

Traurig, aber wahr

Mit dieser Erkenntnis sieht sich wohl jeder Mensch im Laufe seines Lebens konfrontiert. Sie beschreibt einen Zustand, der nicht gewollt ist, gegen den man sich gewehrt hat und dem gegenüber man dennoch eine tiefe innere Ablehnung verspürt. Traurig sein will niemand. Trauer durchleben zu müssen bedeutet, einen Weg zu gehen, von dem man insgeheim hoffte, ihn nie betreten zu müssen.

Diese Worte kamen mir kürzlich über die Lippen, als ich auf der Heimfahrt durch Osttirol und Südtirol unterwegs war. Nicht wegen der beeindruckenden Landschaft oder der Herzlichkeit der Menschen, die dort mit ehrlicher Gastfreundschaft leben, sondern wegen des tristen Zustands der Fichtenbestände, insbesondere an den Berghängen. Grossteils sind sie abgestorben.

Die durch Trockenheit geschwächte Fichte vermag sich nicht mehr zu regenerieren. Ihr flaches Wurzelwerk ist auf längere Trockenphasen nicht ausgelegt. Die Kraft reicht nicht mehr aus, um sich gegen Insekten und Pilze zu wehren. Was lange schleichend geschah, ist nun offen sichtbar: Das Reisig verliert seine Vitalität, wird blass und fällt schliesslich ab. Es ist der Verlust von Leben.

Trauer beschreibt einen zutiefst persönlichen Zustand. Man ist in ihm gefangen, und doch muss man ihn zulassen. Erst darin lernt man sich selbst kennen. Diese Ehrlichkeit sich selbst gegenüber ist notwendig. Verdrängung oder Verleugnung würden einen ungeklärten Zustand hinterlassen, der wie ein schlechtes Gewissen weitergetragen wird.

Aus meiner Erfahrung gleicht Trauer einem engen Tal, in das man unvermittelt versetzt wird. Es gibt nur einen Ausgang, und der Weg dorthin erscheint weit und steinig. Die seitlichen Berghänge lassen keinen Ausbruch zu. Der Talboden, auf dem man steht, ist der einzige sichere Ort. Man fühlt sich getrennt vom gewohnten Umfeld. Auch wenn Menschen verständnisvoll und zugewandt sind, bleibt Trauer ein Zustand, der sich nicht vollständig teilen lässt. Dennoch tut diese respektvolle Nähe gut. Sie bildet den Anfang.

Die zugewandten Blicke anderer lenken den Blick kurz von mir weg und erlauben mir, mich selbst von aussen zu betrachten. Ich erkenne mich als jemand, der einen Verlust erlebt hat. Der Unterschied wird spürbar: Sich zu trennen tut weh. Einen Menschen endgültig zu verlieren, versetzt in eine andere, tiefere Form der Trauer. Tränen kommen unaufhaltsam. Nicht allein die verlorene Beziehung schmerzt, sondern die Gewissheit, dass dieser Zustand nie mehr zurückkehren wird. Hoffnung bricht weg.

Im Satz „traurig, aber wahr“ liegt dennoch bereits der Weg verborgen, der aus diesem Tal herausführt. Er enthält das Eingeständnis und die Akzeptanz der neuen Wirklichkeit.

In der Trauer wehrt man diese Wahrheit zunächst ab, weil man bis zuletzt mit Herz und Hoffnung dagegen angekämpft hat. Wann der Zeitpunkt zur Annahme reif ist, weiss nur der Betroffene selbst. Es braucht Zeit, bis das Verlangen wieder entsteht, sich ohne das Verlorene neu auf den Weg zu machen.

Ich selbst konnte den Blick erst wieder heben, als ich innerlich bereit war, symbolisch einen Pfahl einzuschlagen. Wie einst das „Tropaion“ in der griechischen Geschichte, das den Ort des Durchbruchs markierte. Dieser Pfahl steht für mich als Zeichen: Hier hat meine Erinnerung ihren Platz. Von hier aus kann ich weitergehen. Beim Zurückblicken werde ich

ruhiger, denn dieser Ort bleibt. Ich kann ihn wieder aufsuchen. Mit jedem Schritt Entfernung verliert die Markierung an Schärfe, der Schatten wird länger, doch die neue Wahrheit begleitet mich fortan als Teil meiner Geschichte.

Es verhält sich ähnlich wie mit der Vergebung. Sie ändert nichts an der Vergangenheit, bereichert jedoch die Zukunft, wie ein japanisches Sprichwort sagt. So wird verständlich, weshalb die Füße nur dorthin folgen können, wohin der Kopf bereits blickt.

Betrachten wir den Zustand unserer Wälder, so erleben wir nicht in gleicher Weise den Tod, auch wenn das Verschwinden einzelner Baumarten wie der Fichte in bestimmten Lagen sichtbar wird. Der Wald als Ganzes hat regenarme und warme Phasen schon mehrfach erlebt und sich angepasst. Er ist ein Überlebenskünstler.

Der Wald ist nicht angewiesen auf sich profilierende Politiker, die sich als Retter inszenieren. Ihre Absichten mögen gut gemeint sein, sind jedoch oft fern der praktischen Realität. Wer selbst nie einen Baum gefällt oder ein Waldstück gepflegt hat, verfügt kaum über die Erfahrung, die es hier bräuchte. Der Wald folgt seinem eigenen Rhythmus. Er weiss, wie er überlebt. Er kommt ohne uns Menschen zurecht – wir jedoch nicht ohne ihn.

Der Wald schenkt uns die Luft, die wir atmen, die Energie, die wir benötigen, das Baumaterial, das er täglich klimaneutral produziert. Er bleibt Wohn- und Lebensraum für schutzsuchende und erschöpfte Lebewesen. Und gerade hier finden trauernde Menschen oft neue Kraft und eine leise Perspektive.

Jakob Röthlisberger