

Aus dem Inhalt

Vorwort

Die Redaktion

Seite 7

„So wie man lebt, stirbt man auch!“

Fritz Jordi

Leben und Sterben der Eltern und der Schwiegereltern / Die Nah-Todeserfahrung – mein Damaskuserlebnis / Weltbilderweiterung mit Schülern / Lebensbewußtwerdung eines zum Tode Verurteilten. Seite 8

Den Abschied gestalten

Erinnerungen an eine Kindheit auf dem Dorf

Ingeborg Endres-Häusler

Den Tod anerkennen / Der Tag der Beerdigung / Der Leichenschmaus / Die Toten ehren / Die alten Rituale tragen nicht mehr. Seite 17

Humor im Trauerfall

Doris Kroehnert

Das Trauerspiel / Die Kondolenz. Seite 21

Mutter Tillis Traum

Doris Kroehnert

Seite 22

„Sine moj“

Eine Tagebuchaufzeichnung

Doris Kroehnert

Seite 24

Sein Gruß

Doris Kroehnert

Seite 26

Ein Weg über den Regenbogen

Edith Dörre

Der Tod meiner Tochter Natanja-Sophia / Ein überirdischer Friede / Vom Engel berührt / Eine Schale mit Edelsteinen / Quellen der Heilung und des Lebens. Seite 28

Die „Leihgabe“

Hilde Both

Eine Lebenserinnerung und der Tod meines Sohnes Helge / Ein wundersa-

mer Traum / „Er war völlig furchtlos“ / Die Flucht / „Hüte Deinen Ältesten vor dem Wasser“ / Ein Sonntag im März / Ein Wahrtraum.

Seite 34

Abschied

Gedicht von Ingeborg Endres-Häusler

Seite 41

„Ich tausche meine Kraft gegen Deine Erschöpfung“

Interview mit Hannelore Ingwersen

von Thomas Höfer

Die Palliativstation / Stationäre Hospize / Die ambulante Hospizarbeit / Hilfe für Sterbende / Der Betroffenen kann sich niemand entziehen / Woher schöpfen die Helfer ihre Kraft? / Viele Kontakte bleiben bestehen / Das Erleben des Todes prägt das Lebensgefühl / Öffentlichkeitsarbeit / Die Fragen am Ende eines Lebens.

Seite 43

Persephones Schwestern

oder: Die Trauer ist ein Tor

Hannelore Ingwersen

Erfahrungen von Frauen mit Trauer / Mit den anderen Verstorbenen zusammen / „Ich bin immer bei Dir“ / Wie ein Stromschlag / Ein hilfreiches Ritual / Wie ist es weitergegangen?

Seite 66

„Das ist doch reine Energie!“

Das Sterben von Rufus

Inger Hermann

Seite 74

Das Blau der Pflaumen

Inger Hermann

Seite 77

Der Hochzeitstag

Inger Hermann

Seite 79

Ein Glanz von Heilsein

Inger Hermann

Seite 81

Am Ende

Gedicht von Ingeborg Endres-Häusler

Seite 82

Auf dem letzten Stück des Weges mitgehen

Begegnungen – Erfahrungen

Helga Kofen

Seite 83

Sterben auf der Intensivstation

Friederike von Hodenberg

Im Dienst des Patienten / Wie in einer Austernschale verschlossen / Frieden finden / Dann ging alles sehr schnell / Ich hatte die Hoffnung, daß er mich wahrnahm / Das Unabänderliche akzeptieren / Stille Aufmerksamkeit / Eine schwere Entscheidung / Der Abschied. Seite 95

Mit Dir im Herzen

Tagebuchaufzeichnungen eines Abschieds

Vera Gübel

Krankheit und Tod meines Lebensgefährten, der an Leberkrebs gestorben ist. Seite 107

Rüm hart – klaar kiming

Helga Selk

Krankheit und Tod meines Mannes / Wir waren beide sehr getröstet / „Es ist gut so, wie Du es machst“. Seite 115

„Fürchte Dich nicht“

Irma Barke

Die Pflege meiner Mutter / „Ich gehe jetzt fort“ / Der Tod meines Vaters / „Vor Pfingsten ist noch eine Beerdigung“ / Ein unbeschreiblich schönes Licht. Seite 119

Nach Hause

Eckhard Glaeser

Die Nachricht vom Tod der Mutter. Seite 125

NachtLied

Gedicht von Ingeborg Endres-Häusler

Seite 126

Hilfe in schwerer Zeit

Elke Eggers

Die Erkrankung und der drohende Tod meiner Mutter / Ein Anruf von der Intensivstation / „Ich werde für Euch beten“. Seite 127

Eine Liebesgeschichte

Tobias Welter

Meine Liebe zu Sabrina, die an MS erkrankt war / Der Beginn meines Zivildienstes / Die Pflege Sabrinas / Wie von einer Wolke umgeben / Ein Theaterbesuch / Ihr Lächeln wird mir immer im Gedächtnis bleiben / Im

blühenden Garten / Ein weiterer MS-Schub / „Ich bin ja so schwierig“ / Ein innerer Konflikt / Die Signale waren eindeutig / Ihr Todestag / „Nehmt einander an, wie Christus uns angenommen hat“ / Weitreichende Folgen für mein Leben / Wir müssen es nur entdecken ... Seite 131

Das ganz alltägliche Sterben

Rigobert Ahr

Erfahrungen in der Hauspflege / Das Sterben in harmonischer Umgebung / Der Tod und die Verzweiflung / Der Tod und die Kälte / Der Tod und die Suche / Mein eigenes Sterben / Einen Zugang zum eigentlichen Ich finden. Seite 149

Schlaf – kleiner Bruder

Gedicht von Ingeborg Endres-Häusler

Seite 158

„Ich war drüben!“

Völker zur Linden

Erzählung von einer Nah-Todeserfahrung. Seite 159

Herzstillstand

Tanja Rehmer

Meine Nah-Todeserfahrung bei der Geburt meiner Tochter / In der Klinik / Ich schleuderte durch eine Art Tunnel / Wie auf einem fremden Planeten / Ärzte und Schwestern reagierten verunsichert. Seite 162

Todesnähe

Birgit Mommsen

Meine Nah-Todeserfahrung bei der Geburt meines Sohnes / Begegnung mit dem Licht / Schwächeanfälle und Sehnsucht nach dem Licht / Sie ging in den Fluß / Die Kraft für mein weiteres Leben. Seite 167

Begegnungen mit Isolde

Gerhard Oberle

Die Nähe meiner verstorbenen ehemaligen Verlobten / 41 Jahre später / Isolde hilft mir / Ich fühle ihre Anwesenheit / Als stünden wir beide vor einem Treffen. Seite 171

Fülle des Lebens

Daniel Wirz

Seite 174

Liebe Leserinnen und Leser!

Der Verlust eines geliebten Menschen durch den Tod gehört zu den einschneidendsten Erfahrungen, die man während des Lebens macht. Ohnmacht, Verzweiflung, Verlusterlebnisse umfassen die Seele wie eine eiserne Hand. Kann man diesen dunklen Gefühlen entrinnen, und ist es möglich, im Tod einen Sinn zu sehen?

In diesem Band schildern die verschiedensten Menschen ihre persönlichen Erlebnisse, wie sie mit diesem Verlust fertig geworden und wie sie mit Tod und Sterben umgegangen sind. Die intimen Schilderungen lassen einen nicht nur teilhaben am Leben der betroffenen Menschen, sie machen diese Sammlung zugleich zu einem Buch über die Liebe. Glück und Trauer, Lebensgewinn und Verlusterfahrung liegen oft dicht beieinander.

Das Buch enthält u.a. Beiträge über: die Pflege eines sterbenden Menschen, die schmerzvolle Verlusterfahrung, die Trauer und Trauerarbeit, den Sinn des Todes, den Umgang mit Verstorbenen, Sterbebegleitung und die Arbeit im Hospiz, Träume vom Tod, Nah-Todeserfahrungen, Humor im Trauerfall.

Die Autorinnen und Autoren dieses Bandes – Leserinnen und Leser der FLENSBURGER HEFTE – sind unserem Aufruf gefolgt, uns Beiträge zum Thema „Erfahrungen im Umgang mit Tod und Sterben“ zu senden. So ist dieser bunte Strauß von Lebensberichten, Erzählungen, Tagebuchaufzeichnungen und Gedichten entstanden. Sie führen nicht nur die schweren Momente des Abschieds vor Augen, sondern sie zeigen auch, wie Sterben, Tod und Abschiednehmen einen würdigen Platz im Leben einnehmen können. Es sind Geschichten vom Sterben und vom Leben, von der Veränderung des Lebens durch den Tod.

Die Beiträge schildern Begegnungen, Erlebnisse und Erfahrungen mit Menschen auf dem letzten Stück ihres Erdenweges, und sie lassen die Nähe und Anwesenheit von Verstorbenen mitempfinden, die uns helfen können, aber auch unserer Zuwendung und Hilfe bedürfen.

Für uns war es eine ganz neue Erfahrung, daß manchmal während des Lektorats Tränen der Trauer und des Glücks vergossen wurden. Und wir hoffen, daß diese Zusammenstellung auch für Sie – liebe Leserinnen und Leser – eine große Bereicherung ist.

Es grüßt Sie

Ihre FLENSBURGER HEFTE-Redaktion