

ICH GEH MIT DIR
BIS ZUM
Regenbogen

KATHARINA HANGEL

© 2024 Katharina Hangel

Lektorat / Korrektorat: Conny Strumberger-Sellner

Umschlaggestaltung und Layout: Lisa Keskin

Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin: Buchschmiede von
Dataform Media GmbH, Wien



ISBN Softcover: 978-3-99165-203-8

ISBN Hardcover: 978-3-99165-202-1

ISBN E-Book: 978-3-99181-043-8

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Für Moritz und Fabian

*Damit ihr euch immer
an seine große Liebe erinnern könnt.*

*Damit ihr immer wisst,
dass er für euch bleiben wollte.*

*Damit ihr nie vergesst,
was für ein großartiger Kämpfer er war.*



Katharina Hangel wurde 1973 in Wien geboren und ist Mutter von zwei Söhnen. Ursprünglich kommt die Autorin aus dem Marketing. 2010 wagte sie den Sprung in die Selbstständigkeit und machte ihr Hobby zum Beruf. Sie gründete einen Damensportclub.

Nach wenigen Jahren in diesem Bereich erfüllte sie sich einen großen Traum und absolvierte eine Ausbildung zur psychologischen Beraterin.

Kurz nachdem sie sich damit selbstständig gemacht hatte, erhielt ihr Mann die Diagnose Gehirntumor. Eine Diagnose, die ihr Leben und das Ihrer Familie von einem Tag auf den anderen völlig auf den Kopf stellte.

Katharina steckte all ihre Energie und Kraft in die Betreuung ihres schwerkranken Mannes und begleitete ihn liebevoll bis zum Regenbogen. Ihre Expertise als psychologische Beraterin half ihr dabei, in all dem Drama nicht unterzugehen, sondern das Geschenk hinter ihrem Verlust zu erkennen. Die Erfahrungen während dieser Zeit schildert sie in diesem Erstlingswerk.

Prolog

Alles hat mit Liebesbriefen begonnen, die ich auf meinem Facebook-Account veröffentlicht habe.

Liebesbriefe an meinen Mann Herb, der uns viel zu früh verlassen musste. Ein bösartiger Gehirntumor war so viel stärker als er.

Um meinem Schmerz über diesen großen Verlust und meiner tiefen Traurigkeit Ausdruck zu verleihen, habe ich Liebesbriefe an ihn verfasst. Und damit nicht genug, musste ich sie auch in die Welt hinausschicken; erst dann hat es sich so angefühlt, als würden diese Zeilen auch wirklich beim ihm ankommen.

Unzählige sehr berührende Rückmeldungen habe ich auf diese Liebesbriefe bekommen – auf diese Weise hat meine Reise, ein Buch zu schreiben, begonnen. Diese Briefe, die alle nach seinem Ableben und aus der Tiefe meines Herzens entstanden sind, findet ihr auch auf den folgenden Seiten.

Ich erzähle in „Ich geh mit dir bis zum Regenbogen“, wie uns die Diagnose eines bösartigen Gehirntumors als Familie noch enger zusammengeführt hat, und wie wir mit der Prognose der Endlichkeit umgegangen sind. Ich beschreibe unseren Weg vom ersten Anruf, in dem ich von Herbs Zusammenbruch erfahren habe, unser Leben mit dieser schweren Diagnose, das Loslassen für immer und meinen ganz persönlichen Umgang mit meiner Trauer.

Wir wussten, dass wir nur noch begrenzt Zeit miteinander haben – wie lange genau konnten uns die Ärzte nicht sagen.

Wir ahnten jedoch, dass es nicht mehr viel sein wird. Und so haben wir uns entschieden, diese ungewisse Zeit als Paar und Familie noch in vollen Zügen und in hingebungsvoller Liebe auszuschöpfen.

Ich beschreibe in diesem Buch, wie wir es geschafft haben, trotz der Endlichkeit, der wir uns bewusst waren, den Fokus auf das Schöne und das Positive im Leben zu richten.

Ich schreibe über die bedingungslose Liebe zu meinem Mann, und was sie im Umgang mit seiner schweren Krankheit bewirkt hat. Und ich erzähle davon, wie ich trotz dieses schweren Schicksals unbändige Stärke entwickeln konnte und auch noch Geschenke des Lebens entdecken durfte. Ich tauche in die Welt der tiefen Gefühle ein und beschreibe, wie ich es geschafft habe, einen der allerliebsten Menschen in meinem Leben loszulassen. Ich teile unsere Traurigkeit und Verzweiflung angesichts dieser furchtbaren Diagnose und schildere, wie es mir gelungen ist, meine Familie und auch mich selbst durch diese unglaublich schwierige Situation achtsam zu begleiten.

Es ist mir wichtig, unsere Geschichte mit der Welt zu teilen, weil ich zeigen möchte, dass es trotz eines schweren Schicksalsschlages Hoffnung und Möglichkeiten gibt, um das Leben weiterhin lebens- und liebenswert zu finden.

Ich erzähle darüber, wie ich mich als Frau neu erfinden musste, was mir geholfen hat, nicht in der Trauer unterzugehen, und wie ich meinen Schmerz über diesen großen Verlust Stück für Stück verarbeiten konnte. Außerdem erfahrt ihr in diesem Buch, was das Schreiben von Briefen, Tanzen, Berührungen und der Mut, Hilfe in Anspruch zu nehmen, bei mir alles bewirkt haben.

Mir ist wichtig zu zeigen, dass ich diesen schmerzvollen Weg nicht allein gegangen bin. Ganz im Gegenteil! Ich habe mir sehr viel Hilfe geholt – für mich der Schlüssel, um viele unvorstellbar schwere Momente überhaupt bewältigen zu können.

Ich möchte anderen Menschen Mut machen, die vielleicht in einer ähnlichen Situation sind, und mit dem Buch zeigen, dass alles möglich ist – auch wenn uns das Universum so schwere und traurige Aufgaben schickt.

Die Geschichte über unseren Weg ist sehr besonders und unglaublich emotional. Ich möchte damit Menschen berühren und helfen, den Fokus wieder mehr auf die kleinen und wirklich wichtigen Dinge im Leben zu lenken. Dieses Buch ist eine Schatzkiste liebevoller Erinnerungen und Andenken an einen ganz großen Kämpfer und an eine bemerkenswerte Persönlichkeit.

Abschied von
unserem alten Leben

27. November 2019. Ich war gerade auf dem Weg in die Innenstadt, wo ich meine zwei besten Freundinnen treffen wollte. Es war der Tag, an dem die Weihnachtsmärkte in Wien aufgemacht hatten. Meine Vorfreude war riesig. Irgendwie mochte ich diese Zeit des Jahres besonders.

Sobald die Weihnachtsmärkte geöffnet hatten, war es nicht mehr lange bis zum Heiligen Abend. Das Fest, das mich zwar immer ein wenig stresste, das ich aber nichtsdestotrotz mochte. Sehr sogar. Denn es war jenes Fest, bei dem mir immer warm ums Herz wurde, weil ich spürte, wie reich beschenkt ich mit meinen Liebsten war.

Es war jener Tag, der unser Leben auf den Kopf stellte. Jener Tag, der alles zusammenbrechen ließ. Jener Tag, an dem ich anfing, stark zu werden. Jener Tag, an den ich mich nach all den Jahren noch immer so erinnern kann, als wäre er erst gestern gewesen.

Ich saß im Auto Richtung Wien. Es war circa 17.30 Uhr. Kurz davor hatte ich noch mit meinem Mann telefoniert. So wie er es immer machte, hatte er mich auch an diesem Nachmittag kurz angerufen. „Hallo Biene“, sagte er liebevoll zu mir. „Wie geht es dir?“ „Gut! Ich bin nur gerade etwas im Stress, weil ich mich fürs Weggehen fertig mache.“ „Sehr gut, mein Schatz. Ich hab jetzt noch einen Termin, dann mache ich mich auch schon auf den Weg nach Hause.“

Es war geplant, dass mein Mann meine Mama ablöst, die an diesem Nachmittag auf unsere zwei Jungs aufpasste. Also auf unseren kleinen Sohn, weil der Große schon damals sehr selbstständig war.

Aber dann kam alles ganz anders. Plötzlich läutete mein Handy. „Ja? Hallo?“, fragte ich.

„Hallo Katharina. Hier ist Andrea, die Arbeitskollegin von Herb. Herb hatte gerade im Büro einen Krampfanfall ...“ Mein erster Gedanke war ‚Oh mein Gott, was ist ein Krampfanfall?‘, da meinte Andrea weiter: „... und die Rettung bringt ihn gerade ins Spital.“ „In welches?“, fragte ich sie mit zittriger Stimme. Nachdem sie mir verraten hatte, in welchem Krankenhaus Herb war, meinte ich nur noch: „Andrea, ich habe bestimmt noch 1000 Fragen an dich, aber jetzt fällt mir keine einzige ein. Darf ich dich bitte später zurückrufen? Ich mache mich gleich auf den Weg zu ihm und gebe dir so bald als möglich Bescheid, wie es ihm geht.“

Ich versuchte, mich selbst zu beruhigen: Du hast Stress! Das kriegen wir wieder hin. Ich hab es immer gefühlt, dass es zu viel für dich ist. Du musst dich etwas ausruhen, dann geht es dir wieder gut. Bitte, bitte halte durch, ich bin gleich bei dir, mein Schatz!

An die Fahrt ins Krankenhaus kann ich mich gar nicht mehr erinnern. Ich weiß nur noch, dass ich so schnell wie möglich zu meinem Mann wollte. Ich fühlte, dass er mich jetzt sofort brauchte.

Im Spital angekommen, lief ich zur Notfallstation. Rein in den Pavillon, durch die Schiebetür, und da sah ich ihn schon liegen. Am Gang, auf einem Krankenbett, sein Blick getrübt und tieftraurig. „Was machst du denn für Sachen, Schatz?“, fragte ich ihn. Er schüttelte nur fassungslos den Kopf und sagte kein einziges Wort. Ich konnte sehen, wie schlecht es ihm ging, und wie sehr er getroffen war. „Das wird wieder, mein Schatz.“ So kannte ich ihn nicht, so hatte ich ihn noch nie gesehen. Plötzlich hatte ich schreckliche Angst und spürte, wie die Verzweiflung in mir hochkam. Ich konnte es gar nicht glauben – wir waren hier tatsächlich in einer Notfallambulanz.

Ich fand die Atmosphäre furchtbar, wie hätte es auch anders sein können? Eine innere Stimme sprach zu mir und sagte: *Ich will hier weg! Was machen wir hier eigentlich? Bitte Schatz, steh auf! Wir gehen jetzt nach Hause!*

„Herr Hangel!“, hörte ich einen Krankenpfleger rufen. Er kam zu uns herüber. „Sie sind die Frau?“ „Ja, ich bin seine Frau.“ Und meine innere Stimme brüllte wieder: *Wer sollte ich denn sonst sein?!* „Sie können gerne mitkommen“, bot mir der Krankenpfleger an. Ich dachte mir nur: *Natürlich komme ich mit, was denn sonst? Er braucht mich jetzt, und ich will bei ihm sein. Ich weiche keinen Zentimeter von seiner Seite!*

Herb wurde in ein winzig kleines Behandlungszimmer geschoben. *Oh mein Gott, ist es hier eng!* Zwei Ärzte und ein Krankenpfleger in einem Zimmer, das so groß war wie eine Abstellkammer. Der eine Arzt begann damit, ihm Fragen zu stellen. „Herr Hangel, erzählen Sie mal: Was ist passiert?“

Ich lauschte seinen Worten, konnte ihm aber nicht wirklich gut folgen, denn die Situation überforderte mich extrem. Ich fühlte mich wie in einem Vakuum, es schnürte mir den Hals zu, ich bekam nur ganz schwer Luft und hatte damit zu kämpfen, nicht umzukippen. Herbs Gesicht war blass und sein Blick trüb. Es tat mir weh, ihn so zu sehen, denn ich kannte ihn nur als starken, unverwundbaren Mann.

Und so begann er, die Situation zu schildern: „Mir wurde schwarz vor Augen, und mein Arm machte, was er wollte.“ In dieser Sekunde, als er davon erzählte, begann sich plötzlich sein Arm wieder ganz unkontrolliert zu heben und zu krampfen. „Genau so war das! Ich habe das nicht unter Kontrolle!“, rief Herb panisch.

Im ganzen Raum wurde Panik spürbar. Selbst der Arzt wirkte gestresst. Dann meinte er: „Wir spritzen Ihnen gleich ein Krampfmittel.“ Ich fühlte, dass das schnell gehen sollte. Ich stand wie versteinert da und fühlte unsere Angst – Herbs und meine.

„Herr Hangel, das müssen wir uns näher anschauen. Kinder in der Pubertät haben manchmal Krampfanfälle, was okay ist, aber bei einem Erwachsenen ist das nicht normal. Wir untersuchen das genauer, ist das in Ordnung für Sie?“, fragte der zweite Arzt.

Ich verstand in diesem Moment die Welt nicht mehr. Oder sagen wir so: Ich konnte sie auch nicht verstehen. Ich begriff zu diesem Zeitpunkt überhaupt nicht, was los war.

Und wenn ich es mir aussuchen hätte können, dann hätte ich meinen Mann einfach an der Hand gepackt und wäre mit ihm abgehauen. Ich wollte nur nach Hause. Mich zu ihm kuscheln, meine Nase in sein Gesicht stecken, seinen Bart riechen und ganz friedlich in seinem Arm einschlafen. So wie wir das jeden Abend gemacht hatten.

Ich musste mich für einen kurzen Zeitraum von Herb verabschieden. Er wurde zu einem Gehirn-MRT geführt, und ich sollte in der Zwischenzeit auf der Neurologischen Station auf ihn warten. Es kam mir vor wie eine halbe Ewigkeit. Ich saß dort auf einem Sessel am Gang. Krankenschwestern und Pfleger gingen ständig an mir vorbei, und alles fühlte sich an wie in einem Film. Einem verdammt schlechten Film. Mitleidige Blicke von Menschen, die an mir vorbeiliefen, dazu die Unsicherheit und ganz viel Angst in mir – spätestens jetzt machten sich Gedanken in mir breit, dass es vielleicht etwas Ernstes sein könnte.

Da saß ich nun auf diesem Sessel und hatte keine Ahnung, was um mich herum geschah.

Und dann sah ich endlich meinen Mann wieder – sie schoben ihn mit einem Bett in sein Zimmer. Sein Blick war leer und tieftraurig. Sein Strahlen, das er sonst immer in den Augen hatte, wenn er mich sah, war weg.

Oh Schatz, bitte, bitte hör auf, so traurig zu schauen! Es wird alles wieder gut, das verspreche ich dir! Ich bin da, ich passe auf dich auf. Ich bin stark für dich!

Das war ich natürlich gar nicht, aber ich wollte es sein. Denn bis dato war das immer er für uns gewesen. Jetzt war ich an der Reihe mit stark sein.

Die erste Diagnose

„Herr Hangel, die erste Untersuchung hat ergeben, dass sie einen Gehirntumor haben.“ „Was? Einen was hat er?!“, schoss es unkontrolliert aus mir heraus. Der Arzt ignorierte mich jedoch. Er sah nur meinen Mann an. Dennoch antwortete er auf meine Frage. „Sie haben einen Gehirntumor in der linken Gehirnhälfte.“

„Was habe ich?“, fragte jetzt auch mein Mann. „Einen Tumor? Woher habe ich den? Ich war doch gerade erst noch Skifahren mit meinem Sohn. Woher kommt der?“

„Das wissen wir nicht“, erwiderte der Arzt. Er war ruhig, gefasst und wirkte so, als hätte er diese Botschaft schon 3580-mal anderen Patienten überbringen müssen. Mitleid – ja, das war spürbar. Bedauern – auch das konnte ich fühlen. Mir war jedoch klar, dass der Arzt etwas wusste, wovon wir nicht mal annähernd eine Ahnung hatten.

In der Zwischenzeit war Herbs gesamte rechte Seite gelähmt. Der Arzt erklärte uns, die linke Gehirnhälfte sei für die rechte Körperhälfte zuständig, und der Tumor drückte auf das Bewegungszentrum meines Mannes.

Dadurch war er halbseitig gelähmt. Unvorstellbar, wie schnell das ging! Sein Arm hing bewegungslos am Körper runter, und auch sein rechtes Bein war mittlerweile gelähmt. Die Verzweiflung war ihm ins Gesicht geschrieben. „Ich bin für dich da. Mach dir bitte keine Sorgen“, sagte ich zu ihm. Was natürlich unmöglich war. Wie sollte er sich keine Sorgen machen? Dennoch wollten diese lieb gemeinten, aber rückblickend gesehen vielleicht unnötigen Worte aus mir raus.

Ich bin da, verdammt nochmal! Ich trag dich, wenn es sein muss! Egal wohin, mein Schatz. Egal wie schwer du bist. Egal was es mich kostet. Ich bin da! Und ich lass dich nicht allein! Denn ich liebe dich. Mehr als Worte sagen können. Du kannst dich auf mich verlassen. Die letzten 18 Jahre konnte ich mich immer auf dich verlassen. Du warst immer da für mich, wie ein Fels in der Brandung. Und jetzt bin ich für dich da. Hast du das verstanden, Schatz?

Der Arzt verabschiedete sich und ging aus dem Zimmer. Die Schwester kümmerte sich um meinen Mann, und ich nutzte die Gelegenheit, um kurz Luft zu holen. Ich brauchte für einen Moment Ruhe, setzte mich wieder auf „meinen“ Sessel vor Herbs Zimmer und starrte für einige Minuten ins Leere. Wenn ich davonlaufen hätte können, dann wäre genau jetzt der richtige Zeitpunkt dafür gewesen. Ich fühlte mich innerlich völlig ausgelaugt und konnte keinen klaren Gedanken fassen – alles war wirr in mir. Eine Hochschaubahn an Gefühlen baute sich auf. Eine Mischung aus Traurigkeit, Verzweiflung, Hilflosigkeit und Wut. Und plötzlich kam das Bedürfnis in mir hoch, mit meiner Mama zu telefonieren.

Ich wählte ihre Nummer. „Mama, ich kann jetzt nicht lange reden. Kannst du mir bitte Sachen wie Waschzeug und Pyjama für Herb bringen?“