

Witwen

Ich begleite Wochenenden für Witwen und komme jedesmal berührt und demütig zu meiner Familie nach Hause.

Im geschützten Rahmen mit einer Gruppe meist fremder Frauen wird Austausch ermöglicht. Dadurch eröffnen sich neue Perspektiven. Einfache Rituale bereichern diese Tage. Die Akzeptanz und das Verständnis ermutigen die Frauen. Alltägliche Sorgen vor Überforderung und Ängste, beispielsweise zu lange zu trauern, können ausgesprochen werden.

Familienstand?
Verliebt, verlobt, verheiratet,....
Verwitwet!

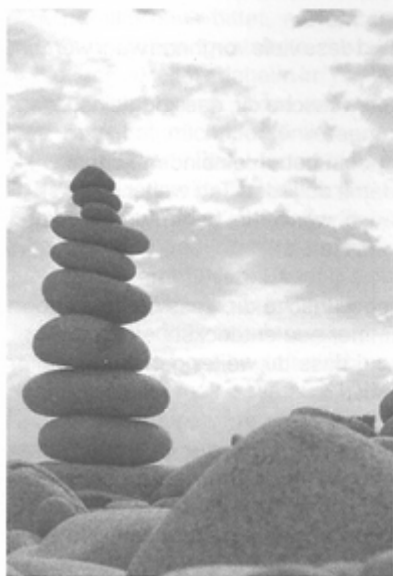
Welche Assoziationen bringt der Begriff „Witwe“ in uns zum Klingen?
Schwarz, dunkel, das Leben: aus und vorbei, Tränen, Trauer, Wut, Trostlosigkeit, Einsamkeit, Schuldgefühle, arm, nur mehr halb,....?

Witwe oder Witwer zu sein ist eine Zumutung. Kein Mensch wählt diese Lebensform freiwillig.

Petra Burger zeigt die unterschiedlichen Formen der Bewältigung des Todes des Ehepartners und das Leben „danach“ von Witwen auf

Die Teilnehmerinnen ahnen, wie es den anderen geht, und vertrauen einander sehr Persönliches an und sprechen manchmal erstmalig Dinge aus.

Ich erlaube mir einige Gedanken zur Witwenschaft.



Der Apfel

So unterschiedlich Frauen sind, so verschieden leben sie auch ihr Witwen-Sein. Die Witwe gibt es nicht. Wenn ein Paar nicht verheiratet war, dann ist die hinterbliebene angehörige Frau offiziell keine Witwe. Wie bezeichnen wir sie, wie schützen wir sie?

Konnte vom Partner Abschied genommen werden, sind die Schritte auf dem Weg der Trauer andere als bei einem plötzlichen, unerwarteten Tod.

Ich habe auch schon erlebt, dass Gefühle wie Neid gehegt werden, wenn Abschiedsworte, eine bewusste letzte Umarmung oder Dabei-sein-Dürfen beim Sterben für andere Frauen möglich waren.

Immer wieder bricht mit der Trauer auch eine große Leere ins Leben herein, wenn Frauen ihren Mann gepflegt und betreut haben (oftmals über Jahre).

Nicht alle Paare können über den bevor stehenden Tod reden, doch oft entsteht in der letzten Zeit große Nähe.

Bei Suizid ist die Frage nach der

Schuld gegenwärtig und Wut über das Zurückgelassen-Werden mit allem Irdischen macht sich breit. Litt der Partner an einer schweren Erkrankung, gönnen Frauen ihrem Mann die Erlösung.

Vieles bleibt ungesagt, unvollendet oder zerbrochen. Vergebung und Versöhnung waren nicht in allen Beziehungen möglich. Verwitwete Frauen wünschen sich in der Begleitung heilsame Rituale, damit sie Frieden schließen können.

Manche Witwen hadern mit Gott (mit dem Leben, mit dem Schicksal), dass sie alleine weiterleben müssen und dass sie zurück bleiben.

Der Glaube kann trösten und Hoffnung schenken, wirft aber auch viele Fragen auf. Einfühlsame Seelsorge-rlinnen sind gefragt!

Ungeahnte Emotionen brechen auf: nicht immer dominiert Dankbarkeit für das gemeinsame Leben, für alles, was miteinander geschafft und erlebt wurde. Enttäuschung, Wut oder Erleichterung können ebenso stark sein.

Träume und Pläne sind abgeschnitten und bedürfen einer Neuorientierung. Manche sehen ihr Leben als beendet, fühlen sich minderwertig oder erlauben sich kein gutes Weitergehen - oft nicht einmal die Freude über Sonnenschein, ein Lächeln, einen Tag ohne großen Kummer.

Viele verklären die Beziehung zu ihrem Ehemann auch. Schwieriges wird verdrängt oder in einem milden Licht gesehen, das Schöne tritt in den Vordergrund. Krisen scheinen vergessen.

Wann und ob es Zeit für eine neue Partnerschaft ist, das ist eine schwerwiegende Frage. Oft werden die Frauen von der Verliebtheit über-

rascht und sehen eine weitere Liebe als großes Geschenk. Diese Beziehungen werden anders gestaltet als die vorhergehende.

Der Freundschafts- und Bekanntenkreis verändert sich. Witwen schließen sich gerne zusammen, weil sie sich unter Paaren oft wie ein fünftes Wagenrad fühlen. Nach der anfänglichen Zeit des Mitgefühls erleben manche Frauen auch, dass sie als Alleinstehende „eine Gefahr“ für andere Frauen darstellen.

Junge Witwen haben andere Probleme als alte, die finanziellen können nicht immer bewältigt werden. Die Sehnsucht nach körperlicher Nähe ist ausgeprägt und will gestillt werden. Dabei geht es nicht nur um sexuelle Befriedigung.

Stehen die Frauen (noch) im Berufsleben, kann dieses Netz stärkend oder belastend sein. Die wirtschaftlichen Sorgen sind geringer einzuschätzen.

Kinder und Enkelkinder zu haben, bedeutet eine Familie zu sein. Der Zusammenhalt stärkt, etwaige Erbschaftsstreitigkeiten belasten jedoch enorm.

Kinderlose Witwen fühlen sich manchmal völlig verlassen und hoffen auf ein tragfähiges Beziehungsnetz.

Es ist eine Tatsache, dass auch heute noch viele Frauen unselbständig in finanziellen, rechtlichen oder alltäglichen Belangen sind. Sie müssen um Hilfe bitten oder warten darauf, dass diese angeboten wird. Andere wollen beweisen, dass sie alleine zurechtkommen.

Aus Erzählungen weiß ich, dass viele Witwen armutsgefährdet sind und unsere Solidarität brauchen. Sie sind in unseren Kirchengemeinschaften eine treue Gruppe und werden dennoch oftmals übersehen.

Nehmen wir sie doch mehr in den Blick!

Trauernde Menschen müssen die Schritte auf ihren Wegen erst suchen und finden. Die Endgültigkeit des Todes ist eine radikale Lebensveränderung. Begleitung und Verständnis sollten selbstverständlich gegeben werden.



Himmelsblick

Die Realität des Lebens ist: Der Tod hat geschieden. Es wird für immer ein Knoten bleiben, auch wenn betroffene Frauen dem Leben wieder schöne Seiten abgewinnen können. Dann können auch Begriffe wie Herausforderung bewältigt, als Mensch gewachsen, stark, ermutigend, lebendig, vielseitig, ... in uns klingen, wenn wir die Bezeichnung Witwe hören.

Ich wünsche allen verwitweten Mitmenschen die Erfahrung, angenommen zu sein, wie sie sind, und dass sie ihr Leben gut meistern; sowie dass sie hoffnungsvoll und zuversichtlich in die Zukunft blicken können.

Möge der Weg ihrer Trauer gesegnet sein!

Bitte einer Witwe

Nehmt mich für voll.

Ich bin nicht halb, auch wenn meine zweite Hälfte vor mir gegangen ist. Öffnet mir die Tür, haltet mich und haltet mich aus.

Streckt mir eure Arme entgegen und leiht mir euer Ohr,

selbst wenn ich wieder und wieder das gleiche erzähle.

Ich bin nicht krank.

Ich traure um meinen geliebten Mann.



Buchempfehlung:

Daiker, Angelika: Es wird wieder schön, aber anders
Ein Buch für verwitwete Frauen
Schwabensverlag, 2004

Was ich dir für deine Trauer wünsche

Ich wünsche dir, dass du den Aufbruch immer wieder wagst und dass du dann und wann auch unbeschwert ein Stück deines Weges gehen kannst. Ich wünsche dir, dass du deinen Weg immer wieder findest.

Ich wünsche dir, dass du die Farben des Lebens siehst und die Düfte des Lebens einatmest, dass du die Wirklichkeit deines Lebens erkennst.

Ich wünsche dir, dass du dich begleitet und gesegnet weißt von lieben Menschen und von Gott, der/die uns allen das Leben in Fülle verheißt.

Ich wünsche dir Träume und Sehnsüchte und dass viele von ihnen wahr werden.

Ich wünsche dir, dass du deine Erfahrungen in dein Leben einbinden kannst, damit du jeden Tag weiter knüpfst, auch wenn ein bedeutender Faden gerissen ist.

Ich wünsche dir, dass du dein Leben immer neu entdeckst und dass du weiter gehst und weiter lebst!

Petra Maria Burger ist Trauerrednerin und Begleiterin bei Lebensübergängen
www.petra-maria-burger.com