

Aus dem Inhalt

Vorwort – *Die Redaktion*

Seite 6

Der Tod als Höhepunkt des Lebens

Interview mit Volker Fintelmann von Wolfgang Weirauch

Der Traum der ewigen Jugend / Vier organische Krankheitstendenzen / Geschwulstbildung / Sklerose / Übungen gegen die Hartherzigkeit / Die Schluckspechte / Die Ideologie der Coolheit / Eine Heiligenkrankheit / Keine zweite Krankheit teilt einem so unerbittlich mit, daß man sterblich ist / Der Schlüssel zur Krebskrankheit ist die Religion / Wenn die Sinne schwach werden / Auf den eigenen Engel lauschen / Altersverwirrtheiten / Starrsinn / Den Somnambulen müssen wir zuhören / Die Doppelgänger sind wir selbst / Dem Doppelgänger des anderen Menschen begegnen / Alkohol – das extremste Vergreisungsmittel / Ein Produzent von Ruhe / Im Innersten ist Weisheit Licht / Die unbewußte Schuld / Der Tod ist der Augenblick höchster Ich-Erfahrung / Der Sterbende braucht das Alleinsein / Der Todesaugenblick / Der Sterbende nimmt die Wunderwelt seines Leibes wahr / Falsch verstandene Totenwache / Botschaften von den Verstorbenen / „Ich bin ein tüchtiger Lehrling meiner Patienten“. Seite 7

Sterben ist Übergang

Interview mit Wolfgang Gädeke von Klaus-Dieter Neumann

Der Tod macht das Leben kostbar / Das Leben unter dem Gesichtspunkt der Ewigkeit / Die Verdrängung des Todes / Die Angst vor dem Tod / Der Tod kann ein grandioses Ereignis sein / Das Sterben im Leben erüben / Durch die Pflege eines religiösen Lebens lebt man sich in den Geist der Welt ein / Sterbebegleitung ist so notwendig wie Geburtshilfe / Dem Sterbenden tut es schon unendlich gut, wenn man sich einfach um ihn kümmert / Karma ordnen – Beziehungen im Leben klären / Wenn plötzlich der Teufel los ist / Alles, was wir auf Erden tun, hat auch im Tod seine Wirkung / Das Leben nach dem Tod kann auch grausam sein / Die Sterbesakramente in der Christengemeinschaft / Das religiöse Leben des modernen Menschen braucht die Freiheit / Die Trauer umwenden, indem man für den Verstorbenen etwas tut / Träume von Verstorbenen / Die vielfältige Beziehung der Toten zum Erdenleben / Die Verstorbenen bedürfen unserer helfenden freien Taten / Das Vorlesen sollte individuell angemessen sein /

Die lebendige Erinnerung an den Verstorbenen als Fenster zu seinem Wesen / Die Kultur kann etwas von den Toten empfangen. Seite 48

Die Weihe des Todes

Interview mit Walther Voigt von Wolfgang Weirauch

Den Tod vor Augen / Gespräch mit einem Verstorbenen / Sterben im Leben / Praktische Menschenliebe / Vom Tod junger Menschen / Lebensresümee / Augenblick des Sterbens / Sterbesakramente / In der Ferne war ein kleines Licht / Unmittelbar nach dem Tod / Die Elemente äußerten sich / Arbeit für den Verstorbenen / Der Selbstmörder / Die Verbindung zu den Verstorbenen. Seite 78

Zu den Aquarellen von Huub Tielen

Aus Novalis „Hymnen an die Nacht“. Seite 107

Wandlungen eines gemeinsamen Weges

Artikel von Concordia Leimann

Persönlicher Erfahrungsbericht über den Umgang mit Sterben und Tod des früh verstorbenen Ehemannes und Familienvaters. Seite 111

Der Tod als Wandlungsschritt

Interview mit Markus Treichler von Klaus-Dieter Neumann

Aspekte der Begegnung mit dem Tod / Den Sinn des Todes fassen / Durch die Sterbebegleitung für das eigene Leben lernen / Der Zusammenhang von menschlicher Erkenntnis und Tod / Den sterbenden Menschen in seiner Würde achten / Die fünf Phasen des Sterbens / Brücken bilden – Sterbebegleitung in der Filderklinik / Typische Fehler im Umgang mit Sterbenden / Die Lüge ist für den Sterbenden eine besondere Qual / Mit Bewußtlosen so umgehen, als wären sie anwesend / Wann ist der Mensch tot? / Tote Organe kann man nicht transplantieren / Die Trauer zulassen und verwandeln / Durch die Trauer zum anderen Menschen finden / Die Unfähigkeit zu trauern / Träume von Verstorbenen. Seite 116

Im Wartezimmer zum lieben Gott

Interview mit Christian H. von Bernd Hansen

Christian H. ist HIV-positiv. Er berichtet von seiner Aids-Erkrankung, seiner inneren Haltung und wie er auf seinen nahen Tod zugeht / „Ich hatte wahnsinnige Angst“ / Als der Freund starb / Der Umgang mit dem Sterben

anderer / Der weitere Krankheitsverlauf / Der Tunnel in die Ewigkeit / Die Reaktion der Mitmenschen / „Ich weiß, daß ich geborgen bin“. Seite 139

Trauer – das Tor in ein anderes Leben

Artikel von Hannelore Ingwersen

Die Hospizbewegung / Zur Geschichte der Hospizbewegung / Hospizarbeit in Deutschland / Stationäre Einrichtungen / Ambulante Hospizdienste / Schulungs- und Öffentlichkeitsarbeit / Was ist Trauer? / Die Unfähigkeit zu trauern / Trauer hat heilende Kraft / Drei wichtige Helfer in der Trauer / Was ist denn Trauriges an einer leeren Hülle? / Träume von Verstorbenen / Hilfe von Verstorbenen / Helfen in der akuten Trauer / Radikale Geduld lernen / Was geschieht in den Trauergruppen? / Die Klage / Beziehung zu einem Verstorbenen / Schuld und Vergebung / Das Licht findet man in der Dunkelheit. Seite 148

Die letzten Wochen und Tage

Eine Hilfe zur Begleitung in der Zeit des Sterbens

Artikel von Daniela Tausch-Flammer

Die letzte Lebenszeit / Berührung / Essen und Trinken / Fehlende Orientierung / Unruhe / Körperliche Veränderungen / Koma / Mögliche Anzeichen des nahen Todes / Unmittelbar nach dem Tod. Seite 169

Die Brücke zu den Verstorbenen

Artikel von Wolfgang Weirauch

Das Todeserlebnis / Einsam in der Finsternis / Die drei Reiche der Toten / Die Diener Ahrimans / Eine lebendige Verbindung zu Verstorbenen schaffen / Wie liest man einem Toten vor? / Mit Toten sprechen / Fragen an einen Verstorbenen richten / Hilfe von Verstorbenen / Nahrung für die Verstorbenen. Seite 179

Zu den Steiner-Zitatangaben in den FLENSBURGER HEFTEN: Die GA-Nummern beziehen sich auf die jeweilige Bibliographie-Nummer der Rudolf Steiner Gesamtausgabe im Rudolf Steiner Verlag, Dornach/Schweiz. Danach sind in der Regel das Erscheinungsjahr der benutzten Ausgabe, das Vortragsdatum bzw. Kapitel und die Seitenzahl angegeben, von der Autor-, Titel- und Ortsnennung wird abgesehen. Nach Bibliographie-Nummern geordnet ist die Rudolf Steiner Gesamtausgabe im Katalog des Rudolf Steiner Verlags aufgeführt. Der Katalog ist durch den Buchhandel erhältlich.

Liebe Leserinnen und Leser!

Wer schon einmal den Verlust eines geliebten Menschen durch den Tod durchlitten hat, der weiß, was Schmerz und Trauer sind. Er kennt Hoffnungslosigkeit, Ohnmacht, Mutlosigkeit, Verzweiflung, Verdüsterung und Ausweglosigkeit, die einen dann überfallen können. Aber wer diese starken Gefühle zuläßt, bewußt durchlebt und sie schließlich verwandelt, wird als neuer Mensch aus diesem vielleicht größten Tief in seinem Leben hervorgehen. Er kann versuchen, den Sinn des Lebens und des Todes zu erfassen, und sich bemühen, auch den Sinn dieses individuellen Todes zu verstehen. Und wenn man den Sinn des Todes erfaßt, der Beziehung zum Verstorbenen und seinem Wesen nachspürt, wird man auch die Realität der Toten begreifen können und Wege finden, ihnen ganz konkret zu helfen. Man wird zum Brückenbauer zwischen der Welt der Lebenden und der Toten.

In diesem Buch finden Sie Beiträge über den alternden Menschen, Alterskrankheiten, die Pflege und Begleitung Sterbender und über den Todesaugenblick. Wir sprachen mit einem Aids-Kranken kurz vor seinem Tod. Sie finden Erfahrungsberichte über den konkreten Verlust eines Menschen, Beiträge über die Hospizbewegung, Trauerarbeit, über Träume und Gespräche mit Verstorbenen, praktische Ratschläge zum Umgang mit Sterbenden und Trauernden und einen Artikel über die Möglichkeiten, mit Verstorbenen Kontakt aufzunehmen und ihnen zu helfen.

Es grüßt Sie

Ihre FLENSBURGER HEFTE-Redaktion

Leseraufruf!

Wir planen ein FLENSBURGER HEFT, das Sie selbst gestalten können. Es soll kleine Beiträge, vor allem persönliche Erlebnisse und Erfahrungen zu folgenden Themen enthalten: die Pflege und Begleitung Sterbender, Erlebnisse mit Sterbenden, die Verarbeitung des Verlustes eines Menschen, Nah-Todeserfahrungen, Träume von Verstorbenen und Berichte über den Kontakt zu Verstorbenen, z.B. durch das Vorlesen. Wenn Sie hierzu einen Beitrag schreiben möchten, benachrichtigen Sie uns bitte bis zum 01.09.1998 von Ihrer Absicht. Wenn genug Material zusammenkommt, werden wir uns dann mit Ihnen in Verbindung setzen, und Sie können Ihren Bericht schreiben.