



# WEGBEGLEITER

Information und Unterstützung für trauernde Mütter, Väter, Geschwister, Großeltern und alle, die mit dem Tod eines Kindes leben müssen

Sommer 2016

## **Liebe trauernde Mütter und Väter, liebe Geschwister und Großeltern, liebe Freunde und Förderer des Vereins,**

in ihrer Trauer erfahren viele Menschen auch Gefühle von Ohnmacht, Schuld und Wut, die den Verlust des geliebten Kindes oder Geschwisters noch schmerzlicher machen. Vor allem Schuldgefühle können so quälend sein, dass sie kaum noch ertragen werden.



Die Redaktion des Wegbegleiters hat die Regionalbischöfin Susanne Breit-Keßler gebeten, uns zu diesen Fragen ihre Ansichten darzulegen: *Zu den verwirrenden Gefühlen beim Tod eines Kindes oder Geschwisters gehören Schuld und Wut, die sich oft aber nicht offen zeigen. Wie kann man behutsam mit ihnen umgehen? Was können Sie zu der Frage "Vergebung von Schuld" sagen?*

Wir danken Frau Breit-Keßler herzlich für ihren Beitrag.

### **Vorstand, Geschäftsstellenleitung und Redaktionsteam des Wegbegleiters**

Es braucht Personen mit Fingerspitzengefühl, die von außen oder innerhalb der Familie diese Gefühle, sobald sie sich zeigen, ansprechen. Es muss für den kleinen oder großen Menschen spürbar sein: "Ich darf meine Wut rauslassen, darf auch mal laut werden." Wer zornig über den Tod ist, darüber, dass ein Kind oder Geschwister gestorben ist und einen "verlassen" hat, braucht den Raum und die Zeit, um von seiner, ihrer Wut reden zu können: "Warum hat er (oder sie) mir das angetan?"

Was Schuld anbelangt oder wohl eher Schuldgefühle, ist es wichtig, ihnen nachzuspüren. Warum fühlen sich Eltern oder Geschwister (mit-) schuldig am Tod des Kindes? Welche ungeliebten Anteile melden sich da zu Wort? Was also wird über die Schuldgefühle wirklich ausgedrückt: Man hat als Vater oder Mutter den Eindruck, zu wenig Zeit oder Geduld für das verstorbene Kind gehabt zu haben. Als Geschwister hat man vielleicht das Kind beneidet oder gehasst, ihm heimlich den Tod gewünscht, der jetzt eingetreten ist.

Wichtig ist immer: Es darf keinerlei Tabu für Äußerungen geben, keine Bewertung oder Urteile, keine Beschwichtigung. Alles, was jetzt nicht ausgelebt und ausgesprochen wird, erschwert neues Leben nach dem Verlust. Das Kind wird zu einem Geist, der immer wieder in Beziehung und Entwicklung hineinfunkt. Positiv formuliert: Was jetzt miteinander gefühlt, gedacht und besprochen wird, eröffnet die Chance gemeinsam weiter zu leben - das verstorbene Kind liebevoll in Erinnerung behaltend als Mensch, mit dem man ein Stück Weg gemeinsam gehen durfte.

Es gehört zu den elementaren Bedürfnissen eines geistig und seelisch wachen, sensiblen Menschen, sich mit Schuld ehrlich auseinander zu setzen. Wer das tut, wird auch Reue empfinden über das, was er oder sie getan beziehungsweise unterlassen hat. Diese Reue will ausgelebt sein – tränenreich vielleicht, mit Seufzen und Klagen, mit einem tatsächlichen oder im übertragenen Sinn zu verstehenden „an die eigene Brust schlagen“. Wer das kann und tut, ist wahrhaft menschlich. Nach solcher Reue braucht es das offene Schuldeingeständnis – vor Gott, vor einem anderen Menschen. Bedauern reicht nicht, es muss klar bekannt und benannt werden, was man dem verstorbene Kind oder dem Geschwister gegenüber verabsäumt, ihm möglicherweise angetan hat. Nur so, in dieser Redlichkeit sich selbst und anderen gegenüber ist ein wahrer Neubeginn möglich. Alles andere ist Selbsttäuschung. Nach Reue und Bekenntnis braucht es die Vergebung – die heilsame Zusage an den, der

schuldig geworden ist: Du darfst und sollst zuversichtlich und getrost weiterleben. Diese Zusage können Menschen sich gegenseitig geben, indem sie einander in Gottes Namen verzeihen. Wenn es um Schuld an einem verstorbenen Kind oder Geschwister geht, gilt: Der, der uns das Leben gegeben und es wieder genommen hat, der will, dass wir leben. Wir – die Toten und die Hinterbliebenen. Die einen in



der Ewigkeit, die anderen in ihrer vorläufigen irdischen Existenz. Menschen können fest darauf vertrauen, dass dann, wenn sie sich reuevoll klar gemacht haben, worin ihre persönliche Schuld besteht, ihr Tun aufgehoben ist bei Gott. Sie sind frei, neu zu beginnen.

**Regionalbischöfin  
Susanne Breit-Keßler**

## Erfahrungsberichte

### Heilendes Wochenende Seminar in Bernried vom 30.10. bis 01.11.2015

Am letzten Oktoberwochenende 2015 begeben mich, wie dreizehn andere Eltern, in das Kloster Bernried. Seit dem Verlust meines Sohnes im vorigen Jahr suche ich den Weg in irgendein Morgen. Ich lebe seit Monaten dem Treffen entgegen und verlasse zum ersten Mal wieder meine Stadt. Ich bin aufgeregt und mustere verstohlen die Mitreisenden. Sie etwa auch? Niemandem ist etwas anzusehen.

Das Seminar beginnt am Freitag in der Dämmerung. Durch den Herbstnebel schimmert der See. Was für eine Landschaft, was für ein Glück! Die Seminarleiter Freya von Stülpnagel und Dr. David Althaus begrüßen uns und laden uns ein, unsere verstorbenen Kinder zu beschreiben. Ausnahmslos Geschichten über schöne, begabte und besondere Menschen, die mir den Atem rauben. Zwei Tage lang behandeln wir unser unfreiwilliges Lebensthema aus verschiedenen Aspekten. Dass wir Fremde sind und in ganz unterschiedlichen Situationen leben, hindert uns nicht, unsere tiefsten Emotionen und privatesten Gedanken zu teilen. Natürlich gehören Tränen dazu; aber immer wieder überraschende Momente voll Komik und ein gemeinsames herzliches und befreiendes Lachen. Ich wusste gar nicht, dass ich das noch kann! Meine Leidensgefährten leben in ganz unterschiedlichen Phasen und auf individuellen

Wegen der Trauer. Die wichtigsten Gedanken kommen von ihnen und wie lebendige Freunde wachsen mir ihre Kinder ans Herz. Ein großes Geschenk ist der Garten. Die alten Bäume und Mauern haben schon viel Leid gesehen. Sie sind eine tröstliche und angemessene Umgebung und wir erfahren auch die heilsame Kraft der Natur. Sehr schnell vergeht die Zeit bis Sonntagmittag. Einig, dass wir uns lieber nicht kennen gelernt hätten, danken wir einander für die kostbare Begegnung, vielleicht ein kleiner Schritt auf dem Weg zurück ins Leben. Ich trage – wie Perlen – kluge und tröstliche Worte nach Hause, wo ich sie ausgiebig weiter gebe.

Mein tiefer Dank gilt allen, die das Treffen ermöglicht haben, Frau von Stülpnagel und Herrn Dr. Althaus genauso wie den Schwestern des Klosters und den Organisatoren von den verwaisten Eltern. Für mich wird dieses Wochenende sicher nicht das letzte gewesen sein.

**Christine G. – Berlin**

### Meine Erfahrungen mit der Suizid-Gruppe der verwaisten Eltern

Mein Sohn Julius-Jefferson, 25 Jahre, hat sich das Leben genommen und wurde am 21.06.2013 von seiner Schwester Corinna in seiner Wohnung gefunden.

Plötzlich, ohne vorher erkennbare Anzeichen, ist mein Sohn tot, gestorben an Suizid; meine Tochter schwer traumatisiert, ich, die Mutter unter Schock, nicht fähig zu begreifen, nicht fähig meiner Corinna zu helfen. Zwei Monate danach bin ich zum Einzelgespräch bei den „Verwaisten Eltern“ und am 11.09. zum ersten Mal beim Treffen der Suizid-Gruppe gewesen. Ich wollte endlich weinen können, sehen wie andere Eltern mit dem Suizid des geliebten Kindes umgehen, fertig werden?

Ich finde es sehr wohltuend, mich nicht erklären zum müssen, denn jeder Gruppenleiter und Betroffene weiß genau, wovon ich spreche: mein Schock, meine Fragen, meine Zweifel, meine Schuldgefühle, meine Tränen.

Wenn ich möchte, kann ich von meinem Julius und von mir sprechen, kann aber auch schweigend zuhören, wie die anderen – ganz normale Menschen wie ich – sich in den ersten Wochen durchs vollkommen erschütterte Leben gehandelt haben, wie es ihnen nach einem halben Jahr, nach drei Jahren oder nach 10 Jahren und länger geht. Ja, die Trauer bleibt ein Leben lang, aber auch Freude am Weiterleben gibt es.

Ich empfinde es immer als tröstlich, wenn ich sehe, dass „man nicht eine gewisse Zeit trauert“, sondern dass jeder seine eigene Trauer,

sein eigenes Tempo, seine eigene Art hat, mit dem Suizid des Kindes umzugehen. Ich höre auch, dass es vielen so ähnlich geht wie mir. All das, was die Gruppenleiter und Teilnehmer erzählen, gibt mir wirklich Unterstützung und Trost, ich fühle mich verstanden, muss nicht wie in meinem anderen Leben nebenher funktionieren, und es gibt wenigstens eine feste Konstante – Gruppentreffen jeden 2. und 4. Mittwoch mit einer schön gestalteten, würdevollen Mitte mit Blumen und Kerzen.

Die Gruppentreffen tragen dazu bei, dass ich meiner Trauer um Julius Raum geben kann, meinem Leben eine Struktur und dadurch die Kraft habe, mein anderes Leben ohne Julius neu lernen kann.

*Angelika Kroh*

## Aus der Region

### **Feier zum 20-jährigen Bestehen der Gruppe Weilheim – Verleihung der Bayerischen Ehrennadel an Annik Neumeister durch die Landrätin Andrea Jochner-Weiß**

Am 25.11.2015 gestaltete Diakon Stephan Häutle im Töllernkircherl in Weilheim einen sehr berührenden Wortgottesdienst.

Sylvia Maurer, ebenfalls zugehörig zur Gruppe Weilheim, richtete ihre Dankesworte direkt an Annik Neumeister:



Liebe Annick, „den eigenen Tod, den stirbt man nur, doch mit dem Tod der anderen muss man leben“. Dieser Satz von Mascha Kaléko trifft sehr gut unsere Situation.

Als vor 25 Jahren dein Sohn Dominik starb, brach eine Welt zusammen. Die Umstände seines Todes waren für dich nie richtig geklärt. Und bei dir - wie auch bei einigen von uns, die wie du ein Kind hergeben mussten - war zu diesem Zeitpunkt nicht alles im Lot. „Es ist ja noch so viel Zeit dafür!“ Doch dann war plötzlich alles anders.

Jeder in deiner Familie hatte seinen eigenen Trauerweg. Du fandest sehr viel Hilfe in der Musik, in deinem Glauben und bei den Verwaisten Eltern in München. Bei der Frage, ob du eine Gruppe in Weilheim gründen würdest, hattest du nicht lange gezögert. Seit Ende 1995

leitest du nun unseren geschützten kleinen Raum.

Die nötige Professionalität erlangtest du über die Verwaisten Eltern in München durch eine Ausbildung zur Trauerbegleitung, Fortbildungen und Seminare zur Gruppenbegleitung und den Themen, die bei der Arbeit mit Trauernden hilfreich sind. Nicht zu vergessen die vielen Bücher, die du gelesen hast!

„Dem Leben sind Grenzen gesetzt, die Liebe ist grenzenlos!“ Diese Aussage stimmt, denn du warst da, wenn es wieder jemand von uns getroffen hat. Hast Einzel- und Gruppengespräche geführt. Mit uns gefühlt, geweint, gelitten, getröstet, aber auch gelacht und gefeiert. Du bist mit jedem von uns einen Teil des Trauerweges gegangen. Es war mit Sicherheit kein leichter Weg, denn du hattest im persönlichen Bereich, z.B. in deiner Kirchengemeinde jahrelang einige Querelen durchzustehen. Was dir sehr weh tat!

Wir haben gemeinsame Unternehmungen wie Besinnungstage, Hl. Messen und Wanderungen genossen – mit der obligatorischen Einkehr danach. Für dich war es mehr Vorbereitungsarbeit, aber hinterher auch mehr Freude und Bestätigung für dein Wirken.

Menschen zu finden, die mit uns fühlen und empfinden, ist wohl das schönste Glück auf Erden. Dieses Zitat des Schweizer Dichters und Romanautors Carl Spitteler war Dein Antrieb, immer wieder frisch Betroffene zu unterstützen.

Besuche bei Trauernden wechselten sich ab mit Bürotagen, langen Telefongesprächen, Stand-Betreuungen bei den Oberland Ausstellungen, Fortbildungen, Seminaren und Vorbereitungen der Gruppenabende.

Für all dies und die Dinge, die ich hier nicht aufgelistet habe, sage ich im Namen aller: Danke Annik! Herzlichst, Sylvia

*Sylvia Maurer*

### **Bericht aus der SHG Dillingen**

Die Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern Dillingen besteht seit 1998, und solange sind wir auch mit der SHG Verwaiste Eltern Nördlingen verbunden. Wir, die Dillinger Gruppe, treffen uns einmal im Monat in einem ehemaligen Krankenhaus, das die Caritas zu einer Begegnungsstätte für verschiedene Selbsthilfegruppen umfunktioniert hat. Wir sind eine offene Gruppe, die aus ca. 30 Personen besteht. Viele unserer Kinder sind durch Unfall oder durch Suizid ums Leben bekommen. Die Todesnachricht überbringen üblicherweise Polizisten. Die Art und Weise, wie das sehr oft geschah und geschieht, belastet die Eltern noch heute. Wir luden daher einen Polizisten ein und erzählten

ihm unsere Erfahrungen. Er war sehr überrascht und betroffen und empfahl uns, dem Polizeichef eine Einladung zu einem unserer Abende zu schicken. Er kam und war zum Teil entsetzt über die Hilflosigkeit seiner Kollegen, mit solchen Situationen umzugehen. Wir erfahren aber auch, wie belastend es für die Beamten ist, nach den schrecklichen Unfallbildern, kurz danach den Eltern den Tod ihres Kindes mitzuteilen, ihre Fragen zu beantworten und den Schmerz der Eltern auszuhalten.

Durch unser gemeinsames Schicksal den Tod unserer Kinder – sind tiefe und langjährige Freundschaften entstanden.

Einige Male im Jahr veranstalten wir einen „Klosternachmittag“. Schwester Leonore (Franziskanerin) bietet uns eine Meditation an. Danach wird gesungen und erzählt und anschließend gibt es Butterbrezeln, Kaffee und Kuchen.



Hinten v.l.n.r.: Lucia Mayr, Ruth Gimber, Hildegard Dönhöfer,  
Sitzend v.l.: Monika Peter, Senta Enslin

Die Nördlinger und die Dillinger Gruppe machen zusammen Ausflüge, kleine Bergtouren, Besichtigungen, gehen Essen, Kaffeetrinken usw. Wir freuen uns jetzt schon wieder auf diese gemeinsamen Tage.

Für dieses Jahr versuchen wir einen Traumatologen(in) einzuladen, sowie eine Familientherapeutin. Außerdem möchten wir, wie im vergangenen Jahr, eine Wallfahrt machen, natürlich mit anschließender Einkehr! Und wir haben schon ein Wochenende mit den Verwaisten Eltern München eingeplant!

**Monika Peter**

### **Offenes Trauer-Café in Neufahrn**

Mit großer Freude können wir berichten, dass es uns gelungen ist, unsere Pläne in die Tat umzusetzen: seit September 2015 gibt es in Neufahrn bei Freising ein Offenes Trauer-Café für Verwaiste Eltern. Dank unseres Pfarrers, Herrn Lanzinger können wir im Kath. Pfarramt einmal im Monat – am Freitagnachmittag –

einen großen, freundlichen Raum mit Küche benutzen.

Das Angebot wird bereits rege in Anspruch genommen, es treffen sich ca. 12 – 16 trauernde Mütter und Väter. Wir haben das Café bewusst als offen ausgeschrieben und so setzt sich die Gruppe aus teils frisch, teils länger Betroffenen zusammen. Der Verlust eines Kindes verbindet auch über Konfessionen hinweg. Das Café bietet einen geschützten Rahmen, in dem Jeder mehr oder weniger aktiv teilnehmen kann, sich nicht an- oder abmelden muss und vielleicht auch „nur“ auf einen Kaffee vorbeikommen kann, solange es ihm gut tut.

Wie läuft nun so ein Nachmittag ab? Zum Ankommen gibt es erst einmal eine schöne Tasse Kaffee oder Tee und dazu einen leckeren Kuchen, den jedes Mal eine andere Teilnehmerin spendiert. Dabei löst sich schon mal etwas von der Anspannung und man kann sich ungezwungen kennenlernen und austauschen. Dann versammeln wir uns um eine gestaltete Mitte und zünden für unsere verstorbenen Kinder eine Kerze an. Jeder kann erzählen, wo er momentan steht, was in den letzten vier Wochen wichtig für ihn war. Je nach Situation oder Anlass versuchen wir uns im Folgenden einem bestimmten Thema zu widmen. Da sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Zum Einsatz kommen Geschichten, Gedichte, Karten, Farben, Lieder und vieles mehr, aber auch Achtsamkeits- und Atemübungen. Mit dem Heilungslied „Hoch in den Himmel wie ein Baum“ lösen wir uns aus der tragenden Gemeinschaft und nehmen wieder ein wenig mehr Zuversicht mit in den Alltag.

Interessierte sind herzlich eingeladen.

Das Treffen findet jeden zweiten Freitag im Monat statt (außer im August). 85375 Neufahrn, Bahnhofstr. 34 a, Eingang Franziskuspfad, 14.00 – 16.00 Uhr, Teilnahme kostenlos.

**Johanna Blank**

### **Neugründung der Selbsthilfegruppe „Trauernde Eltern im 5-Seen-Land“**

Unsere Selbsthilfegruppe möchte auf der bayrischen Landkarte der „Verwaisten Eltern“ die Lücke im Starnberger Landkreis schließen und Anschluss bieten in Richtung Bad Tölz, Weilheim, Allgäu und München.

Wir, Franziska Offermann, Isabel Schupp und Birgit Schuder, kommen alle aus dem Raum Starnberg und wir wissen aus eigener Erfahrung, dass es oft, gerade in der ersten Trauerphase, sehr viel Überwindung und Energie fordert, den weiten Weg in die Trauergruppe z.B.

nach München anzutreten. Deshalb ist in uns der Wunsch entstanden ein ergänzendes Angebot für die „Verwaisten Eltern und trauernden Geschwister“ in Starnberg anzubieten.

Im Ilse-Kubaschewski-Haus haben wir einen sehr schönen, freundlichen Raum für unsere Offene Gruppe, die jeden 2. Mittwoch im Monat von 19 – 21 Uhr stattfindet, gefunden. Hier haben wir auch die Möglichkeit, weitere Gruppenangebote, z.B. eine Familiengruppe oder Geschwistergruppe, oder auch mal ein Trauercafé zu machen.

Im Rahmen der Sonderausstellung „L(i)ebensbriefe und die Kunst des Trauerns“ im Museum Starnberg konnten wir verstärkt auf die Arbeit des Vereins „Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister“ und auf die SHG „Trauernde Eltern im 5-Seen-Land“ aufmerksam machen und unsere Kontakte erweitern.

Wir wünschen uns sehr, dass sich die Gruppe im Landkreis Starnberg gut etabliert und den Müttern, Vätern und Geschwistern Hilfe und Unterstützung sein kann im Umgang mit der Trauer um das geliebte Kind, des Bruders oder der Schwester.

In den letzten Wochen ist unsere Website entstanden, so kann man uns auch virtuell unter [www.trauernde-eltern-5-seen-land.de](http://www.trauernde-eltern-5-seen-land.de) finden und dort noch mehr erfahren über unsere Gruppen- und Seminarangebot.

**Birgit Schuder, SHG Starnberg**

## Gedichte und Texte

### Elegie für Steven

Kein Wort vermag Unsagbares zu sagen.  
Drum bleibe, was ich trage, ungesagt.  
Und dir zuliebe will ich nicht mehr klagen.  
Denn du, mein stolzer Sohn, hast nie geklagt.

Und hätt' ich hundert Söhne: Keiner wäre  
Mir je ein Trost für diesen, diesen einen!  
Sagt ich: hundert? Ja, ich sage hundert  
Und meinte hundert. Und ich habe keinen.

Daß man doch lernte, sich vor ihm zu neigen,  
Der grausam nimmt, was er so zögernd gab.  
Solang mein Herz schlägt, ist darin dein Grab.  
Ich setze dir ein Mal aus purem Schweigen.

Kein Wort. Kein Wort, Gefährte meiner Trauer!  
Verwehte Blätter, treiben wir dahin.  
Nicht, daß ich weine, Liebster, darf dich wundern,  
Nur daß ich manchmal ohne Träne bin.

**Mascha Kaléko**

(aus: *In meinen Träumen läutet es Sturm*  
© 1977 dtv Verlagsgesellschaft, München)

## Geschwister

### Die Trauer der Geschwister

Wenn ein Kind in einer Familie stirbt, hat das Auswirkungen auf alle Familienangehörigen. Eltern, Großeltern und Geschwister sind in ihrem Schmerz davon gleichermaßen betroffen. In der Regel steht jedoch die Trauer der Eltern im Vordergrund. Ihnen gelten das Mitgefühl des Umfelds, die Kondolenzbezeugungen bei der Beerdigung und die öffentliche Zusprache. Die verbliebenen Geschwister verschwinden mit ihrer Trauer nicht selten in der Wahrnehmung der Umwelt. Denn ihre Trauer scheint einen anderen gesellschaftlichen Stellenwert zu haben als die Trauer von Eltern. Vielfach korrespondiert die verminderte Wahrnehmung mit dem Verhalten der Geschwisterkinder nach dem Tod des Bruders oder der Schwester: Die Aufmerksamkeit der Eltern richtet sich auf den leeren Platz in der Familie und die verbliebenen Kinder versuchen oftmals, den für sie sehr unmittelbar spürbaren Schmerz der Eltern nicht noch durch die Sorge um ihr eigenes Wohlergehen zu erhöhen. Besonders kleinere Geschwisterkinder verhalten sich dadurch oft unauffällig und zeigen ihren eigenen Verlustschmerz nicht offen. Doch damit ergibt sich ein Dilemma für die Geschwisterkinder: sie wollen die Eltern mit ihrem eigenen Schmerz nicht noch weiter belasten, müssen aber gleichzeitig den Schmerz der Eltern zusätzlich zu ihrem eigenen aushalten. Dies stellt eine hohe Belastung für die Geschwister dar. Wenn erwachsene Geschwister sterben und auch die trauernden Geschwister bereits erwachsen sind, ändert sich an dieser Problematik oft nur wenig. Erwachsene Geschwister sehen sich nicht selten in der Verantwortung, einen oder beide Elternteile in ihrer Familienfunktion unterstützen oder gar ersetzen zu müssen, wenn die Eltern den Herausforderungen der Organisation von Beerdigung, Traueranzeigen, Wohnungsaufösungen oder ähnlichem emotional nicht gewachsen sind. Die eigene Überbelastung ist dabei nicht selten vorprogrammiert.

Wichtig für Geschwisterkinder egal welchen Alters ist, dass sie vom Umfeld in ihrer Trauer wahrgenommen werden – von Freunden und Verwandten und von den Eltern. Ebenso wichtig ist, dass man ihnen den eigenen Raum für Schmerz und Trauer zugesteht und sie darin ernstnimmt. Jüngeren Geschwisterkindern sollten Familie und Umfeld auch die Zeit zum Nicht-Trauern zugestehen und keine Verurteilungen erteilen. Für erwachsene Geschwister ist es wichtig, dass sie von den Eltern aus den übernommenen Verantwortungen auch wieder

entlassen werden, um sich wieder auf den eigenen Trauerprozess einlassen zu können.

Unterstützung erhalten erwachsene Geschwister im Verein Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in einer eigenen Gruppe, die sich monatlich in der Geschäftsstelle der Verwaisten Eltern trifft. Im Rahmen der Gruppe findet ein reger Austausch über die Sorgen und individuellen Probleme erwachsener Geschwister statt, die sich sehr von den Bedürfnissen der Eltern unterscheiden können. Immer wieder geht es um Themenkomplexe wie die fehlende Anerkennung der eigenen Trauer im Gegensatz zur Trauer der Eltern, den Umgang mit der eigenen Trauer am Arbeitsplatz, Grenzen der Verantwortung gegenüber den Eltern oder den Verlust von Freundschaften. Die Gruppe wird dabei von zwei Betroffenen begleitet, die eine trauerpädagogische Ausbildung absolviert haben.

**Christina Enöckl**

## Was los war

### „ALBERT“ Bilder – Auseinandersetzung mit dem Unfassbaren

Am 20.10.2012 starb unser ältester Sohn Albert plötzlich und unerwartet fünf Wochen nach seinem 27. Geburtstag. Einige Monate nach diesem Schicksalsschlag begann ich mich künstlerisch mit der Bearbeitung dieses unsagbaren Verlustes und Schmerzes auseinanderzusetzen. Ich fing eine Zeichnung in einer ähnlichen Technik an, wie ich sie vor Alberts Tod angewandt hatte, kam aber in meiner veränderten Situation damit nicht zurecht und musste eine neue Ausdrucksweise finden. Es war einfach in jeder Beziehung ganz unmöglich, so weiterzuleben wie zuvor. Da ich den ganzen Tag seinen Namen immer wieder innerlich oder leise zu mir sagte, entschied ich mich dafür, Zeichnungen mit dem Schriftzug „ALBERT“ als Gestaltungselement zu machen.

Anfangs dachte ich daran, seinen Namen so oft zu überschreiben, dass er für die Betrachter unlesbar ist und nur mir selbst bewusst. Diese meditative Möglichkeit, lauter ähnliche schwarze Bilder herzustellen, verwarf ich schon nach dem ersten Bild und setzte ab da den Schriftzug „ALBERT“ für alle sichtbar ein. Ich wollte etwas Vielfältiges gestalten und entwickelte Regeln, damit die Arbeiten unterschiedlich wurden, damit sie – jede für sich – einen ästhetischen Anspruch entwickeln konnten.

Auch kam es mir darauf an, etwas Anstrengendes zu machen, das mich viele Stunden Kon-

zentration kosten würde. Da das Papier auf dem Tisch lag und ich mit Feinstrich-Pen zeichnete, der eine gewisse Zeit zum Trocknen braucht, arbeitete ich in über diesen Tisch gebeugter Haltung, immer darauf achtend, dass meine Hände und Arme die Schrift nicht verwischten. Und jedes Mal, wenn ich das Wort „ALBERT“ auf das Blatt schrieb, flüsterte ich „mein Albert“ oder „Albert“ oder sagte es wenigstens innerlich mindestens einmal beim Aufzeichnen jedes Schriftzugs zu mir. Während dieses Prozesses kam mir irgendwann das Bibelzitat aus dem Alten Testament in den Sinn: „Fürchte dich nicht, denn ich habe dich erlöst; ich habe dich bei deinem Namen gerufen; du bist mein“ (Jesaja 43,1) – und ich beschloss, der Serie den Titel „Albert – Ich habe dich bei deinem Namen gerufen“ zu geben. Denn ich wollte meinen Sohn mit meiner Liebe umhüllen, ihn beschützen und begleiten, da wo er jetzt ist, soweit mir das als Mensch überhaupt möglich ist.



Foto: Anne Sommer-Solheim

Die entstandenen Bilder wirken aus der Entfernung wie gewöhnliche Strichzeichnungen. Aus der Nähe betrachtet, kann man die Buchstaben lesen, je nach den Regeln, die ich für das jeweilige Bild vor Beginn des Zeichnens aufstellte. Diese Regeln beziehen sich auf die Größe, auf die Anordnung oder Richtung und auf die Möglichkeit der Durchdringung der einzelnen „ALBERTS“. Die Bilder können an Steine, Geflechte, Wellen, Wolken, gewebte Teppiche, Netze, Landkarten oder den Sternenhimmel erinnern.

Die Serie besteht aus sechzehn 65 x 50 cm großen Feinstrich-Pen Zeichnungen auf Karton, entstanden vom 21. März bis zum 28. November 2013. Das Bild „Der Übergang“, begonnen im Januar 2013, endgültig fertiggestellt am 6. Mai 2013, ist für mich ein Übergang von meinen früheren Arbeiten der Camp Serie zu der jetzigen Serie – von meinem Leben davor zu meinem durch Alberts Tod völlig veränderten Leben. [www.gabi-weber.de](http://www.gabi-weber.de)

**Gabi Weber**

### Neujahrsempfang für die Ehrenamtlichen

Unser diesjähriger Neujahrsempfang stand unter dem Motto „Trauer und Kreativität - dem Eindruck Ausdruck verleihen“. Unter der Anleitung von Klaus Nagel zeigte sich, dass die Kraft des Singens einen lebendigen Zugang zur eigenen Lebensfreude bilden kann. Und die farbenfrohen Bilder von Beate Eichstaedt, die ihre Auseinandersetzung mit der Trauer um ihren verstorbenen Sohn sichtbar machen, regten zum Austausch an. Zu sehen, hören und spüren, dass ein Bild, ein Wort oder eine Melodie die eigene Lebenskraft nährt, ist eine bereichernde Erfahrung unseres schönen Beisammenseins.

**Nina Markus**

### Vor der Mitgliederversammlung: Tag der Offenen Tür in der Geschäftsstelle

Zum Tag der Offenen Tür erwartete die Mitglieder und Gäste ein großes Programm. Ab 12 Uhr waren Kaffee und Kuchen bereit gestellt. Bekannte begrüßten sich, Unbekannte lernten einander kennen und knüpften Kontakte.

Zwei Highlights bereicherten diesen Tag: der Vortrag von Isabel Schupp und die Eröffnung der Ausstellung von Gabi Weber.

Etwa 60 Gäste waren eigens am Nachmittag gekommen, um den Vortrag von Isabel Schupp, Schauspielerin, Mutter einer verstorbenen Tochter und Trauerbegleiterin, zu hören. Abwechslungsreich und fesselnd erzählte sie aus dem Leben der Lyrikerin Mascha Kaléko, zitierte Gedichte, spielte Akkordeon. Auch Kaléko hat ihr Kind verloren; ihr Sohn starb mit 32 Jahren. Diesen Verlust hat sie in Versen beklagt. Berühmt sind die letzten Zeilen ihres Gedichtes „Memento“ geworden: „Bedenkt, den eignen Tod, den stirbt man nur. Doch mit dem Tod der anderen muss man leben“. Für den Verein der Verwaisten Eltern sind diese Zeilen ein Motto geworden.

Mascha Kaléko (1907 – 1975) war Ende der 20er Jahre neben Ringelnatz und Kästner eine Berühmtheit in Berlin. Ihre Alltagsgedichte von Poesie und zarter Ironie machten ihr Buch „Das lyrische Stenogrammheft“ zum Bestseller.

Sechs Leben lebte die Dichterin nach eigenem Bekunden. Arm war sie als Kind jüdischer Eltern, in Galizien im heutigen Polen geboren, 1914 nach Deutschland migriert, später im Berliner Scheunenviertel wohnhaft. Schwierig war sie als Kind, ihr Lieblingswort war „nein“. Eine Puppe bekam sie nicht, deshalb hatte sie eine

gestohlen, wie sie ohne Reue im Gedicht „Enfant terrible“ mitteilt.

Mit ihrem ersten Mann, Saul Kaléko, fühlte sie sich sicher: „Du aber bist der Hafan“. Doch dann trifft sie einen anderen Mann, Chejmo Vinaver: „Liebe da capo“. Sie bekommen einen Sohn, noch vor der Scheidung.



Foto: Ille Sophie Schalk

Kalékos Gedichte treffen den Zeitgeist. Doch Ironie und noch mehr die frühere Schnoddrigkeit verschwinden ganz in den Gedichten aus ihrem vierten Leben. Mascha und ihr ebenfalls jüdischer Mann können mit dem Sohn 1938 gerade noch rechtzeitig vor der Verfolgung durch die Nationalsozialisten emigrieren. 20 Jahre lang leben sie zu dritt in New York. Heimatlos, mehr schlecht als recht. Isabel Schupp erzählt den Zuhörern von diesem Leben. Mascha hilft ihrem Mann, der kein Englisch spricht, bei seinen musikwissenschaftlichen Recherchen. Er ermuntert sie immer, weiter zu dichten, doch es gelingt ihr nur selten. Zum Überleben schreibt sie Reklametexte. 1959 übersiedeln beide nach Israel. Für ihn, der chassidische Gesänge erforscht, ein Glücksfall, für sie bedeutet Israel wieder Fremdheit, Isolation und Verlorenheit. 1968 stirbt der musikalisch hochbegabte Sohn Steven in New York. Mascha Kaléko trauert. In der „Elegie für Steven“ will sie nicht klagen, und doch: „Und hätt ich hundert Söhne; keiner wäre mir je ein Trost für diesen einen!“ Ihre Gedichte werden kürzer und bleiben ohne Trost. „Es fragt uns keiner, ob wir das Leben lieben oder hassen. Wir kommen ungefragt in diese Welt, und werden ungefragt sie auch verlassen“. Als 1973 auch ihr Mann stirbt, fühlte sich Mascha ganz allein. Eine letzte Lebensfreude gab ihr eine Vortragsreise nach Berlin, ihrer geliebten, verlorenen Stadt. Auf der Rückreise nach Jerusalem starb sie Anfang 1975 in Zürich.

Doch Isabel Schupp wollte ihren Vortrag nicht tragisch ausklingen lassen. Sie zitierte zum Schluss ein frühes Gedicht von Kaléko, überschrieben mit „Sozusagen grundlos vergnügt.“ Dieses Gedicht endet so: „Ich freu mich, daß ich ... Daß ich mich freu.“

**Monika Shah**

## Bericht über die Mitgliederversammlung am 11.03.2016

Im Anschluss an den Tag der Offenen Tür fand die Mitgliederversammlung statt.

Friedrich Seitz berichtete über die Vorstandsarbeit und dankte der Geschäftsstelle für ihre gute Arbeit. Er berichtete über die Teilnahme am 25jährigen Jubiläum der Verwaisten Eltern in Hamburg, dem Vernetzungstreffen im Spindelhof, dem Selbsthilfetag, der Teilnahme an der Consozial in Nürnberg und wies auf die vielen Selbsthilfegruppen, Seminare, Projekte sowie das Vernetzungstreffen zwischen Vorstand und GruppenbegleiterInnen hin.

Michael Schiegerl stellte den Kassenbericht anhand des Jahresabschlusses 2015 vor. Die Unterdeckung wurde durch die vorhandenen Rücklagen ausgeglichen. Für das laufende Jahr ist der Verein weiterhin auf großzügige Spenden angewiesen, da die absehbaren Einnahmen nicht die geplanten Ausgaben decken werden.

Susanne Lorenz berichtete über die Arbeit aus der Geschäftsstelle und stellte den Jahresbericht 2015 sowie das Team der Geschäftsstelle vor.

Ausführlich berichtete Herr Seitz über die lange im Vorstand diskutierte und in Arbeit genommene Idee, eine gemeinnützige Förderstiftung zu errichten. Zweck dieser Stiftung soll sein, den Verein zu fördern und zu unterstützen. Eine Stiftung würde unabhängig vom Verein bestehen und könnte sich vor allem auch aus Erbschaften finanzieren.

Der Vorstand befragte anschließend die Mitglieder, ob diese Idee weiter verfolgt werden solle, also ob ein Konzept ausgearbeitet, ein Satzungsentwurf erstellt und der Mitgliederversammlung vorgelegt werden solle, die dann letztendlich über die Gründung einer Stiftung entscheiden müsse. Dies wurde von den Mitgliedern mit einer Enthaltung und einer Gegenstimme befürwortet.

Die Mitglieder dankten dem Vorstand für die hier bereits umfangreich geleistete Vorarbeit.

**Monika Sperl-Schiegerl**

## Bücher

Unsere Buchempfehlungen finden Sie auf unserer Homepage unter der Adresse:

<http://ve-muenchen.de/index.php?page=leihbibliothek>

## Veranstaltungen

### Abenteuertag für Kinder und Jugendliche

Am 05.08. von 10 – 16 Uhr auf dem Gelände von "kids to life" in Unterhaching. Anmeldungen sind kurzfristig noch möglich.

### Forum "Trauern heißt Leben" 23.09.2016

Das 6. Forum der Verwaisten Eltern für alle, die mit Trauer in Berührung sind, findet wieder in der Hochschule für Philosophie, München statt. Dr. Klaus Onnasch hält einen Vortrag zum Thema „Trauern mit Leib und Seele“. Isabel Schupp liest aus ihrem Buch „Die Nacht bringt dir den Tag zurück“, musikalisch begleitet von der Flötistin Natalie Schwaabe. In diesem Rahmen wird auch die Ausstellung „Mitten im Leben – der Tod“ von Susanne Fellmann-Horsch eröffnet. Die Veranstaltung bietet wieder eine gute Gelegenheit, auf dem eigenen Trauerweg weiter voranzukommen.

Die Einladung zum Forum mit allen Details liegt dem Wegbegleiter bei und findet sich auf der Homepage.

**Monatlicher Abendgottesdienst für trauernde Eltern und Geschwister** am 26.07., 27.09. und 29.11.2016 um 19 Uhr im Münchner Dom (Sakramentskapelle).

### Redaktionsschluss für die Weihnachtsausgabe des Wegbegleiters: 05.10.2016

Wenn Sie an der Mitgestaltung des Wegbegleiters interessiert sind, melden Sie sich in der Geschäftsstelle: Telefon 089/480 88 99-0, E-Mail: [info@ve-muenchen.de](mailto:info@ve-muenchen.de)

## Impressum

**Wegbegleiter** für trauernde Mütter, Väter, Geschwister, Großeltern und alle, die mit dem Tod eines Kindes leben müssen

**Herausgeber:** Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister München e.V., St.-Wolfgangs-Platz 9, 81669 München, Tel. 089/480 88 99-0, Internet: [www.ve-muenchen.de](http://www.ve-muenchen.de)  
E-Mail: [info@ve-muenchen.de](mailto:info@ve-muenchen.de)  
Facebook: siehe „Verwaiste Eltern München“

**Bankverbindung:** HypoVereinsbank München  
IBAN: DE03 7002 0270 0040 6090 40, BIC: HYVEDEMMXXX

**Redaktionsteam:** Dorothea Böhmer, Heinz Brockert, Detlev Dehn, Susanne Lorenz, Nina Markus, Ille Sophie Schalk, Monika Shah  
**Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers/der Verfasserin wieder.**

**V.i.S.d.P.:** Detlev Dehn

**Vorstand 2015 – 2017:** 1. Vorsitzender: Klaus Günter Stahlschmidt, Stellvertretende Vorsitzende: Freya von Stülpnagel, Schriftführerin: Dr. Franziska Offermann, Kassenwart: Michael Schiegerl, Beisitzende: Veronika Blyszcz, Detlev Dehn, Friedrich Seitz