Erzählen, zum Fahren an Orte der Erinnerung. Wenn ein Elternteil noch lebt, trägt man als "Waisenkind mit grauen Haaren" nicht nur die eigene Trauer, sondern trägt auch die von Mutter oder Vater mit, die verwitwet sind. Tröstlich ist es in dieser Situation, Geschwister zu haben. Hier stimmt der Spruch "Geteiltes Leid ist halbes Leid." In diesem Kreis kann man vielleicht auch darüber sprechen, dass nach langer Krankheit der Tod auch eine Erlösung war. Viele Kinder in Ein-Kind-Familien werden diesen Trost nicht haben.

Die Mutter einer Freundin starb vor kurzem. Ich erinnere mich, wie einige Jahre zuvor ihr Vater starb. Meine Freundin wurde damals oft von ihrer Trauer überwältigt, und ich fragte sie, wie es ihr jetzt nach dem Tod der Mutter geht. Und sie erzählte mir, sie sei selbst erstaunt, wie viel besser sie mit dem Tod der Mutter umgehen könne. Zum einen sei es wohl tröstlich, dass diese wirklich gern sterben wollte, sie war sehr krank und des Lebens müde. Zum anderen sei in ihrer eigenen Trauer damals auch die der Mutter um den Vater verwoben gewesen, und jetzt sei es tröstlich, dass die beiden wieder vereint seien. Ihre Brüder und sie aber wollen sich jedes Jahr im Heimatort treffen zum Gedenken der Eltern.

Maarten t´ Hart, beschreibt in seinem Buch "Gott fährt Fahrrad" die Zeit vor dem Tod seines Vaters, als er selbst schon erwachsen war. " ... Sie (die Eltern) waren doch immer da gewesen, solange ich mich erinnern konnte, und es war doch undenkbar, dass sie einst aufhören sollten zu existieren". (S. 90) ...Zu meiner eigenen Verwunderung bemerkte ich, dass ich auf die Suche nach Freunden und Freundinnen ging, deren Väter vor kurzem gestorben waren". (S. 91) Er spricht von "Halbwaisen". Waisen mit grauen Haaren leben schon lange unabhängig von den Eltern, aber sie trauern intensiv, weil sie den Eltern innerlich näher sind als in jungen Jahren. Und dem eigenen Tod auch.

Literatur:

Renate Welsh, Liebe Schwester. Roman. DTV TaBu 2005.

Margret Foster, Dieses so kostbare Leben. Fischer TaBu 2004

Elisabeth und Paul Raabe, ...Und diese Erfahrung habe ich nun auch gemacht. Texte zum Tod eines nahen Menschen. Arche Verlag 1999

John Bailey, Elegie für Iris , DTV Taschenbuch 2002

K. Kopp-Breining, **P. Rechenberg- Winter**, In der Mitte der Nacht beginnt ein neuer Tag. Mit Verlust und Trauer leben. Kösel Verlag, 2003

Doris Iding, Es muss Dir nicht bang sein. Weisheiten und Meditationen über Leben und Tod. Kösel Verlag 2004