

Wenn ihr mich braucht, werde ich auch FÜR EUCH DA SEIN

Sie erlebte, wie ihre Mutter sich liebevoll bis zum allerletzten Tag um ihre Großeltern kümmerte. Mit welcher Dankbarkeit, aber auch innerer Zerrissenheit sie das beobachtete, beschreibt **Angelika Lorenz (48)** in einem berührenden Brief
Aufgezeichnet von Sibylle Hettich

Liebe Mama,

wenn ich auf die letzten fünf Jahre schaue, fühle ich nur Bewunderung. Wie schafftest du es nur, Oma und Opa auf diesem langen Weg zu begleiten? Auf diesem Weg, an dessen Ende Abschiednehmen stehen würde. Voll Geduld und Liebe gabst du alles, um das Unausweichliche erträglicher zu machen. Anfangs zu Hause, dann im Altersheim. Bis an deine Grenzen. Und darüber hinaus. Oft habe ich mir Sorgen um dich gemacht. Die Erwartungen, die du an dich selbst stelltest, waren hoch. Zu hoch für meine Begriffe. Und ich sah, wie du dich überfordertest.

Ob ich bereit wäre, dasselbe zu tun? Und ob ich es wollte ...? Omi war 90, als sie stürzte. Mitten im Flur, im Stehen. Einfach so. Am nächsten Tag wurde sie operiert und nach drei Wochen Klinik nach Hause entlassen. Ich wusste, was kommen würde. Mama, jetzt ist es so weit, dachte ich. Jetzt bist du gefordert. So war es und blieb es – für lange Zeit. Denn es war nicht nur der operierte Oberschenkel, der Oma zu schaffen machte. Ihr allgemeiner Zustand hatte sich so verändert, dass sie sich nicht mehr um Opi kümmern konnte, dem es mit seinen 95 Jahren auch nicht mehr besonders ging. Papa und du, ihr wohntet ein Stockwerk unter ihnen. Jetzt warst du für alle da.

Die meiste Zeit warst du nun oben in der Wohnung. Du machtest Frühstück, Mittagessen, Abendessen, verteiltest Tabletten, brachtest deine Eltern ins Bett, last ihnen vor, betetest und sangst mit ihnen. Du riefst den Arzt, wenn es nötig war, radeltest zur Apotheke. Unser Vorschlag, Essen auf Rädern zu bestellen, erleichterte dich nur kurze Zeit. Denn Oma ließ das Essen stehen, weil es ihr nicht schmeckte. Sie nahm bedenklich ab, und du begannst, wieder selbst zu kochen. Tante Elisabeth, deine Schwester, kam regelmäßig, unterstützte dich, wo immer sie konnte. Aber ich sah, wie dir alles an die Substanz ging. Papa bekam dich kaum mehr zu Gesicht, ganz zu schweigen von anderen Leuten. Ein ambulanter Pflegedienst hätte dich entlastet. Aber Oma meinte: „Nein, nein, mir kommt niemand ins Haus. Die wissen doch gar nicht, wo hier alle Sachen sind!“

Wenn ich zu Besuch kam, war die Luft oft zum Zerschneiden. Auf der einen Seite waren da Oma und Opa, die zerrissen schienen zwischen der Sehnsucht nach dem Tod und gleichzeitig der Angst vor ihm. Und du da mittendrin. Du, die du stark bleiben musstest,



Oma war mit Opa über 60 Jahre glücklich (rechts mit dir auf dem Arm). Ihre Liebe sollte bis ins Heim halten

„Zu pflegen heißt, stark zu sein“

um all die schwierigen Aufgaben zu lösen. Ich sah dich, wie du in diesen Selbstaufgabe-Schlamassel gerietst, und empfand es oft als klebriges Gefangen-genommen-Werden. Man lernt doch immer, wie wichtig Abgrenzung ist und gut zu sich selbst zu sein. Aber wie soll das gehen in so einer Situation?

Omi litt darunter, dass sie ihren geliebten Alltagstätigkeiten nicht mehr nachgehen konnte. Sie hat bis zum Sturz selbst geputzt, gewaschen und mit Freude gekocht. Danach musste sie sich damit zufriedengeben, wenn sie nur einen Nähfaden über einen lockeren Knopf wickeln konnte, sagte sie. Nähen, das war Omas große Leidenschaft. Blusen, Röcke, Kleider, Stofftiere ... für uns. Und wenn wir Löcher in den Hosen hatten, war sie glücklich, weil sie dann wieder etwas zu tun bekam. Ob wir wollten oder nicht. Wenn ich später selbst Hosen von meinem Sohn flicken musste, dachte ich jedes Mal an Oma. Ihr hätte es mehr Freude gemacht als mir.

Eines Morgens, ein Jahr nach ihrem Sturz, sagte Oma: „Ich will ins Heim.“ Inzwischen war es so weit, dass du immer wieder oben bei den beiden übernachten musstest. Damit du hörtest, wenn die beiden nachts Hilfe



Oma und Opa waren total verliebt. So süß, wie er beim Stricken ihre Wolle hält



Ömchen und ich als Zweijährige: Ich liebte es, wenn sie mir übers Haar strich und von früher erzählte



Frohe Weihnachten 1974: Oma und Opa feiern mit meinen Eltern, meiner kleinen Schwester und mir Heiligabend

brauchten. Deine Eltern waren nun der Meinung, das wäre eine zu große Belastung für dich. Mir liefen Tränen übers Gesicht, wenn ich mir die geliebten alten Menschen außerhalb ihrer Umgebung vorstellte. Als sie umgezogen waren, war ihre Welt nur noch ein Zimmer mit zwei Krankbetten, einem Tisch, zwei Stühlen, einem Schrank und einem winzigen Bad. Als ich sie das erste Mal besuchte, war es besser als erwartet. Die beiden lebten sogar etwas auf, und wir redeten mehr als sonst miteinander.

Doch mit der Zeit wurden meine Besuche im Altersheim immer zwiespältiger für mich. Ich empfand sie wie ein Heraustrreten aus der Realität. Heraus aus dem schnellen Fluss unseres Alltags, hinein in einen Raum, in dem sich nichts mehr bewegt. Ein Stehenbleiben, das nicht zum Lebensrhythmus unserer Tage passt. Verrückt, am Anfang hatte ich mir vorgenommen, zweimal die Woche ins Heim zu fahren. Nun war ich froh, wenn ich es einmal schaffte. Opi war meist gut drauf, Omi oft passiv und etwas anstrengend. Nachdenklich radelte ich danach wieder zurück in eine andere Welt. Es ist dieser Zustand, nichts mehr tun zu können, nicht mehr am Leben teilhaben zu können, der mich beschäftigte. Wie würde ich damit umgehen? Und wie du?

Es rührte mich, wie du sie Opa immer noch hinlegtest: Schokostückchen und Butterkekse! Ich fand es wunderschön, dass dieses viele Jahre alte Ritual weiterging. Als kleine Kinder fanden wir selbst im Dunkeln den Weg zum Schränkchen, in dem Omi und Opi immer Süßigkeiten aufbewahrten. Darin befand sich ein kleines Porzellanschälchen

„Du warst für sie da. Bis zum Schluss“

mit Schokolade. Opa entfernte nach dem Einkaufen sofort die Verpackung und zerbrach die Tafeln in einzelne Stückchen. Die legte er dann in dieses Porzellanschälchen. In einem anderen Schälchen waren Butterkekse. Die brachte Opa abends immer zu Oma hinüber an den Wohnzimmertisch. Wenn wir da waren, bekamen wir auch etwas ab. Ein kleines Stück warme Kindheits Erinnerung. Schön, dass diese Gewohnheit den Umzug ins Altersheim überlebte, wenn auch in abgewandelter Form. Den Keks mit der Schokolade darauf gab es jetzt für Opa selbst und für Oma natürlich, jeden Nachmittag zum Kaffee. Und wenn ich zu Besuch kam, schenkte er mir etwas von seinen Vorräten. Für ihn war es immer immens wichtig, uns irgendein kleines Geschenk zu machen.

Jeden Tag bist du ins Altersheim gefahren. Du brachtest die beiden in den Garten, führtest die beiden mit dem Rollator, später im Rollstuhl herum. Ihr betetet in der Kapelle einen Rosenkranz, und zum Abendessen schmiertest du Brote und schnittest sie in Würfel. Später fuhrst du mit einer Tasche voller Wäsche nach Hause, um sie für den nächsten Besuch vorzubereiten. Oma wurde immer verwirrter. Mittags fragte sie manchmal, wann sie endlich Frühstück bekäme. Und sie konnte sich immer weniger erinnern. Ging es da los mit der Demenz? Als sie das nächste Mal stürzte, musstest du zwei Stationen anfahren: zuerst in die Klinik, dann ins Heim. Ich hatte allerhöchste Achtung vor euch, vor

dir und deiner Schwester. Danke! Danke und haltet durch! Aber vergesst euch selbst nicht – das dachte ich oft. Doch sagte ich es auch? Es ist nicht leicht, in dieser Situation das Richtige zu tun. Wie möchtest du, dass ich mich verhalte, wenn du oder Papa gepflegt werden müsstest? Würde ich überhaupt die Kraft haben, dasselbe zu tun? Wo wird der Grad sein zwischen Unterstützung und gesundem An-sich-selbst-Denken?

Dann dein Anruf. Ich kam gerade aus der Dusche, deine Stimme klang anders als sonst. Ich fing sofort zu weinen an. Opi war gestorben! Mein geliebter Opi! So lange hatte sich dieser Moment schon angekündigt, und dann war der Schmerz doch so groß. Bei der Beerdigung wünschte ich mir, dass Omas Seele Opa bald nachfolgen würde. Auf einmal glaubte ich wieder viel stärker an das Weiterleben der Seelen nach dem Tod. Die Seelen sollten sich im Jenseits das Alter aussuchen dürfen, in dem sie dort leben möchten. Falls das Alter dort oben eine Rolle spielt.

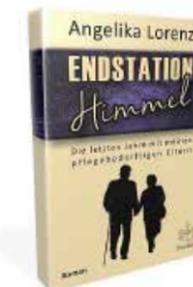
Omas Bett wirkte in dem Doppelzimmer nun völlig verloren. Ich setzte mich auf die Bettkante und nahm ihre Hand. „Dein Mann ist heute zum lieben Gott in den Himmel gekommen“, sagte ich. „Wie schön“, antwortete Omi leise. Dann war sie wieder in ihrer eigenen Welt und murmelte unverständliche Dinge. Man konnte oft keinen Sinn in ihren Worten erkennen. Ich sagte ihr, dass ich ihr wünsche, dass sie bald in Frieden zu Opi gehen darf. Fünf Monate später war es so weit. Auch mein Ömchen war gegangen.

Nie werde ich das Gefühl vergessen, wenn sie mir sanft über die Haare strich. Und die Bewunderung für die vielen Bücher, die sie nachts vor dem Einschlafen las ... Omi war immer die Geschichtenerzählerin. Deutlich

FOTOS: TOBIAS GERBER, PRIVAT



Vergänglichkeit gehört zum ewigen Kreislauf des Lebens - für Angelika Lorenz eine tröstliche Erkenntnis



UNSERE LETZTEN JAHRE
In bewegenden Worten beschreibt Angelika Lorenz die letzte Reise ihrer Großeltern (Franzius Verlag, 16,90 €)

habe ich noch das Bild vor Augen, wie sie mir und meinem Bruder ihre selbst erfundenen Märchen von den Trollen erzählte. Später waren es dann Geschichten aus ihrer Vergangenheit. Immer wieder die gleichen, immer ein wenig anders. Wir wollten sie trotzdem hören. Oma hatte Angst, sie würde uns langweilen, wenn sie sich wiederholte. Was sie aber nicht vom Erzählen abgehalten hätte. Jetzt bist du es, Mama, die Geschichten von früher erzählt. Ich freue mich über jede einzelne von ihnen.

Wenn du oder Papa mich braucht, werde ich da sein. Anders vielleicht, als du für deine Eltern da warst. Aber mit derselben Liebe.

Deine Angelika

Dankbarkeit ist das Gefühl, wenn das Herz sich erinnert