

Stelle, wo er begraben wurde. Das Grab gab es bald nicht mehr. Ich habe es nicht gekannt, weiß aber diese Stelle ganz genau und besuche sie fast jedes Jahr einmal. Auch mit meinen Geschwistern (Bruder und Schwester), die ja erst später von unserem Bruder erfahren haben, war ich dort. Das habe ich meiner Mutter zu verdanken. Ich bin darüber sehr froh, dass sie mich so einbezogen hat und mich an ihrer Trauer teilhaben ließ – und auch für das Positive daraus.

PS: Meine Geschwister haben veranlasst, dass es inzwischen auch den Namen unseres Bruders auf dem Grabstein unserer Eltern gibt.

*Johanna Mühlmann*

## Mir bleibt nur der Regenbogen

Gerald Helfer

### Die Trauer eines Vaters

Am 25. Mai wurde unser Sohn Julian geboren. In der 20. Schwangerschaftswoche, leider zu früh.

Die Schwangerschaft war von Beginn an keine leichte: ständige Blutungen, die andauernde Furcht vor einer zu frühen Geburt und schließlich die Einlieferung meiner Frau in die Klinik, in der sie einige Wochen verbrachte, ohne dass jemand wusste, was man tun könne – außer zu warten. Ich selbst war ebenso hilflos. Ich besuchte meine Frau täglich, brachte ihr Essen, versuchte Zuspruch zu geben und saß an ihrem Bett. Gemeinsam konnten wir

nur hoffen. Hoffen, dass es unser Sohn schaffen würde und dass er noch lange genug „warten“ würde.

Schließlich die befürchtete und doch auch erwartete verfrühte Geburt. Was ich mir allerdings nicht erwartete, war, wie ich diesen Moment erleben durfte. Als Vater war ich dabei, als meine Frau die Geburtswehen hatte, wie der Kopf schon sichtbar wurde, wie unser Sohn meiner Frau auf die Brust gelegt wurde und die Nabelschnur durchtrennt wurde. Nie werde ich den Moment vergessen, als man uns drei alleine im Zimmer ließ. Es herrschte Ruhe, Stille, eine tiefe Liebe, die sich nicht davon abhalten ließ, dass Julian tot war und er nie seine Augen geöffnet hatte. Diesen Moment kann ich nur als „heilig“ beschreiben ...

Ich hielt meinen Sohn in meiner Hand, sah seine Füße und Zehen, Finger mit Nägeln, Schenkel, die Ohren, alles war perfekt, alles war da.

Ein Priester kam und segnete ihn, wir beteten, zündeten eine Kerze für ihn an und in einem weißen Tuch trug ihn die Hebamme vorsichtig aus dem Zimmer. Wir blieben alleine zurück.

Die Hebamme brachte noch eine Karte mit einem Foto von uns dreien, einem tröstenden Spruch und einem Foto, das einen Regenbogen zeigte. Die nächsten zwei Tage blieb ich bei meiner Frau auf der Klinik und wenn ich das Zimmer verließ, um das Auto umzuparken oder etwas zu besorgen, hatte ich das Gefühl, wie von einer Glaswand vom Rest der Welt abgetrennt zu sein. Ich trug eine Sonnenbrille, da alles um mich zu intensiv war und ich mich vor dem schützen wollte, was zurzeit nicht in die Welt passte, in der ich gerade mit meiner Frau lebte. Wir bekamen tröstende SMS von unseren Freunden und der Familie, blieben aber zu zweit, redeten miteinander, weinten oder saßen einfach nur da und versuchten zu begreifen, was passiert war.

Am dritten Tag ging ich wieder zur Arbeit. Ferngesteuert, benommen und noch immer abgeschottet. Es brauchte damals nicht viel und ich hätte heulen können. Am ersten Arbeitstag ging ich früher nach Hause. Ich bin Lehrer und konnte nicht mehr vor den Jugendlichen stehen und so tun, als wäre nichts. Dann aber

hatte mich überraschend bald der Alltag wieder. Es war gut für mich arbeiten zu gehen. Ich war froh um die Ablenkung und verspürte auch den Wunsch, das Leben so weiterzuführen, wie ich es gelebt hatte und wie es einfach auch weiterlaufen musste. Ich wollte den Boden unter den Füßen spüren.

Meine Frau blieb vorerst im Krankenstand und wir verbrachten viel Zeit miteinander. Es wurde bald klar, dass dies ein Erlebnis war, das niemand so richtig mit uns teilen oder kaum jemand nachvollziehen konnte. Wir waren großteils auf uns alleine gestellt, den Schmerz mussten wir selbst tragen.

Was ich bei mir dann in den folgenden Monaten feststellte, war eine Art „Abneigung“ gegen Säuglinge, Babys und Kleinkinder, die plötzlich überall zu sein schienen. Dieses Gefühl war mir unangenehm – vor allem auch, weil ich es ansatzweise gegenüber meinem Patenkind empfand –, aber nicht zu leugnen. Es war da. Ich wollte und konnte monatelang keine Kleinkinder sehen und sah doch kaum etwas anderes.

Obwohl ich bald schon wieder mein „normales“ Leben lebte, gab es immer wieder Situationen, die mir einen Stich versetzten. Wenn ich beim Klettern einen Freund sicherte, wurde mir bewusst, wie gerne ich meinem Sohn beim Klettern zugesehen hätte. Wenn ich durch den Wald ging, wie gerne ich ihn an meiner Seite hätte, und wenn ich in der Buchhandlung war, wie gerne ich ihm Geschichten erzählt hätte. Ich wäre so gerne für ihn da gewesen. Wäre und hätte ...

Mit der Zeit hat sich dann doch recht bald herauskristallisiert, dass meine Frau und ich die Trauer unterschiedlich verspüren und leben. Während meine Frau als Mutter noch immer tief getroffen ist, wird es für mich immer abstrakter, der Vater eines toten Kindes zu sein. Zwar denke ich immer wieder daran, verspüre aber lange nicht mehr den Schmerz, der meine Frau noch tagtäglich begleitet. Auch das ist mir unangenehm, schließlich will ich doch kein „gefühlloses Monster“ sein, scheinere aber akzeptieren zu müssen, dass meine Art der Bewältigung eben eine andere ist und vor allem, dass meine Zeit mit Julian einfach eine

sehr kurze war, während meine Frau doch die ganze Schwangerschaft inklusive Geburt mit ihm verbrachte.

Jetzt sind es fast fünf Monate, dass unser Sohn geboren wurde. Heute wäre sein berechneter Geburtstermin, sein Geburtstag. Wir führten ein sehr gutes Gespräch mit dem Seelsorger, der uns auch nach der Geburt begleitet hatte, und das erste Mal seit vielen Wochen spüre ich wieder, wie sehr ich berührt bin.

Was mir von ihm bleibt? Als Symbol der Regenbogen. An meinem zweiten Arbeitstag fuhr ich mit dem Auto in die Arbeit, vor mir ein gewaltiger Regenbogen, der das gesamte Inntal überbrückte, und ich fuhr direkt unter ihm durch ... Ich musste lachen und weinen gleichzeitig und dachte an die Karte, die wir zur Geburt erhalten hatten, das symbolische Bild mit dem Regenbogen: Regen wie Tränen, der durch das Sonnenlicht in den schönsten Farben aufleuchtete. In den folgenden Tagen und Monaten sahen meine Frau und ich so viele Regenbogen wie noch nie zuvor und jedes Mal dachten wir dabei an unseren gemeinsamen Sohn. Und sonst? Angst, dass Ähnliches ein zweites Mal passieren könnte. Unsicherheit, ob ich mit diesem Erlebnis richtig umgehe. Hoffnung, dass wir doch noch eine Familie werden. Dankbarkeit, die Geburt von Julian erlebt zu haben. Und schließlich Schmerz, mit meinem Sohn nicht die Dinge tun zu können, die ein Vater gerne mit seinem Sohn unternimmt und erlebt.

*Gerald Helfer*