



MEIN VATER IST TOT —

ES LEBE MEIN SOHN!

VON ISABEL LENUCK

„Der Teufel scheißt immer auf den größten Haufen“ lautet, in derbem Deutsch gesprochen, ein Sprichwort, an das ich kurz vor Weihnachten oft denken musste, nämlich als bei mir wieder einmal „alles auf einmal zu geschehen schien“.

Dabei passiert bei mir immer viel: Mit 4 Kindern, 3 Jobs (einem Liebsten, der am anderen Ende der Welt arbeitet) und den endlosen Monologen des eigenen Geistes habe ich eigentlich ständig zu tun und verbringe mein Leben meist im Schweinsgalopp. Ruhe und Meditation schaffe ich nicht, deswegen praktiziere ich die hektische Dauerlauf-Dharma-Praxis: Ich rezitiere hauptsächlich Mantren und integriere, so gut es geht, den heiligen Pfad in meinen profanen Alltag. Vajrasattva beim Aufräumen und Putzen, viel Tara und Avalokiteshvara bei der Kindererziehung, 7 Zweige in der Bahn usw.

Mantren sind mein ständiger Begleiter: Will ich die Kinder anbrüllen, beiße ich stattdessen die Zähne zusammen und knurre omtaretuttareturesoha, bis ich mich wieder beruhigt habe. Tara hilf!

Als der Kehlkopfkrebs meines Vaters operiert wurde, war Vincent noch ein kleines Gummibärchen. Während der Zeit der Bestrahlung, war er schon groß wie eine Avocado, nach der Reha konnte ich den Bauch nicht mehr verstecken, und als es im Herbst hieß: Es gibt keine Hoffnung mehr, der Krebs ist sehr schnell und aggressiv, und es wird nun sehr rasch gehen, stand die Geburt kurz bevor.

Wir sind eine große Familie und konnten meinen Vater deswegen auch Zuhause pflegen. Tag für Tag wurde er weniger und dünner, ich mehr und dicker und auch immer hilfloser. Wie im Alltag auch, heftete ich mich an die Kraft der Mantren – oder an die Kraft der Gewohnheit? Wir taten alles, was wir konnten, gaben Pujas in Auftrag, spendeten für Bedürftige und löcherten die Ärzte und alle Freunde nach weiteren Behandlungsmethoden: Ergebnislos. Wenn nichts mehr hilft, dann helfen mir Mantren. Sie binden den Geist für einige Augenblicke an andere, positive Gedanken. Sie entlasten, indem man Verantwortung und Last abgeben kann, indem man in den Himmel schaut und erst bittet, dann fleht, schließlich wütend schimpft „TARA HILF DOCH!!!“, denn letztlich ist man unendlich hilflos und kann nur mitansehen, wie Zeit und Krankheit den anderen nach und nach verspeisen.

Hilflosigkeit ist das hauptsächliche Gefühl, das ich in dieser ganzen Zeit empfunden habe: Man möchte mächtig sein, etwas tun können, das Ruder wieder selbst in die Hand nehmen und kann es – ums Verrecken – nicht. Aber wir waren auch oft heiter, haben viel gelacht und Witze gerissen, auch mein Vater, bis zum Schluss. Natürlich ist sterben doof, und ich finde auch, dass mein Vater jetzt lange genug tot war und ruhig wieder zurück nach Hause kommen kann und sich auf seinen Platz auf dem

*Wenn nichts mehr
hilft, dann helfen
mir Mantren.*



Sofa setzen soll. Aber es ist (für mich) ein großer Unterschied, ob ein alter Mensch stirbt, der sein Leben hatte leben können, oder ein junger. Wir hatten viel Zeit, uns in Ruhe zu verabschieden. Ich z.B. konnte meinem Vater noch einmal sagen „Du warst ein

Wir hatten im Angesicht des Todes ein offenes Gespräch, wie noch nie zuvor.

guter Vater.“ Und ihm dafür danken, dass er da war. Diese Nachricht ist bei ihm angekommen, auch wenn er zu diesem Zeitpunkt durch die Medikamente und die Metastasen schon ziemlich verwirrt

war. Wir hatten im Angesicht des Todes ein offenes Gespräch, wie noch nie zuvor. Es gab keinen Grund mehr, sich zu verstellen oder seine Gefühle zu verbergen: „Ich hatte immer Angst, dass einem von euch Kindern etwas passiert.“ gestand er mir „und es war mir immer wichtig, dass ihr alle ein warmes Herz entwickelt.“ Diese Sätze werde ich nie vergessen.

Was mir geholfen hat? Neben den Mantrien und einer gehörigen Portion Verdrängung – oder nennen wir es Hoffnung: Es wird bestimmt alles wieder gut – hat mir meine geistige Familie sehr geholfen. Die Freunde im Dharma, aber auch die „normalen“, weltlichen Freunde. Eigentlich alle, die keine Angsthasen sind, und mit denen man offen über den Tod und die Trauer sprechen kann. Und natürlich Khen Rinpoche. Mein Vater wollte unbedingt noch einmal mit einem Mönch sprechen, bevor er

stirbt: Khen Rinpoche kam, segnete ihn und sprach ihm gut zu. Das war kurz, bevor Peter starb, und es hat ihm so gutgetan.

Am Abend seines Todes (Vincent war gerade ein paar Tage alt, und ich lag Zuhause im Wochenbett) hatte ich nicht die Kraft, zu ihm hinzugehen. Aber meine Geschwister und meine Mutter waren da. Peter wartete in seinem Krankenbett, bis alle zu Abend gegessen hatten. Plötzlich hatten alle Familienmitglieder das Gefühl, jetzt dringend hinübergehen zu müssen. Mein Vater hatte den ganzen Tag schon in einem Zustand des „Komas“ gelegen und war nicht ansprechbar gewesen. Nun nahm jeder noch einmal Peters Hand, und er drückte sie jedem einzeln! Dann starb er. Meine Mutter hielt noch einen Spiegel über seinen Mund, um zu schauen, ob er wirklich nicht mehr atmete, aber es war so. Peter war wirklich tot!

Khen Rinpoche und Gen Lobsang hatten zugesagt, für ihn vor, während und nach seinem Tod zu beten. Und das taten sie auch. Als ich am nächsten Tag zu meinem Vater fuhr, hatte ich nicht den Mut, ins Totenzimmer einzutreten. Selbst mit einem Schutzschild aus Mantrien gelang es mir nicht, die Tür zu öffnen, denn dahinter wartete eine mächtige Traurigkeit auf mich. Erst als Khen Rinpoche kam und heiter den Vorhang beiseiteschob, schlüpfte ich im Schutz seiner Anwesenheit hinein und wagte, meinem toten Vater ins Gesicht zu schauen. Es war gar nicht so schlimm! Tief schlafend lag er unter seiner Bettdecke.

Die Rituale von Khen Rinpoche und Gen Lobsang haben uns allen sehr geholfen, sie haben uns Halt, Trost und Orientierung gegeben. Es ist eine große Erleichterung zu wissen, dass da jemand ist, der 49 Tage lang für den Verstorbenen beten wird. Besonders, wenn man sich selbst zu schwach dazu fühlt. Ob es dem Toten wirklich hilft oder nicht, ist eigentlich bedeutungslos. Rituale haben viele Funktionen.

Ob ich aus dem Leid des Todes auch tiefe Erkenntnisse gewonnen habe? Nein, in Bezug auf diese Sterbesituation habe ich noch keine wirklich tiefen Erkenntnisse gewonnen. Ich bin nach wie vor verwundert, dass der Tod wirklich geschieht. Dass Menschen, die schon immer da waren, plötzlich verschwunden sind. Aber so richtig stimmt das auch nicht, denn dadurch, dass sie in meinen Gedanken vorhanden sind, bleiben sie irgendwie auch präsent und lebendig. Aber für andere leidvolle Situationen und Abgründe, in die ich schon gestürzt bin, trifft es durchaus zu, dass aus dem Leid tiefe Erkenntnisse entstehen können. Wer z.B. einmal eine schwere Ehekrise durchstanden hat, weiß, dass die Beziehung hinterher um ein Vielfaches tiefer und unzerstörbarer ist, bzw. sein kann, als zuvor.

Was ich noch gelernt habe? Vielleicht, wie wichtig für mich doch Mantrien sind. Und dass auch Dauerlauf-Dharma-Praxis ein bisschen Kraft hat und den Geist schützt. Und dass man versuchen sollte, alles nicht so ernst und schwer zu nehmen: Als wir bei der Kremation alle rund um den Sarg standen und ich beten wollte, fiel mir als erstes tönpalamesangyerinpoche... ein – das buddhistische Tischgebet! Erst ärgerte ich mich über mich selbst „Isabel, wie unpassend“, dann musste ich grinsen. Der Wille zählt schließlich, und Peter hätte darüber bestimmt auch gelacht. Take it easy © BYE BYE PAPA – PETER!