

## **Was hilft, wenn ein Kind stirbt?**

Was hilft?

Unser Trauerbegleiter Robert Rembeck ist damals im Januar 2011 zu uns in die Familie gekommen und hat gesagt: Euch ist das Schlimmste passiert und wenn ihr wollt begleite ich euch.

Genau das hilft: Menschen, die da sind, Menschen, die bleiben, die sich neben einen stellen und mit einem in den Abgrund schauen, die mit aushalten was ist. Menschen, die sich zuwenden.

In unserem Fall waren und sind das Menschen aus dem Familien- Freundes- und Bekanntenkreis, es sind professionelle Helfer und es sind andere Eltern, die ein Kind verloren haben. Dass es so ist, ist ein Geschenk.

Und ein Geschenk ist auch, dass mein Mann und ich als Paar sowie mit unseren Kindern erst mal Wege gefunden haben, um miteinander weiter zu gehen, weiter zu leben. Dafür war die Unterstützung des Trauerbegleiters Robert Rembeck elementar. Er zeigte uns, dass Trauer bei jedem anders verläuft, dass sich Trauernde in unterschiedlichen Phasen befinden, die selten zueinander passen und half uns, in dieser Unterschiedlichkeit Akzeptanz füreinander zu entwickeln. Er ermutigte uns darin, unserer Trauer Ausdruck zu verleihen, ihr eine Gestalt zu geben. Und er begab sich mit uns auf die Suche nach vorhandenen Ressourcen.

Was half? Was hilft im größten Schmerz?

Das Wandern hilft, das in der Natur sein, das sich hineingeben in Landschaften, die es so schon vor langer Zeit gab und noch lange geben wird. Hier wird mir immer wieder bewusst, dass unser Leben eingebettet ist in einen größeren Zusammenhang und dass wir letztlich – egal wie lange unser Leben dauert - darin nur ein winziges Rädchen sind.

Das Gestalten half, zum einen weil ich – obwohl unsere Welt zusammengebrochen war – etwas erschaffen konnte. Weil ich dem Zerstörten und der Verzweiflung etwas entgegensetzen konnte. Das Malen und Nähen hilft zum anderen, weil damit die inneren, quälenden und erdrückenden Bilder einen Ausdruck finden. Das was sich auf dem Papier zeigt, kann weg gelegt werden – das bietet Entlastung, die in Zeiten der Trauer lebensnotwendig ist.

Was Sie hier und in der Geschäftsstelle der Verwaisten Eltern am Wolfgangsplatz sehen, sind Arbeiten die zwischen 2011 und 2015 entstanden sind. Es sind Quilts und Zeichnungen. Die Arbeitsweisen, die Herangehensweise an die unterschiedlichen Teile sind jedoch sehr verschieden.

Das Zeichnen und Malen begleitet mich schon lange, öffentlich gezeigt wurden Zeichnungen, die ich anfertigte nur innerhalb dieser Ausstellung. Ich male für mich, ich male auch regelmäßig mit anderen Menschen, das geschieht, um mich zu ordnen, um den inneren Bildern einen Platz, einen Ort zu geben, ich male, um in meiner Seele aufzuräumen. Gezeigt werden die ausgewählten Blätter, weil sie – meines Erachtens – der Ausstellung und dem Thema dienen. Weil sie die Trauer konkreter zeigen als es die Quilts tun.

Quilts nähe ich seit über 15 Jahren, das Gestalten von Quilts ist ein Bedürfnis und bald nach dem Absolvieren der ersten Kurse zu diesem Thema nähte ich nach eigenen Ideen, ich begann zu experimentieren, bemalte Stoffe, und versuche für das, was ich ausdrücken möchte, geeignete Methoden zu finden.

Als Elias, unser Sohn, starb, war es ein großes Glück, dass es die Werkstatt gab, dass Stoffe vorhanden waren, dass Papier und Farben in den Schubladen lagen und ich mich einfach hinsetzen und beginnen konnte.

Beim Zeichnen agiere ich spontan, innere Bilder, häufig haben sie sich regelrecht fest gefressen in mir, werden dabei manchmal richtig aufs Blatt gehauen und eingearbeitet. So entstanden in den letzten Jahren viele, viele Blätter.

Das Nähen erfordert eine andere Aufmerksamkeit, Planungen sind nötig. Ein Quilt besteht aus mehreren Lagen Stoff, die, die zuoberst liegt wurde aus unterschiedlichen Teilen zusammen genäht. Sie wird dann unterfüttert, die verschiedenen Lagen durch Stiche miteinander verbunden. Fragen und Themen, die sich in der Trauer auftaten, die ich langfristig an mir wahrnahm und beobachtete, wurden hier verarbeitet. Stoffe wurden zerrissen und übermalt. Schriften und Fotos verwandt. Themen waren zum Beispiel: Zerrissenheit, Fragment, Erinnerung, Zerbrochenes.

Ich erlebte in der Zeit der tiefen Trauer, dass beim Nähen, beim Malen, beim Zeichnen, ebenso wie beim Wandern der Körper etwas tat, handelte und entwickelte, was er der Seele vorwegnahm:

Wege suchen, Zusammenhänge herstellen, Lösungen finden und vor allem: lebendig sein.

Hierfür ist der Rückzug nach wie vor nötig. Immer wieder – keine Musik, keine Menschen, keine Geselligkeit. Dafür ein Stück Stoff, Faden, die Ölkreiden, ein Blatt Papier.

Doch heute ist es gut, dass wir beisammen sind, dass Sie da sind, dass Ihr da seid. Ich freue mich über jedes Interesse an der Ausstellung und finde es schön, dass sie in München nun in zwei Teilen zu sehen ist.

Doch vorher möchte ich mich bedanken:

Bei dem Verein „Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister“, die die Räume und die Möglichkeit hierzu bietet. Danke sage ich Frau Susanne Lorenz und allen anderen Mithelferinnen aus der Geschäftsstelle, die einen wesentlichen Teil der Organisation gestemmt haben. Und ich bedanke mich bei meinem Mann Siegfried – er hat mich in kniffligen Fragen und Problemen bezüglich der Ausstellung beraten und tatkräftig unterstützt.

Ihnen und Euch danke ich für das Hier-dabei-sein und die offenen Ohren in den letzten Minuten.

Uns allen wünsche ich einen guten weiteren Nachmittag.

Vielen Dank.

***Susanne Fellmann-Horsch***