



Klaus erzählt von seinem Vater, der gestorben ist, als er selbst 14 war. Seine Mutter hatte ihn vom Sterbenden ferngehalten, es nicht erlaubt, von ihm Abschied zu nehmen. Seinem Bruder, der im Ausland lebte, hatte sie sogar ein Jahr lang verheimlicht, dass der Vater gestorben war. Klaus erzählt unter Tränen, wie sehr er den Vater vermisste, und wie sehr er heute bedauere, keine Erinnerungen an ihn zu haben. Wenn er an einen Vater denke, sei da ein schwarzes Loch. Er könne heute so wenig Verbindung zu ihm spüren und fühle sich dadurch wie entwurzelt.

Ich erzähle ein wenig von mir. Ich hatte es für mich als einen sehr versöhnlichen und stärkenden Prozess erlebt, mich in den letzten Jahren vor dem Tod meines Vaters immer wieder mal damit zu beschäftigen, was ich von ihm erhalten, gelernt oder in mir habe. Immer wieder kamen mir allmählich Kenntnisse und Eigenschaften zu Bewusstsein, die als Selbstverständlichkeiten Teil meines Lebens und meines Charakters geworden waren: Schwimmen, Schach spielen, rechnen, Autofahren oder noch stärker, Persönlichkeitszüge, die ich von ihm habe, die ich nicht missen möchte.

Ich ermunterte Klaus zu erzählen, was er von seinem Vater weiß, egal wie wenig oder bruchstückhaft es sein möge. „Er war ein gütiger Mensch“ – fällt ihm als erstes ein. „Genau wie du“, konnte ich aus vollem Herzen hinzufügen, denn ich hatte ihn in einer Gruppe sehr oft als warmherzigen, zugewandten Menschen wahrgenommen. Nach einer Weile fiel Klaus eine längst entfallene Kindheitsgeschichte ein. Sein Vater hatte im Krieg heimlich mit Benzin gehandelt und im Brunnen gelagert. Als sie als Kinder einmal mit Feuer am Brunnen spielten, hätten sie eine Verpuffung ausgelöst. Ja, sein Vater war ein geschäftstüchtiger Händler gewesen – so schließt sich ein neuer Erinnerungskreis. „Genau wie Du“ – fiel mir erneut auf. Neben seinem Beruf in der EDV-Branche war Klaus ein gewiefter und erfolgreicher Aktienhändler geworden. „Vielleicht kannst du im Erzählen über ihn, noch mehr von ihm entdecken, und auch von dem, was von ihm in Dir ist, was du gewissermaßen mit der ‚Vatermilch‘ aufgesogen hast, ohne genaue Erinnerungen, wie das geschehen ist.“

Je klarer er sein tiefes Bedürfnis nach Vergewisserung über die eigenen Wurzeln anerkannte, desto leichter konnte er in einen Prozess des Erzählens und Suchens nach seinem Vater



LEBEN MIT VERSTORBENEN – FORTGESETZTE VERBINDUNGEN


eintauchen und sich mit ihm verbinden. Ich ermutigte ihn, mit möglichst vielen Menschen über seinen Vater zu sprechen, sich ein Bild von ihm zu machen, nicht zuletzt auch über Fotos und Bilder, um ihm so einen immer deutlicheren Platz zu geben – zu dem er sich dann immer klarer in Beziehung setzen und eine stärkende Verbindung aufbauen könne. Dieses Bedürfnis war durch die Mutter abgeschnitten worden.

Hier war etwas geschehen, was oft bei Todesfällen in der Familie geschieht: aus dem Bedürfnis, ihre Kinder zu schonen, lassen Eltern sie gerade dadurch mit ihren Ängsten und Fragen allein. Mit Schweigen und Abschotten unterbinden sie den selbstverständlichen Frage-, Trauer- und Abschiedsprozess, über den gerade Kinder die Verbindung zu einem verstorbenen Elternteil oder Geschwister wie selbstverständlich aufrecht erhalten können.

Ich fand in dieser Begegnung mit Klaus ein tiefes menschliches Bedürfnis wieder, den Toten, dabei natürlich insbesondere den verstorbenen Eltern, einen Platz im eigenen Leben zu geben. Für mich fließen in diese Erkenntnis sowohl Erfahrungen aus vielen Familienaufstellungen ein, in denen ich es als heilsam erlebt habe, z.B. verstorbenen Kindern einen Platz zu geben, als auch neuere Erkenntnisse aus der Erforschung der Trauer- und Sterbebegleitung (siehe Chris Paul, Neue Wege in der Trauer- und Sterbebegleitung). Auch dort wird immer deutlicher betont, dass Trauern nicht aus dem schnellstmöglichen Vergessen der Verstorbenen und dem Neueinlassen auf andere Menschen besteht. Es ist keine Voraussetzung für neue Begegnungen,

die Verstorbenen zurückzulassen, um sich neu einlassen zu können. Es ist vielmehr heilsam, die Verstorbenen mitzunehmen in das neue Leben, ihnen also einen neuen Platz zuzuweisen. Gespräche mit Anderen können uns helfen, ein möglichst stimmiges Bild von den Toten zu entwickeln und so die Basis für eine stabile Verbindung auszubauen.

Eine Möglichkeit, diese Verbindungen aktiv zu nutzen, kann dann manchmal darin bestehen, sich bei Fragen, in Krisen oder Notsituationen in einem inneren Dialog an unsere Vorfahren zu wenden: „Was würde Oma jetzt raten? Was würde Vater jetzt tun?“ So können wir die stützende und tröstende Seite positiver Begleiter unseres Lebens für unser Leben auch dann noch nutzen, wenn sie schon lange tot sind.

Es sind die fortgesetzten Verbindungen zwischen Lebenden und Toten, die uns stärken. Natürlich sind die Beziehungen zu den Verstorbenen nicht immer unbelastet. In der Therapie setzen wir uns ja stark mit schädigenden oder gar traumatisierenden Erfahrungen durch Eltern und Verwandte auseinander, die einer uns stärkenden Verbindung im Wege stehen. Wir können solche belasteten Beziehungen erst nutzen, wenn wir Wege zur (inneren) Aussöhnung oder (äußeren) Versöhnung finden. Dies ist ein Thema für einen eigenen Beitrag. Hier nur ein kurzer Hinweis: Eine versöhnliche Komponente dieses Weges zu stärkenden Verbindungen kommt aus meiner Sicht dann ins Spiel, wenn es uns gelingt, zu entdecken, wie sehr wir durch den Anderen das sind, was wir sind, und wenn wir uns dankbar und stolz an uns erfreuen können. 

Dr. phil. Dipl. Psych.
Werner van Haren

Psychologischer
Psychotherapeut

Zülpicher Str. 283,
50937 Köln

Tel.: 0221-433 031

www.psychotherapie-
vanharen.de