

Im Kaleidoskop der Trauer

Dorothea Stockmar verarbeitet die eigene Trauer in ihren Bildern und Büchern

CELLE. Wie begegnet man einem Menschen, der so furchtbares Leid erfahren musste? Dorothea Stockmar macht mir den Umgang leicht. Sie wirkt so lebendig und dynamisch. Eine besondere Herzlichkeit geht von dieser Frau aus, die vor fast drei Jahren ihren Sohn durch einen Unfall verlor, Cajus, 17 Jahre alt.

Kein Kind sollte vor den Eltern gehen. Doch will es das Schicksal manchmal anders. Unzählige Male hat Dorothea Stockmar Trauergesprächskreise geleitet. 15 Jahre lang hat sie ehrenamtlich in der Hospiz-Bewegung Celle Stadt und Land mitgearbeitet, war für Sterbende in ihren letzten Stunden da, hat sich zur Trauerbegleiterin fortbilden lassen.

„In meiner eigenen Trauer hat mir das zunächst nicht geholfen“, gibt Stockmar zu. Sie, die wusste, wie gut das Gespräch für die Seele sein kann, zog sich zurück. Vielleicht deshalb, weil so viele Menschen nicht mehr wissen, wie man mit Trauernden umgeht.

Dorothea Stockmar formt ihre Trauer – auch im Internet – zu Worten und erhält eine nicht vorhersehbare Resonanz. Viele Freunde und Menschen, die sich der Familie – Ehemann Axel, den beiden erwachsenen Töchtern – nahe fühlen, schreiben ihre Gedanken, Erinnerungen, sprechen über Fassungslosigkeit, über Betroffenheit. Im Netz entsteht, Mail für Mail, ein Netz des Trostes. Die heute 57-Jährige sammelt die E-Mails, Briefe und Kondolenzkarten und verarbeitet sie in einem Buch. „Ein Netz, das trägt“ wird ein sehr persönliches Werk über ihren Sohn und die Trauer der Familie. Petra Hohn, Erste Vorsitzende des Bundesverbandes Verwaister Eltern in Deutschland e.V., verfasst das Vorwort.

„Heute würde ich es in dieser Form vielleicht nicht wieder so machen, aber damals schien es mir richtig“, sagt die Künstlerin. Sie selbst fragt sich, wie viel Öffentlichkeit Trauer verträgt, und fand die Antwort: Trauer braucht beides – Rückzug und Öffnung. Wir sind mittlerweile in ihrem Atelier mit den schrägen, weißen Wänden angekommen. Weiße Vorhänge an den Fenstern und heller Holzboden. Der Raum strahlt. Es ist Cajus' Zimmer, das Dorothea Stockmar zum Malen, zum kreativen Arbeiten gewählt hat. Hier ist ein Teil ihrer Bilder versammelt, andere befinden sich auf einer Ausstellung. Neben den älteren Werken, den „Metamorphosen des Abschieds“, die vor dem Tod ihres Sohnes entstanden, stehen die Bilder der letzten drei Jahre, kraftvoller im Ausdruck, ursprünglicher.

„Ich habe etwas Unersetzliches verloren und bin noch immer auf der Suche, in allem, was ich tue“, sagt die vielseitig talentierte Frau. Klangbilder, Klavierspiel gehören neben dem Malen und Schreiben dazu. Aus dem spontanen Musizieren mit der Kinderbuchautorin Angela Linders, die Sopransaxophon spielt, entstand das Duo „Spontöne“. Es lockt improvisierte Klänge unter anderem aus Alltagsgegenständen wie einem Zeitungsständer.

In neue Bereiche wagte sich die Künstlerin mit einem Block aus griechischem Marmor, aus dem sie eine Nase schlug, Cajus' Nase, ein Fundstück der Trauer. Die Auseinandersetzung mit dem Thema Tod, die Begleitung von Sterbenden hat sie nie als Belastung empfunden. „Eher als Bereicherung“, so die ausgebildete Trauerbegleiterin. „Die Beschäftigung mit dem Tod ist gleichzeitig die Beschäftigung mit dem Leben. Der Tod zeigt uns, was für ein Geschenk das Leben ist, eine Kostbarkeit...“

Die Sichtweise auf den Tod mag durch Stockmars Aufenthalte in Asien geprägt sein, durch ihre Erfahrungen mit dem Buddhismus. Nach dem Abitur reist das junge Mädchen ein Jahr durch Japan, Birma, besucht die Philippinen und Indien. Als sie zurückkehrt, steht für sie fest: Sie will Medizin studieren, möchte anderen Menschen helfen. In der Warteschleife auf einen Studienplatz entsteht die Idee, die Zeit für eine Ausbildung zur Krankenschwester zu nutzen. Sie schließt die Ausbildung 1978 in Berlin ab, im sel-

ben Jahr wird ihre Tochter Ellen geboren, und Dorothea Stockmar beschließt, Hausfrau und Mutter zu sein. Ihr Mann Axel ist beruflich viel unterwegs, sie begleitet ihn, die Familie genießt die Reisen. Drei Jahre später wird Tochter Katrin geboren. 1991 dann Jonathan Cajus, der ersehnte Nachzügler.

„Trauer verändert sich, aber sie verschwindet nie ganz“, sagt Stockmar. Sie spricht von einem Rad der Trauer, das ein Kaleidoskop an Gefühlen enthält: Trostlosigkeit, Schuld und Wut gehören ebenso dazu wie das Öffnen, Lachen und Leben. Zu jeder Zeit kann sich dieses Rad in jede Richtung drehen. Eine Nach-Tod-Erfahrung, in der Dorothea Stockmar ihrem Sohn begegnet, bringt ihr eine neue Facette im Kaleidoskop der Trauer. Sie schreibt ein Mutter-Sohn-Theaterstück. Es scheint wie ein Befreiungsschlag zurück ins Leben. Die szenische Darstellung kommt zur Aufführung. „Zuerst habe ich es „Noch immer suche ich dich“ genannt, doch mittlerweile heißt es „Ich werde dich finden““, sagt Doro-



Martina Hancke

„Trauer verändert sich, aber sie verschwindet nie ganz“, sagt Stockmar. Sie spricht von einem Rad der Trauer, das ein Kaleidoskop an Gefühlen enthält: Trostlosigkeit, Schuld und Wut gehören ebenso dazu wie das Öffnen,

Lachen und Leben. Zu jeder Zeit kann sich dieses Rad in jede Richtung drehen. Eine Nach-Tod-Erfahrung, in der Dorothea Stockmar ihrem Sohn begegnet, bringt ihr eine neue Facette im Kaleidoskop der Trauer. Sie schreibt ein Mutter-Sohn-Theaterstück. Es scheint wie ein Befreiungsschlag zurück ins Leben. Die szenische Darstellung kommt zur Aufführung. „Zuerst habe ich es „Noch immer suche ich dich“ genannt, doch mittlerweile heißt es „Ich werde dich finden““, sagt Doro-

LEBENS-LAUF

- ☞ 1953 in Beuthen geboren, in Berlin aufgewachsen, nach dem Abitur prägender einjähriger Asienaufenthalt
- ☞ 1978 Abschluss als staatlich examinierte Krankenschwester
- ☞ 1978 Geburt von Tochter Ellen
- ☞ 1981 Geburt von Tochter Katrin und Umzug nach Celle
- ☞ 1991 Geburt von Sohn Cajus
- ☞ 1994-2008 ehrenamtliche Mitarbeit in der Hospiz-Bewe-

- gung Celle Stadt und Land e.V.
- ☞ 2002-2004 Weiterbildung zur Trauerbegleiterin
- ☞ 2001-2008 Leitung des Gesprächskreises für Trauernde der Hospiz-Bewegung Celle
- ☞ 2005 Begleitung Sterbender in einem buddhistischen Hospiz in Japan
- ☞ 2003-2005 Fortbildung „Kunsttherapie in sozialen Arbeitsfeldern“
- ☞ ab 2005 Bilder und Texte zu

Dorothea Stockmar ist Künstlerin, Autorin und Trauerbegleiterin zugleich.

thea Stockmar voller Zuversicht. Das Stück wird im Rahmen einer Ausstellung am 4. September in der Alten Brennerei in Langlingen szenisch gelesen.

In dieser Lebensphase lernt Dorothea Stockmar die Diplom-Psychologin Juliane Grodhues kennen, die in ihrer Praxis traumatisierten Menschen hilft, Trauer zu lösen. Sie wendet dafür eine von dem US-Psychotherapeuten Dr. Allan Botkin entwickelte Methode an („Induced Af-

ter Death Communication“), die eine Nach-Tod-Begegnung mit Verstorbenen ermöglicht.

„Es geht hier nicht um Esoterik, sondern darum, sich dem Schmerz des Verlustes zu stellen, bis er sich löst in einer fühlbaren Verbindung mit dem Verstorbenen“, erklärt es Stockmar. Oft entwickelt sich dann ein Dialog, der für den Trauernden befreiend sein kann. In ihrem zweiten Buch „Wie eine Welle vom anderen Ufer“ beschreibt die Trauerbegleiterin zusammen mit Juliane Grodhues die Möglichkeiten der IADC-Therapie und ihre eigenen Erfahrungen damit.

Am 11. November, um 19.30 Uhr, werden die beiden Autorinnen in der Kreuzkirche in Celle aus ihrem Werk lesen. „Wir möchten zum kreativen Umgang mit Trauer ermutigen, zu einem Umgang, der den Schmerz nicht ausklammert, sondern durch ihn eine neue Seelentiefe erfahren lässt“, sagt Dorothea Stockmar.

„Wir möchten zum kreativen Umgang mit Trauer ermutigen, zu einem Umgang, der den Schmerz nicht ausklammert, sondern durch ihn eine neue Seelentiefe erfahren lässt“, sagt Dorothea Stockmar.

Martina Hancke