



Astrid Spengler

Unendlich Klara

Gedanken, Gefühle und Formen
der Trauer um ein verlorenes Kind

Die Jahre danach: Als das
Leben wieder Farbe bekam



Klara.

Eine kleine Seele, die das Leben von Olav und Astrid völlig veränderte.

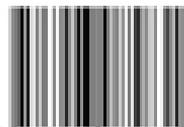
Klara lebt nicht mehr – und sie lebt doch! Stationen eines Weges finden in Tonfiguren und Fotografien ihren Ausdruck.

Dieses Buch will berühren, es will Betroffenen Kraft und Mut geben, diesen schmerzvollen Weg bewusst zu gehen.

Im ergänzenden Teil „Die Jahre danach: Als das Leben wieder Farbe bekam“ lässt uns die Autorin durch authentische Jahresbriefe an Familie und Freunde an ihrem weiteren Weg teilhaben – mit Klara im Herzen und zwei Folgekindern an der Hand.

edition
riedenburg

ISBN 978-3-903085-83-1



9 783903 085831

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

Astrid Spengler

Unendlich Klara

Gedanken, Gefühle und Formen
der Trauer um ein verlorenes Kind

Die Jahre danach: Als das
Leben wieder Farbe bekam

Besonderer Hinweis

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen.

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

Die s-Schreibung der historischen Wörterbuch-Auszüge wurde an die neue Rechtschreibung angepasst.

1. Auflage	Dezember 2017
© 2017	edition riedenburg
Verlagsanschrift	Anton-Hochmuth-Straße 8 5020 Salzburg, Österreich
Internet	www.editionriedenburg.at
E-Mail	verlag@editionriedenburg.at

Lektorat	Dr. phil. Heike Wolter, Regensburg
Satz und Layout	edition riedenburg
Fotos	© Astrid Spengler
Herstellung	Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-903085-83-1

 edition
riedenburg

Astrid Spengler

Jahrgang 1976



wurde am 23. Oktober 2006
Mutter von Klara

Oktober 2009
Geburt von Tochter Freya

Juli 2012
Geburt von Sohn Bjarne

Klara Lotta Spengler

23. Oktober 2006 – 4. November 2006



Wege
lange
kurze
steile
ebene
steinige
kurvige
gemeinsame
getrennte
jeder geht seinen eigenen
und doch sind wir zusammen
du bist bei mir

Klara.

Unsere Tochter sollte – so war es errechnet – um den 28. Dezember 2006 in einem Geburtshaus geboren werden. Unser Kind hatte jedoch andere Pläne mit uns.

Tatsächlich kam Klara Lotta am 23. Oktober 2006 per Notfall-Kaiserschnitt in einer Uniklinik in unsere Welt. Sie war viel zu klein und niemand konnte sagen, warum. Sie wäre stabil, doch wir sollten vorerst nur von Stunde zu Stunde denken. Ein langer und schwieriger Weg würde vor uns liegen.

An ihrem vierten Lebenstag wurde die Fehlbildung ihrer Speiseröhre operiert. Ein Tag, an den ich keine Erinnerung mehr habe.

An ihrem neunten Lebenstag bekamen wir das Ergebnis der genetischen Untersuchung. Freie Trisomie 18.

Dazu die einführende, aber sachliche Erklärung, dass unser Kind im Prinzip keine Lebenserwartung hätte. Das Einzige, was wir tun könnten, so sagte man uns, wäre sie zu lieben, für sie da zu sein, sie auf ihrem Weg zu begleiten und im richtigen Augenblick loszulassen.

Und diesen Weg sind wir gegangen.

Am 4. November 2006, nach nur zwölf Lebenstagen, war Klaras Aufgabe in dieser Welt erfüllt.

Klara.

Der Name unseres Kindes.

Während der Schwangerschaft taten wir uns schwer, einen Namen zu finden. Aber dann war auf einmal alles klar. Und in der darauffolgenden Zeit wurde uns noch viel mehr klarer/Klara.

Heute, mehr als ein Jahrzehnt später und mit zwei lebhaften Erdenkindern an der Hand, begleitet uns Klara im Herzen weiter. Ihr Name wird genannt und unsere Kinder wachsen mit dem Wissen um das kurze Leben ihrer „großen“ Schwester auf.

Für Außenstehende wirkt dies oft zunächst befremdlich. Aber der offene und ehrliche Umgang der Kinder mit dem Thema Tod bricht meist den Bann.

Es macht mich stolz zu sehen, wie selbstverständlich meine Kinder damit – und mit ihrer ihnen unbekanntem Schwester – umgehen.

Unendlich Klara.

Die Texte, Figuren und Fotos sind während der ersten Monate meiner Trauerarbeit entstanden.

Es ist meine Art und Weise gewesen, mein Erleben und Empfinden zu bearbeiten und zu verarbeiten, meinen Gefühlen eine Form zu geben, sie auszudrücken.

Mit diesem Buch möchte ich Mut machen, den Weg mit der Trauer und durch die Trauer bewusst zu gehen und intensiv wahrzunehmen, um dadurch auch die „guten Dinge“ entdecken zu können, die dafür sorgen, dass ein schweres Schicksal das Leben auch bereichern kann. Jedes Kind hat eine Aufgabe. Jedes.

Astrid Spengler

Mein liebes Kind!

So unendlich viele Gefühle

Eindrücke

Kleine Hände

Viele Linien

Rosa Socken

Ringelmütze

Empfindungen

Wahrnehmungen

Schmerzen

Wärme

Tränen

Lachen

Angst

Freude

Dankbarkeit

Stärke

Kraftlosigkeit

Verständnis

Nichtverstehen

Einssein

Einsamkeit

Zusammenhalt

Gemeinsamkeit

Fragen

Klare Antworten

Demut

INTENSITÄT

Ich danke dir von Herzen!





Erschöpfung

Ich habe keine Kraft mehr
Und doch muss ich es aushalten

Einfach nur aushalten

ertragen

tragen

dich

mein Kind

Ich möchte dich tragen

Mein Kind

Verstandenes Unverständnis
Unverstandenes Verständnis

Was ist geschehen?
Alles ist klar
Doch unbegreiflich
Ist das wirklich alles passiert?

Bist du da?

Gewesen

Geliebt

MEIN KIND





Normalität.

Normal.

Normal?

Was ist normal?

Wenn ich wieder arbeiten gehe?

Wenn ich wieder lachen kann?

Wenn ich nicht mehr ständig
an meine Tochter denke?

Wenn sie mir nicht mehr fehlt?

Wenn ich optimistisch in die Zukunft sehe?

Oder ist es normal,
wenn ich weine?

Wenn ich Wut spüre?

Wenn ich Ungerechtigkeit empfinde?

Wenn ich neidisch bin?

Wenn ich nach dem Weinen
immer noch Tränen habe?

Wenn ich verzweifelt bin?

Wenn ich mich hilflos
und allein fühle?

Auch das ist normal.

Normalität.

Zeit zum Begreifen.

Ich brauche Zeit.

Kann es noch nicht.

Ich mag nicht
loslassen.

Nah bei mir.

Du bist da.

Unendlich nah!

Ganz nah.

Weich.

Warm.

Wärme

in meinem Inneren.

Trotz

des Schmerzes.

Was ist das?

Die Verbindung
zu dir?

Eine goldene Kugel.





Weihnachten 2009

Dieses Jahr ist und war mal wieder ein ganz besonderes für mich, und die dunkle Zeit mit all den Lichtern gewinnt nun auch langsam ihren Glanz zurück.

Weihnachten veränderte sich für mich schlagartig mit dem Jahr, in dem Klara ihren eigenen Weg gegangen ist. Die letzten drei Jahre waren die ereignisreichsten meines Lebens – da hat sich so viel bewegt: hoch und runter, kreuz und quer.

Dieses Jahr 2009 ist für mich natürlich ein nochmal „besonders besonderes“. Freya ist da!

Über drei Viertel des Jahres war ich schwanger, und nun halten mein Mann und ich unser persönliches Wunder im Arm und sind gespannt auf das, was kommt.

All die Lichter werden sich nun also in diesem Jahr auch in zwei kleinen Augen spiegeln.

Zeit ist etwas Relatives...

12 Tage mit Klara waren ewig lang, so dass ich unendlich dankbar dafür bin.

12 Tage mit Klara waren aber auch viel zu kurz, so dass eine unstillbare Sehnsucht zurückbleibt.

24 Stunden mit Freya wecken das Bedürfnis, diese auf 28 auszudehnen, da der Tag ansonsten viel zu kurz ist.

Aber 2 Stunden Schlaf wegen Freya sind vollkommen ausreichend, wenn ich von einem glucksenden Gemurmel und einem sabbernden Lächeln geweckt werde.

Wann und wie lange Weihnachten bei jedem Einzelnen vor der Tür steht oder ob Weihnachten überhaupt Einlass gewährt wird, bleibt ja zum Glück jedem selbst überlassen.

In diesem Sinne wünsche ich euch schöne Weihnachten und jedem von euch die Zeit, die er braucht und sich selber wünscht!

Astrid



Statt eines Weihnachtsbriefs – zu Klaras 10. Geburtstag

Manchmal haben Zahlen etwas merkwürdig Beruhigendes und Berührendes.

4 – 7 – 10 – 40 – 70

Bjarne ist diese Jahr 4, Freya vor Kurzem 7 Jahre alt geworden. Ich darf mich seit März zu den 40-Jährigen zählen und mein Vater, der am gleichen Tag wie Freya Geburtstag hat, ist 70 geworden.

Klara hat heute ihren 10. Geburtstag. Zehn Jahre ist es nun her, dass da so ein kleines Mädchen in mein Leben purzelte und alles veränderte und eine Menge Bewegung brachte.

Auch heute, zehn Jahre später, ist mal wieder alles anders und sehr viel Bewegung in meinem Leben. Gewollt und ungewollt. Manche Dinge entwickeln sich und andere passieren einfach.

Und so befinde ich mich in einer Zeit mit dem Gefühl von Umbruch und Neubeginn – wohin auch immer.

Eine ganz liebe Freundin hat mich mit liebevollen Worten daran erinnert, dass Trauer (wie alle anderen Gefühle auch) ein Recht hat und Zeit braucht und vor allem sein darf. Und das nicht nur, wenn man ein Kind verliert ... So gehe ich mal wieder meinen Weg mit besonders aufmerksamen Blicken darauf, was und wer mir begegnet und mich begleitet ...

Einfach ist anders. Aber wie sagte kürzlich jemand schon nach 20 Minuten Gespräch zu mir? „Einfach würde gar nicht zu Ihnen passen.“

An meinem Schreibtisch sehe ich neben vielem anderen gerade folgenden Spruch: „Das größte Böse ist: wenn du vergisst, dass du ein Königskind bist.“ In diesem Sinne wünsche ich euch allen einen königlichen Sonntag, mit und ohne Zahlen, aber immer mit Sonne im Gesicht.

Astrid

„Freiheit bedeutet, dass man nicht unbedingt alles so machen muss wie andere Menschen.“ (Astrid Lindgren)

Astrid beim Konzert der Toten Hosen in Buenos Aires
„De vuelta en las canchas“ / „Zurück auf dem Bolzplatz“
Oktober 2017



DANKE

Ich möchte allen Menschen, die mich auf diesem besonderen Wegstück in meinem Leben begleitet haben und weiter begleiten werden, DANKE sagen!

Danke fürs Trösten und Umsorgt werden

Danke für Nähe, echte und virtuelle Umarmungen

Danke fürs Ertragen und getragen werden

Danke für offene Ohren und Arme

Danke für Verständnis und fürs Mut machen

Danke für Ruhe und Gespräche

Danke für menschliche Reaktionen und wertvolle Anregungen

Danke für Aufgaben und Lösungen

Danke für andere und veränderte Blickwinkel

Danke für Rat und Informationen

Danke für unerwartete Anrufe im richtigen Augenblick

Danke für tröstende Begegnungen

Danke für philosophische Wortbetrachtungen und Spaziergänge

Danke für das eine oder andere Mal einfach nur weinen dürfen

Danke fürs Aushalten

Danke für den Mut uns anzusprechen

Danke für geradezu magische Begegnungen

Danke für das Nennen von Klaras Namen



*Verlag für Sternenkinder
und ihre Familien.*

 edition
riedenburg
editionriedenburg.at