

Leben nach dem Verlust

**«Ich fragte Gott nicht ‘Warum?’,
sondern ‘Was jetzt?’»**



Clarissa Moll mit ihrem verstorbenen Mann

Quelle: Instagram/ @mollclarissa

Der tragische Verlust ihres Mannes Rob veränderte das Leben von Clarissa Moll von einem Tag auf den anderen. Als Witwe und Mutter von vier Kindern stand sie vor der Herausforderung, allein den Weg zurück ins Leben zu finden.

Clarissa Moll erinnert sich mit Wärme und Freude an ihren verstorbenen Mann Rob. «Er war ein neugieriger Mensch, ein leidenschaftlicher Journalist, ein hingebungsvoller Vater und Ehemann», erinnert sie sich. Gemeinsam verbrachte die Familie unvergessliche Sommer auf Reisen in einem selbst umgebauten Wohnmobil. Doch der Traum endete jäh, als Rob bei einem Wanderunfall im Mount Rainier National Park ums Leben kam.

«Von einem Tag auf den anderen war ich Witwe mit vier Kindern», erinnert sich Clarissa Moll. «Ich musste lernen, die Kinder alleine grosszuziehen, die Familie finanziell zu versorgen und mit der überwältigenden Trauer umzugehen.»

«Ich konnte nicht beide Rollen ausfüllen»

Die Herausforderung, gleichzeitig Mutter und Vater zu sein, sei überwältigend gewesen. «Ich konnte nicht beide Rollen ausfüllen, ich konnte nur ich selbst sein», blickt sie zurück. Der Schlüssel dazu war Ehrlichkeit. «Ich musste meinen Kindern sagen, wenn ich nicht wusste, was ich tat. Gleichzeitig wollte ich ihnen zeigen, dass wir als Familie einen Weg nach vorne finden können.»

Clarissa Moll wollte ihren Kindern die Unbeschwertheit ihrer Kindheit erhalten. «Sie hatten schon mehr Dunkelheit erlebt, als Kinder in ihrem Alter ertragen sollten. Mir war es wichtig, dass sie verspielt bleiben und nicht das Gefühl haben, die Schuhe des Vaters ausfüllen zu müssen.»

Gemeinschaft als Rettungsanker

Trotz des Verlustes hat sich Clarissa Moll nie ganz allein gefühlt. «Die grösste Hilfe in meiner Trauer war die Gemeinschaft», bilanziert sie. «Freunde, Lehrer, Trainer und Nachbarn waren bereit, mich zu unterstützen – sei es mit einer Fahrt zum Baseballtraining oder einer Stunde Zeit für mich.»

Sie hat gelernt, dass Selbstfürsorge nicht in grossen Gesten bestehen muss. «Manchmal bedeutete es einfach, in Ruhe eine Tasse Kaffee zu trinken oder etwas länger zu schlafen.»

Der schmale Weg zur Heilung

Ein Wendepunkt in ihrer Trauerarbeit war ein Vers aus der Bibel, [Psalm Kapitel 118, Vers 17](#) – dort steht: «Ich werde nicht sterben, sondern am Leben bleiben und erzählen, was der Herr getan hat!» Dieser Satz begleitete sie durch die dunkelsten Tage. «Ich fragte Gott nicht 'Warum?', sondern 'Was jetzt?'», erzählt Clarissa.

Gemeinsam mit ihren Kindern wagte sie kleine und grosse Schritte. «Manchmal hielten wir uns an Robs Sachen fest, etwa seine Schuhe im Schrank oder seine Musik. Und manchmal unternahmen wir mutige Dinge wie eine Familienwanderung, obwohl uns die Angst vor einem weiteren Verlust

begleitete.»

Diese Erfahrungen haben Clarissas Familie eine neue Perspektive gegeben. «Wir kehren mit mehr Respekt und Ehrlichkeit zu den Dingen zurück, die wir geliebt haben – und finden darin Trost, auch inmitten des Schmerzes. In den Momenten, in denen ich mich am meisten verlassen fühlte, hat Gott mir gezeigt, dass seine Gnade immer da ist – oft in Form einer warmen Mahlzeit oder einer helfenden Hand.»

Brauchst du Hilfe oder einfach ein offenes Ohr? Dann melde dich bei der anonymen Lebenshilfe von Livenet [per Telefon](#) oder [E-Mail](#). Weitere Adressen für Notsituationen finden sich [hier](#).

Zum Thema:

[Glaube entdecken: Gott persönlich kennenlernen](#)

[Ein aussergewöhnlicher Weg: «Der Verlust meines Mannes führte uns beide zu Jesus»](#)

[Trotzdem Hoffnung: «Der Verlust hat uns zusammengeschweisst»](#)

Datum: 22.01.2025

Autor: Jesus Calling / Daniel Gerber

Quelle: Jesus Calling /gekürzte Übersetzung: Jesus.ch

Tags

[ERlebt](#)

[Schicksalsschlag](#)

[Tod](#)