

Von Christine King

Jeder Sterbe- und jeder Trauerweg ist individuell verschieden. Lebenscoach Eric Rückgauer aus Wangen erzählt, was er tut, damit Menschen „im Frieden und in Liebe gehen können“.

Wer kommt zu einem Sterbe- und Trauerbegleiter und warum?

Angehörige und Freunde von Kranken und Sterbenden, Trauernde und auch die Menschen selbst, die wissen, dass sie wohl nicht mehr lange leben werden. Immer wieder kommt es vor, dass Sterbende nicht gehen können oder die anderen sie nicht gehen lassen wollen. Manchmal sind unausgesprochene Ängste oder Wünsche im Raum. Ich habe auch mit offenen Konflikten, Schuldgefühlen oder Gewissensbissen zu tun, die den Abschied schwer machen. Oft geht es um Versöhnung mit sich und anderen. Unausgesprochenes ist ein großes Thema, nicht nur bei den Sterbenden.

Inwiefern?

Mitunter müssen Dinge direkt ausgesprochen werden. Viele Menschen warten zum Beispiel darauf, dass der Partner oder die Partnerin sagt „Ich liebe Dich“, oder dass jemand von seinem Vater oder seiner Mutter ein einziges Mal hört: „Ich bin stolz auf dich und auf das, was du aus deinem Leben gemacht

hast“. Da genügt es nicht zu sagen: „Du weißt doch, dass es so ist“.

Wie gelingt Ihnen das?

Wenn ein tiefgreifender Abschnitt im Leben des Klienten begonnen hat, ist es zunächst nötig, dem Menschen einen offenen Raum zu bieten. Anschließend gilt es mit dem Betroffenen zusammen Wege zu finden, die es mir ermöglichen, ihn einfühlsam zu begleiten, sodass er diesen Abschnitt vertrauensvoll in seinem Tempo bewältigen kann. Als Lebenscoach und spiritueller Wegbegleiter arbeite ich mit ganzheitlichen Ansätzen, eigenen Erfahrungen und zum Beispiel auch mit Mediation. Spirituellem wird ja heutzutage oft wenig Raum eingeräumt. Fantasie, Imaginationen, Familienaufstellungen und Innenweltarbeiten sind Methoden, die mir dabei helfen. Wenn beispielsweise ein Klient in der Innenwelt Versöhnung erfährt, können auch Dinge, die in seiner Vergangenheit liegen, geklärt und geheilt werden.

Haben Sie ein Beispiel?

Ein Sterbender kann nicht gehen, weil der Kontakt von seinem Bruder zu ihm abgebrochen wurde und die wirklichen Ursachen eines Streits nie geklärt wurden. Wenn nun in der Innenwelt Versöhnung stattfindet, kann er mit dem Thema abschließen – auch wenn er den Bruder vor seinem Tode nicht mehr sieht.

Gelingt das denn immer?

Es gelingt, wenn der Klient dazu bereit ist und einen neuen Zugang zu Wahrnehmung und Bewusstsein gefunden hat. Insgesamt sind wir Menschen ja sehr verknüpft. Wenn wir es schaffen, in tiefere Persönlichkeitsschichten zu gelangen, kann viel passieren.

Kontaktieren Sie bei einem Streit auch die andere Partei?

Sehr gerne. Menschen in einen guten Dialog zu bringen, ist das Wichtigste. Jedoch kann der Kontakt nur über den Klienten stattfinden. Das bereite ich vor. Ist die Bereitschaft beider Gesprächspartner da, ist der erste Schritt in Richtung Versöhnung und Vergebung getan.

Wieviel Zeit brauchen Sie für Ihre Arbeit?

Ganz unterschiedlich. Manchmal reichen wenige Sitzungen, manchmal dauert es länger. Natürlich gilt: Je früher jemand kommt, desto besser. Meine Erfahrung zeigt, dass es oft Kleinigkeiten sind, die zu bestimmten Reaktionen führen. Kleinigkeiten mit jedoch großer Wirkung sind etwa gefühlte Wahrheiten. Scheinbare Rücksichtnahme auf andere ist da ein gutes Beispiel. Ich tue etwas, weil ich denke, die anderen erwarten es oder denken, dass ich denke undsoweiter. Da bringen wir dann Licht in die Sache.

Interview

„Tränen können sich in Perlen verwandeln“

Bei einer Sterbe- und Trauerbegleitung bietet Eric Rückgauer seine Hilfe an, wenn betroffene Personen und Familien nicht im Einklang mit sich selbst oder miteinander sind



FOTO: CHRISTINE KING

Eric Rückgauer, geboren 1966, arbeitete 30 Jahre lang als Musikpädagoge und Musiker, bevor er beruflich neue Wege ging. Seit einigen Jahren leitet er gebürtige Hesse in Wangen eine Praxis für Coaching in Lebensfragen.

Besondere Umstände sind es zweifellos, wenn ein Kind gestorben ist oder wenn es um Suizid geht. Stets begleite ich den Klienten auf seinem persönlichen Trauerweg. Da gibt es keine Vorgaben, der Klient bestimmt selbst mit.

Welche Vorgaben meinen Sie?

Oft hört oder liest der Klient: „Jetzt ist schon ein Jahr vorbei, oder nun kommt die und die Phase, wo es so und so sein sollte“. Jeder ist verschieden und kann den eigenen Trauerweg finden. Das ist eine Chance. Im Falle des Trauernden geht es schließlich darum, eine neue und andere Beziehungsform zum Verstorbenen zu finden.

Kann man sich bei diesem Thema irgendwie vorbereiten?

Es ist ganz wichtig zu begreifen, dass alles mit einem selbst zu tun hat. Gemäß meinem Leitspruch: „Sie können Ihr Leben verwandeln. Vieles ist möglich!“ ermutige ich meine Klienten, vertrauensvoll Neues zu wagen. Denn Trauer ist nicht nur negativ, sie kann auch positiv in Liebe und Verbundenheit verwandelt werden. Die Freude und Dankbarkeit über gemeinsam Erlebtes können mehr und mehr überwiegen. Und dann passiert vielleicht etwas, was ich so umschreibe: Dann können sich Tränen in Perlen verwandeln.