

02.06.2024 um 07:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Dr. Barbara Brüning,

Katholische Journalistin, Autorin und Systemische Familienberaterin, Frankfurt

Auferstehung

Nachdem vor einer Weile mein Vater gestorben ist, war ich lange sehr traurig. Es war richtig schmerzhaft zu merken: Da bleibt einfach für immer eine Lücke. Ich hatte an nichts mehr Freude. Irgendwie hatte ich das Gefühl: Ich hab mich angesteckt mit Sterben oder mit Tod. Der Gedanke: „Wozu das alles, irgendwann werde ich ja doch sterben“, war überall. Trotzdem habe ich ganz normal weiter funktioniert. Manche haben sogar gesagt: „Sie ist sehr leicht darüber hinweg gekommen.“ Aber so war das gar nicht.

Mitten in der Trauer kam ein kleines Lächeln

Es hat eine Weile gedauert, bis ich gemerkt habe: Immer, wenn ich „die Lücke“ spüre, die er hinterlassen hat, entsteht so was wie eine Verbindung. Plötzlich habe ich verstanden: die Lücke, die heißt ja: er war wirklich da. Und das war doch wunderschön. Und mitten in der Trauer kam ein kleines Lächeln.

Es war fast, als wäre er da

Noch eine Weile später, habe ich ganz viele Spuren von ihm entdeckt. Und manchmal wusste ich genau, was er sagen würde. Es war fast, als wäre er da. Von da an war es leichter. Erst habe ich mit mir geschimpft und gesagt: du bildest dir etwas ein. Das ist doch gar nicht so. Aber dann war es mir egal: „Ob es Quatsch ist oder nicht, es fühlt sich gut an“, hab ich mir gedacht. Wenn ich sein Lächeln auf meinem Gesicht fühle, dann fühle ich mich selbstbewusster. Wenn ich sein „klar schaffst du das“ im Ohr habe, dann trau ich mir mehr zu. Und wenn ich einen seiner Witze mache, von denen ich ganz sicher weiß, dass er sie an genau der Stelle machen würde, dann zwinkern wir

uns irgendwie zu.

Als ob er mir aus dem Himmel zuruft: Wir sind ja eins in Gott

Und neulich habe ich ein Buch gefunden. Das hat mir mein Vater vor vielen Jahren geschenkt, als ich von zu Hause ausgezogen bin. Er hatte es antiquarisch gekauft und vorne stand eine Widmung von einer unbekannten Person drin: Da stand „... wir sind ja eins in Gott“. Für mich war es, als ob mein Vater mir das aus dem Himmel zuruft, um mich zu trösten. Aber trotz allem: Ob es bei einem nächsten Mal deshalb schneller geht, aus der tiefen Trauer heraus zu kommen? Ich weiß es nicht. Heilen braucht auch einfach Zeit.