

Mirjam Jasmin Strube



WENN DIE STERNE TRAUER TRAGEN

EIN ABSCHIEDSBUCH
FÜR KLEINE UND GROßE HERZEN



Wie wir Kindern helfen können, Abschiede zu verstehen und mit ihrer Trauer umzugehen.

Titel: Wenn die Sterne Trauer tragen
Autorin: Mirjam Jasmin Strube

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografi-
sche Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

Die Illustrationen in diesem Buch wurden erstellt mit Canva.

© 1. Auflage 2025 Mirjam Jasmin Strube

Lektorat, Korrektorat: Mirjam Jasmin Strube,
Charlene Strube,
Karin Bauer

Gestaltung: Diana Mazmanyan

ISBN: 978-3-911954-00-6

Herausgegeben von Augusta Presse & Verlags GmbH

E-Mail: Mirjamjasminstrube@t-online.de
Kontakt: Mirjam Jasmin Strube
Heesfeld 10, 38112 Braunschweig
<http://www.mirjamjasminstrube.de>

www.Leseschau.de/232

„Gib mir Deine Hand und ich begleite Dich ein Stück
auf deinem Weg.

Gib mir dein Herz, und ich bleibe für immer“

Mirjam Jasmin Strube

EINLEITUNG

Eine liebevolle Begleitung –
für Wege, die niemand allein gehen muss

Es gibt viele Arten von Abschieden. Der Abschied, wenn man sich auf eine Reise begibt – oft begleitet von den besten Wünschen für eine gelungene Reise und eine sichere Rückkehr. Der Abschied zwischen zwei ehemaligen Liebespartnern, der nicht immer von Wohlwollen geprägt ist. Oder der Abschied von einem Arbeitsplatz und den Menschen, die uns auf unserem beruflichen Weg mehr oder weniger lange begleitet haben.

Solche Abschiede begegnen uns im Laufe unseres Lebens immer wieder. Doch eines haben sie alle gemeinsam: Sie sind nicht für die Ewigkeit. Diese Abschiede sind nicht endgültig, nicht in Stein gemeißelt – sie lassen immer die Möglichkeit für ein Wiedersehen.

Ganz anders ist es, wenn wir mit dem Sterben konfrontiert werden. Dieser Abschied ist der endgültigste und wohl auch der schwierigste von allen. Wie bereiten wir uns auf diesen Moment vor? Und wie erklären wir Kindern, dass der Abschied von einem geliebten Menschen bevorsteht?

Solche Abschiede, die für immer sind, lassen sich nicht verallgemeinern, denn sie sind so individuell wie wir Menschen selbst. Doch gerade die Kinder liegen mir dabei besonders am Herzen. Sie verstehen oft nicht, was mit dem geliebten Menschen geschieht, und viele trauen sich nicht, Fragen zu stellen – oder ihre Fragen bleiben unbeantwortet.

Mit diesem Buch möchte ich Sie auf diesem schwierigen Weg begleiten. Nicht, um Ihnen fertige Lösungen zu präsentieren, sondern vielmehr als ein roter Faden, der Orientierung bietet und hilft, den Weg nicht aus den Augen zu verlieren.

Im ersten Teil des Buches erzähle ich eine Geschichte, die zeigt, wie Kinder Trauer erleben können.

Im zweiten Teil finden Sie praktische Tipps und Anregungen, wie Sie Kinder liebevoll durch ihre Trauer begleiten können.

Mein Ziel ist es, Ihnen Hilfestellungen zu geben, die Sie individuell auf Ihr Kind abstimmen können – denn jedes Kind trauert anders.

Im letzten Kapitel widme ich mich dem Thema des eigenen Abschieds. Hier finden Sie einfühlsame Anregungen und wertvolle Tipps, die Ihnen und Ihrem Kind helfen können, diesen wichtigen Moment bewusst und auf Ihre ganz persönliche Weise zu gestalten.

Es ist ein Kapitel für alle, die Verantwortung übernehmen möchten – nicht nur für sich selbst, sondern auch für die Menschen, die sie zurücklassen.



TEIL 1

Warum hast du mich vergessen?

Sanft nahm sie mich in den Arm. Tränen schossen mir in die Augen. Warum war sie hier? Die ganzen piep-senden Geräte machten mir Angst.

Ich schloss schnell meine Augen, ich wollte nicht das Mama meine Tränen sieht. Ich war doch ihr großer Junge. Immerhin war ich inzwischen schon neun Jahre alt.

Ich wollte stark sein, für sie.

Zu diesem Zeitpunkt wusste ich noch nicht, dass es das letzte Mal sein würde, das mich meine Mama in den Arm nimmt. Das letzte Mal, dass ich ihren Duft einatmen würde. Jeder Mensch hat seinen ganz eigenen Duft, müsst ihr wissen. Der macht ihn so einzigartig.

Meine Mama hatte den besten Duft von allen. Er war wie eine Mischung aus Zuckerwatte und Frühling. Kennt ihr den Geruch vom Frühling? Alles riecht so wundervoll, die Blumen, die Bäume und das Gras alles duftet.

Noch mehr als an ihren Geruch aber; erinnere ich mich an ihre Worte. Wir lagen eng aneinander gekuschelt in ihrem Krankenbett, sie nahm meinen Kopf in ihre Hände, sah meine Tränen und wischte diese zärtlich weg.

„Du musst doch nicht weinen mein Liebling! Ich werde immer bei dir sein! Ich werde dich immer lieben und beschützen“ Sie küsste mich sanft auf die Nasenspitze und ich lächelte. Ihre Worte waren wie Balsam für meine Seele. Meine Angst war einfach weggeküsst worden. Ich war damals noch so klein und verstand nicht, warum sie nun ebenfalls Tränen in den Augen hatte. „Egal – alles wird gut, dachte ich.“ Hätte ich geahnt, dass es das letzte Mal war, dass ich meine Mama sehen würde, ich hätte niemals losgelassen, ich wäre niemals freiwillig gegangen.

Es war meine Oma, die mich an diesem Tag aus den Armen meiner Mutter löste.

„Wir müssen nach Hause, Tom. Es ist schon sehr spät und sie braucht jetzt etwas Schlaf.“

Ich drückte Mama einen Kuss auf die Wange und sprang freudig aus ihrem Bett.

„Bis morgen!“, rief ich und schon war ich zur Tür hinaus. Ihre Worte hatten mich so beruhigt und ich war wieder voller Freude. „Mama geht nie...niemals!“, trällerte ich vor mich hin und hüpfte dabei den ganzen Weg zum Haus meiner Großeltern hinauf.

Ich hatte mir große Sorgen gemacht. Es war nicht lange her, dass Mama plötzlich ins Krankenhaus musste. So plötzlich. Ich wusste gar nicht warum.

Eines Abends hatte ich an der Wohnzimmertür gelauscht, als Papa mit Oma telefonierte. Sie unterhielten sich über Mama, und Papa sagte, dass Mama Krebs hätte. Ich verstand das nicht, wollte Papa aber auch nicht danach fragen. Ich nahm mein Lexikon und schaute unter K. → Krebs ein Gliederfüßler mit 52.000 verschiedenen bekannten Arten und kommt auch gern in der gehobenen Küche zum Einsatz.

Ich fragte mich zwar, wo Mama sich den eingefangen haben mochte, aber ich war auch beruhigt. Das kann ja nicht so schlimm sein. Komisch waren dann nur die ganzen Schläuche, die die Ärzte Mama anhängten.

Das machte mir Angst, aber ich traute mich all die Zeit nicht zu fragen was Mama hatte, schließlich war ich ja bestens informiert durch mein Kinderlexikon.

Der kommende Morgen sollte alles verändern. Papa saß mit roten Augen am Tisch.

Er weinte. Ich hatte bis dahin meinen Vater noch niemals weinen sehen. Schnell ging ich zu ihm. Er nahm mich in den Arm und schluchzte. „Papa, was ist los? Hast du dir weh getan? Brauchst du ein Pflaster? Ich hole dir eins, warte,“ sagte ich und wollte schon zum Medizinschrank gehen. „Nein Tom, ich brauche kein Pflaster. Bitte hör mir jetzt ganz genau zu. Mama ist heute Nacht von uns gegangen. Sie ist jetzt ein Engel.“

Er sprach sehr leise, aber seine Worte hallten in meinem Kopf wider. Noch heute als Erwachsener, so viele Jahre später, höre ich seine Worte, als würde er direkt vor mir sitzen.

Ich schüttelte den Kopf. „Nein Papa, du irrst dich bestimmt. Mama hat gesagt, dass sie mich niemals verlassen wird! Dass sie immer da ist und für immer meine Mama bleibt. Sie ist nicht gegangen, ganz sicher nicht!“

Wütend lief ich in mein Zimmer, sprang in mein Bett und zog meine Bettdecke bis über beide Ohren. Gegangen? Mama? Niemals! Diese blöden Erwachsenen. Bestimmt war sie nur auf der Toilette oder wurde entlassen und ist noch einkaufen gegangen. Warum sagt Papa sowas? Warum geht er nicht mit mir ins Krankenhaus und sucht nach ihr? Und warum sollte sie

denn ein Engel sein? Der liebe Gott hat doch schon so viele. Da braucht er doch Mama nicht.

Ob sie den Krebs mitgenommen hat? Ich hätte mir das Tier gern einmal angesehen. Ich hatte schon überlegt, Mama zu fragen, ob wir ihn behalten können. Ich wollte aber damit warten bis sie wieder zu Hause ist. Sogar einen Namen hatte ich mir schon überlegt: Oskar.

Plötzlich klopfte es an meiner Tür. „Darf ich mich zu dir setzen?“, wollte Papa wissen.

Ich rutschte ein Stück, um ihm Platz zu machen, blieb aber unter meiner Decke.

„Können wir bitte ins Krankenhaus fahren, um Mama zu suchen? Bitte, Papa! Sie läuft dort bestimmt irgendwo herum. Sie würde niemals fortgehen. Nicht ohne mich. Das hat sie mir gesagt. Sie würde mich niemals anlügen. NIEMALS!“

Papa zog meine Decke zur Seite und ich schaute in sein Gesicht. Er war so traurig. Ich musste jetzt ebenfalls weinen. Ich war überfordert. Warum müssen wir jetzt reden? Ich möchte Mama suchen. Warum versteht er das nicht!!!

„Tom, Mama war sehr krank. Sie hatte Krebs, das ist eine sehr schlimme Krankheit. Sie wollte uns nicht verlassen, aber sie

konnte es nicht verhindern. Niemand konnte ihr mehr helfen.“

„Warum habt ihr mir das nicht gesagt?“ Ich musste daran denken, wie ich Papa belauscht hatte. Daran, dass ich dachte Mama hätte ein Tier in ihrem Körper. Heute weiß ich natürlich, dass Krebs eine Krankheit ist und nichts mit dem gleichnamigen Tier zu tun hat. Aber woher sollte ein neunjähriger Junge das wissen?

Warum hat mir das niemand gesagt? Ich fühlte mich nicht ernst genommen. Ich fühlte eine Wut in mir aufsteigen. Warum hatte Mama mir nichts davon gesagt? Warum? Ich war vielleicht ein Kind, aber ich war nicht dumm.

Vielleicht hätte ich Mama helfen können. Ich hätte sie einfach gekitzelt, so wie sie es bei mir gemacht hat, wenn ich mir wehgetan hatte. Kitzeln half immer. Warum habt ihr mir das nicht gesagt?

Die folgenden Tage vergingen wie im Zeitraffer. Ich spürte nichts in mir und dann wieder sämtliche Gefühle der Welt auf einmal. Menschen kamen zu uns nach Hause und brachten Essen. Menschen, die ich teils noch nie gesehen hatte, umarmten mich und weinten.

Ich wollte das gar nicht.

Ich konnte es nicht glauben. Mama ist nicht tot! Egal, was alle sagen. Sie hatte mir doch versprochen, dass sie immer für mich da ist. Ende und aus. Dann war sie da auch und kommt sicherlich gleich zur Tür hinein und alles ist gut!

Das kam sie aber nicht. Sie kam nie wieder durch diese Tür.

Ich war so wütend, ich war traurig, ich war enttäuscht. Oft stand ich am Fenster und schaute bei Nacht in den Himmel. „Mama, warum hast du mich vergessen?“ – „Warum bist du fortgegangen und hast mich nicht mitgenommen?“- „Du wolltest mich doch niemals allein lassen!“

Die Wochen und Monate vergingen. Der Sommer kam und ging wieder. Nichts machte mir mehr richtig Freude. Ich hatte nur noch diese eine Frage im Kopf.

Das erste Weihnachtsfest ohne meine Mama rückte näher. Wir waren inzwischen ins Haus meiner Großeltern gezogen.

Oma gab sich große Mühe, Papa und mir ein schönes Zuhause zu geben. Ich bekam alles, was ich mir wünschte. Doch auf diese eine Frage bekam ich keine Antwort. Bis zu dieser Nacht. Es war die Nacht nach dem Heiligenabend.

Ich ging in mein Bett und weinte wieder einmal. Heimlich, niemand sollte meine Tränen sehen. Ich sprach in Gedanken

zu Mama und stellte wieder und wieder diese Frage: „Warum hast Du mich vergessen? Warum?“ Irgendwann schlief ich ein, und was dann folgte sollte mein Leben für immer verändern.

Mama war bei mir, sie saß neben mir auf der Schaukel im Garten und schaute mich an. Mein Herz hüpfte vor Freude. Jetzt endlich konnte ich ihr diese Frage stellen.

Wie sehr habe ich mir diesen Moment herbeigesehnt. Jetzt endlich war Mama wieder da.

Ich weinte und rutschte von meiner Schaukel herunter, und Mama nahm mich in ihre Arme. Ich konnte sie spüren. Ich konnte endlich wieder diesen vertrauten Geruch von Zuckerwatte und Frühling riechen. Ich lasse nie wieder los. Nie wieder! Tränen schossen mir aus den Augen und ich schaute sie an. „Mama, warum bist du gegangen und hast mich einfach vergessen?“ Endlich war es raus.

Sie lächelte mich an „Tom, ich war doch immer bei dir.“

Auch wenn ich nicht mehr am Tisch mit dir sitze, bin ich trotzdem neben dir.

Ich bin der Sonnenstrahl, der dich wärmt.

Ich bin der Wind, der dir sanft das Haar aus deinem Gesicht streicht.

Ich bin der Regentropfen, der deine Tränen hinfort spült.

Ich begleite dich auf deinen Wegen.

Ich küsse dich zur Nacht

und ich singe dir leise ein Lied, damit du am Morgen erwachst.

Niemals würde ich dich verlassen mein Kind.

Ich bin immer bei dir auch wenn du mich nicht sehen kannst.

Mein Körper war wie ein Auto.

So als ob man darin von Ort zu Ort fährt aber dann aussteigt, um zu laufen.“

Ich kann gar nicht sagen, was ich in diesem Moment in mir spürte.

Es war wie ein Feuerwerk.

Ich spürte Mama und hatte endlich eine Antwort bekommen.

Sie war doch da.

Immer.

Ich war unendlich erleichtert.

In der Ferne hörte ich einen wunderschönen Gesang.

Er wurde immer lauter.

Ich schlug meine Augen auf.

Erst jetzt bemerkte ich, dass ich in meinem Bett lag. Auf der Fensterbank entdeckte ich einen wunderschönen Vogel, und er zwitscherte fröhlich ein Lied.

Im Dezember sehr ungewöhnlich, aber ich hinterfragte es nicht, lächelte nur und flüsterte leise:

„Guten Morgen, Mama.“



Das war meine Geschichte. Heute bin ich erwachsen und habe selbst zwei Kinder. In dieser Nacht habe ich meinen Frieden gefunden. Ich weiß, dass meine Mutter immer für mich da sein wird. Dass sie uns beschützt, auch wenn sie nicht neben mir sitzt. So ist sie doch bei mir.

*- Vieles kann man nicht mit den Augen sehen,
aber mit dem Herzen fühlen. -*

