

Bernadette und Klaus Rüggeberg
mit Rebecca, Esther, Lea und Laura

Plötzlich tot

Als Familie weiter leben

KREUZ



© KREUZ VERLAG
in der Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2013
Alle Rechte vorbehalten
www.kreuz-verlag.de

Umschlaggestaltung: HerderVerlag
Umschlagfoto: © privat

Satz: de-te-pe, Aalen
Herstellung: fgb · freiburger graphische betriebe
www.fgb.de

Printed in Germany

ISBN 978-3-451-61175-9

Inhalt

Vorwort	7
1. Das Entsetzen <i>Die Todesnachricht</i>	9
2. Die ersten Tage <i>Bis zur Beerdigung</i>	22
3. Die Macht der Dinge <i>Der Nachlass</i>	35
4. Rückzug <i>Alles ist zu viel</i>	44
5. Trotzdem Alltag leben <i>Arbeit und Freizeit</i>	58
6. Die Macht der Geschichten <i>Vom Sammeln der Erinnerungen</i>	71
7. Wo ist Hilfe? <i>Rat und Trauerbegleitung</i>	81
8. Die Trauer der anderen <i>Gemeinsam und doch allein</i>	97
9. Die Macht des Unbewussten <i>Träume und andere Boten</i>	108

10. Der Trost der unsichtbaren Welt	
<i>Die Kraft des Himmels</i>	122
11. Ortswechsel	
<i>Vom Reisen</i>	140
12. Briefe an Tobias	
<i>Wir werden uns wiedersehen</i>	146
Dank	173
Hintergrund der AutorInnen	174

Vorwort

In Deutschland sind im Jahr 2010 über 20 200 Menschen durch Unfälle gestorben. Bei Verkehrsunfällen, bei Arbeitsunfällen, zu Hause, auf dem Weg zur Schule oder beim Sport. Sie alle waren plötzlich tot und hinterließen Angehörige und Freunde, die einen schrecklichen Verlust erlitten. Niemand kann sich auf so ein Ereignis vorbereiten. Auch Tobias – Sohn, Bruder, Vater, Freund – starb 2010, aller dngs taucht sein Unfall in der deutschen Statistik nicht auf. Er verunglückte im Urlaub, in Ägypten. 30 Jahre ist er alt geworden.

Als das Familienfoto vorne auf dem Buch entstand, hat keiner von uns damit gerechnet, dass es unser letztes Foto werden sollte. Wir hatten so viel Spaß. Es war ein richtiges Fotoshooting und das Spiel mit der Inszenierung gefiel uns allen gut. Heute sehen wir alle dieses Bild mit ganz anderen Gefühlen an.

In diesem Buch wollen wir als trauernde Familie beschreiben, wie wir die ersten beiden Trauerjahre nach dem Einbruch dieser entsetzlichen Nachricht in unser Leben überstanden haben, wie wir langsam, ganz langsam, lernten mit dem Schmerz ins Leben zurückzufinden. Ein Prozess, der immer noch andauert. Wir, das sind Bernadette und Klaus (die Eltern), Rebecca, Esther und Lea (die Schwestern) und Laura, Tobias' kleine Tochter. Wir alle schreiben aus unseren verschiedenen Blickwinkeln, die sich teils ergänzen, teils andere Aspekte hinzufügen. Denn jeder und jede trauert anders – auch in einer Familie.

Jedem Kapitel sind Auszüge aus Briefen, Mails und Gedanken von Menschen vorangestellt, die uns geschrieben und mit ihren Worten getröstet haben. Vielleicht können ihre Worte Anregung sein für die Tröster, die morgen und übermorgen von anderen Trostlosen gebraucht werden. Genauso hoffen wir, dass die Ideen, die wir am Schluss eines jeden Kapitels zusammengetragen haben, die bei uns als »Trost in der Trostlosigkeit« wirkten, auch anderen Menschen weiterhelfen können.

So sind eigentlich die Tröster die ersten Adressaten dieses Buches, sowohl solche, die trauernde Menschen als Freunde und Verwandte begleiten, als auch diejenigen, die beruflich mit Trauernden zu tun haben. Denn die Tröster haben eine lebenserhaltende Funktion für die Trostlosen, das haben wir erlebt. Sie tragen die Betroffenen in den ersten Wochen und Monaten durch ihre Verzweiflung, sie sind Boten der Liebe, die die Trauernden behutsam umgibt und unterstützt. Und es ist oft gar nicht so schwer zu trösten.

Darüber hinaus aber soll das Buch auch denen stellvertretend eine Stimme geben, die selbst betroffen sind, deren Leben durch einen plötzlichen Tod und den Verlust, den das bedeutet, zusammengebrochen ist. Es kann – so hoffen wir – Mut machen, trotz allem weiterzuleben und dieses Buch durch das eigene Erleben gewissermaßen fortzuschreiben.

Köln/Aachen/Berlin
Bernadette und Klaus Rüggeberg
mit Rebecca, Esther, Lea und Laura

1. Das Entsetzen

Die Todesnachricht

Aus den Trostbriefen

Oh nein, Klaus, Bernadette ... Wir haben noch bei Olaf und Carsten von Eurem Sohn und Enkelchen gesprochen. Oh mein Gott ... Können wir irgendetwas für Euch tun? Einen Topf Suppe kochen, Euch in den Arm nehmen???

Egal was, wenn wir irgendwie unterstützen können, sagt Bescheid.

Freunde der Eltern

Wie tief erschüttert, geschockt und verzweifelt müsst Ihr sein, Euren so strahlenden Sohn und Bruder auf solch tragisch unglückliche Weise zu verlieren.

Solch ein Geschehen kennt man nur aus den Medien, doch niemand erwartet es in der eigenen Nähe. Das Schlimmste, was wir Eltern erleben können, ist doch, ein Kind zu verlieren. Da scheint einem der Boden unter den Füßen entzogen zu werden. Dieser Schmerz ist kaum auszuhalten. So gerne würden wir Euch Trost spenden, doch die richtigen Worte zu finden, die Eure Tränen trocknen, fällt nicht leicht. Wahrscheinlich gibt es diese zurzeit auch kaum. Alle Worte der Anteilnahme können Euch sicherlich im Moment nicht über diesen schweren Verlust hinweghelfen.

Schwiegereltern der Tochter

Wie ohnmächtig und fassungslos steht man da und will es einfach nicht wahrhaben. Ich war geneigt, sofort ins Auto

zu steigen und zu Euch zu fahren – nur um zu zeigen, wir sind da – aber ich war mir so unsicher. So habe ich nun selbst noch mal Eure Mail gelesen und den Satz »Ihr werdet von uns hören« so gedeutet, dass es angesagt ist, Euch in Gedanken ganz fest in die Arme zu schließen und Eure ganze Not und Trauer Gott vor die Füße zu werfen und ihn um ganz viel Kraft und Trost zu bitten. Ja, das werden wir tun!

Freunde der Eltern

Wie sehr ich mitfühle. Wie ich dieses Loch sehe, das sich so plötzlich aufgetan hat und das das Leben zu verschlingen droht. Wie sich die Sonne verdunkelt und die Natur stimmlos geworden ist. Wie der feste Boden unter den Füßen ins Wanken gerät, alles unsicher und haltlos scheint. Wie über allem die bohrende Frage steht: »Warum?« – Es kommt keine Antwort, es gibt keine Antwort. Es hilft nur das Sich-Fügen, das Annehmen. Und man kann selber das Furchtbare in etwas Fruchtbare umwandeln. Stückchen für Stückchen gelingt es, den Teppich des Lebens neu zu weben, die Akzente neu zu setzen, den Schmerz mit einzuweben, ihn nicht zu vergraben, ihn aber auch nicht bestimmend werden zu lassen.

Es zeigt sich ein neues Bild, das Kraft gibt. Der Tod ist nicht sinnlos, es sei denn, man lasse ihn triumphieren. In seiner Tochter lebt ein Stück Deines Sohnes weiter, ebenso in deinen Kindern und Enkelkindern. Überall wirst Du ein wenig von ihm wiederfinden und ihn so nahe haben. Möge Gott Dir den Weg aus der Verzweiflung zeigen und Dich stärken. Mögen Dir die vielen Erinnerungen Trost und nicht Trauer sein.

Eine Arbeitskollegin

Es ist wirklich unfassbar traurig. Ich würde gern was Schlaues sagen, aber hier fehlen sogar mir die Worte. Gern

wäre ich jetzt bei Euch. Ich kann mir denken, dass Ihr wohl nach dem wahrscheinlich sehr turbulenten Wochenende Ruhe braucht. Deswegen schreib ich auch nur eine Mail und ruf nicht an. Wenn Du mal sprechen magst, bin ich gern da. Bewahrt Euch die Erinnerung und den Zusammenhalt in Eurer Familie. Es ist mit dem Verlust etwas sehr Seltenes und Schönes?! Bitte fühlt Euch den Abschiednehmenden gegenüber nicht verpflichtet und denkt an Euch, wenn es nicht mehr geht, das wird Euch keiner übel nehmen.

Freund einer Tochter

Perspektiven der Trauer

Bernadette – die Mutter

Im Rückblick beginnt der plötzliche Abschied von Tobias schon einige Tage vor dem Tag des Unfalls: Ich hatte wie jedes Jahr für das Rundschreiben, das ich im Dezember in unserem Verband verschicke, ein Motto gesucht, einen Satz, der für das neue Jahr eine Weisung sein könnte, und war bei Frère Roger fündig geworden: »Die Vergangenheit liegt in Gottes Hand und der Zukunft hat er sich schon angenommen.« – Wie immer hatte ich diesen Gedanken eher für die ausgesucht, die mir viel bedürftiger und suchender erschienen, als ich es bin. Damals empfand ich mich auf der Sonnenseite des Lebens.

An dem Tag, als Tobias sich in den Urlaub nach Ägypten aufmachte, eine Woche vor seinem Tod, erreichte ich ihn bereits im Flugzeug sitzend noch auf dem Handy: »Ich wünsche euch einen paradiesisch schönen Urlaub in Ägypten.«

ten, vergiss all deine 1000 Verpflichtungen und genieße das Leben.« Das waren meine letzten Worte an ihn.

In der Todesstunde von Tobias, am 19. November 2010 um 22.00 Uhr, saßen wir mit Freunden zusammen. Unvermittelt überwältigte mich eine für alle wahrnehmbare tiefe Traurigkeit, als ich von Tobias und seiner neunjährigen Tochter Laura erzählte. Trotzdem ahnte ich natürlich nichts. Der 20. November 2010 war entspannt und fröhlich: Plätzchen backen mit der Kleinen. Abends mit Klaus ein Besuch im Kabarett. Wir schliefen, wie so oft nach unseren bewegten Wochenenden, erfüllt ein. Gegen 3.00 Uhr in der Nacht läutete es an der Haustür. Es war unsere Tochter Lea mit ihrem Partner. Lea war aufgelöst. Sie bat uns, auf der Couch Platz zu nehmen. Und dann brach es aus ihr hervor: »Es ist etwas Schreckliches passiert, Tobias ist tot. Er ist in Ägypten auf dem Weg zurück von den Pyramiden bei einem Busunglück ums Leben gekommen, seine Freundin ist leicht verletzt und liegt im Krankenhaus.«

Ich brach innerlich zusammen. Vor meinem inneren Auge sah ich einen schwer verletzten, leblosen Körper meines Sohnes. Musste er in Staub und Schmutz liegend qualvoll leiden? Was waren seine letzten angstvollen Gedanken? Dann die verzweifelte Hoffnung: Vielleicht haben sie sich geirrt? Wie wollen sie sicher wissen, dass es mein Tobias und nicht ein anderer der 50 Reisenden ist? Doch die Faktenlage sprach gegen diese Hoffnung. Ich hatte sofort das Verlangen, mit meinen anderen beiden Töchtern zu sprechen. Rebecca, 28 Jahre, lebte mit ihrem Mann und ihrer Tochter in Kanada, und Esther feierte eine Geburtstagsparty im Ruhrgebiet. Lea übernahm den Anruf bei Esther, und ich wählte völlig aufgelöst die Nummer von meiner Tochter Rebecca in Kanada. Ihre heitere Stimme meldete

sich. Ohne Umschweife brach die Todesnachricht aus mir heraus. Rebecca schrie auf, weinte, dann legte sie unvermittelt auf. Kurze Zeit später holte ihr Partner alle Informationen ein, die Rebecca nicht mehr erfragen konnte. Ihr Schrei hallt noch heute in mir nach. Viel unmittelbarer, als ich es in meiner Erschütterung vermochte, brachte sie ihr Entsetzen zum Ausdruck. Esther sah ich eine Stunde später auf dem Parkplatz gegenüber unseres Hauses weinend in den Armen von Lea. Sie hatte gemeinsam mit ihrem Lebensgefährten das Fest nach dem Anruf sofort verlassen.

Wir versammelten uns dann zu sechst in unserem nächtlich-kalten Wohnzimmer, rückten die Sessel zusammen, suchten unsere spürbare Nähe, sprachen wenig und weinten. Ich musste immerzu an Tobias' Tochter Laura denken, die unter der Woche bei ihrer Mutter lebt, am Wochenende aber bei ihrem Papa. Sie würde nun ohne ihn ihr Leben meistern müssen. Mein eigener Schock und meine Ohnmacht wurden völlig von Sorgen über Lauras Zukunft zugedeckt. Meine Fantasien waren so düster und bedrohlich. Ich redete in einem fort über Laura: Wie konnte sie sich ohne Vater lebensfroh entwickeln, was würde sie alles vermissen müssen, wenn sie sich mit den Familien ihrer Freundinnen verglich, welche Einsamkeit wird sie erfahren, was würde dieser Verlust für ihr Selbstbewusstsein und für ihre innere Stabilität, die sie zum Überleben braucht, bedeuten? Hatte sie es nicht ohnehin schon schwerer als andere? Gleichzeitig erfasste mich tiefe Dankbarkeit, dass es Laura gab. Von mir selbst spürte ich nur wenig. Meine Gefühle als Mutter eines optimistischen und lebensstüchtigen jungen Mannes waren wie auf Eis gelegt und stumpf. Nur eine Angst erfasste mich rasch. Ich wusste plötzlich nicht mehr, wie Tobias aussah, konnte ihn mir nicht vor-

stellen, meinen hochgewachsenen, lockeren und attraktiven Sohn. Fotos mussten gefunden werden. Immer wieder sah ich mir die letzten Aufnahmen an, als könnte ich ihn auf diese Weise festhalten und den Sog in den bodenlosen Abgrund aufhalten. Ich fror, die innere und äußere eisige Kälte dieser Nacht füllte die Stille und blieb als stärkste Ernährung haften.

Langsam drangen die ersten Lichtstrahlen des Tages ins Wohnzimmer. Mit Tagesanbruch begann mein Pflichtbewusstsein mir eine erste Liste an Aufgaben zusammenzustellen. Ein völlig neues und total ungefühltes Leben trat wie von außen gesteuert seinen Dienst an und holte mich aus meiner ersten Dunkelheit in einen unbekanntem Alltag. Meine Aktivitäten verdrängten immer wieder für Sekunden meinen tiefen Schmerz.

Die weitere Familie musste informiert werden, seine Tochter, ihre Mutter, die Großmütter. Durch ein Telefonat mit meiner Mutter erfuhr ich dann am Nachmittag, dass meine Schwester, aufgehalten von der schrecklichen Nachricht, viel zu spät in den Sonntagsgottesdienst kam. Die ersten Worte, die sie auffing, waren die letzten der Evangeliumlesung: »Wahrlich, ich sage dir, noch heute wirst du mit mir im Paradiese sein.« Für sie war klar, das galt Tobias.

Diese Botschaft berührte sofort mein Herz. Tobias hatte sein Leben lang in der Begegnung mit Menschen im Alltag, auf seinen Reisen und in einsamer Natur von Alaska bis Sibirien das Paradies gesucht. Er war auf dieser Spur wie ein Getriebener. Ungewöhnliche Wege ließen ihn ungewöhnliche Erfahrungen sammeln, die ihn immer wieder sehr erfüllt nach Hause brachten. War dieser Zuspruch seine erste verbindende Botschaft an uns alle?

Die biblische Zusage deckte sich gleichzeitig mit meiner scheuen, inneren Gewissheit. Er ist in einer anderen Welt, von der ich keinerlei Vorstellung habe, angekommen und gut aufgehoben. Wir waren uns sofort einig, dieser Zuruf gehört auf die Todesanzeige, er ist nicht nur für uns, sondern für alle bestimmt, die ihm begegnet sind. Am Nachmittag trafen die ersten Freunde ein, nur wenige waren wir in der Lage zu begrüßen. Unsere »Schwiegersöhne« nahmen vielfach die einfühlsamen Worte entgegen und gaben uns die liebevollen Gedanken und Gesten weiter. Schon am frühen Abend fiel ich völlig erschöpft in einen traumlosen Schlaf, der nur kurz währte.

Die Dunkelheit der Nacht zog mich an, ließ mich immer wieder aufwachen, aufstehen, zum sternenklaren Himmel schauen und Tobias verzweifelt im Universum suchen. Diese Himmelsuche brachte mich wieder mit meiner vor 16 Jahren verstorbenen Freundin Elisabeth in Berührung. Die Betrachtung der Sterne beruhigte und tröstete mich damals schon. Sie verwies mich auf die Unendlichkeit, auf ein Denken und Erfahren über alles Irdische hinaus, zeigte mir immer wieder, wie eng und klein meine Vorstellungskraft ist, und holte mich für Augenblicke aus meinem tiefen, halsbrechenigen Abgrund, um wieder in einen kurzen Schlaf fallen zu können.

Klaus – der Vater

Ich werde diese Nacht nie vergessen – Lea mit der Todesnachricht. Ich konnte ihr zunächst kaum glauben. Zu unwirklich und unfassbar wirkte das alles auf mich. Sie hatte die Telefonnummern von Polizei, vom Landeskriminalamt

und dem Honorarkonsulat von Hurghada. Ich habe sie alle angerufen, noch mitten in der Nacht, in der Hoffnung, es handele sich um ein Versehen und im allgemeinen Durcheinander habe man die Personen verwechselt. Aber jeder Gesprächsteilnehmer, die alle erreichbar waren, äußerte als Erstes sein Beileid. Und die weiteren Details, die sie mir mitteilten, zwangen mich dazu, den Tod von Tobias als Tatsache anzuerkennen.

Eine solche Verzweiflung, ein derartiges Gefühl der Hilflosigkeit und Leere habe ich niemals zuvor empfunden.

Unsere Heizung arbeitete im sparsamen Nachtmodus, die Kälte griff nach uns. Wir machten den Kaminofen an, und das Feuer wärmte wenigstens unsere klammen Glieder. Aber die Seele? Nichts vermochte mich innerlich zu erwärmen: Unser Sohn war tot, und was das bedeutete, konnte niemand überschauen. Es war rettend, dass die Familie da war. Wir hielten uns in dieser ersten Nacht nur aneinander fest. Trost? Es gab keinen Trost.

Was bedeutet es überhaupt, jemanden zu trösten? Was bedeutet, einander zu trösten, und erst recht, sich selbst zu trösten? Das Wort »untröstlich« hat seine Berechtigung, gut, dass wir es in unserem Wortschatz haben. So fühlte ich mich: untröstlich.

Ohne Hoffnung, dass die Lebenssituation sich bessert. Untröstlich: Worte tragen nicht, Gesten erreichen nicht, der Glaube an Gott schwindet. Ich war auf mich zurückgeworfen – das ist untröstlich. Unser geliebter Sohn würde nicht zurückkehren, so sehr ich es auch wünschte! Eine innere wie äußere Lähmung, gegen die sich zu wehren mir unmöglich schien, ergriff Besitz von mir. Nie zuvor fühlte ich mich derart hilflos, nie zuvor einer Traurigkeit so ausgeliefert.

Die Nacht selbst schenkte uns großzügig einige Stunden