

Dorothea Stockmar

Begegnung zwischen den Welten

Was uns über den
Tod hinaus verbindet



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Copyright © 2020 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-632-6

1. Auflage 2020

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung eines Motivs von © vvvita; www.shutterstock.de

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Inhalt

Vorwort	15
Einleitung	17
GANG ZUR BRÜCKE	19
In Schuhen der Trauer	23
Ein Netz, das trägt	27
Zeichen setzen	31
Unter einem Dach	35
Die Brandstifter im eigenen Haus	39
Begreifen	43
AM RANDE DER VERZWEIFLUNG	45
Ferne Züge ganz nah	49
Rückwärts gewandt	53

Nah und fern	55
Wachgerufen	57
Im Rad der Trauer	61
ZEIT DER BESINNUNG	65
Was ist wahr?	67
Suche in der Trauer	69
Die Trauer einer Trauerbegleiterin	73
Wie eine Welle	77
Große Weite innen	79
LEBEN IN SEELENTIEFE	81
Fenster zum Himmel	85
Aus der Zeit gefallen	89
Der Trauer begegnen	91
Erwacht aus tiefem Traum	95
Wer führt Regie?	97
Fühlen und verstehen	99
Selbstvergewisserung	103
In weiter Ferne geborgen	107
Sternenverbunden	111
Annahme	115

VERWANDLUNG	117
Eine innere Stimme	121
In einem anderen Licht	123
Die Botschaft der Trauer	127
Eingebettet in Liebe	131
Der Stoff der Trauer	135
Auf Pfeilern tragender Erinnerung	139
Nachwort von Christian von Kamp	141
Dank	145
Vita	147
Anmerkungen	149
Weiterführende Kontakte	151

Gang zur Brücke

Jeden Morgen mache ich mich auf den Weg.
Es ist ein Weg zur Brücke.
Die Brücke könnte genauso gut *Verbindung, Steg, Überführung, Übergang* heißen.
Aber auf meinem Weg befindet sich nun einmal diese Brücke.
Wer bin ich?
Ich bin eine von vielen namenlosen Frauen, die in Trauer gehen.
Wie man das macht, *in Trauer zu gehen*, weiß ich oft selber nicht.
Keiner da, bei dem ich es abgucken könnte. Dennoch gehe ich unbeirrt meinen Weg.
Seit ich mir diesen Gang zur Brücke erschlossen habe als einen möglichen Weg der Trauer, hat sich wenig verändert. Der Weg ist noch immer derselbe. Auch ich habe mich, in den Augen der anderen,

nicht auffällig verändert seit dem frühen Tod meines Sohnes. Nicht mehr als all die zerzausten Pflanzen am Wegesrand.

Die Sehnsucht bleibt und die Suche nach dem Verlorenen treibt mich immer wieder an. Ich arbeite daran, mein Leben auf die Reihe zu bringen, indem ich einen Fuß nach dem anderen setze.

Das Aufstehen fällt mir noch immer schwer.

Besonders jetzt, da ich das Wort Glück aus meinem Leben gestrichen habe.

Glück ist erst einmal tabu.

Nicht aber die Freude. Die kommt von ganz allein.

*Freude lässt sich nicht wegdrücken.
Freude ist wie ein tief ins Herz fallender Sonnenstrahl,
der sich durch dunkle Wolkenchichten schiebt.
Zuversicht verbreitend.*

Aus irgendeinem Grund geht mir das Wort Zuversicht nicht mehr aus dem Sinn.

*Woher kommt das Wort?
Was will es mir sagen?
Woher kommen die Gedanken, die Gefühle,
die Träume?
Was wollen sie mir mitteilen?
Haben sie mir überhaupt etwas zu sagen,
nachdem unsere Sonne untergegangen ist?*

*Unsere Sonne, unser Schmerz.
Geborgen in Liebe.*

So hatten mein Mann Axel und ich es damals, nach Cajus' plötzlichem Tod, auf die Traueranzeige drucken lassen.

Wie konnte sich überhaupt der Schmerz mit der Liebe verbinden? Das war möglich, weil mit dem Tod unseres Kindes etwas in unser Leben getreten war, was wir vorher nicht kannten.

Seit der Tod in unser Haus gezogen ist, ist er zu einem Teil unseres Lebens geworden. Er ist mit dem Alltag verschmolzen. Vergegenwärtigt in der Tatsache, dass unser Sohn *immer* tot sein wird und *nie wieder* zurückkehrt.

Diese Worte - *immer* und *nie wieder* - in einem Satz. Unbegreiflich, unverständlich für eine wie mich, die noch immer lebt.

Was mir geblieben ist, ist der Gang zur Brücke. Ein Hin und Zurück im der Zeit enthobenen Jetzt.

In Schuhen der Trauer

In Schuhen der Trauer zu gehen, kann als Schwerarbeit empfunden werden.

Besonders dann, wenn man sich wie auf einem Laufsteg der Trauer erlebt.

Begutachtet und bedrängt von all den Schaulustigen, die einem weismachen wollen, dass es nun an der Zeit sei, die Trauer aufzugeben. Sie wie ein unpassendes Kleid abzulegen. Und dabei nicht zu vergessen, sich der Schuhe zu entledigen. Die, könnten sie sprechen, unmissverständlich zum Ausdruck brächten:

Wir sind ein Laufwerk zum Trauern.

Auf dem Boden der Tatsachen stehend tragen wir dazu bei, dass die Trauer nicht im Kopf bleibt.

Mit uns zu gehen, heißt, durch den Schmerz hindurchzugehen.

Was es bedeutet, mit dem Schmerz zu gehen, wusste ich. Denn schon seit Jahren bin ich in Sachen Trauer unterwegs als Trauerbegleiterin. Und nun schon etliche Jahre als trauernde Mutter.

In Schuhen der Trauer zu gehen, fällt mir aber noch immer schwer, zumal ich das Gefühl nicht loswerde, in ein ungleiches Paar geschlüpft zu sein. Den einen Schuh, der zu mir als trauernde Mutter passt, mit dem Arbeitsschuh der Trauerbegleiterin in Verbindung zu bringen, ist nicht leicht.

Die Frage, *wie es mir geht*, beantworte ich, indem ich sage, *es geht, wenn ich nur gehe*. Jedenfalls wenn ich es versuche.

Und so gehe ich Tag und Nacht. Immer wieder den gleichen Weg. Manchmal renne ich auch. Ich renne zuweilen so, als befände ich mich in einem Wettlauf mit meiner eigenen Trauer.

Doch dann bleibe ich hin und wieder stehen und es kehrt Ruhe ein.

Nicht nur in meine Füße. Auch mein Kopf meldet Ruhe.

Ich erkenne, da ist etwas dran an dem Satz, alles zu tun, damit die Trauer ja nicht im Kopf bleibt. Nach und nach lerne ich, anders mit Trauer umzugehen. Ich tue es, indem ich mir neue Schrittfolgen ausdenke. Eine andere Gangart, die ich vorher nicht kannte, zum Beispiel das Rückwärtsgehen.

Was andere denken, ist mir egal. Ich pfeife auf das, was die anderen sagen. Als ob die es besser wüssten. Wie kann jemand behaupten zu wissen, wie man in Trauer geht, der noch nie den *Laufsteg der Trauer* betreten hat? Der nie erfuhr, was so ein Verlust alles loszutreten vermag?

Immer wieder gehe ich rückwärts. Nicht nur in meinen Gedanken. Die Beine machen es mir vor und der Kopf geht mit. Ich gehe so, wie ich mich ruderdnd bewege.

Denn vorn ist für mich hinten. Und hinten vorn. Eigentlich ist es vollkommen gleichgültig, wie ich mich bewege.

Solange ich nur nicht stecken bleibe in meinem Schmerz, in meiner Trauer.

Nah und fern

Nachdem der letzte Morgenstrahl mein Gesicht berührt hatte, fühlte ich mich noch immer von einer Wärme umfassen, die nicht von dieser Welt zu kommen schien.

Was heißt überhaupt *von dieser Welt*?

Ist diese Welt nicht vielleicht doch bloß Teil eines viel größeren, eines umfassenderen Daseins?

In Traumesnähe sah ich mein verstorbenes Kind leibhaftig vor mir. Fühlte noch lange nach dem Erwachen seine warme Hand. Ganz sacht hatte er seine langen dünnen Arme um meinen Oberkörper geschlungen. Mir tief in die Augen gesehen.

Sehr tief. In einer Weise, in der er mein Herz berührte. Mein Sohn, der nun schon so lange nicht mehr unter den Lebenden weilt.

Was ich in jenem Augenblick fühlte, ließ mich ahnen, dass es ein Sein geben muss, das jenseits allen

bewussten Daseins verankert ist. Ein Sein, das sich nicht verorten lässt. Nicht in einer Welt wie der unsrigen, in der alles vermessen und gewichtet wird. In meinem Kopf breitete sich eine sehnsuchtsvolle Leere aus, die ich in Briefen an meinen verstorbenen Sohn zum Ausdruck brachte. Für mich ist das Schreiben wie eine Brücke zu einer anderen Welt. Es bringt mich in Verbindung mit meinem verstorbenen Sohn. So bleibt er mir trotz Ferne nah. Zunehmend befreite ich mich von dem Irrglauben, dass nur das wahr ist, was wir mit unseren Sinnen erfassen können. Wann immer ich auf meine Seelenbilder – wie ich meine gemalten Bilder nenne – blicke, kann ich jene Spur der Weite entdecken, die mich ahnen lässt, dass es so etwas wie einen tragenden Grund in meinem Leben geben muss. Ein Sein, das alles Dasein dieser Welt übersteigt. Es ist die Liebe, immer wieder die Liebe, die Zeit und Raum überwindet.

»Wenn Trauer sich in Liebe verwandelt, werden Tränen zu Perlen«,

hatte ich einmal gesagt. Doch noch war die Zeit der reifen Perlen nicht gekommen. Noch hatte ich das Gefühl, als müsse ich noch tiefer eintauchen in das Meer der Trauer.

Was ist wahr?

Ich suche nach einer Formel, einer Wendung, durch die ich meinen Erfahrungen an jener Schwelle zur anderen Welt einen Ausdruck geben könnte. Ich erlebe jene Welt wie eine fiktive Landschaft, die allein dadurch an Lebendigkeit gewinnt, dass ich ihr in Worten und Bildern einen Ausdruck gebe.

»Wann gilt ein Ereignis als wahr?«,
frage ich mich.

Wenn es in den Medien steht? Wenn jemand ausgiebig darüber berichtet? Kann etwas auch wahr sein, das keine Ablichtung in unserem Tagesbewusstsein gefunden hat?

Wenn fünf Menschen den Hergang eines Unfalls wiedergeben, kann es leicht passieren, dass wir fünf völlig unterschiedliche *Wahrheiten* vermittelt bekommen.

Für mich ist allein schon das wirklich, was wirkt.
Wenn auch auf einer anderen Ebene des Bewusstseins. Eines umfassenderen Bewusstseins, das sich mir als Weltenseele zu erkennen gibt.

Eine Seele, aus der heraus mein Sohn mir folgende Botschaft zuspielt:

Wenn ihr der Liebe in eurem Herzen nur mehr Raum geben würdet! Diese Welt könnte noch mehr zusammenwachsen!

Ihr vernetzt doch sowieso alles! Hier ein Kabel, dort ein Kabel, die ganze Welt ein Netzwerk!

Warum vernetzt ihr immer nur eure Computer, Organizer, iPods und iPads, Handys? Ihr habt etwas vergessen.

Ihr habt vergessen, eure Herzen anzuschließen.

Vernetzt endlich eure Herzen!

Selbstvergewisserung

Können Gefühle täuschen?

Ich traute meinen Gefühlen und trug sie in meine Bilder, in meine Texte. Ahnend, dass *unsere Sonne* nicht untergegangen war. Sie war vielmehr aufgegangen in einem anderen Sein. Einem Sein, aus dem heraus ich meinte, das Lachen meines Sohnes vernehmen zu können.

*Ein Fluss aus Tränen
Sonne hinter den Bergen
ich hör dein Lachen.*

Wenn ein Ort die Kraft besitzen sollte, das Zusammentreffen mit einem Verstorbenen herbeizuführen, dann ist es für mich der Ort, an dem ich mein Kind zum ersten Mal gefühlt habe. In meinem Inneren. Unter meinem Herzen. Dort kann ich die Nähe meines Kindes am deutlichsten spüren.

Dennoch fühle ich mich oft so, als hätte ich die Grenze zwischen den Lebenden und den Toten schon lange überschritten, als müsse ich mich meiner selbst vergewissern.

Wieder war es November. Nacht. Die Erde grau. Der Himmel dunkel. Überhaupt, alles schien dunkel. Cajus war tot und ich lebte.

Wohin sollte ich gehen?

Da mein Mann und ich es zu Hause, in dem Haus der vielen Erinnerungen, nicht mehr aushielten, machten wir uns auf den Weg. Es zog uns hinaus zur Brücke.

Doch was sollten wir dort in der Dunkelheit anfangen?

Da hatte ich eine Idee. Ich steckte mir Teelichter und Streichhölzer ein. Als ich die Streichholzpackung in meiner Manteltasche befühlte, kam es mir vor, als täte ich etwas Verbotenes. Doch da ich nun mal den Entschluss gefasst hatte, ein Licht zur Brücke zu tragen, konnten mich keine Ordnungshüter mehr davon abhalten.

Und so dauerte es nicht lange und die erste Kerze am Brückengeländer brannte.

*Es wurden mehr Kerzen.
Nachtlichter im Wind,
die fackelnd den Weg wiesen.
Für eine, die in Trauer geht.*

*Aber auch für jene, die nicht wissen,
wie sie auf Menschen in Trauer zugehen sollen.*

*Die fragen: Wie geht's?
Aber nicht weil sie mitgehen möchten,
sondern weil sie weitergehen wollen.*

Ich muss niemandem sagen, wie es mir geht.

Ich gehe einfach.

Auf Pfeilern tragender Erinnerung

Wie viele andere Trauernde erlebe auch ich mich wie eine Suchende, die dem Verlorenen nachgeht. Meine Suche führt mich immer wieder zur Brücke. Ich frage mich, was es ist, das mich immer noch mit dieser Brücke verbindet.

Es sind all die vielen Erinnerungen, die in mir aufsteigen, wann immer ich die Brücke betrete. Erinnerungen, die mir auf meinem Weg der Trauer Halt geben.

So wie eine Brücke Stützpfeiler benötigt, so brauche ich meine tragenden Erinnerungen. Hinter jedem Pfeiler, an dem ich innehalte, können Bilder des Gelebten und Geliebten auftauchen.

Mein Blick fiel auf die Krone eines ausladenden Baumes. Ein Ast fehlte, war herausgebrochen. Wie

das Leben meines Sohnes aus der Mitte unseres gemeinsamen Lebens herausgerissen.

Für mich sollte sich im Angesicht dieses abgebrochenen Astes eine tiefe und zugleich hohe Sicht ergeben. So als würde sich mit dem unwiederbringlichen Verlust eines wesentlichen Teils in meinem Leben der Blick öffnen für eine andere Sichtweise.

Wann immer ich meinen Blick durch die offene Baumkrone zum Himmel lenke, überkommt mich ein Gefühl von Nähe und Weite. Eines ist mir nach wiederholten Begegnungen an der Grenze zu jenem anderen Sein bewusst geworden:

*Es ist nicht möglich zu erfassen,
was uns in einem anderen Dasein erwartet.
Ich kann es lediglich umschreiben
als einen Ort des Lichts,
von dem unsere Sonne nur ein Abglanz ist.*

Nachdem ich all das erfühlt und durchlebt habe, betrete ich die Brücke mit der Gewissheit, die tragenden Säulen meines Lebens erkannt zu haben. Erinnernde Liebe.

Die Macht der Liebe kennt keine Schranken. Besonders da nicht, wo einer noch immer *das Zeitliche segnet*.