



# WEGBEGLEITER

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

Weihnachten 2012

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

Woher kommt für uns Licht in dieser lichtüberfluteten Advents- und Weihnachtszeit, wo aus Lautsprechern in den Kaufhäusern ständig Weihnachtsmelodien erklingen? All dem versuchen wir zu entrinnen. Wir, die wir um den Tod unserer Kinder trauern, auch wenn der Tod schon viele Jahre zurückliegt. Für uns ist es das Fest mit dieser großen Wunde.

Aber woher bekommen wir Licht? Sicher werden



wir nach und nach auch der biblischen Weihnachtsbotschaft langsam wieder unser Herz öffnen können, aber das braucht Zeit, und es fühlt sich dann anders an, als die Zeit, in der wir mit unseren Kindern noch unbeschwert gefeiert haben. Jeder wird seinen Weg finden, auch in dieser Zeit eines Tages ein Licht der Hoffnung zu finden.

Nach einem Vortrag, den ich im Oktober dieses Jahres in Craisheim gehalten habe, bekam ich die nachfolgende Geschichte geschenkt. Ich denke, sie kann zu einem Licht der Hoffnung für uns Verwaiste werden, und vielleicht mögen Sie diese Geschichte Weihnachten lesen oder vorlesen. Ich denke, wir können uns in ihr verstanden fühlen, und den Bogen auch zu Jesu Geburt spannen, der auch nicht in einem strahlenden Festsaal, sondern in einer dunklen Umgebung geboren

wurde. Durch seine Geburt wurde auch für uns, gerade für uns, das Licht der Welt geboren.

*Freya v. Stülpnagel*

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen allen ein Licht der Hoffnung, wie auf dem Foto der Geburtskirche in Bethlehem.

Bleiben Sie behütet!

*Der Vorstand, die Geschäftsstelle  
und das Redaktionsteam*

## Die Heimat der Seele

Wie ein dunkler, schwerer Vorhang hatte sich die Nacht über das kleine Dorf Silver Creek ausgebreitet. Hell erleuchtete der Mond das schwarze Himmelszelt und verwandelte das schneebedeckte Tal in eine geheimnisvolle Glitzerlandschaft. Ab und an durchbrach das Geheul eines einsamen Wolfes die nächtliche Stille, während sich die kahlen Baumkronen im kalten Nachtwind hin und her wogten. Die Bewohner von Silver Creek hatten sich bereits vor Stunden in ihre Häuser zurückgezogen und schliefen längst tief und fest.

Doch Jamie konnte nicht schlafen. Wie jede Nacht saß er am Fenster neben dem Herd in der Küche und starrte hinaus in die Dunkelheit. Auch Brian war noch wach und sah hilflos zu seinem Sohn hinüber. Gute sechs Monate war es nun her, dass Jamies Mutter bei einem tragischen Autounfall ums Leben gekommen war. Für Brian war in jener Nacht eine Welt zusammengebrochen, doch für Jamie schien die Zeit regelrecht stehen geblieben zu sein. Er konnte einfach nicht begreifen, dass seine Mutter niemals mehr nach Hause kommen würde, und hielt jede Nacht vor unstillbarer Sehnsucht nach ihr Ausschau, während sein Vater ihn aus sicherer Entfernung beobachtete. Nur zu gern hätte er seinen Sohn herausgeholt aus dieser einsamen Welt, in die er sich immer mehr zurückzog, doch er wusste einfach nicht wie.

Am nächsten Morgen brachte Brian seinen Sohn in die nahegelegene Schule und fuhr dann weiter ins Dorf, um für Jamie ein Weihnachtsgeschenk zu kaufen. Aber er hatte keine Ahnung, was er seinem Sohn zu Weihnachten schenken sollte. Was konnte das traurige Herz eines kleinen Jungen, der seine Mutter erst vor wenigen Monaten verloren hatte, schon erfreuen? Missmutig stieg er

aus dem Wagen und ging hinüber zu dem kleinen Geschäft auf der anderen Seite der Straße.

Bis auf den alten Sam, einen Indianer vom Stamm der Koyukon-Athabasken, war niemand sonst an diesem Morgen unterwegs.

Unauffällig lehnte Sam gegen eine Häuserwand unweit des Ladens, so als würde er auf jemanden warten. Brian hatte sein Ziel noch nicht ganz erreicht, als der Indianer ihn plötzlich ansprach: „Hallo Brian! Wie geht es Dir?“

Brian drehte sich schwerfällig um und nickte Sam höflich zu. „Nun ja, so weit ganz gut“, log er und versuchte, dem Blick des alten Mannes auszuweichen.

Sam seufzte leise und schwieg. Er wusste genau, dass Brians Antwort nicht der Wahrheit entsprach, aber das nahm er ihm nicht übel. Vielmehr entsann er sich eines alten indianischen Sprichwortes, das sich ihm nur wieder einmal bestätigt hatte: Stelle einem Weißen eine Frage und er sagt dir, was du hören willst. Stelle einem Indianer eine Frage und er sagt dir, was du wissen willst. Den Blick geradewegs auf Brian gerichtet, setzte der Indianer das Gespräch fort: „Und wie geht es Jamie?“



Brian zuckte zusammen und sah betreten zu Boden. Während er selbst gelernt hatte, seine innersten Gefühle vor anderen Menschen zu verbergen und niemals eine Schwäche einzugestehen, war es bei Jamie ganz offensichtlich, wie schlecht es ihm ging. Der einst so fröhliche Junge war nicht mehr wieder zuerkennen. Seit dem schrecklichen Unfall seiner Mutter lebte er in seiner eignen Welt und sprach kaum ein Wort. Nach einer Weile hob Brian den Kopf und antwortete: „Es geht ihm schlecht. Seit dem Tod seiner Mutter sitzt er jede Nacht stundenlang am Fenster und starrt hinaus. Es ist, als ob er immerzu darauf warten würde, dass Kathryn wieder nach Hause kommt. Aber das wird niemals geschehen und ich weiß nicht, wie ich ihm das begreiflich machen soll. Gerade jetzt, wo bald Weihnachten ist, scheint alles für ihn noch viel schlimmer zu sein.“

Der Indianer verstand nur zu gut, wie schwer es Brian fiel, über die wohl schrecklichste Zeit seines Lebens zu reden. Dennoch setzte er behutsam zu einer weiteren Frage an: „Weißt du schon, was ihr am Weihnachtsabend machen werdet?“

Brian würgte die aufsteigenden Tränen hinunter und holte tief Luft. „Wir werden wohl wie schon so oft in den letzten Monaten zu Kathryns Grab gehen, um auch an diesem Abend bei ihr zu sein. Immerhin ist es seit jeher Brauch, dass die ganze Familie in dieser Zeit zusammen ist.“

Sam runzelte nachdenklich die Stirn und sah Brian mit besorgter Miene an. „Genau da liegt das Problem! Ihr Weißen glaubt, dass ihr den Toten nahe seid, wenn ihr unentwegt zu ihren Gräbern geht. Aber was ihr dort besucht, ist doch nur die

sterbliche Hülle, die nach und nach zu Staub zerfällt, bis nichts mehr davon übrig ist. Wenn ihr den Toten wirklich nahe sein wollt, dürft ihr nicht an ihr Grab gehen. Ihr müsst dorthin gehen, wo ihre Seele zuhause ist!“, erklärte er mit fester Stimme, ohne seinen Blick von Brian abzuwenden.

Kaum, dass der alte Indianer zu Ende gesprochen hatte, reckte Brian empört den Kopf in die Höhe. Was fiel diesem dahergelaufenen Barbaren eigentlich ein?! Nur mit Mühe gelang es ihm, nicht die Beherrschung zu verlieren. „Ich glaube nicht, dass du davon auch nur annähernd etwas verstehst!“, entgegnete er schroff und warf dem alten Indianer einen scharfen Blick zu.

Doch Sam blieb ruhig stehen. „Mag sein, dass ich nichts von euren christlichen Trauerritualen verstehe, und wahrscheinlich verstehe ich auch nicht allzu viel von eurer Art, mit dem Verlust eines geliebten Menschen fertig zu werden. Aber jede Seele hat eine Heimat. Und wenn du einem verstorbenen Menschen wirklich nahe sein willst, dann kannst du das nur dort, wo seine Seele schon zu Lebzeiten beheimatet war. Denk mal darüber nach!“ Dann drehte er sich um und ließ Brian stehen.

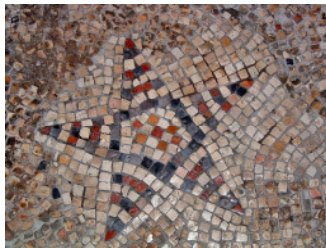
Ratlos sah dieser dem alten Mann hinterher und schüttelte den Kopf. Warum nur hatte dieser komische Kauz ihn nicht einfach in Ruhe gelassen? Als der Indianer aus seinem Blickfeld verschwunden war, betrat Brian den kleinen Laden, um nach einem Weihnachtsgeschenk für Jamie zu suchen. Doch finden konnte er nichts.

Ein Tag nach dem anderen verging und Weihnachten rückte immer näher. Jamie saß weiterhin Nacht für Nacht am Küchenfenster und starrte hinaus in die Dunkelheit. Der Anblick seines traurigen Sohnes lastete wie Blei auf Brians Seele. Wie sollten sie beide allein nur den Weihnachtsabend überstehen? Ohne Kathryn, ohne ihre liebevolle Art, die das Haus an Weihnachten immer mit einer ganz besonderen Wärme erfüllt hatte, ohne den zarten Lavendelduft ihres Parfüms, das sie zu solchen besonderen Anlässen aufgetragen hatte? Brian hatte einfach keine Antwort auf all diese quälenden Fragen. Unentwegt wälzte er sich des Nachts in seinem Bett hin und her, während ihm die eigenwilligen Aussagen des alten Indianers durch den Kopf spukten. Anfangs setzte Brian alles daran, die Erinnerung an das unangenehme Gespräch zu verdrängen. Doch je näher der Weihnachtsabend heranrückte, desto geringer wurde sein Widerstand gegen die eindringlichen Worte des Alten. „Ihr müsst dorthin gehen, wo ihre Seele zuhause ist. Wenn du einem verstorbenen Menschen wirklich nahe sein willst, dann kannst du es nur dort, wo seine Seele schon zu Lebzeiten beheimatet war.“ Vielleicht hatte Sam ja doch Recht. Vielleicht sollte er wirklich mit seinem Sohn

dorthin gehen, wo Kathryns Seele zu Hause war? Aber wo sollte das sein?

Dann kam der Tag, vor dem Brian sich so fürchtete. Es war Heiligabend, der Tag, den sie stets gemeinsam mit der ganzen Familie gefeiert hatten. Voller Unrast sucht er sich schon in aller Frühe eine Beschäftigung, um nicht an die vergangenen Weihnachtsabende denken zu müssen, während Jamie bereits am Morgen schweigend am Küchenfenster hockte und hinaus sah. Nichts, aber auch gar nichts erinnerte in dem kleinen Haus daran, dass Weihnachten war. Zwar hatte Brian am Abend zuvor noch einen kleinen Tannenbaum in dem angrenzenden Wald geschlagen, doch ohne das festliche Gewand, das Kathryn dem Weihnachtsbaum, jedes Jahr verliehen hatte, wirkte er genauso einsam und verloren wie Jamie.

Als die Dunkelheit hereinbrach und Brian sämtliche Arbeiten im Haus erledigt hatte, spukten ihm wieder die Worte des alten Indianers im Kopf herum. Wie dunkle Schatten durchkreuzten sie jeden seiner Gedankengänge, bis er es schließlich nicht mehr aushielt.



Hastig zog er Jamie einen dicken Anorak und Handschuhe über und schnappte sich eine Jacke, ehe er mit seinem Sohn das Haus verließ. Mit festem Schritt stapfte Brian über die Schneedecke und hielt dabei die Hand seines kleinen Jungen umklammert. Den Blick stur geradeaus gerichtet, lief er einfach drauflos und folgte der mit jedem Schritt lauter werdenden Stimme des alten Indianers: „Ihr müsst dort hin gehen, wo ihre Seele zu Hause ist!“ Brian lief und lief. Immer weiter, immer schneller, und als er schließlich neben sich den keuchenden Atem seines Sohnes vernahm, hob er ihn hoch und trug ihn, bis sie ihr Ziel erreicht hatten: den Moose Lake. Schon als kleines Mädchen hatte Kathryn diesen Ort über alles geliebt und jede freie Minute an dem entlegenen See verbracht. Für sie gab es keinen schöneren Platz auf der Welt und allein dieser See war für sie Grund genug gewesen, niemals aus Silver Creek fortzugehen. Während der Sommermonate hielten sich hier zahlreiche Elche auf, denen der Moose Lake auch seinen Namen verdankt, doch jetzt, in der kältesten Zeit des Jahres, wirkte die Gegend wie ausgestorben. Die massige Eisdecke, die sich wie eine bizarre Landschaft über das riesige Gewässer gelegt hatte, verstärkte den Eindruck noch.

Brian und Jamie setzten sich auf einen alten Baumstamm nahe dem Seeufer. Erschöpft hob Brian den Kopf und betrachtete die unzähligen Sterne, die wie winzige kleine Glaskristalle über dem klaren Nachthimmel verstreut waren. Alles wirkte so friedlich und still. Nur ein leichter Wind, der durch die kahlen Baumwipfel wehte, durchbrach bisweilen die nächtliche Stille. Vorsichtig sah Brian hinunter zu seinem Sohn, der ganz ruhig auf dem alten Baumstamm saß und er

wusste sogleich, dass sein Entschluss, hierher an den See zu gehen, richtig gewesen war. Zum ersten Mal seit Kathryns Tod hatte Jamie wieder einen Hauch eines Lächelns auf den Lippen. Mit jeder Minute wirkte er gelöster und nach und nach begann er, sich ganz langsam hin und her zu wiegen, so wie seine Mutter es stets mit ihm gemacht hatte. Brian sah wieder hinaus auf den See und spürte, wie sich trotz der eisigen Kälte um ihn herum eine wohlige Wärme verbreitete. Er sog die klare Nachtluft ein und lächelte, als er den zarten Duft von Lavendel wahrnahm. Stunde um Stunde verbrachten sie an dem einsamen See, umhüllt von wohliger Wärme, dem feinen Duft von Lavendel und der Gewissheit, dass sie Kathryn ganz nahe waren. So nah wie niemals zuvor seit ihrem Tod.

Als es schließlich an der Zeit war, nach Hause zu gehen, legt Brian seine Hand auf die schmale Schulter seines Sohnes und erhob sich. Jamie nickte zaghaft und stand langsam auf, ohne den Blick vom See abzuwenden. „Frohe Weihnachten, Mom!“, sagt er mit leiser Stimme und hob wie zum Gruß die Hand. Dann wandte er sich zu seinem Vater um und sah zu ihm hoch „Wir gehen Mom doch bald wieder besuchen?“ Brian nickte stumm und nahm Jamie bei der Hand. Schweigend gingen sie los, doch nach wenigen Schritten drehte sich Brian noch einmal um. Zitternd ließ er seinen Tränen, gegen die er seit dem Tod seiner Frau so mühsam angekämpft hatte, freien Lauf und flüsterte mit heiserer Stimme: „Frohe Weihnachten, Kathryn!“

*Marie Juliet*

"Steht nicht am Grab mit Tränen im Gesicht,  
denn dort unten im Grab da bin ich nicht,  
weil ich in tausend Winden weh,  
wie Diamanten glitzere im Schnee.  
Ich bin auf reifem Korn der Sonne Segen,  
im Blühen der Wüste nach dem Regen.

Erwacht der Morgen, bin ich im Husch  
der auffliegenden Vögel aus dem Busch  
und nachts im funkelnden Sternenlicht -  
doch im Grab und gestorben bin ich nicht!

Wo immer für Euch das Leben sei,  
sollt ihr wissen: immer bin ich dabei!"

Im Neuen Testament der Bibel, Matthäus 28,20,  
verspricht uns Jesus der Auferstandene: „*Seid  
gewiss, ich bin bei Euch bis an der Welt Ende*“.

*ausgesucht von Karola Kunstmann*

## „Mein Leben ist – trotz allem – ein gutes.“

Vor kurzem erreichte mich gleich zwei Mal in einer Woche die Nachricht, dass sich eine Bekannte das Leben genommen hat. Ich bin betroffen und traurig. Beide Frauen (eine davon eine verwaiste Mutter wie ich) waren in meinem Alter. Ihr Tod hat mich veranlasst, über mein eigenes Leben nachzudenken.

Seit meiner Kindheit gab es immer wieder kleinere und größere Probleme, familiärer, beruflicher oder gesundheitlicher Art. Im Oktober 2010 dann die größte Katastrophe, die mich und meine Familie getroffen hat: unser jüngster Sohn Andreas nahm sich im Alter von 20 Jahren das Leben. Er hatte dem Druck der Probleme, die ihn belasteten (Magersucht, Depression, Hochbegabung), nicht mehr standhalten können. Die Welt stand still für uns, im Schockzustand funktionierten wir, ohne wirklich zu leben.

Es fühlt sich auch heute noch unwirklich an, dass Andreas nicht mehr lebt. Irgendwie will ich es immer noch nicht wahr haben. Das Wechselbad der Gefühle hält an. Es schwankt von der „Akzeptanz“ der Tatsache, dass sein Tod – den er selber „gewollt“ und gewählt hat - nun für immer zu unserem Leben gehören wird, bis hin zu Verzweiflung und dem Gefühl, dass das alles doch gar nicht wahr sein kann. All die Trauerbücher, die ich gelesen habe, vermitteln, dass das noch lange so bleiben kann. Der Schmerz und die Trauer werden immer wiederkehren, im Laufe der Zeit werden sie sich ändern. Fehlen wird uns Andreas ein Leben lang.

Inzwischen haben wir zwei Mal den Geburtstag von Andreas ohne ihn erlebt. Wir haben diese Tage gemeinsam „überlebt“ - in liebevoller Erinnerung an den Sohn, Bruder, Schwager und Onkel. Zum Glück stehen uns Freunde und Bekannte – nicht nur an solchen schweren Tagen – zur Seite. Das hilft, vor allem mir, besser im Alltag zu recht zu kommen, manches besser zu verstehen, nicht zuletzt mich selber, meine Reaktionen, Gefühle und Empfindungen.

Bei einem der zahlreichen Gespräche mit einer Freundin, die von dem Moment an, als wir die Todesnachricht erhielten, monatelang täglich für mich da war, fiel der Satz: „Trotz der vielen kleinen und großen Katastrophen, die ich erlebt habe, ist mein Leben ein gutes.“ Im ersten Moment war ich überrascht, musste sie doch viele Schicksalsschläge in ihrem Leben verkraften. Dann fiel mir aber ein anderer Satz von ihr ein: „Trauer heißt nicht traurig sein, sondern den Verlust ins Leben integrieren.“ Ja, sie hat es immer wieder geschafft, Verluste in ihr Leben zu integrieren. Sie macht mir Mut mich, wenn auch zögernd und tastend, auf Veränderungen einzulassen und dar-

auf zu hoffen, dass das Leben wieder lebenswerter sein könnte. Dieser Weg wird kein leichter sein, das ist mir klar. Der Gedanke an Andreas hilft mir dabei. Er hat mit Sicherheit nicht gewollt, dass wir nur traurig und verzagt sind. Ich bin der festen Überzeugung, wir sollen unser Leben weiterleben, wir sollen Zeiten der Freude und des Glücks erleben und genießen.

Beim genaueren Hinsehen, gibt es sie ja schon, die kleinen Momente des Glücks: wenn ich Sonne, Wind und Kälte auf der Haut spüre, wenn ich eine nette Begegnung habe, wenn ein Regenbogen am Himmel steht, wenn mich mein Hund freudig begrüßt, wenn mich meine kleine Enkeltochter anlacht und mir die Ärmchen entgegenstreckt, wenn...

Mit großen Schmerzen müssen wir alle den Verlust unseres Kindes ertragen und unseren Lebensweg dabei weitergehen. Ich möchte Sie und auch mich selber ermutigen, verstärkt auf kleine Glücksmomente zu achten. Ich wünsche uns allen, dass wir es irgendwann schaffen, den Verlust unserer Kinder in einer guten Weise in unser Leben zu integrieren. Schön wäre, wenn wir irgendwann in dankbarer Erinnerung sagen könnten: „Unser Leben ist – trotz allem – ein gutes!“

*Gabi Treutlein*

## Ein Wohlfühltag bei Witzanys im Salzkammergut

Schon zum zweiten Mal hat Familie Witzany, die in der Nähe des Fuschlsees zu Füßen der Burgruine Wartenfels ein zauberhaftes Restaurant und ein Gebäude für größere Festlichkeiten geschaffen hat, die ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter des Vereins zu einem Ausflug in ihr kleines Paradies eingeladen. Am Sonntag, den 29.7.12, machten sich 15 der Eingeladenen in Fahrgemeinschaften auf den zweistündigen Weg zum Fuschlsee und durften einen Tag lang die überwältigende Gastfreundschaft von Doris und Thomas Witzany genießen.

Ein kühler Begrüßungstrunk mit köstlichen Beeren gab uns Zeit zum innerlichen Ankommen. Wir nutzten sie für eine kleine Vorstellungsrunde zum Kennenlernen, bei der wir unsere verstorbenen Kinder namentlich in unsere Mitte nahmen, und Thomas Witzany gab uns eine erste kleine Einführung in die bis zu den Kelten zurück reichende Geschichte der Besiedelung dieses herrlichen Fleckchens Erde. Dann ging es auf eine erste kleine Wanderung hoch zur Burgruine Wartenfels (ein angeblich zehnminütiger Fußweg, den wir spielend in knapp 30 Minuten bewältigten), deren oberste Aussichtsplattform einen grandiosen Rundblick auf drei Bergseen bot: Fuschl-, Mond- und Attersee. Dort erfuhren wir auch, mit welcher erfolgreicher Strategie die Menschen in dieser Gegend ihre Heimat vor den schlimmsten Auswüchsen des Tourismus bewahren.

An einem „Kraftort“ unter einer alten Buche unterhalb der Ruine wurde uns klar, warum Susanne Lorenz eine Gitarre auf dem Rücken zur Ruine hoch geschleppt hatte: sie begleitete uns zu zwei Liedern, die uns an diejenigen erinnerten, die unser Bindeglied im Verein sind: unsere verstorbenen Kinder, die wir wieder einmal öffentlich beim Namen nennen durften. Dann ging's vorsichtig bergab zu einem vorzüglichen Grill-Mittagsbuffet, das wir alle sehr genossen.



Der Nachmittag stand im Zeichen einer gut zweistündigen Rundwanderung, die uns auch ein Stück am Fuschlsee entlang führte, dessen Einladung zum Schwimmen nicht alle widerstehen konnten. Unterwegs gab es genügend Gelegenheit zu zwanglosen Gesprächen über „Gott und die Welt“. Bei einem gemütlichen Beisammensitzen in einer Gaststube im „Forsthaus“ mit Kaffee und Kuchen berieten wir auch, wie nächstes Jahr vielleicht mehr Ehren- und Hauptamtliche unseres Vereins der so unglaublich großzügigen Einladung Folge leisten könnten. Dann brachen wir wieder nach München auf. Wer aus Bescheidenheit nicht mitgefahren ist, weil er schon das letzte Mal dabei war, sei versichert, dass die Witzanys lieber 50 als 15 Gäste bewirten hätten, wie Thomas Witzany sagte.

So empfanden wir die Einladung der Witzanys als wunderschöne Geste der Stärkung des Zusammenhalts derer, die die Arbeit des Vereins tagein tagaus tragen, und danken ihnen auch auf diesem Wege nochmals ganz herzlich für ihre umwerfende Gastfreundschaft.

Sollten Sie beim Lesen dieses kleinen Berichts Lust bekommen haben, nächstes Jahr den Ausflug der Ehren- und Hauptamtler unseres Vereins in dieses Kleinod im Salzkammergut mitzumachen, aber noch nicht ehrenamtlich im Verein engagiert sein, wissen Sie ja jetzt, was zu tun ist: Frau Lorenz weiß mit Sicherheit, wie Sie sich einbringen können.

*Roland Frank*

### Was meint Bibliodrama?

Wenn Menschen eine biblische Geschichte in Form eines Rollenspiels nachspielen, kann man von Bibliodrama sprechen. Wenn dann die Dramaturgie die Akteure einlädt, sich von der zugrun-

de liegenden Handlung inspirieren zu lassen, ihre eigene Gefühle und Fantasien einzubringen und die Geschichte weiterzuspinnen mit den Fäden ihrer eigenen Glaubens- und Lebenserfahrungen, so lässt sich wirklich emotional und körperlich die intensive Dimension eines Bibliodramas erleben.

Bei einem Bibliodrama zeigt sich immer wieder von Neuem, dass die Glaubensgeschichten des Alten und Neuen Testaments keine alten, fertigen Erzählungen sind, sondern offene und einladende Texte, in die wir uns mit unserer eigenen Lebensgeschichte einschreiben und so Beziehung aufnehmen können mit den jeweiligen Themen, Figuren, ja mit Gott und letzten Endes mit uns selbst, aber auch mit unseren Mitspielern. Das Bibliodrama lebt vom Miteinander und vom Zusammenwirken der Protagonisten, ihrer Interaktion und Kommunikation. Im Bibliodrama machen wir uns als Individuum, als von Gott Gerufenen und als Wegbegleiter der anderen Weggenossen auf einen Weg. Es kann ein Weg mit vielen Überraschungen sein, bei der die Weggenossenschaft Halt und Herausforderung sowie Sicherheit und Spiegel - und vieles mehr – sein kann. Es kann das Paradox erlebt werden, dass, wer aus sich herausgeht, umso mehr zu sich selbst kommt, aber bereichert und ein Stück als ein(e) andere(r).

Ich habe es stets als hoffnungsvoll und schön erlebt, wie beim gemeinsamen Spiel zwischen den Teilnehmern Vertrauen gewachsen ist, und zwar in dem Maße, wie sie es selber eingesetzt haben. Beide Prozesse bedingen sich ja gegenseitig. In dieser Atmosphäre nur können und wollen sich neue Glaubenserfahrungen entfalten.

Sie zeugen davon: die biblische Botschaft ist zeitlos und will uns Mut und Hoffnung geben. Das Bibliodrama will es uns auf seine Weise spürbar machen.

*Marcus Moll*

*Hinweis: Im Programm 2013 finden Sie ein Angebot zu diesem Thema am 16.03. Sie sind herzlich eingeladen!*

## Aktuelles



**Zum 70. Geburtstag gratulieren Herr Pfarrer Stahlschmidt, unserem ersten Vorsitzenden, das Team der Geschäftsstelle und die ehrenamtlichen Mitarbeiter ganz herzlich!**

### Abschied aus dem Primi Passi- Erste Schritte Team

Jeder Abschied fällt schwer – und so geht es uns auch mit dem Ausscheiden von Christina Dannhart aus dem Primi Passi – Erste Schritte Team. Christina war über mehrere Jahre mit viel Engagement in der Akut-Begleitung trauernder Eltern

tätig. Neue Aufgaben und Anforderungen als „frischgebackene“ Oma fordern nun ihre ganze Aufmerksamkeit für die Enkeltochter.

Wir finden es natürlich schade, dich liebe Christina zu verabschieden. Gleichzeitig freuen wir uns mit dir über diesen neuen Lebensabschnitt.

Die Vorstandschaft, die Geschäftsstelle und wir aus dem PP-Team danken dir für deine langjährige, verantwortungsvolle und zuverlässige Unterstützung im Primi Passi – Erste Schritte Team München und wünschen dir und deiner Familie alles erdenklich Gute.

*Elisabeth Berger*

## **Neustart von Primi Passi Oberland**

In München ist seit 2004 die Akutbegleitung Primi Passi-Erste Schritte fest etabliert. Nun beschließen wir - Ingrid Hahn, Angelika Wakolbinger und Sylvia Maurer - einen Start im Oberland zu wagen. Unser Wirkungskreis umfasst die Landkreise Garmisch-Partenkirchen und Weilheim Schongau.

Dass Bedarf besteht, Eltern beim Tod des Kindes zu unterstützen, wurde uns teils aus eigener Erfahrung, teils aus Gesprächen in der Gruppe Weilheim sehr schnell bewusst. Da hörte man schon mal unter anderem "Ach, wenn ich das gewusst hätte." oder "Das darf man machen?" Ebenso wie "Ich hätte mein Kind noch so gerne gesehen, aber man riet mir davon ab!"

Eine Beerdigung oder Trauerfeier durchzuführen erfordert sehr viel Kraft und zuweilen Durchsetzungsvermögen. Gleichzeitig fehlt es meist gerade daran. Hier wollen wir unterstützen, Hilfestellung geben, "Da-sein".

Die Trauerbegleiter-Ausbildung sowie der Kurs Akutbetreuung der KIT Akademie halfen uns nicht nur für unsere zukünftige Arbeit, sondern auch auf unserm eigenen Trauerweg weiter.

Mit viel Unterstützung der Projektkoordinatorin Elisabeth Berger und ganz viel Liebe und Herzblut unsererseits wurde die Elternmappe für unser Gebiet ausgearbeitet.

Am 8.11. 2012 war es dann soweit und wir stellten das neue Projekt *Primi Passi- Erste Schritte Oberland* in der Unfallklinik Murnau vor. Nahezu 100 Leuten aus den Bereichen Medizin, Nothilfe und Krisenintervention, Seelsorge, Bestattung und Interessierten konnten wir mit einem Grußwort von Landtagspräsidentin Barbara Stamm, den Stellvertreter des Landrats von Garmisch - Partenkirchen, Herrn Berchtenbreiter und der Gemeinderätin als Stellvertretung des Murnauer Bürgermeisters, Frau Grabmeier, das Projekt näher bringen. Das Interesse war groß, wie uns die Fragerunde bewies.

Zum Abschluss bekamen wir noch eine Segnung durch die beiden Klinikseelsorger Pfarrer Aninger und Pfarrerin Ehrmann.

Wir hoffen, dass unserem Beispiel noch viele Mitmenschen folgen, denn Primi Passi sollte es nicht nur in unserem Gebiet geben!

Ein herzliches Dankeschön geht an Elisabeth Berger, Manuela Dornis, die uns in der Öffentlichkeitsarbeit kompetent unterstützte, an Grit Herrmann für die Verwaltungsarbeit, und an Freya von Stülpnagel, die Gründerin von Primi Passi die aus ihrer Erfahrung berichtete.

*Team Primi Passi Oberland*

## **14 Jahre danach - Eine Mutter schildert ihre „Lebenslinie“**

Das Leben wird manchmal mit einem Fluss verglichen, der behäbig oder behände fließt, dessen Wasser aber auch tosen, über Klippen stürzen oder Strudel bilden können, die in die Tiefe ziehen. Dieses Bild trifft auch auf den Fernsehfilm „Im freien Fall“ zu, den das Bayerische Fernsehen am Montag, 8. Oktober dieses Jahres, um 21.45 Uhr ausstrahlte. Reiner Holzemer, der für Buch, Regie und Kameraführung verantwortlich ist, zeichnet ein intensives, aber feinfühliges Portrait des Ehepaares Freya und Alexander von Stülpnagel und einiger ihrer Verwandte, die vor 14 Jahren den plötzlichen Tod eines der vier Kinder des Paares im Alter von 18 Jahren hinnehmen, betrauern und verarbeiten mussten.

Freya von Stülpnagel ist eine der besonders aktiven Mitglieder des Vereins „Verwaiste Eltern München e.V.“ und seit 2005 Mitglied des Vorstandes. Seit 1999 begleitet sie die Suizid-Gruppe des Vereins. Ihr Kind Benni schied auf diese Weise aus dem Leben. Die gelernte Juristin hat mehrere Bücher geschrieben und wirkt als Trauerbegleiterin und Referentin. Sie vor allem kommt in dem Film zu Wort.

„Als erstes gucke ich morgens in die Zeitung, lese die Traueranzeigen und schaue, ob junge Menschen dabei sind“, erfahren wir zu Beginn des Filmes. Manchmal frage sie sich, wie ihr Leben vor dem Tod des Kindes war und wie es geworden wäre, wenn Benni nicht gestorben wäre. „Sicherlich ganz anders. Obwohl ich mich wieder freuen und herzlich lachen kann, ist die Unbeschwertheit weg.“ Jedes Jahr sterben rund 20.000 Kinder in Deutschland vor ihren Eltern. Was fühlt Freya beim Gedanken an ihr verstorbenes Kind? „Große Trauer, aber auch Dankbarkeit.. Es gibt Momente da ist es besonders schwer, aber das darf es auch sein.“

Sehr geschickt baut der Regisseur eine „Lebenslinie“ (so heißt die Serie im Bayerischen Fernsehen mit ihren einfühlsamen Portraits) von Freya von Stülpnagel auf. Wir lernen ihre Mutter, mittlerweile 90 Jahre alt, aber ausgesprochen kommunikativ und rüstig, ihre Schwester, ihren Mann, eine Seele von Mensch, ihre drei Kinder, sympathische junge Männer, und ihre zwei Enkelkinder kennen. Eine Bilderbuchfamilie. Die Erziehung der Kinder und der Abschluss von Studium und Aus-

bildung liefen bei Freya von Stülpnagel parallel. Einer ihrer Söhne lobt die stete Zuwendung und Begleitung der Mutter, die „keine Kuschemutter“ gewesen sei, aber von großem Realitätssinn und Lebenskraft. Sie war da, wenn sie gebraucht wurde, aber sie drängte sich auch nicht in das Leben der Kinder hinein. „Sie hat uns schon früh gesagt: `Ihr macht Euer Ding“.

Ihr Mann Alexander fasst die Erinnerung an diese Zeit so zusammen: „Es ging uns gut und immer besser. Wir führten ein unbeschwertes Leben. Und umso tiefer war der Sturz.“ Der verstorbene Sohn war nach Aussagen seiner Brüder ein „sehr lässiger Typ, super-fit, ihm flog viel zu, er schrieb gute Noten und machte vieles mit Links“. Und dann, so die Mutter, „ging es ihm plötzlich nicht mehr so gut“. Er fühlte sich schlapp, litt an Schlafstörungen, sagte die Feier zu seinem 18. Geburtstag ab. Eine fachärztliche Untersuchung brachte wenig Konkretes. Der Arzt verschrieb Pillen gegen die Schlaflosigkeit. Während die Eltern einen Kurzurlaub in den Bergen machten, nahm sich Benni das Leben.

„Die ersten Tage danach ging es nur ums Überleben.“, erinnert sich Freya von Stülpnagel. „Ich bekam starke Bauchschmerzen wie Wehen, so als ob ich mein Kind noch einmal gebären sollte oder aber ihn loslassen sollte.“ Sie findet Trost und Unterstützung bei Pfarrer Klaus Günter Stahl Schmidt, Vorsitzender des Vereins „Verwaiste Eltern München“. Der erinnert sich, dass Freya einen ungewöhnlich starken Eindruck auf ihn gemacht habe, weil sie ihre Trauer heraus ließ, aber sie auch niemandem aufdrängte. Nach etwa acht Wochen, so gesteht sie im Film, habe sie mit Scham und unter Gewissensqualen den Vorsatz gefasst und ihrem toten Sohn kommuniziert: „Ich lasse mir von Deinem Schicksal nicht mein Leben zerstören.“ Sie nahm Kontakt zu anderen Betroffenen auf. Sie lernte zu unterscheiden, wie sie sagt: „Was verletzt mich? Und was hilft mir?“ Langsam wächst in ihr die Überzeugung: „Trauer gehört zum Leben. Sie macht das Leben voller und vielleicht auch reifer. Sie hindert mich nicht am Leben.“

Sie vergegenwärtigt sich die Linien ihres Lebens, von der Herkunftsfamilie bis zum Jetzt. Und plötzlich bekommen Ereignisse eine Bedeutung, von denen sie gewusst hat, die aber in ihrer Familie verdrängt und tabuisiert worden waren. Auch die Mutter ihres Vaters und deren Zwillingsschwester hatten sich einst das Leben genommen. Ob ihr Leben und das des verstorbenen Sohnes anders verlaufen wären, wenn über familiäre Katastrophen in der Herkunftsfamilie offen gesprochen worden wäre, habe sie sich oft gefragt. Heute weiß sie für sich: „Ich kann nur leben, wenn ich in großer Offenheit lebe.“

Durch Offenheit, auch im Schildern des eigenen Schicksals und der eigenen inneren Entwicklung, habe sie in der ehrenamtlichen Trauerarbeit auch anderen Menschen helfen können, die sich „plötz-

lich offenbaren“ konnten. Sie erfuhr: Todesfälle in anderen Familien seien auch keine Unfälle oder plötzliche gesundheitliche Katastrophen gewesen, sondern ein freiwilliges Scheiden aus dem Leben.

Heinz Brockert

(Der BR-Fernsehfilm ist als DVD beim Autor Reiner Holzemer für €15,-- plus Versand erhältlich: mail@reinerholzemer.de

## Wie Väter mit dem frühen Tod eines Kindes umgehen

Zwei bemerkenswerte Darstellungen haben sich in diesem Jahr mit der Frage beschäftigt, wie Väter mit dem frühen Tod eines Kindes umgehen und Wege zu einer Neubestimmung ihres Lebens finden. Die eine gibt ein reales Geschehen wieder: Der französische Opernregisseur Michel Rostain hat nach dem plötzlichen Tod seines Sohnes Lion mit 21 Jahren einen dokumentarischen Roman „**Als ich meine Eltern verließ**“ geschrieben, der mit dem Prix Goncourt ausgezeichnet wurde. Dem ebenfalls mehrfach preisgekrönten Hollywood-Film „**Dein Weg**“ liegt zwar kein wirkliches Geschehen zugrunde, aber der junge Regisseur Emilio Estevez erfindet eine symbolische Handlung und besetzt die Hauptrolle mit seinem Vater, dem bekannten Schauspieler Martin Sheen, der die Gefühle und inneren Konflikte einer unerwarteten Lebenskatastrophe meisterhaft darstellt.

## Als ich meine Eltern verließ



erschien am 19.03.2012 im C. Bertelsmann-Verlag ISBN 978-3-570-58032-5, 160 Seiten.

Aus dem Klappentext: „Ein bewegender Roman über den Verlust eines erwachsenen Sohnes, feinfühlig, liebevoll und mit erstaunlicher Leichtigkeit erzählt. Kann man über den Verlust eines Menschen zuversichtlich, ja heiter erzählen? Michel Rostain gelingt es, indem er seinen verstorbenen Sohn Lion die Trauerarbeit der Eltern liebevoll kommentieren lässt.“ Rostain schildert Szenen von Trauer und Komik zugleich. Als er die kleine Studentenbude seines Sohnes auflöst, fällt ihm die schmutzige Wäsche Lions in die Hände. Auf dem Weg in die Wäscherei schnuppert er daran, um sich an den Geruch des Verstorbenen zu erinnern. Der Sohn kommentiert „aus dem Off“ – und das ist das Stilmittel dieses Buches – die Szene: »Papa, sie stinkt. Ich habe sie seit Monaten nicht gewaschen.“ Und damit möge er sich zufrieden geben und den Weg in die Wäscherei fortsetzen.

Der Vater stolpert über rätselhafte Notizen in Lions Schulheften. Ein Puzzle aus unglaublichen Fügungen entsteht, das es den Eltern ermöglicht, sich wieder dem Motto »Es lebe das Leben!« zu verschreiben.

## Dein Weg

In dem spanisch-amerikanischen Film „Dein Weg“ reist der Augenarzt Tom Avery (Martin Sheen) nach Frankreich, um den Leichnam seines Sohnes, der bei einem Sturm in den Pyrenäen umkam, zurückzuholen. Avery lässt die Überreste seines Sprosses einäschern, packt diese in eine Kasette in dessen Rucksack und folgt damit den letzten Spuren seines Sohnes. Ganz anders als sein bodenständiger Vater, war der Sohn ein rastloser Abenteurer, der die Welt bereiste. Um seinem Sohn die letzte Ehre zu erweisen, beschließt Tom, für ihn den Pilgergang auf dem Jakobsweg zu vollenden. An den Haltepunkten lässt er jeweils ein bisschen der Asche des Sohnes zurück.

Während er, begleitet von den schmerzhaften Erinnerungen an seinen geliebten Sohn, den Pilgerpfad wandert, beginnt er auch, Stück für Stück an seiner biederen Lebenseinstellung zu zweifeln.

*Heinz Brockert*



## Das Trauerland-Spiel Trauern – Erinnern – Leben



Vogt/Bertelsmann

Spiel für bis zu 6 Spieler für Kinder und Jugendliche von 6-18 Jahre, 162 Fragekarten zu den Themen Erinnern, Trauern, Leben,

Spieldauer 30-45 Minuten. [spieleinfo@mvsv.de](mailto:spieleinfo@mvsv.de)



Nicole Rinder und Florian Rauch

### Das letzte Fest

ISBN: 987-3-424-15156-5

[www.irisana.de](http://www.irisana.de)

Die engagierten Bestatter Nicole Rinder und Florian Rauch bieten neue ganzheitliche und überkonfessionelle Ansätze, um die Zeit der Trauer individuell zu gestalten.

## Veranstaltungen

### Adventsgottesdienst und Weltgedenktag

**09. Dezember 2012, 14:30 Uhr**

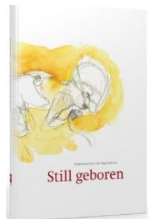
Pfarrrei Leiden Christi, Passionistenstr. 12, Obermenzing, für alle trauernden Mütter, Väter, Geschwister, Großeltern, Freunde ... Anschließend Beisammensein bei Kaffee und Kuchen. Um Kuhenspenden wird gebeten.

Damit ihr Licht für immer leuchte, stellen um 19.00 Uhr Betroffene rund um die ganze Welt brennende Kerzen in die Fenster.

## Bücherecke

### Unsere Leihbibliothek hat Zuwachs bekommen!

Vier Neuerscheinungen bereichern unsere Leihbibliothek. Die Verlage haben uns jeweils ein Freixemplar zugeschickt. Die ausführlichen Rezensionen finden Sie auf unserer Homepage.



Maureen Grimm und Anja Sommer:  
**Still geboren**

ISBN 978-3-938714-13-3

128 Seiten, [info@panamaverlag.de](mailto:info@panamaverlag.de)

Mit diesem Buch wollen die Autorinnen zu einem offeneren Umgang mit dem Thema Kindstod beitragen

und lassen betroffene Eltern und berufliche Akteure wie Ärzte, Krankenschwestern, Hebammen, Seelsorger und Bestatter mit ihren Erfahrungen zu Wort kommen.



Gabriele Pointner: **Mein Sohn will mich tanzen sehen**

Edition Innsalz Verlag,

ISBN: 978-3-902616-53-1

[wolfgang.maxmoser@gmx.at](mailto:wolfgang.maxmoser@gmx.at)

Gabriele Pointner schreibt in ihrem Erstlingswerk „Mein Sohn will mich tanzen sehen“ über ihre persönliche Erfahrung mit dem Tod und die Herausforderung, zu neuem Leben zu finden.

### Redaktionsschluss Sommerausgabe: 30. April .2013

Wenn Sie an der Mitgestaltung unseres Wegbegleiters, der zweimal im Jahr erscheint, interessiert sind, melden Sie sich bitte an der Geschäftsstelle, Tel. 089 / 480 88 990

[verwaisteeltern@t-online.de](mailto:verwaisteeltern@t-online.de)

## Impressum

Wegbegleiter für trauernde Mütter, Väter, Geschwister und Großeltern  
Herausgeber:

Verwaiste Eltern München e.V. St. Wolfgang-Platz 9, 81669 München

Tel. 089/4808899-0, Fax 089/4808899-33, [www.verwaiste-eltern-muenchen.de](http://www.verwaiste-eltern-muenchen.de), E-Mail: [VerwaisteEltern@t-online.de](mailto:VerwaisteEltern@t-online.de)

V.i.S.d.P.: Freya von Stülpnagel

Bankverbindung: LIGA Bank

BLZ 750 90 300, Konto-Nr. 21 61 761

Fotos: Karola Kunstmann: Fenster: Geburtskirche Bethlehem, Boden-

mosaïque: Höhlengrotte auf den Hirtenfeldern nahe Bethlehem

Redaktionsteam: Dorothea Böhmer, Heinz Brockert, Karola Kunstmann, Ulla Schneid, Freya von Stülpnagel

**Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nur die Meinung des Verfassers/der Verfasserin wieder.**

Vorstand (2011 – 2013)

1. Vorsitzender: Klaus Günter Stahlschmidt

Stellv. Vorsitzende: Freya von Stülpnagel

Schriftführerin: Irmgard Götz

Kassenwart: Dr. Franziska Offermann

Beisitzer: Wilfried Brenner, Michael Krähmüller, Edith Lehmann