

George A. Bonanno

# Die andere Seite der Trauer

Verlustschmerz und Trauma  
aus eigener Kraft überwinden

Aus dem Amerikanischen von  
Michael Halbrodt

Mit einem Vor- und Nachwort von  
Hilarion G. Petzold

**EDITION SIRIUS**

---

Bielefeld und Basel  
2012

Titel der amerikanischen Originalausgabe:

*The Other Side of Sadness.*

What the New Science of Bereavement Tells Us About Life After Loss.

Copyright © 2009 by George A. Bonanno.

Published by Basic Books, A Member of the Perseus Books Group  
(New York).

Der Verlag dankt dem Deutschen Übersetzerfonds  
für die Förderung der Übersetzung.

<p>Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über <a href="http://dnb.ddb.de">http://dnb.ddb.de</a> abrufbar.</p>
--

© EDITION SIRIUS im AISTHESIS VERLAG GmbH & Co. KG 2012

Postfach 10 04 27, D-33504 Bielefeld

Bläsiring 136, CH-4057 Basel

Umschlaggestaltung unter Verwendung eines Bildes  
von Hans Haessig (Basel)

Satz: Germano Wallmann, [www.geisterwort.de](http://www.geisterwort.de)

Druck: docupoint GmbH, Magdeburg

Alle Rechte vorbehalten

ISBN 978-3-89528-888-3

[www.edition-sirius.de](http://www.edition-sirius.de)

[www.aisthesis.de](http://www.aisthesis.de)

# Inhalt

Hilarion G. Petzold: Vorwort .....	7
Anmerkung des Verfassers .....	10
Kapitel 1 Das Schlimmste, was überhaupt nur passieren konnte .....	11
Kapitel 2 Ein wenig Geschichte .....	21
Kapitel 3 Kummer und Lachen .....	37
Kapitel 4 Resilienz .....	57
Kapitel 5 Whatever Gets You Through the Night .....	79
Kapitel 6 Erleichterung .....	95
Kapitel 7 Wenn die Trauer das Kommando übernimmt .....	107
Kapitel 8 Angst und Neugier .....	125
Kapitel 9 Zwischen »war«, »ist« und »wird sein« .....	143
Kapitel 10 Sich das Jenseits vorstellen .....	157
Kapitel 11 Chinesische Trauerrituale .....	181
Kapitel 12 Aufblühen im Angesicht von Not und Elend .....	207
Danksagungen .....	217
Hilarion G. Petzold: »Natürliche Resilienz« – wieder aufstehen nach Schicksalsschlägen. Ein Nachwort .....	219
Anmerkungen .....	243
Literaturverzeichnis .....	263
Register .....	273

## Kapitel 1

# Das Schlimmste, was überhaupt nur passieren konnte

Heather Lindquist war gerade in der Küche beim Abwasch nach dem Mittagessen, als sie ein dumpfes Geräusch hörte. Es klang, als käme es aus dem Flur und war gerade laut genug, dass man es nicht überhörte. »Jungs«, rief sie, »was stellt ihr jetzt schon wieder an?« Es kam keine Antwort. Sie fand ihre beiden Söhne friedlich spielend auf der Wohnzimmercouch vor. Sie kicherten. »Ihr Witzbolde«, sagte sie lächelnd. »Was war das für ein Geräusch?« Sie zuckten mit den Schultern. »Wo ist euer Vater?« Ohne eine Antwort abzuwarten, rannte sie auf den Flur hinaus. Sie schrie auf vor Schreck, als sie John, ihren Mann, zusammengekrümmt auf dem Boden liegen sah. John hatte schweres Asthma. Er nahm neue Medikamente und diese schienen auch anzuschlagen, doch plötzlich führte der schlimmste Anfall, den er je erlitten hatte, zum Zusammenbruch. Heather tat alles Erdenkliche, um das Leben ihres Mannes zu retten. Dann rief sie einen Krankenwagen. Der Rest verschwand im Nebel. John starb auf dem Weg ins Krankenhaus an einem Herzstillstand.

Heather war vierunddreißig. Ihre Söhne waren fünf und sieben. In diesem Augenblick empfand sie Johns Tod als das Schlimmste, was ihr überhaupt nur hätte passieren können.

Die meisten von uns fürchten sich so sehr davor, dass denen, die wir lieben, etwas zustoßen könnte, dass es uns schwer fällt, überhaupt nur daran zu denken. Doch irgendwann bleibt uns nichts anderes übrig. Bei Untersuchungen über belastende Lebensereignisse steht der Tod eines Angehörigen ganz oben auf der Liste.<sup>1</sup> Wir stellen uns Trauer als Schatten vor, der sich gnadenlos an uns heftet und uns überallhin folgt. Unserer Vorstellung nach verwandelt die Trauer Licht in Dunkelheit

und vertreibt die Freude aus allem, womit sie in Berührung kommt. Sie ist übermächtig und unnachgiebig.

Trauer ist zweifellos problematisch. Aber ist sie wirklich immer übermächtig?

Heather Lindquist hat ihr ganzes Leben in derselben ruhigen Vorstadtgemeinde im Norden von New Jersey verbracht. Sie und John waren schon auf der Highschool ein Paar. Sie heirateten und kauften ein Einfamilienhaus. Sie bekamen Kinder und schafften sich einen Hund an. Die Schulen waren gut, und die Gemeinde bildete einen festen Zusammenhalt. Heather meinte zwar, der Fernseher lief öfter, als es sein müsste, aber ansonsten schien alles in bester Ordnung zu sein.

Dann starb John, und sie musste völlig umlernen.

Sie war jetzt alleinerziehende Mutter. Sie musste neue Wege finden, um Geld zu verdienen und mehr Zeit mit ihren Kindern zu verbringen. Und irgendwie musste sie den Kummer aller in Grenzen halten. Sie entdeckte eine Stärke, die sie nie an sich vermutet hatte. Es war eine schmerzhaft und bisweilen auch sehr einsame Zeit. Doch Heather fand Sinn und Kraft und sogar Freude in dem Gedanken, dass sie es schaffen würde.

»Ich dachte, ich würde zusammenbrechen. Ja, wirklich. Zumindest wollte ich es. Das wäre das Einfachste gewesen«, erklärte Heather. »Doch ... ich konnte nicht. Jeden Tag stand ich auf und tat, was zu tun war. Die Tage vergingen und irgendwie funktionierte es. Die Jungs waren toll. Anfangs waren sie natürlich völlig verstört. Wie wir alle. Aber sie haben sich gefangen. Und wir hielten zueinander. Wie sehr ich die Jungs liebe. John wäre stolz auf sie gewesen.«

\* \* \*

Heathers Geschichte verdeutlicht eine seltsame Ironie in unserer Art des Nachdenkens über Leid und Trauer. Wir können uns der Erkenntnis nicht entziehen, dass Verlustschmerz unvermeidlich ist. Wie Tod und Steuern, sagt das Sprichwort. Schließlich ist jeder mit Leid konfrontiert und wahrscheinlich mehr als einmal im Leben. Doch trotz seiner Allgegenwart wissen die meisten Menschen so gut wie nichts über das, was sie erwartet. Selbst Menschen, die bereits einen großen Verlust erlitten haben, wissen oft nicht, ob die Trauer, die sie empfunden haben, normal war und ob sie etwas entfernt Ähnliches empfinden werden, wenn sie dergleichen noch einmal durchmachen müssen.

Wir könnten uns Fragen ohne Ende stellen: Was bedeutet es wirklich, jemanden zu verlieren? Fühlt sich Trauer jedes Mal gleich an? Ist sie

für jeden gleich? Wird sie immer von Schmerz und Qual beherrscht? Wie lange dauert sie? Wie lange sollte sie dauern? Was, wenn jemand scheinbar nicht genug trauert? Was, wenn jemand davon spricht, er habe eine fortdauernde Beziehung zu der verstorbenen Person? Ist das normal? Das sind große und wichtige Fragen. Wenn wir etwas davon verstehen, wie unterschiedlich Menschen auf Verlust reagieren, dann verstehen wir etwas vom Sinn des Menschseins, etwas über die Art, wie wir Leben und Tod, Liebe und ihre Bedeutung, Kummer und Freude erfahren.

An Büchern über Trauer und Verlust besteht kein Mangel. Die meisten nehmen eine erstaunlich enge Perspektive ein und gehen den ernstesten Fragen aus dem Weg. Ein Grund dafür ist, dass viele dieser Bücher von praktizierenden Ärzten und Therapeuten geschrieben sind. Das ist nicht überraschend, erweist sich aber als ziemlich problematisch, wenn wir ein erweitertes Verständnis von Trauer erlangen wollen. Trauertherapeuten neigen dazu, nur jene Gruppe von Hinterbliebenen wahrzunehmen, deren Leben bereits vom Leiden gezeichnet ist, Menschen, für die professionelle Hilfe die einzige Chance auf ein Weiterleben darstellt. Solche menschlichen Dramen mögen ergreifend sein, aber sie sagen uns wenig darüber, was Trauer für die Mehrzahl der Menschen bedeutet.

Die Ratgeberliteratur neigt demselben Ende des Spektrums zu. Sie schildert Trauer als lähmenden Schmerz, als tiefen Kummer, der uns vom gewohnten Lebensweg abbringt und es uns schwer macht, so zu funktionieren, wie wir es früher taten. Die Hinterbliebenen in diesen Büchern können nur darauf hoffen, sich allmählich aus einem Zustand halb bewusster Verzweiflung zu befreien. Ratgeber bringen diese dramatische Sicht in Titeln wie *Rückkehr ins Leben* oder *Aus der Trauer erwachen* zum Ausdruck.<sup>2</sup>

Übermächtige Gefühle der Trauer sind keineswegs trivial, und schon gar nicht für diejenigen, die unter ihnen leiden. Doch sie entsprechen nicht dem, was die Mehrheit der Menschen beim Verlust eines Angehörigen empfindet. Bei der Untersuchung von Trauerfällen haben meine Kollegen und ich Hunderte von Personen interviewt. Teil der Untersuchung war, dass wir die Leute baten, uns ihre persönliche Geschichte zu erzählen, wie sie den Verlust erlebt haben und wie es um ihre Trauer beschaffen war. Viele der freiwilligen Teilnehmer unserer Studie geben an, dass sie versucht hätten, sich in das Thema Trauer und Verlust einzulesen. Sie fügten jedoch rasch hinzu, dass sie in ihrer Lektüre nichts finden konnten, was sich mit ihrem eigenen Erleben deckte.

Stattdessen bekommen wir oft von ihnen zu hören, sie hätten nur deshalb an unserer Forschungsarbeit teilnehmen wollen, um die Gelegenheit zu erhalten, den sogenannten Experten zu zeigen, wie Trauer von innen aussieht.

\* \* \*

Kurz nach meiner Promotion in Klinischer Psychologie 1991 erhielt ich ein merkwürdiges Stellenangebot: Ich sollte eine Forschungsstudie über Trauerarbeit an der University of California in San Francisco leiten. Ich sage merkwürdig, weil ich zu dieser Zeit so gut wie keine Erfahrung mit Trauer und Verlust hatte, weder auf beruflicher noch auf persönlicher Ebene. Ich hatte bis dahin einen großen Verlust erlebt: Mein Vater war ein paar Jahre zuvor gestorben, und ich hatte unsere Beziehung im Rahmen meiner Ausbildung zum Therapeuten erforscht. Doch seither hatte ich über meine eigenen Trauerreaktionen nicht viel nachgedacht. Ich muss zugeben, dass ich den Gedanken, mich mit Tod und Trauer zu beschäftigen, ein wenig beunruhigend fand. Ich fragte mich, ob das nicht womöglich ein zu deprimierender Forschungsgegenstand sei, über den ich selbst depressiv werden könnte.

Als ich mich jedoch in Bücher und wissenschaftliche Abhandlungen zum Thema Trauer vertiefte, war mein Interesse schnell geweckt. Obwohl Trauer ein Teil des Lebens ist, etwas, womit nahezu jeder fertig werden muss, ist sie erstaunlich wenig beachtet oder systematisch untersucht worden.

Als ich mich für das Thema zu interessieren begann, setzte allerdings in dieser Hinsicht gerade ein Prozess des Umdenkens ein.

Durch den Vietnamkrieg war ein großes Interesse an psychologischen Traumata entstanden. Anfangs beschränkte sich die Forschung größtenteils auf Kriegstraumata. Doch allmählich erweiterte sich das Spektrum auf andere Arten belastender Ereignisse, wie Naturkatastrophen, Vergewaltigung, tätliche Angriffe und, schließlich, Verlust durch Todesfälle.

Überraschenderweise bestätigten diese frühen Untersuchungen nur sehr bedingt das traditionelle Bild des Trauerns. Einige der Forschungsergebnisse deuteten sogar darauf hin, dass die vorherrschenden Meinungen über den Trauerprozess eigentlich nicht zutreffen. Noch spannender wurde es, als zwei prominente Wissenschaftlerinnen, Camille Wortman und Roxanne Silver, 1989 einen Aufsatz mit dem gewagten Titel »The Myths of Coping with Loss«<sup>3</sup> veröffentlichten, in dem sie behaupteten, dass die Grundannahmen über den Vorgang

der Verlustbewältigung faktisch falsch seien. Je mehr ich mich mit dem Thema beschäftigte, umso mehr tendierte ich dazu, ihnen Recht zu geben. Der »aktuelle Wissensstand« über Trauerbewältigung war offenkundig hoffnungslos überholt. Was für eine interessante und verlockende Perspektive für einen Forschungsneuling! Trotz meiner Vorbehalte wegen des vermeintlich heiklen Charakters der Sache beschloss ich, das Angebot anzunehmen. Ich zog nach San Francisco.

Ich nahm an, ich würde mich allenfalls für ein paar Jahre mit Trauerforschung befassen, um dann zu größeren und lukrativeren Dingen überzugehen. Nun, fast zwanzig Jahre später, stelle ich zu meiner Überraschung fest, dass Trauer immer noch im Mittelpunkt meiner Forschungstätigkeit steht. Der Grund ist ein einfacher: Über Trauerbewältigung war so wenig bekannt, dass jede neue Studie und jede neue Frage etwas Neues zutage förderte. Oft machten meine Kollegen und ich unerwartete Entdeckungen, und zwar einfach deshalb, weil wir Fragen über Trauer und Verlust stellten, die niemand vorher gestellt hatte.

Unser Ansatz war denkbar schlicht. Das Originelle daran, wenn man es so nennen will, war, dass wir einfach Standardmethoden aus anderen Gebieten der Psychologie auf das Thema Trauer und Verlust anwendeten. Trauerexperten zum Beispiel mutmaßten, dass es wesentlich sei, über den eigenen Schmerz nach einem Verlust zu sprechen. Allerdings hatten sie diesen Gedanken nie experimentell überprüft. Die Mainstreampsychologie stellte uns eine Vielzahl möglicher Testmethoden zur Verfügung. Wir benutzten zum Beispiel experimentelle Paradigmen, bei denen wir Personen, die unlängst einen Trauerfall erlitten hatten, baten, uns über ihren Verlust und andere wichtige Ereignisse aus ihrem Leben zu berichten, und dann verglichen wir beide. Während unsere Probanden sprachen, zeichneten wir ihre Mimik und die Funktionen ihres vegetativen Nervensystems auf, um so ihre Gefühlsregungen messen zu können. Ferner transkribierten wir die Aussagen unserer Probanden, um quantitativ erfassen zu können, wie oft sie über ihren Verlust sprachen und wie sehr sie dabei auf ihre emotionalen Reaktionen eingingen. An sich war keine dieser Techniken neu, doch keine von ihnen war jemals zuvor zur Erforschung des Trauerprozesses eingesetzt worden.

Die Tatsache, dass ich so wenig über den Trauervorgang wusste, erwies sich als großer Vorteil. Meine Naivität hätte zum Problem werden können, was bisweilen auch geschah, doch in den meisten Fällen eröffnete sie mir eine unverstellte Sicht auf die Dinge. Ich hatte wenige vorgefasste Meinungen hinsichtlich der zu erwartenden Ergebnisse und

tendierte deshalb dazu, einfache Fragen zu stellen, die bis dahin noch nicht angesprochen worden waren. Ich fragte mich zum Beispiel, wie der typische Trauerverlauf aussieht.

Bis vor Kurzem vertraten die meisten Theorien über Trauer und Verlust die Ansicht, Trauer sei eine Art kontinuierlicher Arbeitsprozess, der lange braucht, bevor er zu einem Abschluss gelangt. Experten haben sogar den Begriff der »Trauerarbeit« benutzt, um diesen langwierigen Prozess zu beschreiben, den ihrer Meinung nach jeder Trauernde durchlaufen müsse, um einen Verlust erfolgreich zu bewältigen. Sie haben diesen Gedanken bis ins kleinste Detail ausformuliert. Bücher und Zeitschriften zum Thema enthalten häufig Tabellen und Listen, in denen die einzelnen Phasen und Stadien aufgeführt sind, die der Trauerprozess umfasst. »Erfolgreiches« Trauern, so wird oft behauptet, hänge von diesen Phasen und Stadien ab, und das Unvermögen, sie vollständig zu durchlaufen, führe nur zu noch größerem Schmerz.

Diesen Listen und Tabellen liegt auch die Annahme zugrunde, dass Trauer mehr oder minder für alle gleich sei, und dass etwas nicht stimmen könne, wenn manche Menschen schnell über ihre Trauer hinwegkommen oder wenn sie anscheinend einige »Stadien« des Trauerns übersprungen haben. Mit solchen Ideen im Gepäck wird man leicht argwöhnisch, wenn Hinterbliebene einen entspannten oder sogar glücklichen Eindruck machen. »Ob es sich wohl um eine Art Verleugnung handelt?«, ist man geneigt, sich zu fragen. Oder schlimmer noch, vielleicht war der betreffenden Person von vornherein nie viel an dem Verstorbenen gelegen? Oder vielleicht wird sie, wenn ihr niemand hilft, Zugang zu ihrer Trauer zu finden, irgendwann in Jahren unter einer Art Spätreaktion leiden.

Bemerkenswerterweise habe ich in den vielen Jahren, seit ich Trauer und Verlust erforsche, keinerlei Beweis für irgendeine dieser Ideen gefunden. Vielmehr legt ein Großteil dessen, was meine Kollegen und ich herausgefunden haben, ein völlig anderes Bild des Trauervorgangs nahe.

Einer der konstantesten Befunde lautet, dass Trauer keine eindimensionale Erfahrung ist. Sie ist weder für alle gleich noch gibt es Anzeichen für bestimmte Stadien, die jeder durchlaufen müsste. Vielmehr weisen die Trauerreaktionen Hinterbliebener langfristig unterschiedliche Muster und Verläufe auf. Ich habe in Abbildung 1 die häufigsten Muster dargestellt. Einige Hinterbliebene leiden unter *chronischer Trauer*. Der Verlustschmerz überwältigt sie schlicht und einfach und macht es ihnen unmöglich, zu ihrer normalen Alltagsroutine zurückzukehren.

Bedauerlicherweise kann sich dieser Kampf bei einigen über Jahre hinziehen. Andere machen die Erfahrung einer allmählichen *Erholung*. Sie leiden intensiv, besinnen sich aber allmählich und bekommen ihr Leben dann langsam wieder in den Griff.

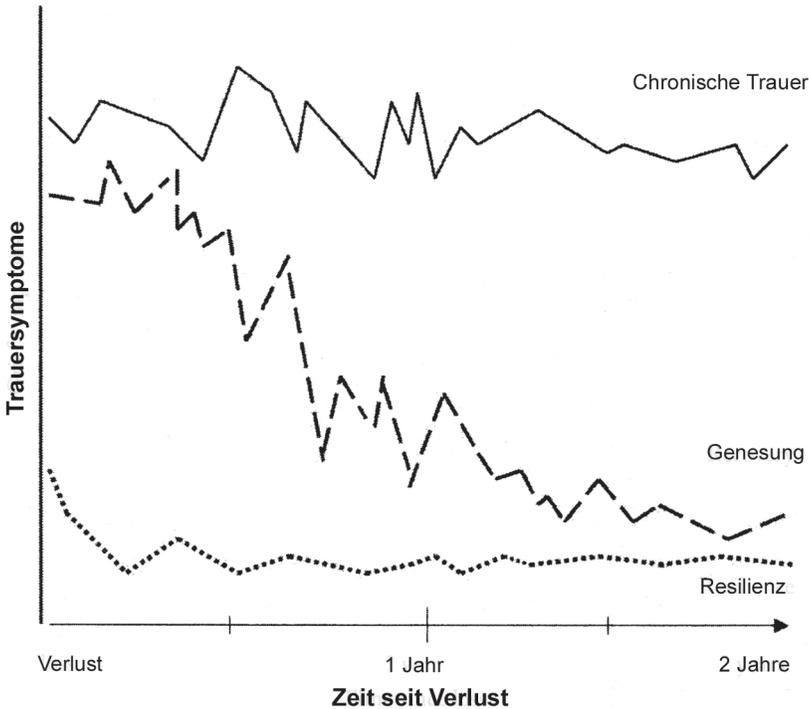


Abbildung 1. – Die drei häufigsten Trauerreaktionsmuster nach G.A. Bonanno, »Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Adverse Events?«, *American Psychologist* 59: 20-28.

Die gute Nachricht für die meisten von uns lautet, dass Trauer weder etwas Übermächtiges noch etwas extrem Langwieriges ist. So furchtbar der Verlustschmerz sein kann, die meisten von uns sind *widerstandsfähig*. Manche von uns gehen mit der Situation so erfolgreich um, dass kaum irgendwelche Auswirkungen auf unser Alltagsleben zu spüren

sind. Ein Verlust mag uns betroffen machen, ja sogar erschüttern, dennoch sind wir nach wie vor in der Lage, unser Gleichgewicht wiederzuerlangen und weiterzuleben. Dass Trauer mit Kummer und Schmerz einhergeht, ist unbestritten. Doch das ist nicht alles. Trauer ist in erster Linie eine menschliche Erfahrung, etwas, wofür wir geschaffen sind, und sicherlich nichts, was uns überfordern soll. Vielmehr scheinen unsere Trauerreaktionen darauf ausgelegt zu sein, uns dabei zu helfen, Verluste relativ schnell zu akzeptieren und zu überwinden, um weiterhin ein erfülltes Leben führen zu können. Widerstandsfähigkeit bedeutet natürlich nicht, dass jeder einen Verlust vollständig verarbeiten oder zu einem »Abschluss« gelangen muss. Selbst die Robustesten scheinen zumindest ein Quäntchen stiller Wehmut zu bewahren. Doch sind wir in der Lage, unser Leben fortzusetzen und diejenigen zu lieben, die noch unter uns sind.

Ein weiterer Befund meiner Forschung lautet, dass Trauer keineswegs *Sturm und Drang* bedeutet. Natürlich stellt Kummer einen Großteil der Trauer dar. Ich werde Kummer in Kapitel 3 eingehender untersuchen und z.B. erläutern, warum wir ihn während der Trauer so tief empfinden und in welcher Hinsicht er uns beim Umgang mit einem Verlust behilflich ist. Ich werde ferner zeigen, dass Trauernde zu ungetrübter Freude in der Lage sind, dass sie lachen und Momente des Glücks genießen können, sogar in den Tagen und Wochen unmittelbar nach einem Verlust. Die frühe Trauerliteratur tendierte meist dazu, derartige positive Erfahrungen unter den Teppich zu kehren oder als Beispiele für Verleugnung und Nichtwahrhabenwollen zu werten. Meine Forschungsarbeiten legen das Gegenteil nahe. Positive Erfahrungen sind nicht nur weit verbreitet, sondern sie haben auch tendenziell einen wohltuenden Einfluss auf andere Menschen und können dem Trauernden sogar helfen, sich nach einem Verlust schneller zu erholen.

Der Schwerpunkt dieses Buches liegt auf der natürlichen Widerstandskraft von Hinterbliebenen, doch möchte ich das große Leid nicht bagatellisieren, dass manche über einen Verlust empfinden. Wenn wir allerdings beides in den Blick nehmen, tiefen Schmerz und gesunde Widerstandskraft, erkennen wir den Gegensatz zwischen diesen beiden Extremreaktionen nur umso deutlicher und können deshalb genauer erforschen, warum manche Menschen mehr leiden als andere und was man, wenn überhaupt, dagegen unternehmen kann.

Wenn wir die ganze Bandbreite von Trauerreaktionen betrachten, erkennen wir auch, dass es um mehr geht, als einfach den Schmerz zu überwinden und weiterzumachen. Trauer ist eine mächtige Erfahrung,

selbst für die Robustesten von uns, und verändert manchmal dramatisch unsere Sicht des Lebens. Normalerweise lassen sich die meisten von uns durch ihren hektischen Alltag treiben, ohne im Mindesten über Leben und Tod oder all die anderen lästigen existentiellen Fragen nachzudenken: Woher kommen wir? Welche Rolle spielen wir im großen Weltenplan? Der Tod eines geliebten Menschen ist oft der Anlass, sich, zumindest zeitweilig, diesen existentiellen Fragen zu stellen und die Welt und unseren Platz in ihr mit mehr Abstand zu betrachten.

Hinterbliebene ertappen sich häufig bei der Frage, wohin ihre geliebten Verstorbenen wohl gegangen sein mögen. Sind sie einfach verschwunden, oder besteht die Möglichkeit, dass sie an einem anderen Ort in veränderter Gestalt weiterexistieren? Tatsächlich empfinden zahlreiche Hinterbliebene eine starke, konkret wahrnehmbare Beziehung zu ihren verstorbenen Angehörigen, so etwas wie eine fortdauernde Bindung, als wäre die Person noch am Leben und würde von einer anderen Wirklichkeitsebene aus mit ihnen kommunizieren. Solche Erfahrungen können tröstlich, ja sogar großartig sein, aber, aufgrund der in der westlichen Kultur verankerten Normen wissenschaftlicher Objektivität, auch für eine tiefe Verstörung sorgen.

Keinerlei Verunsicherung dieser Art ist in Teilen der Welt anzutreffen, in denen eine fortgesetzte Beziehung zu verstorbenen Angehörigen gang und gäbe ist, wenn sie nicht gar zum Grundbestand der jeweiligen Kultur gehört. In Teilen Afrikas oder in Mexiko zum Beispiel nehmen Hinterbliebene an Jahrhunderte alten Ritualen teil, die es den Verstorbenen ermöglichen, zurückzukehren und unter den Lebenden zu wandeln. In der chinesischen und anderen asiatischen Kulturen haben Zeremonien auf der Grundlage ritueller Kommunikation mit den Ahnen die Jahrtausende überdauert und widersetzen sich bis heute dem durch politische Umwälzungen und die Globalisierung auf wirtschaftlichem und kulturellem Gebiet bedingten Verschleiß.

Was geschieht, wenn wir versuchen, einige dieser kulturellen Elemente miteinander zu kombinieren? Dem Neuen ein wenig vom Alten beizumischen? Die Kapitel 10 und 11 sind eine Aufforderung an den Leser, mich auf einer kleinen Weltreise zur Erforschung dieser Art von Fragen zu begleiten.

Doch so weit ist es noch nicht. Wir wollen der Reihe nach vorgehen und uns zunächst genauer anschauen, was passiert, wenn eine uns nahestehende Person stirbt.