

24,5 2/3

oder: Wie viel Zeit braucht ein Leben?



Zu Ehren meiner Schwester Kirsten.

SILKE NAUN-BATES

24,5 2/3

oder: Wie viel Zeit braucht ein Leben

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.
© 2018 Silke Naun-Bates / 2. Auflage Coverbild:

shutterstock 579457903

Herstellung und Verlag: BoD – Books on Demand, Norderstedt

ISBN: 978-3-746082202

INHALT

KIRSTEN

DEINE LEBENSUHR	12
ZAHLEN AUF DEINEM GRAB	15
WAS HABEN REGENWÜRMER MIT LIEBE ZU TUN?	18
DAS LOS DER JÜNGEREN SCHWESTER	25
MANCHMAL TUT LIEBE WEH	30
VOM TROTZKOPF ZUR REBELLIN	34
WENN DIE LEBENSUHR LAUT TICKT	41
GEHOFFT. GEKÄMPFT UND DOCH VERLOREN?	47
DER TOD	50
WIE VIEL ZEIT BRAUCHT EIN LEBEN?	52

LEKTIONEN DES LEBENS

GLAUBE UND HOFFNUNG	58
LIEBE	66
WAS ICH GELERNT HABE	70
WAS BLEIBT, WENNI ICH GEHE	75

PROLOG

Dies ist ein Erinnerungsbuch, ein Erzählversuch. Eine Suche nach Antworten auf Fragen, auf die es keine Antworten gibt. Es ist das Finden vergessener Erinnerungen, das Funkeln versunkener Momente, der Blitz aus heiterem Himmel, das Gänseblümchen am Wegesrand. Es ist das Lied, welches aus dem Radio erklingt, es sind die Tränen gegen das Vergessen und das Lachen verbundener Augenblicke. Es ist ein Date mit mir selbst, ein Kreis der noch offen ist. Ein Ruf der Existenz.

Es ist eine Antwort auf die es keine Frage gibt.

DEINE LEBENSUHR

Hörst du das Ticken der Uhr?
Wie die Zeit verrinnt?

Lebst du deine Träume immer mehr
Oder gibt es sie nicht mehr?

Hat die Zeit gewonnen?
Sind sie dir zwischen den Fingern zerronnen?
Wie feiner, weißer Sand in deiner Hand.

Hörst du das ticken der Uhr?
Weißt du, Wann sie stehenbleibt

- deine Lebensuhr?

KIRSTEN

Und wenn du dich getröstet hast,
wirst du froh sein, mich gekannt zu haben.
[...] Du wirst dich daran erinnern,
wie gerne du mit mir gelacht hast.

Antoine de Saint Exupéry / Der kleine Prinz

ZAHLEN AUF DEINEM GRAB

01.11.1970 - 21.03.1995

Dein Name und Zahlen, gemeißelt in Stein. und ich frage mich: Was bedeuten diese Zahlen? Für wen sind sie interessant? Was sagt dieser Zeitraum aus? Außer, dass deine Lebenszeit verhältnismäßig kurz war.

Ich wünschte jedes Grab hätte eine wettergeschützte Kammer. Zum Schutz für ein Buch, gefüllt mit Geschichten aus dem Leben dieses Menschen. Oder zumindest ein Satz auf dem Grabstein, der ausdrückt, was diesem Menschen wichtig war, was ihm Freude bereitet hat. Wofür er gelebt hat.

Ich wünschte, du hättest so ein Buch. Ein heiliges Buch. Dein Buch. Dies ist der Versuch es für dich zu schreiben. Dabei komme ich nicht umhin mir die Frage zu stellen: Wer warst du wirklich? Das ist die Frage, der ich mich 22 Jahre nach deinem Tod stelle. Diese Frage schmerzt, weil ich ehrlich zugeben muss, dass ich es nicht weiß.

Meine Erinnerungen sind trügerisch. Sie sind verwoben mit persönlichen Erfahrungen und tragen die Farben meiner Interpretationen. Ich werde mich auf die Suche begeben. Auf die Suche, dich zwischen den Zahlen zu finden.

**WAS HABEN REGENWÜRMER MIT
LIEBE ZU TUN?**

Bis zu meinem Unfall im Jahr 1976 wohnten meine Schwester und ich mit unseren Eltern im Haus unserer Großeltern. Im Erdgeschoß befand sich das Friseurgeschäft, indem auch unsere Eltern mitarbeiteten, im ersten Stock wohnten unsere Großeltern und im Dachgeschoß wir mit unseren Eltern. Zum Haus gehörte ein Garten mit Gemüsebeet, Obstbäumen, eine kleine Wiese, eine Garage und ein Sandkasten. Von klein auf warst du begeistert von Tieren jeglicher Art. Du zeigtest keine Scheu vor dem was sich im und auf der Erdoberfläche an Lebewesen tummelte. Ob Käfer oder Spinnen, sie alle fanden Platz in deinem Herzen und Einmachgläsern. Ganz besonders hatten es dir Regenwürmer angetan und ehe ich mich versah, hattest du unseren Sandkasten in eine Regenwurmfarm umgewandelt. Unmöglich auch nur einen Sandkuchen zu backen, ohne dass dieser mit Regenwürmern verziert war.

So schön die Würmer für dich waren, ich konnte ihnen nichts abgewinnen und hatte bald die Lust am Sandspielen verloren. Doch du, du schautest täglich nach deinen Schützlingen, spieltest mit ihnen, sorgtest dafür, dass sie sicher waren, brachtest ihnen Gräser und Klee zum Essen. Ich weiß bis heute nicht, welche Nahrung Regenwürmer aufnehmen und bin mir ziemlich sicher, dass auch du es nicht wusstest. Doch, das war dir einerlei. Du versorgtest deine Würmer mit hingebungsvoller Liebe und hast sie gegen Angriffe von außen geschützt.

Es blieb nicht bei Regenwürmern. Deine Liebe zog weitere Kreise.

Du brachtest verletzte Tiere nach Hause und pflegtest sie gesund. Von dir ließ ich mich überreden, Babykatzen im Keller zu verstecken, um sie vor dem Tod zu retten. Tagtäglich schlichen wir uns in den Keller um die Kätzchen zu füttern und mit ihnen zu spielen. Jedes Mal

in der Hoffnung, dass uns keiner erwischt. Es war eine vergebliche Hoffnung und du musstest die Katzen wieder zurückbringen. Doch vor dem Tod hattest du sie gerettet. Sie waren jetzt zu groß, um sie einfach zu töten, wie es auf Bauernhöfen oft üblich war. Du hast Hasen vor dem Schlachter gerettet, indem du sie entführtest und sorgtest dafür, dass junge Igel bei uns in der Wohnung überwintern durften.

Einzig mit Hunden hattest du kein so großes Glück. Du wurdest vom Hund unseres Cousins in die Hand gebissen und ein anderes Mal von unserer Hündin gegen eine Hausmauer gezogen, so dass eine Narbe am Auge dein Gesicht zierte. Was dich jedoch nicht davon abhielt, weiterhin Hunde in dein Herz zu lassen. Dein höchstes Glück jedoch, entdecktest du in der Begegnung mit Pferden

Bei jedem Western, den wir im Fernsehen schauten, weintest du, wenn ein Pferd zu Fall kam oder verletzt wurde. Du liebtest Filme wie Black Beauty. In deinem Bücherregal reihte sich Pferdebuch an Pferdebuch. Pferdeposter schmückten deine Zimmerwände. Glückselig warst du, wenn du deine Freizeit mit Pferden verbringen konntest. Gelegenheiten gab es viele. Ein Bauernhof in der Nachbarschaft, Pony- und Reiterhöfe, die mit dem Fahrrad gut erreichbar waren. Du hast auf Höfen geholfen, Ställe ausgemistet, die Pferde gestriegelt und verdientest so deine Reitstunden. Deine natürliche Gabe mit Pferden umzugehen, machte dich zu einem gerngesehenen Gast auf jedem Pferdehof. Du liebtest die Reiterferien. Zwei Wochen, Tag und Nacht, mit Pferden. Nichts Schöneres gab es für dich. Oft hast du die Zeit vergessen, wenn du bei „deinen“ Pferden warst und auf Turnieren fühltest du dich zuhause. Pferde waren dein

Leben. Als ich nach meinem Unfall soweit war mich auch ohne Beine wieder selbstständig fortzubewegen, hast du mich mit zu „deinen“ Pferden genommen. Du hast mir geholfen mich wieder aufs Pferd zu setzen und bist mit mir ausgeritten. Du hast mich unterstützt mir meine Welt zu erhalten. Ein Lächeln zieht über meine Lippen, wenn ich daran denke, wie wir mit „unseren“ zwei Ponys in das Friseurgeschäft unserer Eltern ritten. Ein wenig so, wie die Cowboys in den Wild West Filmen, die mit ihrem Pferd in einen Salon rei- ten. Den erstaunten Blick unseres Vaters werde ich niemals vergessen. Wenn wir ausritten, hast du stets dafür gesorgt, dass ich auf einem Pferd saß, welches gemütlich vor sich hin trottete und keine Ambitionen zeigte, die Führung zu übernehmen. Nur ein einziges Mal ist ein Pferd mit mir durchgegangen, als du dabei warst. Das konntest du jedoch nicht ahnen. Es hatte sich einfach erschreckt und ist in Panik auf und davon. Ich habe mich gut gehalten, auch wenn mein Bauch danach einige blaue

Flecke hatte. Wir sind zusammen Sulky gefahren und du hast mir beigebracht die Hufe von Pferden zu reinigen. Dafür hatte ich die richtige Größe, hast du schmunzelnd gesagt. Pferde haben dein Leben begleitet

Die Liebe, die sich beim Umsorgen deiner Regenwürmer zeigte, die dich aufrief zu helfen und zu retten, wissend um den Preis des Ärgers, den dein Verhalten hervorrufen würde, diese Liebe, die deine Seele weinen ließ, wenn du gesehen hast, wie Tiere *misshandelt* wurden, begleitete dich durch deine kurze Lebenszeit: Unbändig und kraftvoll.

Ist es Ironie des Schicksals, dass genau diese Liebe zu Pferden, dass Ende deiner Lebenszeit ins Licht des Bewusstseins rückte?

**DAS LOS DER
JÜNGEREN SCHWESTER**

Erinnerst du dich noch? Du wolltest immer mit uns spielen. Mit unserem Cousin und mir. Für uns warst du oft ein

„Anhängsel“, welches wir notgedrungen mitnehmen mussten. Deine Füße waren zu klein, deine Beine zu kurz, so dass wir oft auf dich warten mussten. Das Los der Jüngsten im Bunde. Doch trotzig wie du warst, hast du dich durchgekämpft und so unseren Respekt errungen. Mit deinen kurzen Beinchen bist du uns durch hohe Schneemassen gefolgt und obwohl du geweint hast, hast du nicht aufgegeben und bist uns gefolgt. Wie oft saßst du alleine in der Duschwanne während unser Cousin und ich Orkanwellen in der Badewanne entstehen ließen, so dass das gesamte Bad überflutet war. Du hast dir nie anmerken lassen, dass du gerne mittendrin gewesen wärst. Als wir drei alleine waren und wir auf dich aufpassen sollten,

kamen wir auf die glorreiche Idee uns Bratwürste in der Pfanne zu braten. Wir taten ausreichend Öl in die Pfanne, legten die Bratwürste hinein, machten die Herdplatte an und gingen spielen. Vergessen waren die Bratwürste für unseren Cousin und mich. Doch nicht für dich. Du wolltest die Pfanne vom Herd nehmen, obwohl du nicht einmal so groß warst, dass du auf den Herd schauen konntest. Wie auch immer du es geschafft hast den Stiel der Pfanne in deine kleinen Hände zu bekommen, du zogst die Pfanne vom Herd und das heiße Öl ergoss sich über deinen kleinen Körper. Was für ein Schreck. Gott sei Dank trugst du Kleidung, sonst wäre schlimm ausgegangen. Herdplatten waren grundsätzlich nicht dein Ding. Zum Geburtstag hattest du dir einen Elektroherd für Kinder gewünscht. Knallorange mit zwei Herdplatten. Du warst so begeistert und musstest ihn gleich testen. Stecker in die Steckdose und nach einer kurzen Weile klang lautes Gebrüll aus deinem Zimmer. Um zu testen, ob die

Herdplatten bereits heiß sind, hattest du auf jede Herdplatte eine Handfläche gelegt. Die Brandblasen sahen wirklich cool aus.

Und weißt du noch, als ich neue Frisuren kreiert und an dir ausprobiert habe? Ich habe dir Dreiecke in deinen Pony geschnitten. Das fand ich schick. Unser Vater nicht. Er rasierte dir deine ganzen Haare ab, weil nichts mehr zu retten war. Es ist mir bis heute ein Rätsel wieso du wegen ein paar Dreiecken im Pony dein ganzes Haar lassen musstest.

Wir haben auch friedlich und gerne miteinander gespielt. Meistens in der Wohnung. Wir haben Legotürme bis in den Himmel gebaut, mit Matchboxautos und kleinen Spielfiguren gespielt. Wir waren Piloten und der Esszimmertisch unser Flugzeug, Trapezkünstler und Jongleure im Zirkus. Mit Verstecken spielen konnten wir

uns stundenlang beschäftigen oder auch einfache Brett- und Kartenspiele begeisterten uns. Natürlich haben wir uns auch gestritten. Das bleibt bei zwei aufgeweckten, abenteuersuchenden Mädchen wohl nicht aus.

Meine Erinnerungen sind bruchstückhaft. Schon oft habe ich mich gefragt, was der Grund dafür ist. Vielleicht, weil manches einfach zu viel war, um es sich zu merken. Kann es ein „zu viel“ im Leben geben? Ein zu viel an Erinnerungen. Oder liegen sie einfach zu weit zurück, so dass sie verborgen im Unbewussten vor sich hinschlummern? Ich denke, dass sie sich versteckt haben und darauf warten gefunden zu werden. Vielleicht gibt es einen Himmel der vergessenen Erinnerungen, so wie es auch einen Himmel für verschwundene Socken gibt, verlegte Kugelschreiber und Feuerzeuge geben muss. Wo sollen diese denn sonst sein? Du könntest mir ein Zeichen geben, wenn ich richtigliege und mir eventuell meinen

edlen Kugelschreiber von Gucci wieder zurückschicken.
Der ist spurlos verschwunden.

Manchmal stelle ich mir vor, dass wir gemeinsam im
Himmel der Erinnerungen spazieren gehen. Wir lachen
über unsere Schandtaten und malen uns aus, was für
Erinnerungen wir noch gemeinsam erschaffen könnten.

MANCHMAL TUT LIEBE WEH

Was haben wir streiten können. Du warst manchmal so zornig. Besonders nach meinem Unfall. Einmal warst du so wütend auf mich, dass ich es vorzog, auf den Händen laufend, vor dir wegzurennen. Ich glaube, du hast mich gewinnen lassen oder wieso war ich vor dir in meinem Zimmer und konnte mich in Sicherheit bringen? Vor deinen Worten schützte mich die geschlossene Zimmertür nicht und so drangen diese, Pfeilen gleich, tief in mein Herz: „Ich lege mich jetzt auch unter den Zug, dann bekomme ich auch alles, was ich will!“, schriest du gegen die Tür. und ich spürte deinen versteckten Schmerz hinter deinen trotzigem Worten. Wir haben nie darüber gesprochen, wie es dir damit ging, dass du jetzt eine „behinderte“ Schwester hast oder über dein Miterleben des Unfalls und die lange Zeit, dir ich mit unserer Mutter im Krankenhaus verbrachte, unser Vater arbeiten musste und du von einer Bezugsperson zur nächsten transportiert wurdest. Du warst erst fünf Jahre alt.

Was hast du empfunden? Hat dir jemand deine Fragen beantwortet? Hast du deine Gefühle und Gedanken mitteilen können? Oder musstest du alles mit dir selber ausmachen? Was hat dir in dieser Zeit Halt geschenkt? Das sind Fragen, die ich dir gerne noch gestellt hätte. Doch unsere gemeinsame Zeit war dafür zu kurz. Heute, ja heute könnte ich dir diese Fragen stellen und wäre in der Lage deinen Schmerz, deine Wut und deine Liebe auszuhalten. Damals war ich es nicht.

Zutiefst bin ich dir zu Dank verpflichtet. Du hast deinen Schmerz niemals für lange Zeit die Oberhand gewinnen lassen. Er hat nur dafür gesorgt, dass wir trotz unserer Streitigkeiten und verletzenden Worte, enger zusammenrückten.

Worte reichen nicht um ausdrücken, wie sehr ich dich liebe. Gesagt habe ich es dir nie. Wir haben nicht über

Gefühle gesprochen. Doch ich hätte mein Leben für
deines gegeben, wenn es möglich gewesen wäre. Bis zu
deinem letzten Atemzug habe ich nicht verstanden,
wieso ich meinen Unfall überlebt habe und du sterben
musstest. Mein Leben für deines. Es wäre ein fairer
Tausch gewesen. Hast du doch einen wesentlichen Teil
deiner Kindheit an mich abgegeben, für mich gekämpft
und deinen Schmerz verborgen. Doch der Tod hat sich
auf diesen Tausch nicht eingelassen.

Oft denke ich an dich. Ob wir uns immer noch so ähnlich
sähen, wie in jüngeren Jahren? Manuel sagte zu mir, dass
ich dir immer ähnlicher sehe. Das war das schönste
Kompliment, welches er mir mit seinen zwölf Jahren
machen konnte.

VOM TROTZKOPF ZUR REBELLIN

Bereits mit zwei Jahren wolltest du alles ausdiskutieren. Du hast nicht eingesehen, wieso du früher ins Bett musstest als ich oder warum du noch nicht alleine nach draußen durftest. In deiner Wahl, wie du deinen Willen durchsetztes warst du meistens nicht zimperlich. Weißt du noch, dass du dem Jungen in der Bauecke mit einem Holzklotz ein Loch in den Kopf gehauen hast? Was für eine Aktion. Der Kindergarten war in hellem Aufruhr und unsere Eltern auch. Oder die Zahnarztbesuche. Davor hattest du genauso Angst wie ich. Als unser Vater eine Bekannte mir dir zum Zahnarzt schickte, hast du dich einfach ins Auto eingesperrt. Als sie ausstieg hast du ganz schnell die Knöpfe der vier Türen nach unten gedrückt und sie musste unseren Vater anrufen. Erst da hast du die Türen wieder geöffnet. Soweit ich mich erinnere bist du mit sechs Jahren das erste Mal ausgezogen. Du packtest deine Sporttasche und verkündetest laut, dass du jetzt wegläufst. Dann bist du

mit deiner Sporttasche einmal um den Kirchblock gelaufen bevor du wieder vor der Tür standest. Auch in der Schule warst du bekannt wie ein bunter Hund und die Lehrkräfte hatten kaum eine Chance. Genauso wenig wie unsere Eltern. Du hast einfach immer „dein Ding“ gemacht. Die Konsequenzen waren dir gleichgültig. Meist gelang es dir auch diese zu umgehen. Du scheutest dich nicht auch tatkräftig dafür zu sorgen, dass jeder verstand, was in dir vorgeht. Umso mehr Regeln aufgestellt wurden, desto massiver bist du ausgebrochen und ich bin dir eifrig gefolgt. Deine Unerschrockenheit hat mich oft fasziniert und manches Mal habe ich mir gewünscht, diesbezüglich ein wenig mehr von dir zu haben.

Es endete damit, dass wir, als du 17 Jahre alte warst, unverhofft zu einer gemeinsamen Wohnung kamen. Du hattest zu sehr rebelliert, so dass unsere Mutter keine andere Möglichkeit sah, als dich vor die Tür zu setzen. Ich

war schockiert, packte meine Sachen und folgte dir. Zwei Wochen wohnten wir in einem Hotel, bevor wir uns, auf Wunsch unseres Vaters, mit unserer Mutter einigten. Unsere Einigung bestand darin, dass unsere Mutter zu ihrem neuen Partner zog und wir die Wohnung für uns hatten. Nach der Trennung von unserem Vater hatte unsere Mutter wahrlich keinen leichten Stand mit uns.

Unser gemeinsames Wohnabenteuer dauerte zwei Jahre. Ich heiratete und zog aus. Auch du warst in der Zwischenzeit nicht mehr alleine. Wie das bei Rebellinnen ab und an vorkommt, sind sie auch in der Liebe ziemlich frei und denken weniger an Sicherheit. Das Ergebnis deiner „freien“ Liebe erblickte am 14. August 1988 das Licht der Welt. Du nanntest ihn Manuel. Deinen Sohn.

Nun warst du Mama. Eine siebzehnjährige Mama. Oma war auch siebzehn als sie unsere Mutter auf die Welt

brachte. Also nicht wirklich ungewöhnlich. Nur eben verdammt jung. Manuel wurde sofort in die Obhut der Gesamtfamilie mütterlicherseits genommen und du hattest alsbald nicht mehr viel zu melden. Manchmal war dir dies recht, oft nicht. Doch du brauchtest die Freiheit, die sich daraus ergab, dass unsere Mutter und ihr neuer Partner deinen Sohn Manuel quasi „adoptierten“. So konntest du weiter dein Leben gestalten und zeitgleich Mama sein. Manuels Vater hatte sich beizeiten aus deinem Leben verabschiedet, was es dir nicht leichter machte, deine Mutterrolle zu erfüllen. In dir brannte der Wunsch nach einer Familie, nach Geborgenheit, nach Frieden, nach Liebe und du versuchtest deine brennende Sehnsucht durch die Verbindung zu einem Mann zu stillen. Doch dein Freiheitsdrang kam dir immer wieder in die Quere bis du dich in einen jungen Mann, den du bereits einige Jahre kanntest, verliebtest. Ihr habt geheiratet und für eine Weile zog etwas Frieden in dein Leben ein. Manuel

verbrachte nun die meiste Zeit mit euch und es schien als würde sich deine tiefe Sehnsucht nach Geborgenheit und einem Zuhause erfüllen.

Doch ihr wart ein hochexplosives Paar. Beide Freiheitsliebend, beide hartnäckig, leicht entflammbar und durchsetzungsstark. In Worten, wie in Taten. Rasch wich die vermeintliche Ruhe einer spannungsgeladenen Wolkenformation, die sich in immer kürzeren Abständen entlud. Die Rebellin in dir kam nicht zur Ruhe. Sie musste kämpfen. Um jeden Preis.

**WENN DIE LEBENSUHR
LAUT TICKT**

Wie ein Blitz aus heiterem Himmel schlug dein Anruf bei uns ein. Du lagst im Krankenhaus. Während einer Ausfahrt mit einer Kutsche rutschte diese in einen Straßengraben. Du versuchtest Pferde und Kutsche aus der Schiefelage zu befreien und spürtest einen heftigen Schmerz unterhalb deiner Achselhöhle. Du dachtest dir nichts dabei bis du abends hohes Fieber bekamst und dein gesamter Arm schmerzte. Beim Abtasten deiner Achselhöhle spürtest du ein „dickes Ei“. Da weder das Fieber noch das „Ei“ sich über Nacht von dir verabschiedeten, suchtest du einen Arzt auf. Dieser schickte dich sofort ins nächste Krankenhaus. Dort wurde eine Gewebeprobe entnommen. Erst danach riefst du an. Du versuchtest Optimismus zu versprühen und teiltest uns mit, dass ein endgültiger Befund erst in zwei Wochen erwartet wird. Wir sollen uns keinen „Kopf“ machen. Es hat nicht funktioniert. Dein Optimismus, meine ich. Wir alle spürten, dass dies kein Kampf sein wird, den du leicht

gewinnen wirst und keiner wollte es sich anmerken lassen. Weder sich selbst gegenüber und anderen gegenüber und ganz besonders nicht gegenüber dir. Wir versuchten tapfer zu sein, insbesondere du.

Anfangs haben wir noch gemeinsam Scherze gemacht. Als ich, schwanger mit meinem Sohn, einen Schwindelanfall bei dir im Krankenhaus hatte und die Schwester uns erstaunt und irritiert anschaute, als ich in deinem Bett lag und du in meinem Rollstuhl saßt. Oder an dem Tag, als deine Perücken ankamen und du sie gleich ausprobieren wolltest. Im Eifer des Gefechts hast du dich mit den künstlichen Haaren am Galgen über deinem Krankenhausbett verfangen und als du deinen Kopf zurück ins Kissen legen wolltest, hing die Perücke am Galgen. Wir haben so sehr gelacht, dass uns der Bauch weh tat.

Über deine Diagnose hast du kein Sterbenswort verloren. Dein Kampfgeist war ungebrochen. Selbst die schmerzhaftesten Untersuchungen hast du durchführen lassen. Nur ein einziges Mal habe ich dich weinen gesehen, was mich maßlos überforderte. Wir weinten nicht. Wir waren stark und zeigten unsere Gefühle nicht. Ein Indianer kennt doch keinen Schmerz.

Niemals.

Weder du, noch ich.

Mit der Zeit wurde dein Lachen stiller.

Dein Kämpfen sanfter. Deine Hoffnung stärker.

Es war das letzte Aufbäumen der Rebellin, die dem Leben trotzte.

Dann gab sie auf. Wurde stiller als still.

Die Zeit für Belanglosigkeiten schwand und für Wesentliches fehlte der Mut.

Also las ich dir vor. In der Hoffnung, dass du zwischen den Zeilen findest, was ich dir wirklich mitteilen wollte.

Du hörtest zu. Still. Du hattest keine Kraft mehr.

Weder zum Kämpfen, noch zum Hoffen, geschweige denn zum Sprechen.

Ich weinte zuhause. Dort, wo mich keiner sah. Wir waren ja stark. Wie oft hast du heimlich geweint?

Ich streichelte deine Füße. Du warst still.

Den Tod haben wir verleugnet.

Wir haben ihm getrotzt. So getan, als stünde er noch vor der Tür, dabei saß er schon bei dir am Bett.

**GEHOFFT. GEKÄMPFT
UND DOCH VERLOREN**

Seinen Job erfüllte er leise. Der Tod. An einem Mittwochabend holte er dich zu sich. Du warst alleine. Das war dein Wunsch. So, wie du gelebt hast, so wolltest du sterben.

Gehofft, gekämpft und doch verloren, dieser Spruch zierte deine Traueranzeige. Damals fand ich ihn angemessen. Du hattest den Kampf, die Hoffnung, dein Leben verloren. Wir hatten die Hoffnung, den Kampf und dich verloren.

Hast du ihn wirklich verloren? Deinen letzten Kampf. Oder sah es für uns nur so aus? Hast du vielleicht den gefährlichsten und härtesten Kampf deines Lebens geführt und am Ende das gewonnen, wonach sich jeder Mensch sehnt? Im Einklang mit sich selbst zu sein. Sich selbst zu finden. In dem du das Kämpfen aufgabst? Warst du aus diesem Grund so still? Warst du im Frieden mit dir

selbst? Du sahst so friedlich aus, als wir dich am Tag nach deinem Tod besuchten. Erlöst. Noch heute sehe ich dich in diesem Bett liegen und spüre den Frieden, der von dir ausging.

Für mich hast den größten Kampf deines Lebens geführt und du hast ihn gewonnen. Alleine, mit dir selbst.

DER TOD

*Schockartig tritt er ins Bewusstsein,
macht die großen Dinge zart und klein.*

*Lässt die Welt stillstehen,
jeden Gedanken im Nichts verwehen.*

*Gemeinsame Erinnerungen erfüllen den Raum,
für immer verwoben in einem fernen Traum.*

*Die Augen schließen, nur noch spüren,
wie unsere Seelen sich berühren.*

*Im Begreifen der Endlichkeit,
ein sanftes Erinnern an Unendlichkeit.*

WIE VIEL ZEIT BRAUCHT EIN LEBEN?

24 Jahre * 5 Monate * 21 Tage * 14 Stunden * 6 Minuten.

* 01.11.1970

8.933 Tage.

214.406 Stunden.

12.866.360 Minuten.

771.981.600

Sekunden.

+ 21.03.1995

Zahlen, die dein Leben in Zeit messen. Was sagen sie wirklich aus? Nichts. Das Einzige was zählt ist, wie du diese 771.981.600 Sekunden deines Lebens mit Lebendigkeit erfüllt hast. So, wie du deine Regenwürmer als kleines Mädchen liebtest und mit Hingabe umsorgt hast, so hast du dein Leben gelebt.

Du hast geliebt, du hast getanzt, gelacht, gefeiert. Du hast geweint, warst zornig, enttäuscht und eifersüchtig. Du hast dich um andere Menschen und Lebewesen gesorgt und gekümmert, du hast deine Grenzen behauptet und bist für deine Werte eingestanden. Nach jedem Fall bist du wieder aufgestanden, hast dir den Dreck von deinen Klamotten gewischt und bist wieder losgezogen. Du hast gesucht und du hast gefunden. Du warst Mutter, Geliebte, Ehefrau, Schwester, Tochter, Kollegin und Freundin.

Du hast jede einzelne Sekunde deines Lebens mit dem Feuer deiner Seele erfüllt.

So wie du gelebt hast, bist du gestorben. Du hast deinen Frieden in dir gefunden und damit alles gewonnen.

In 24,5 2/3 Lebenszeit



LEKTIONEN DES LEBENS

„Nun aber bleiben
Glaube, Liebe, Hoffnung, diese drei;
doch die Liebe ist die größte unter ihnen.“

Neues Testament 1. Kor.13,13

GLAUBE UND HOFFNUNG

Während des relativ kurzen Krankheitsverlaufes, den ich mit meiner Schwester erlebte, verlor ich jeglichen Glauben. Den Glauben an mich, den Glauben an andere Menschen, den Glauben, dass alle Geschehnisse für irgendetwas gut sind. Stück für Stück geriet er ins Wanken, bevor er leise und ohne groß Aufsehen zu erregen, im Nichts verschwand und Zweifel an seine Stelle traten. Das Einzige, was blieb, war Hoffnung. Diese zerschellte an der harten Realität, den unwiderruflichen Tatsachen am Tage ihres Todes. Ihr Zerschellen war Nahrung für meine Zweifel und sie wurden größer und stärker. So stark, dass ich an ihnen verzweifelte, innerlich taub und stumm wurde.

Das Wort „Glaube“ bezieht sich hier nicht auf eine bestimmte Form der Religion. Das Maß unseres Glaubens erkennen wir in unserem Alltag und ganz besonders in Situationen, in denen wir mit dem Verlust oder Tod eines

nahestehenden Menschen oder sonstigen Ereignissen erschüttert werden, die uns Bewusst machen, dass wir keine Kontrolle haben. Dieses Erleben löst Hilflosigkeit und Ohnmacht in uns aus. Es zeigt uns unsere persönlichen Grenzen auf und kann doch dazu dienen, die Grenzen unserer Persönlichkeit zu durchdringen.

Dieser Prozess des Durchdringens war für mich zu Beginn eine sehr schmerzhaft und leidvolle Erfahrung. Erst sieben Jahre nach dem Tod meiner Schwester begann ich aus der Illusion meiner Persönlichkeit zu erwachen, ausgelöst durch einen weiteren Todesfall. Meine Verzweiflung und innere Leere schienen mich im ersten Jahr nach dem erneuten Todesfall vollkommen zu überwältigen, sodass die Möglichkeit, meinem Leben ein Ende zu setzen, immer verführerischer wurde. Ich habe dieser Verführung widerstanden, wie du unschwer erkennen kannst, doch magst du dich vielleicht fragen, aus

welchem Grund. Nein, es waren nicht meine Kinder, die mich hielten. Auch wenn diese Aussage für viele Menschen nur schwer nachvollziehbar ist. Doch es gibt einen Punkt im Leben, da kann es geschehen, dass einem Menschen wirklich alles gleichgültig wird oder dieser Mensch der Ansicht ist, dass sein Tod für andere Menschen eine Entlastung bedeutet. Und exakt an diesem Punkt befand ich mich.

Was hielt mich dann in dieser Welt?

Es war etwas, was wiedergeboren wurde, als ich den Entschluss fasste zu gehen, als ich aufhörte zu kämpfen und mir eingestand, dass ich am Ende war.

Eine tiefe Gewissheit, dass sich alles zum Guten wenden wird, erwachte in mir und zeigte sich als Licht am Ende

eines langen, dunklen Tunnels.

Es war die Kraft, von der ich dachte, dass sie sich nach dem Tod meiner Schwester aus dem Staub gemacht hatte, da sie nicht stark genug war, um gegen die Wogen meiner Zweifel zu bestehen.

Glaube bahnte sich seinen Weg zurück in mein Leben. Stärker und kraftvoller als ich es mir je hätte vorstellen können.

Heute kann ich sagen, dass ich während des gesamten Krankheitsverlaufs meiner Schwester niemals wirklich geglaubt habe. Ich hatte Hoffnung; doch keinen Glauben.

Hoffnung ohne Glaube ist wie das Strahlen der Sonne ohne Wärme. Du siehst ihr Strahlen, doch tief in deinem Inneren weißt du, dass etwas Wesentliches fehlt.

Die Sonne, sie strahlt so hell und scheint dir Wärme zu versprechen, wenn du näher kommst, doch ihre Verheißung erfüllt sich nicht und deine Hoffnung liegt zerschmettert am Boden deiner Illusion.

Hoffnung ohne Glauben ist schwach, sie hält nicht lange durch, da ihr die Basis fehlt. Sie ist eine Art Wunschdenken, ein einsamer Bettler, der sich nach Erfüllung sehnt.

Hoffnung ist stets in die Zukunft gerichtet, während Glaube immer gegenwärtig ist. Wer glaubt, braucht im Grunde keine Hoffnung, denn er ist sich gewiss. Diese Aussage mag als Widerspruch zum vorherigen Absatz erscheinen, ist es jedoch nicht.

Wenn ich glaube, dass jede Erfahrung im Leben einen Sinn in sich trägt, kann ich zugleich hoffen, dass ein

Mensch gesundet. Sollte sich diese Hoffnung nicht erfüllen, trägt mein Glaube mich durch die Zeit der Trauer. Dieser Glaube wirkt unerschütterlich über mich hinaus.

Habe ich „nur“ die Hoffnung, dass dieser Mensch gesundet und diese Hoffnung wird nicht erfüllt, werden Zweifel, Ohnmacht, Wut und möglicherweise sogar Schuld meine Trauerphase kennzeichnen.

Sind wir zutiefst davon überzeugt, dass wir mehr sind als unser Körper verliert der Tod seinen Schrecken und wir können unsere Kraft und Ruhe auf den sterbenden Menschen ausrichten, auch wenn dieser nicht daran glaubt. Es ist nicht unsere Aufgabe einen Menschen zu überzeugen. Unsere Aufgabe ist einzig, ihn zu begleiten.

Glauben wir jedoch, dass mit dem letzten Atemzug alles vorbei ist, könnte es sein, dass wir in Ohnmacht und Hilflosigkeit erstarren, und beginnen an uns zu verzweifeln. Oft gelingt es noch, sich für den sterbenden Menschen zusammenzureißen, doch spätestens nach seinem Tod und der Regelung anstehender Dinge, wie die Ausrichtung der Beerdigung, fallen wir in ein dunkles, schwarzes Loch. Manche Menschen bleiben den Rest ihres Lebens darin gefangen. Selbst, wenn wir „nur“ davon ausgehen, dass der geliebte Mensch mit seinem Tod von Schmerz und Leid erlöst wird, ist dies ein Glaube, der uns tröstet.

Die Kraft, die uns wieder aus dem Loch krabbeln lässt, heißt Glaube.

Unser Glaube ist die Säule, die unser Leben trägt.

LIEBE

Liebe ist die Kraft, die beständig bleibt und durch alles hin- durchwirkt. So ist die Liebe zu meiner Schwester mit den Jahren kraftvoller und tiefer geworden und noch heute spüre ich die starke Verbundenheit zwischen ihr und mir, so als würde sie neben mir stehen und mir beim Schreiben zuschauen.

Liebe vergeht nicht, sie bleibt und wir können sie wahrnehmen, wenn wir uns für sie öffnen. Verhärten wir innerlich, sieht es so aus, als wäre keine Liebe da, doch dies ist ein Trugschluss. Wir können sie nur nicht wahrnehmen, weil unsere Angst und unser Schmerz uns blind machen und innerlich gefrieren lassen. Dann werden wir ungerecht, verbittert, egoistisch und hart. Öffnen wir unseren inneren Schutzpanzer ein wenig, werden wir sofort den Hauch der Liebe spüren, der möglicherweise als Erstes ein befreiendes Weinen auslöst. Es sind Tränen der Reinigung und der Erlösung.

Geben wir diesen Tränen Raum, fühlt es sich an, als wenn eine zentnerschwere Last von uns genommen wurde. Der Weg zurück in ein lebendiges Leben beginnt. Vermutlich werden wir es dennoch vorziehen unseren Schutzpanzer immer wieder zu schließen, aus Angst vor weiterem Schmerz und Verlust, doch wir werden ihn auch wieder öffnen, solange bis Glaube und Hoffnung wieder stark genug sind, dem Licht der Liebe standzuhalten.

Liebe ist nicht immer einfach zu ertragen, genauso wenig wie der Tod. Beide lassen Bedeutungsloses in ihrem Feuer verbrennen und konfrontieren uns mit der Frage, was wirklich Bedeutung für uns hat. Diese Frage ist nicht immer bequem. Sie fordert uns auf, unser Leben ehrlich zu betrachten, sie zeigt uns die Lücke, die zwischen dem, wie wir tagtäglich leben und dem wie wir leben wollen, klafft. Sie verrät uns, an welchen Stellen wir unsere Werte

verraten, sei es der Bequemlichkeit halber oder aus Angst vor Veränderung.

Diese Frage ist schonungslos, wenn wir ehrlich zu uns selbst sind – und sie ist der Türöffner, hin zu einem authentischen und erfüllten Leben, an dessen Ende wir befreit sterben können.

*Tiefe Traurigkeit in mir.
Sehnsucht, die laut ruft nach dir.*

*Ich lasse sie ein,
spüre sie in meinem ganzen Sein.*

*Nehme sie an, schenke ihr Raum
und einem Phönix gleich,*

erwache ich aus diesem Traum.

WAS ICH GELERNT HABE

Ich bin demütiger geworden und habe erkannt, dass etwas Unbeschreibliches im Leben wirkt, welches ich weder vollumfänglich erfassen, noch benennen, kontrollieren und beeinflussen kann.

Ich habe den Wert des Lebens erkannt, der sich nicht darin zeigt, wie viel ich geleistet und erreicht habe oder über welche materiellen Güter ich verfüge. Der Wert meines Lebens misst sich an Fragen wie: Wie tief habe ich geliebt? Mich selbst und andere? Hatte ich den Mut meinen Schmerz zu fühlen, meine Tränen zu weinen, mein Lachen zu lachen. Habe ich ausgedrückt, was mich in meinem tiefsten Innern bewegt? Habe ich vergeben können? Mir selbst und anderen?

Ich habe gelernt, weniger egoistisch zu sein und mich mehr in andere hineinzusetzen.

Immer häufiger lege ich meine Arroganz beiseite die sich

anmaßt andere Menschen und deren Verhaltensweisen zu beurteilen und zu bewerten.

Ich bin klarer in meinem Ausdruck und schneller in meinen Entscheidungen, weil ich erkannt habe, dass mein Leben endlich ist.

Ich bin präsenter in Gesprächen und Begegnungen.

Ich bin mutiger, weil ich erkannt habe, dass ich nichts zu verlieren habe.

Meine Hoffnung hat sich in Glauben verwandelt. Glaube, der mich in jedem Moment meines Lebens begleitet, auch wenn die Wogen des Zweifels an meine Tür klopfen und ich ihnen Einlass gewähre. Mein Glaube ist der Boden, auf dem meine Zweifel tanzen.

Ich genieße die schmerzlichen und die freudvollen Erfahrungen des Lebens intensiver.

Ich lache mehr und freier, weil ich erkannt habe, dass in wesentlichen Momente ganz natürlich Stille den Raum erfüllt. Alle anderen Momente sind Gebilde meines Egos, welches nach Aufmerksamkeit schreit. Diese sind für mich am einfachsten zu durchschauen, wenn ich es mir erlaube über meine selbst gemachten Dramen und Tragödien, mit denen ich ein Ereignis drapiere, um es eindrucksvoller zu gestalten, zumindest zu lächeln.

Ich habe gelernt, dass Glück nicht bedeutet, dass alles so läuft, wie ich mir das vorstelle und wünsche, sondern das glücklich zu sein ein Zustand ist, der allein daraus erwachsen kann, dass ich erkenne, wie kostbar und wertvoll mein Leben ist.

Ich habe gelernt, dass der Schmerz wie die Freude Teile des Lebens sind und dass mein tiefster Glaube darüber entscheidet, wie ich Ereignisse interpretiere und darauf reagiere.

Ich habe gelernt, in Frieden mit mir und meinem Leben zu sein.

*Lebe so,
dass du beim Blick zurück nicht
bereust, dein Leben vertan zu haben!*

*Lebe so,
dass du keine offenen Kreise hinterlässt.
Weder für dich noch für andere.*

*Kläre, was es zu klären gibt.
Scheue dich nicht, deine Gefühle
auszudrücken, deine Wahrheit auszudrücken,
um Entschuldigung zu bitten, zu vergeben und
zu verzeihen.*

*Dein Leben ist kostbar.
Achte und ehre es
als Ausdruck deiner Einzigartigkeit.*

ÜBER DIE AUTORIN

Silke Naun-Bates wurde 1967 in Westfalen geboren. Im Alter von acht Jahren wurden ihrem Körper, nach einem Unfall, beide Beine amputiert. Der „Verlust“ ihrer Beine sollte jedoch nicht der einzige Schicksalsschlag bleiben: Ihre Schwester starb im Alter von 24 Jahren am Non-Hodgkin-Lymphom, sie verlor Freunde durch Autounfälle und der Sohn ihrer Schwester verunglückte tödlich mit seinem Quad.

Wie es ihr gelang, den Weg zurück ins Leben und in die Freude zu finden, teilt sie in ihren Büchern und auf Lesungen mit.

www.silkenaubates.com

Weitere Bücher von Silke Naun-Bates

Mein Weg in die Freiheit

Juni 2015, 200 Seiten,

ISBN 978-3-931560-45-4

Sheema Verlag

Mein Koffer voller Glück

Oktober 2016, 168 Seiten, durchgängig farbig bebildert

ISBN 978-3-931560-52-2

Sheema Verlag

SoulPassion–Meine Seele ruft

September 2017, 184 Seiten

ISBN 978-3-931560-59-1

Sheema Verlag