

Frau – jung – verwitwet

Was kann trösten, wenn die Welt zusammenbricht?

„Du bist eine Zumutung und du fühlst dich auch so!“ Junge Witwen haben es trotz vielfältiger Hilfen und pastoraler Initiativen nicht leicht. Der Prozess, die Endgültigkeit zu erfassen und anzunehmen, dauert wesentlich länger, als die Umgebung dies vermutet und zulassen will. Oft bricht die Trauer zu einem Zeitpunkt aus, zu dem „die anderen“ längst wieder zur Tagesordnung übergegangen sind.

Andrea Kober-Weikmann

Gabi*, 35 Jahre alt (drei Kinder zwischen 6 und 14 Jahren), seit einem halben Jahr buchstäblich über Nacht Witwe. Im Rahmen eines Wochenendes für junge Witwen erzählt sie, wie sich das, was sie bis heute nicht fassen kann, damals zugetragen hat: Die ganze Familie ging an diesem Abend eher als üblich ins Bett, weil sie am nächsten Morgen in aller Frühe in den ersten und seit Jahren erträumten Skiurlaub starten wollte. Wie immer, kurz bevor sie endgültig eingeschlafen ist, sucht Gabis Hand die Hand ihres Ehemanns. „Wir haben uns das halt so angewöhnt, uns die Hand zu geben und dann gemeinsam einzuschlafen, aber es war ganz komisch, ich war sofort hellwach als Michaels Händedruck plötzlich so merkwürdig nachlies. Michael*, was ist los mit dir? – als ich das Licht angeknipst habe, war mir alles klar, auch wenn ich eigentlich bis jetzt noch nicht glauben kann, dass Michael tot ist.“

„Wie kann das Leben nur so grausam sein – du ahnst nichts Böses und von einer Minute auf die andere ist alles ganz anders!“ Elf*, 30 Jahre, schüttelt ihren Kopf und schildert ihre Geschichte. Sie kann sich genau erinnern. Diesen Samstagmorgen wird sie nie vergessen, wie sie mit Max und Uli*, ihren beiden Zwillingen, eine

Kissenschlacht veranstaltete und anschließend mit ihnen ausgiebig frühstückte. Endlich mal ein unverplanter Tag! Ganz bewusst wollte sie sich Zeit für die Kinder nehmen. Plötzlich unterbrach der lokale Radiosender sein Musikprogramm wegen einer Unfallmeldung. Eine Viertelstunde später bringt die Polizei die unfassbare Nachricht: Der Mann, der sofort am Unfallort verstarb, ist ihr Ehemann, der doch nur eben im Nachbarort eine kurze Besorgung machen wollte ...

HILFE ZUR „UNZEIT“

Zwei Beispiele, zwei Erfahrungen mit dem Tod, die stellvertretend für viele dramatische Lebensgeschichten junger Frauen stehen. In ihren

Andrea Kober-Weikmann

Pastoralreferentin und Leiterin des Referats Frauenseelsorge der Diözese Würzburg. Innerhalb dieses Aufgabenfeldes bietet sie seit acht Jahren auch regelmäßig Wochenenden für junge verwitwete Frauen (einschließlich Kinderbetreuung) an.

Familien, ihrem Freundeskreis finden sie Trost und Begleitung, vor allem in den ersten Tagen und Wochen, nachdem der Tod in ihr Leben eingebrochen ist. Auch die Kirchengemeinden sind gerade in den letzten Jahren auf diese besondere Gruppe trauernder Menschen aufmerksam geworden und bemühen sich auf vielfältige Weise um sie. Seelsorgsbesuche, bewusst und persönlich ausgesprochene Einladungen zu pfarrlichen Veranstaltungen oder Hinweise zu speziellen Angeboten der Seelsorge, Nachbarschaftshilfe und beispielhaftes Engagement Einzelner ... Das ist sehr viel – manchmal fast ein wenig zu viel, vor allem, wenn es unmittelbar im zeitlichen Anschluss an Tod und Beerdigung geschieht! Mag das nach außen sichtbare Verhalten in dieser ersten Zeit auch noch so verschieden sein – die meisten Frauen sind mit so vielen organisatorischen Aufgaben und Behördengängen beschäftigt, dass die Trauer eigentlich noch gar nicht ankommen kann. Die gut gemeinten Versuche, sie „rauszuholen und auf andere Gedanken zu bringen“, treffen daher auf eine innere Situation sehr eigener Art: „Ich hatte damals so viel um die Ohren, ich weiß gar nicht, wie ich das alles schaffen konnte ... und dann waren ständig Leute um mich herum; jeden Tag kam jemand vorbei und wollte mich zu irgendetwas einladen, kaum war ich daheim, ging auch schon das Telefon, zum Denken bin ich da gar nicht gekommen.“ Bei aller Dankbarkeit für die vielfältige Sorge und Nachfrage während der ersten Wochen, bedauern Frauen häufig, dass sie zu diesem Zeitpunkt eigentlich noch gar nicht in der Verfassung waren, die vielen Angebote angemessen wahrzunehmen und als Hilfe auf einem Trauerweg zu nutzen. Der beginnt nämlich allem Anschein nach oft erst viele Monate später.

ENDGÜLTIGKEIT BEGREIFEN

Wenn die Frauen selbst nach und nach, manchmal über ein Jahr später, das ganze Ausmaß ihres Unglücks erfassen, wenn sich der Boden unter ihren Füßen ein zweites Mal auftut, weil sie jetzt die Lücke, die der Tod in ihr Leben gerissen hat, wirklich spüren und Worte wie „aus“, „zu Ende“ oder „nie mehr“ in ihrer ganzen Tiefe begreifen, erst dann bricht die eigentliche Zeit der Trauer an. „Erst in diesem Jahr, nach 18 Monaten, als ich an einem Sonntag während der Sommerferien mit meinen Kindern am Grab stand und der ganze Friedhof leer war, weil an diesem heißen Tag nicht einmal die Alten da waren, in diesem Moment hat es mich voll erwischt, da hab ich dann wirklich kapiert, dass er nie mehr wieder kommt und mein bisheriges Leben ein für allemal vorbei ist.“ Den Zusammenbruch, der dieser Erkenntnis gefolgt ist, musste Marion* mit ihren 31 Jahren alleine durchleben und durchstehen. Niemand in ihrer Umgebung wäre auf die Idee gekommen, dass es ihr damals sehr schlecht gegangen ist. Denn äußerlich schien alles in bester Ordnung. „Na, die Erde hat sie ja wieder! Es wird wohl nicht lange dauern, da werden die Kinder einen ‚neuen Vater‘ kriegen!“ Der nachbarliche Kommentar auf die Renovierungsarbeiten, in die Marion sich aus lauter Verzweiflung stürzt, um ja nicht nachdenken zu müssen und abends müde genug zu sein, um nicht wieder eine Nacht wach zu liegen, klingt ein wenig ambivalent und ist auch so gemeint. Die gezielte Nachfrage einer flüchtigen Bekannten, das verschnupfte Verhalten der Schwiegermutter und die spitzen Bemerkungen in der Gymnastikgruppe, in die sie sich mit eiserner Selbstdisziplin zwingt (aus lauter Angst, sonst am Ende doch eine Kurz-

schlussbehandlung zu begehen), sind für sie eindeutig und in ihrer Situation sehr verletzend.

WAS ERWARTET WIRD

Wie Marion geht es vielen jungen Witwen. Im unmittelbaren Umfeld der Katastrophe sind sich alle einig, dass eine so junge Frau keinesfalls für den Rest ihres Lebens allein bleiben kann. Alles geht schließlich einmal vorbei, und irgendwann ist auch die Trauer ausgestanden. Diese Überzeugung hält jedoch in vielen Fällen nicht lange an, sondern kehrt sich augenblicklich ins Gegenteil, wenn die junge Witwe eines Tages tatsächlich mit einem neuen Mann auftaucht. Zufällige Begegnungen, ein etwas längeres Gespräch mit einem Arbeitskollegen oder belangloses Plaudern am Rande einer Schulfest, was bei jeder anderen Frau nicht einmal registriert würde, gilt hier entweder leider immer noch als eindeutiges Indiz, dass der Tote längst vergessen und die Liebe wohl nicht so groß gewesen ist, oder signalisiert endlich „Entwarnung“: Die Sache ist überstanden und die Frau ist auch wieder „versorgt“. Nicht genug, dass verwitwete junge Frauen sich zum Teil ausgesprochen schwer tun, neue Partnerschaften einzugehen; die Erfahrung, ständiger Beobachtung belastet sie und verstärkt die Verunsicherung, die der Tod bei ihnen ausgelöst hat.

Dies alles mag angesichts einer Gesellschaft, in der traditionelle Trauerrituale und Gepflogenheiten immer mehr aus dem Blick geraten und kaum mehr praktiziert werden, seltsam erscheinen. Die Schilderungen Betroffener zeigen jedoch, dass junge Witwen allem Anschein nach immer noch an der Einhaltung von im Allge-

meinen als antiquiert und überflüssig geltendem Trauerverhalten beurteilt werden. Trotz des veränderten Frauenbilds und der großen Zahl alleinerziehender Frauen werden sie „anders“ behandelt und ihr Verhalten oft missdeutet. Auch die gesellschaftliche Anonymisierung und die häufig beklagte Gleichgültigkeit scheinen dieser Gruppe gegenüber kaum zu existieren. Witwe, allein das Wort ist ein Stimmungstöter, für die Betroffene und die Umgebung: „Du bist das reinste Unikum, eine Zumutung für deine ganze Umgebung und du fühlst dich auch so!“

VERÄNDERUNGEN

Der Tod verändert alles. Es wird nicht einfach wieder gut. Auch wenn das Leben wieder seinen Gang geht, wenn eine Frau schließlich ihren Tritt wiedergefunden hat und womöglich neu anfängt, ist nicht etwa alles vorbei. Der Verlust bleibt, und die Tatsache, dass ihre Welt und ihr Leben so wie es vorher war, nie mehr werden kann, gehört zu ihr und ist letztlich immer da. Sie selbst ist eine Andere geworden. Im Laufe der Zeit erleben junge Witwen sich als reifer, stärker, lebensmutiger und lebenshungriger. Sie bezeichnen sich als sensibler im Guten wie im Bösen und haben ein feines Gespür für das Wesentliche.

„Wer es mit einer jungen Witwe näher zu tun bekommt, hat einen Hauptgewinn gezogen! Wir sind zwar sicher ein bisschen anstrengend, weil wir uns nicht so leicht blenden lassen oder mit Oberflächlichkeiten aufhalten, aber wir verstehen was vom Leben!“ Dieses Fazit zog eine Teilnehmerin bei einem Treffen junger Witwen. Als sie nach 14 Monaten merkte, dass ihre Fa-

milie und ihre beste Freundin, die es wirklich gut mit ihr meinten und sich sehr um sie und ihren kleinen Sohn bemühten, nicht mehr mit ihr zurecht kamen, weil sie auch nach Ablauf des Trauerjahres nicht einfach wieder „die Alte“ wurde, schloss sie sich einer Gruppe junger Witwen an. Dass sich die Trauer immer wieder zurückmeldet und auch das Bedürfnis zu weinen, zu jammern, über den verstorbenen Mann zu sprechen und den furchtbaren Tag, der alles verändert hat, immer wieder in Gedanken anzuschauen, gilt in diesem Kreis als normal. Hier kann gelebt werden, was für „die Leute“ ab einem gewissen Zeitpunkt schwer nachvollziehbar und kaum erträglich zu sein scheint.

TRAUER UND HOFFNUNG

„Da musst du ganz alleine durch, da hilft nichts!“ Hierin sind sich die Betroffenen einig. Andererseits bestätigen sie, dass es leichter ist, wenn man diesen Weg nicht allein gehen muss. Schon die Erfahrung, dass es anderen Frauen in dieser Situation genauso geht, tut gut. Und es tut gut, wenn jemand einfach da ist, zuhört, mitlacht oder mitweint, über Alltäglichkeiten plaudert – und sich im nächsten Augenblick auf die Schilderung einlässt, wie es war, als die Todesnachricht überbracht wurde. Wer kann

das verstehen, dass man sich zum hundertsten Mal fragt, ob es nicht vielleicht doch noch möglich gewesen wäre, ihn zu retten, dass man wieder und wieder zweifelt, ob man den Sarg noch einmal hätte öffnen lassen sollen ... Und wer kann mitgehen, wenn man wenige Minuten später laut darüber nachdenkt, wann der richtige Zeitpunkt sein könnte, den Mann, den man neulich kennen gelernt hat, den Kindern vorzustellen, und gleichzeitig die innere Not mit dem Gefühl schildert, Ehebruch zu begehen, weil da ein Neuer ist ...?

Mit diesem Gefühlswirrwarr nicht allein zu sein, ihn unzensiert und angstfrei äußern zu können, weil er hier richtig verstanden wird und weil alle solche chaotischen Gefühle kennen, das erleben viele junge Witwen als tröstlich und befreiend. Das Leben geht weiter! In diesem Kreis ist das glaubwürdig und macht stark.

Nach drei bis vier intensiven gemeinsamen Wochenenden in halbjährlichem Abstand hat sich die Gruppe weiterentwickelt: Der Trauerkreis ist jetzt eine Frauengruppe geworden, die Höhen und Tiefen des Lebens kennt und miteinander teilt. ■

* Begebenheiten und Aussagen sind authentisch; Namen und Umstände wurden so verändert, dass die Betroffenen nicht identifiziert werden können.

Vorschau auf das nächste Heft: Gemeinde neu verstehen