

Von der Liebe, die ewig bleibt

Gespräche mit meinem verstorbenen Bruder

Martha Wirtenberger

@2024, Martha Wirtenberger

2. Auflage

Buchcover Design: Buchschmiede von Dataform Media GmbH, Wien

Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin: Buchschmiede von Dataform Media GmbH, Wien www.buchschmiede.at – Folge deinem Buchgefühl!

Printed in Austria

ISBN Softcover: 978-3-99165-239-7

ISBN Hardcover: 978-3-99165-237-3

E-Book: 978-3-99165-238-0

Copyright

Das Werk einschließlich aller Inhalte ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Jede Verwertung ohne ausdrückliche schriftliche Zustimmung der Autorin und des Verlages ist unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Widmung

In Liebe meinem verstorbenen Bruder Michael „mutzge“,
meiner Familie und allen, deren Herz er berührte,
gewidmet.

Für trauernde Geschwister sowie alle Trauernden.

Inhaltsverzeichnis

1. Die Suche nach der verlorenen Zeit	13
2. Chaos	15
3. Selbstvorwürfe	28
4. Das schwarze Loch	31
5. Rückzug.....	37
6. Die Schwere des Alltags.....	40
7. Der Tod und ich	47
8. Deine Freunde.....	59
9. Familie neu	68
10. Es siegt die Hoffnung.....	71
11. Der Tod und wir	73
12. Der Schmerz durchbohrt mich	75
13. With a little help from my friends.....	81
14. Jedes Wort zu viel, jedes zu wenig.....	83
15. Und immer du... ..	87
16. Die offene Wunde	90
17. Abschließend.....	94
18. Jetzt.....	99

2024 – Vorwort

Vor langer Zeit begegnete mir der Tod. Mein Bruder verunglückte vor 25 Jahren bei seinem geliebten Snowboarden in den Bergen.

Der Tod zeigte sich plötzlich, schmerzvoll, erschreckend und ohne Vorboten und nahm mir den Atem.

Mein kleiner Bruder starb und für längere Zeit fühlte ich mich lebendig begraben, stieg tief hinab in die Dunkelheit und den Schmerz.

Ich fühlte die Trauer, den Verlust, die Müdigkeit und begann zu hinterfragen.

Was bedeutet Endlichkeit, Ewigkeit?

Was sind Zwischenwelten und wie kann die Verbindung bleiben?

Ich fühlte die Nähe jenseits von Raum und Zeit.

Der Tod lehrte mich das Leben.

Wie wichtig wurde es, nichts mehr aufzuschieben. Alles anzusprechen, was es zu sagen gab. Ganz zu leben und mich mit allem zu konfrontieren und mich zu leben.

Die Reise durch die Trauer begleitete mich zu vielen Stationen und so kann ich meinen Bruder fühlen, der nun bei den Sternen wohnt.

Vor langer Zeit begegnete mir der Tod und zeigte mir Schritt für Schritt den Weg durch den Schmerz hindurch zurück ins Leben.

Mein Bruder verunglückte vor 25 Jahren in den Bergen und hat für immer einen Platz in meinem Herzen.

Martha Wirtenberger, 2024

(Anmerkung der Autorin: den weiteren Teil ließ ich bewusst so, wie ich es 1999 geschrieben hatte)

Einige lesen, was ich geschrieben habe und glauben, sie kennen mich.

Einige fühlen, was ich geschrieben habe- die kennen mich wirklich.

Ich habe diese Aufzeichnungen in den ersten Monaten nach dem Tod meines Bruders Michael, der von seinen Freunden „Mutzge“ genannt wurde, geschrieben. Nach einigen Überlegungen habe ich mich dazu entschlossen, den Text nicht zu ändern und so zu publizieren, wie ich die Situation, den Schmerz und meine Stimmung unmittelbar nach seinem Tod wahrgenommen habe. Vieles wiederholt sich und ist oft unerträglich zu lesen, da der Schmerz immer wieder kommt und dieselben Fragestellungen mich wiederkehrend beschäftigten. Die Gedanken sind oft wirr und drehen sich im Kreis, und genau das wollte ich nicht ändern in einer Nachbearbeitung, weil es eine verfälschte Perspektive meiner Trauer geben würde. Meine Trauerarbeit zeichnete sich dadurch aus, dass ich mich durch alles arbeiten musste und jeden Gedanken, der mich beschäftigte, immer wieder aufgreifen musste, auch wenn das viel Gefühlsarbeit und Anstrengung bedeutete.

Ich habe sehr viel durch meinen Trauerprozess gelernt, vor allem habe ich zu mir gefunden und die Teile von Michael, die ich so liebte und wertschätzte, in meinem Leben integrieren können. Auch wenn es oft sehr schwierig ist und war, über meinen Verlust und meine Gefühle zu sprechen, so sind mir die Gespräche mit ihm und die Gewissheit, dass seine Energie weiterlebt in mir und anderen, die ihn kannten, liebten und schätzten, sehr wichtig.

Ich hoffe inständig, dass meine Zeilen anderen Trauernden, in erster Linie aber Brüdern und Schwestern Kraft, Hilfe und Mut geben mögen, Gefühle annehmen zu können und der Trauer einen Platz im Leben zu geben.

In diesem Sinne wünsche ich allen, die diese Aufzeichnungen lesen, dass sie die Zeilen berühren und möchte mich bei meiner Familie und meinen Freunden, vor allem bei jenen, die mir in meinen schwersten und dunkelsten Stunden ganz fest zur Seite standen ganz herzlich bedanken. Mein inniger Dank gilt an dieser Stelle besonders meinen „Seelenfreunden“ in den schwersten Stunden vor fünf Jahren, die meinen Schmerz verstanden

haben und immer ein offenes Ohr für mich hatten: Danke
Flores, Chrischi und Martina.

Vor gar nicht langer Zeit, da begegnete mir der Tod.

Plötzlich stand er vor mir, und wollte, dass ich mich mit ihm auseinandersetze.

„Guten Abend, ich bin der Tod. Michael ist tot und deine Aufgabe ist es, daraus fürs Leben und für dich zu lernen. Ich bin so dunkel, wie du mich siehst.“ Traurig stand ich da, und die Tränen liefen über mein Gesicht. Was sollte ich lernen? Wozu, wenn alles nur noch grau und farblos ist? Ich war traurig und zornig zugleich. „Wenn du der Tod bist, warum kommst du zu mir und stellst mich so hart vor die Tatsache. Wie kannst du von mir verlangen, dass ich mein Leben weiterhin so führe wie vorher, wie kannst du es zulassen, dass die Sonne weiterhin strahlt und die Menschen ihrem Alltag nachgehen- wenn Mutzge tot ist?“ Da wurde der Tod sehr traurig. So ging es ihm immer, wenn er jemanden zu sich holen musste. Die Menschen konnten zuerst nicht annehmen, dass sie etwas „verloren“ haben. Sie glauben, der geliebte Mensch ist jetzt für immer fort und konnte nicht mehr erreicht werden. „Bitte hör´ mir gut zu, mein Kind. Der Tod handelt nur so, wie er eben handeln muss. Ich will dir nicht weh tun und dich nicht in

unerträglichen Kummer stürzen. Das Leben besteht eben auch aus dem Tod, so schwer es auch am Anfang zu begreifen sein mag. Wirklich wichtig ist, dass die Liebe im Herzen wächst und die Taten, die Michael auf Erden erfüllt hat, in dir weiterleben- dann hast du nichts verloren - du bist bereichert worden. Tot ist sein Körper. Seine Ideen, sein Humor, seine Hilfsbereitschaft und alles, was du so liebtest an ihm, wird weiter bestehen- solange du dich erinnern kannst. Nimm´ dir die Zeit, um zu trauern. Denn es gibt genug, worum du trauern musst und darfst. Nimm´ sie dir- für dich. Und irgendwann werden seine Funken auf dich überspringen. Aber sei sicher, dass du diesen Moment nicht übersiehst. Das ist dann er, nicht mehr du alleine.“ Da hörte ich plötzlich auf zu weinen und spürte eine ganz neue Kraft in mir. Er lebt- irgendwo, auf einem Stern, in unseren Herzen. Er lebt jetzt überall, in Pflanzen, in schönen Sternschnuppen, in uns allen, die er berührt hat. Da konnte ich plötzlich nicht mehr traurig sein. Ich freute mich- auf eine täglich neue Begegnung mit ihm. Solange, bis wir uns wiedersehen

Die Liebe, die ewig bleibt

Und für immer im Herzen weit

Über Raum und Zeit verbunden

Können wir das Leben in der Tiefe erkunden

Die Liebe, die ewig bleibt vereint die Welten

In der die Gesetze der Poesie gelten

(Martha Wirtenberger, 2024)

1. Die Suche nach der verlorenen Zeit

Oft denke ich mir, dass wir alle viel zu wenig Zeit füreinander haben. Zeit, um uns mit unseren Mitmenschen zu befassen, Zeit, um Freundschaften zu pflegen. Je älter wir werden, umso mehr Aufgaben haben wir - Ausbildung, Beruf, Seminare, etwas Zeit wollen wir auch für uns selbst verwenden, und wir sind oft so sehr mit unserer "kleinen", persönlichen Welt beschäftigt, dass am Ende des Tages nicht viel Zeit übrig ist, um sie anderen zu schenken. Dann war dein Unfall- und plötzlich verlieren so viele Dinge an Bedeutung. Da stehen wir dann, und fühlen uns alleine, wir denken an dich, die Erlebnisse, die wir mit dir teilen können, die Freude, die wir mit dir hatten, die gemeinsamen Urlaube, Essen, Kino - und Theaterbesuche, und der gemeinsame Alltag, der eine ganz andere Dimension bekommt nachher. Plötzlich ist es egal, was draußen in der Welt passiert. Plötzlich ist es egal, ob die eine oder andere Vorlesung gut oder schlecht ist. Plötzlich ist es egal, dass das Auto nicht anspringt. Mit einem Mal verändert sich das Weltbild. Es ist anders als vorher. Neu. Unbekannt. Was heißt Weiterleben? Wie lange dauert die Ewigkeit? Warum

verlässt die Seele den Körper? Fragen, die uns in der Kindheit beschäftigten, drängen sich uns wieder auf. Wir haben uns nie bewusst mit dem Tod auseinandergesetzt. Warum auch? Tod ist das Ende des Lebens. Aber wer wird schon an das Ende denken - bei jungen Menschen doch nicht. Oft könnte ich wirklich wütend werden, weil uns als Kindern keiner den Tod richtig erklärt hat. Wir waren zu jung, und sollten das wohl nicht wissen. Aber es wurde nie nachgeholt. Keiner spricht davon. Krankheiten, die tödlich enden, betreffen uns nicht -es sind immer die anderen, die damit umgehen müssen.

2. Chaos

Ich kann mich noch gut an den Tag erinnern, als ich den ersten Rosenkranz gegangen bin. Das war am Montag - zwei Tage vor deinem Begräbnis. Es war so ergreifend. Die Musik in der Kirche, die Dia, welche die Pfadfinder von dir vorführten und die vielen Menschen, die dir Ehre erwiesen. Mein Herz blutete, und ich konnte nicht begreifen. Ich wollte nicht begreifen. Als ich von der Kirche rauskam, sah ich einen deiner Freunde. Er ist der einzige, den ich vor deinem Tod etwas besser kannte. Ich fiel ihm nur um den Hals und sagte: "Ich weiß nicht, wie ich das aushalten soll." Und er erwiderte: "Das wissen wir alle nicht." Ich kann mich noch genau daran erinnern, wie schwer mein Herz in diesem Moment war, wie hoffnungslos dunkel alles aussah. Ich war unter Schock. Damals dachte ich, mein schlimmster Moment wäre gekommen. Doch es gab noch viel schlimmere Momente - auf eine andere Art und Weise schlimm. Zum Beispiel der Tag an deinem Begräbnis. Drei deiner Freunde haben am Grab geredet, es war so ergreifend. Der Schneesturm, die vielen Menschen, den Sarg direkt vor mir zu haben mit der Gewissheit, dass du

drin liegst. Ich habe so gezittert und so viele Weinkrämpfe gehabt - diese Art von Schmerz war ganz speziell. Es gibt so viele Lücken, die ich zu diesem Tag habe. Momente, in denen ich nicht mehr denken konnte, nicht mehr zurechnungsfähig war. Weißt du, vor deinem Begräbnis habe ich gedacht, dass das die schlimmste Zeit ist. Aber nach der Beerdigung fing der eigentliche Schmerz erst an. Es kamen immer weniger Menschen und Freunde zu Besuch, der Studienalltag begann. Und mit der Zeit habe ich einen Schutzmantel aufgebaut in einer bestimmten Umgebung. Ich wollte nicht, dass mir jeder die Trauer sofort ansehen konnte. Wie wenn ich mit meiner Stimmung eine Belastung für die Umwelt, für mein Umfeld darstellen würde - so kam es mir vor. Ich wollte nicht, dass mich Blicke des Mitleids trafen. Es war so, als wollte ich die Trauer ablegen in der Öffentlichkeit, sogar im Kreise von Freunden. Oft kam mir vor, ich würde alle nur überfordern mit meinen Gefühlen und Gedanken. Daheim im Bett - da konnte ich weinen - stundenlang. Es ist für mich so unvorstellbar, den Alltag, meine Verpflichtungen, die ich mir selbst gebe, und die vielen Gedanken ordnen zu können. Meistens herrscht Chaos in meinem Kopf. In den Vorlesungen schweife ich

ab, daheim komme ich nicht zur Ruhe, in der Natur fühle ich mich auch nicht mehr wohl. Chaos, Chaos, Chaos. Vielleicht merkst du an meiner Art zu schreiben, welches Chaos ich in mir habe. Wenige Gedanken und begonnene Sätze kann ich zu Ende führen. Aber das ist mir nicht wichtig im Moment. Es geht mir darum, alle möglichen Gedanken zumindest anzuführen, egal wie sich das ganze Geschriebene dann auswirkt, wie das Schreiben weitergehen wird. Ich habe keine Ahnung, wie und was ich tun soll. In mir sieht es aus- ich glaube, das würde so manchen Psychologen oder Therapeuten überfordern. Keine klare Linie, keinen Halt, keinen Trost und nur mehr Schmerz. Nichts kann mich auf längere Sicht erfreuen. Es gibt Momente, sogar Stunden, in denen es mir gut geht. Diese Momente sind aber nicht mit glücklichen zu vergleichen. Was soll ich nur tun? Sag ´ du es mir. Ich kann mich nicht mehr beherrschen, weißt du. Früher wollte ich immer nur, dass es den Menschen um mich herum gut geht. Ich wollte sie zum Lachen bringen, sie trösten und es war mir egal, wenn ich am Ende oft ausgebrannt und energielos war. Vielleicht habe ich das nie so gut gekonnt wie du. Du hast massenhaft Menschen aufbauen können

und ihnen Mut und Kraft gegeben. Hast Du das gehört- ich sage schon früher. Irgendwie hat eine neue Zeitrechnung begonnen, falls Zeit überhaupt eine reale Bedeutung für mich hat momentan. Vorher und nachher. Das mit der Zeit ist auch so eine Sache. Wofür nehmen wir uns schon Zeit? Eine Stunde aus dem Fenster starren wird oft als Zeitverschwendung angesehen, aber eine Stunde gemütlich frühstücken zählt wiederum zur Lebensqualität, die wir uns gönnen.

Früher konnte ich mir die Ewigkeit überhaupt nicht vorstellen. Ewig - was ist das?

„Die zwei sind ja schon ewig zusammen.“ sagen wir, wenn ein Paar gerade einmal zwei Jahre miteinander geht. Ewig. Was ist das für ein relativer Begriff? Ein Jahr kann so intensiv sein, und wir haben einen genauen Zeitbegriff dafür –ein Jahr, 12 Monate. Aber du bist jetzt dort für die Ewigkeit, du überlebst alles - nichts kann dir etwas anhaben. Weder ein Weltkrieg, noch ein Weltuntergang, kein Kernkraftwerk der Welt, noch ein Unwetter, eine Hungerkatastrophe oder ein Vulkanausbruch. Deinen Geist kann jetzt nichts und niemand mehr zerstören. Es kann dich auch kein Mensch

mehr verletzen, du erlebst keine Enttäuschungen oder Traurigkeiten mehr. Bis in alle Ewigkeit wirst Du so lebendig und hübsch sein, wie du uns verlassen hast. Spürst du unseren Schmerz? Kannst du uns sehen? Wie logisch und unkompliziert wird dir jetzt ein Menschenleben wohl erscheinen. Vielleicht siehst du manchmal runter auf die Erde, und weißt die Antwort für viele unserer Probleme. Du schickst uns deine Gedanken, und hoffst darauf, dass sie einen Nährboden in uns finden mögen. Vielleicht handeln wir dann durch dich so, wie wir sollten. Du kennst die Antworten auf unsere Probleme. Wie ist das, zu schweben - ganz ohne Körper, ohne Last, ohne Schmerzen vom Sport. Es muss für dich eine Befreiung sein, weil du alles schwebend erleben kannst, was du willst. Dir sind keine Grenzen mehr gesetzt, weil kein Körper dich mehr hindern kann, waghalsig zu springen. Du kannst alle möglichen Saltos in der Luft ausüben. Und du wirst nie wieder hart stürzen. Bis in alle Ewigkeit. Heute ist Mittwoch. Du wärst wahrscheinlich gerade Fußball spielen mit ein paar Kollegen, und dann würdest Du nach Hause stressen. Alles schnell, schnell, um dann rechtzeitig zu der Pfadfinderstunde zu kommen. Die Pfadfinderstunde ist

nach wie vor am Mittwoch. Heute ist sie bei uns daheim. Die heutige Stunde ist Dir gewidmet. Sie zeigen Dia von diversen Sommerlagern, und wir werden sicher viel von Dir reden, über Dich sprechen. Mama leidet so, sie kann nicht begreifen, dass du plötzlich weg sein sollst. „Er ist ja nicht weg.“ versuche ich dann immer zu sagen. Aber leider sind Verstand und Gefühl oft so weit voneinander entfernt. Ich glaube, es ist das Allerschlimmste, was einer Mutter passieren kann. Es kann sein, dass eine Mutter mehr leidet, anders leidet. Aber mir gehen oft auch Bilder durch den Kopf, in denen ich die Mama war. Als ich dich gewickelt habe, als du noch ein Baby warst, und mit dir spazieren gegangen bin. Unser Bruder war auch manchmal dabei. Ich habe dich herumgetragen, und mit dir geredet - du warst noch so klein. Wir leiden genauso, Mutzge, dein Bruder, Papa, deine Freunde und ich. Weißt du, es ist mir schon klar, dass es für Mama speziell schlimm sein muss, oder zumindest ganz eine andere Art von Schmerz vorhanden ist. Immerhin hat sie dich 9 Monate lang in ihrem Körper gespürt, jede Lebensphase intensiv miterlebt und sich mit dir gefreut, mit dir getrauert- sie hat mit dir mitgelebt. Aber oft wird wirklich vergessen, dass auch andere Menschen