

## Einen Paralleltext schreiben

Die Trauer, sie ist noch da. Tief in mir spricht sie, hält Monologe. Tag für Tag. Ab und zu versuche ich, sie in ein Gespräch zu verwickeln und sie zu provozieren. Vor zwei Tagen konfrontierte ich sie mit Optimismus. Warum sollten sich Gegensätze nicht aufheben können? Ich schaute aus dem Fenster, während die Sonne aufging und mir hoffnungsvoll einen neuen Tag verkündete. Ich hörte auf ihr  
5 Zureden, versuchte, die Trauer herunterzuschlucken. Doch ich merkte, dass sie wie ein Kloß in meinem Hals steckte. Fast wäre ich an ihr erstickt. Die Trauer besiegte ihren optimistischen Gegenpart mit einem Schlag.

Manchmal verabschiedet sie sich für wenige Minuten, sagt, es sei nun Zeit zu gehen. Scheinbar gefällt es ihr aber doch ganz gut bei mir, so wie es ihr vorher bei meiner Freundin gut gefallen hat. Bei ihr  
10 verweilte sie eine halbe Ewigkeit. Wir können zwar versuchen, gegen sie zu kämpfen, aber meist sucht sich die Trauer selbst aus, wann sie wieder geht und wohin.

Manchmal lässt sie sich auf eine Lastenteilung ein. Ein Mensch tritt in einem solchen Fall an einen Trauernden heran und teilt mit ihm die schwere Bürde, erleichtert ihn sozusagen ein wenig. Im Gruppengespräch von Trauer, Trauernden und Mitgefühl lässt sie sich sogar ab und zu auf eine Neuerung  
15 ein. Negative Gefühle werden dann durch positive Erinnerungen ersetzt.

Dem einen oder anderen hilft es, seine Ohren nach innen zu verschließen. Wenn die Monologe nicht gehört werden, werden sie seltener. Oder sie sammeln sich und erschallen in einem unerwarteten Moment als ohrenbetäubender Schrei. In ihm vermischen sich dann nach und nach die Argumente, die in den Monologen noch fein ausgearbeitet waren.