

# Von der Brutalität des Vergänglichen

von Al'Leu

Der bekannte Psychotherapeut Karl Guido Rey dokumentiert in seinem Buch die eigene Trauer über den Verlust seiner Frau, die vor fünf Jahren an den Folgen eines Gehirntumors starb. Das Buch schildert die Gefühlszustände eines Mannes, der seine Emotionen nicht hinter einer rationalen Fassade aufstauen lassen kann.

Sein bisheriges von Erfolg verwöhntes Leben wird von seinem Verlustschmerz, seiner Verzweiflung und der eigenen Hilflosigkeit geflutet. Dabei lähmten ihn die Trauer und die Depression so, als ob er das Opfer zweier gewaltiger Raubtiere wäre, von denen er genau weiss, dass sie ihn umbringen, wenn er sich nicht mit aller Kraft gegen sie zur Wehr setzt:

"Ich entschloss mich, ihren Schmerz auszuhalten. Ich wollte ihn ausdrücken. Ich sprach mit Menschen. Ich führte Selbstgespräche. Ich redete mit den Toten. Ich betete und fluchte. Ich weinte still in mich hinein und schrie. Später schoss ich meine Gefühle mit Farben aufs Papier. Ich trainierte zweimal in der Woche im Fitnessstudio meine Muskeln und radelte durch die Wälder, um mir Kraft für

Sein bisheriges von Erfolg verwöhntes  
Leben wird von seinem Verlustschmerz,  
seiner Verzweiflung und der eigenen  
Hilflosigkeit geflutet.

den Kampf  
anzueignen.  
Schliesslich  
began ich  
zu schreiben.  
Als es mir  
gelang, was  
ich empfand

und dachte, aufzuzeichnen, konnte ich in meiner Trauer Schritte tun. Ich stocherte zwar in jedem Satz in Wunden herum und riss Vernarbtes schmerzvoll wieder auf. Ich hoffte aber, auf diese Weise den an sich unbeschreiblichen Verlust anzunehmen und als fruchtbaren Bestandteil in mein Leben einbauen zu können."

Doch die Regression holt seine Versuche, einen neuen Lebenssinn zu entwickeln, immer wieder ein:

"Ich sah mich eingereiht in den langen Zug der Masse der Verlassenen. Ich sah meine Frau im Meer der Namenlosen untergehen, die man vergisst.."

Schliesslich gelingt es Karl Guido Rey, seinen Trauerprozess für

sich ertragbar zu machen. Er schwillt langsam nicht mehr weiter an, löst das Eingekreistsein und wandelt sich zunehmend in einen akzeptablen Teil seiner Biografie. Die Zeit heilt die Wunden, doch die Narben bleiben.

Dr. Karl Guido Rey zeigt in seinem Buch auf beeindruckende Weise, dass ein persönlich betroffener Psychoanalytiker mit eigener Praxis und Autor von Büchern im Grenzbereich von Tiefenpsychologie und Spiritualität beim Trauern genauso ein verletzlicher Mensch ist wie viele andere auch:

"Die Psychologie sollte mir helfen, meine zerbrochene Persönlichkeit wieder zusammenzufassen. Durch eine Freud'sche, später durch eine Jung'sche Analyse vermochte ich zwar deren zersplitterte Teile zu orten. Sie zusammenzufügen und meine gesplante Identität zu heilen, gelang mir erst im Wunder der Liebe zu meiner Frau."

In den im Buch abgedruckten Briefen lässt Karl Guido Rey ein subtiles Porträt seiner Frau Anna entstehen, der die Hebamme bei ihrer Geburt eine "Glückshaut" attestierte.

In erzählerischen Rückblenden skizziert Rey die gesellschaftlichen Hintergründe, sowie den beruflichen und menschlichen Werdegang, der das Wachsen der grossen, nicht immer geradlinigen Liebe zwischen Anna und Guido möglich machte.

Karl Guido Rey zeigt in seinem Buch, dass sich das Finden von neuem Boden unter den Füßen nach einer schweren



Karl Guido Rey  
**Wenn ein Mann trauert**  
Der Weg der Liebe  
durch Abschied und Tod  
192 Seiten, CHF 11.90, € 9.90  
ISBN 976-3-451-05739-7  
Verlag Herder, Freiburg i. Br.  
[www.herder.de](http://www.herder.de)

Lebenskrise, trotz aller Hoffnungslosigkeit lohnt, auch dann, wenn man die Worte des in einem abgelegenen Ort in Sibirien geborenen Dichters Jewgeni Alexandrowitsch Jewtuschenko hilflos zur Kenntnis nehmen muss:

"Wenn ein Mensch stirbt, dann stirbt mit ihm der erste Schnee und sein erster Kuss und sein erster Kampf. All das nimmt er mit. Die Menschen gehen fort... Da gibt es keine Rückkehr. Ihre geheimen Welten können nicht wiederentstehen. Und jedes mal möchte ich von neuem diese Unwiederbringlichkeit hinausschreien..."