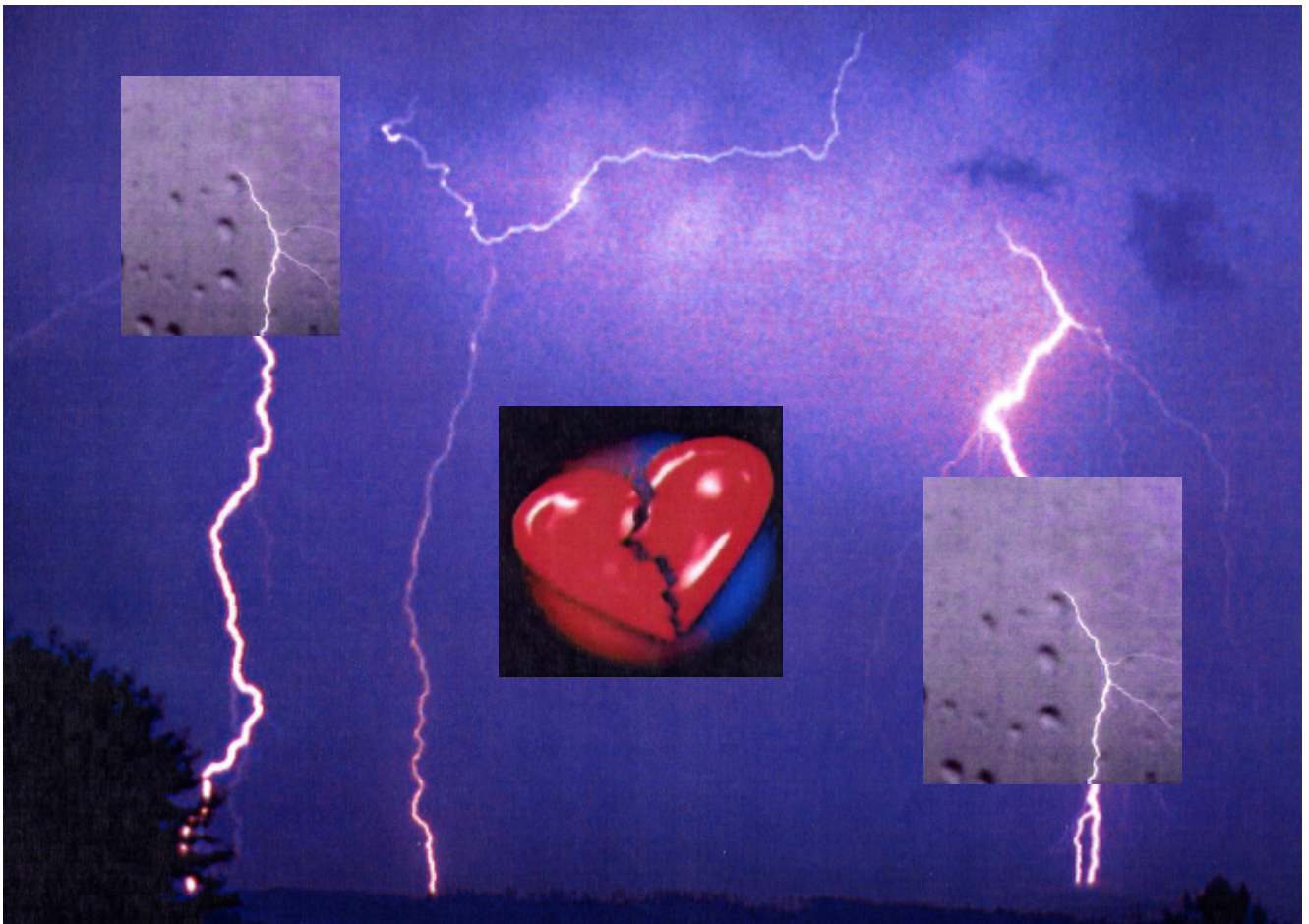


Hospiz Forum



Keine Zeit zum Abschiednehmen



Liebe Mitglieder und Freunde der Hospizbewegung und des LebensHaus!

DR. IRMGARD ENGELKING

„**Keine Zeit zum Abschied nehmen**“ – diese Klage hört man häufig von Menschen, die einen Angehörigen durch einen plötzlichen, unvorhersehbaren Tod verloren haben; das ist es, was sie am meisten quält, oft noch lange Zeit nach dem Tode. Dem steht gegenüber der oft geäußerte Wunsch Lebender nach einem plötzlichen, schnellen Tod, der eine lange Sterbenszeit erspart. Für den Betroffenen möglicherweise die angenehmste, jedenfalls „bequemste“ Lösung zu sterben – für die Hinterbliebenen meist ein schwerer Schock mit nachfolgender schwerster und langandauernder Trauerarbeit.

Bei der Beschäftigung mit diesem Thema haben wir aber auch gespürt, dass nicht nur nach einem plötzlichen Tod das Gefühl vorherrschen kann, keine oder zu wenig genutzte Zeit zum Abschiednehmen gehabt zu haben. Selbst nach längerem Kranklager quälen sich Hinterbliebene oft mit dem Gefühl, die Gelegenheit zum bewussten Abschiednehmen, zum endgültigen Loslassen nicht ausreichend genutzt zu haben.

Dabei fallen mir spontan zwei Beispiele aus Begleitungen ein:

Frau K., 90 Jahre alt, nahezu blind und schwerhörig, stand fassungslos am Sterbebett ihrer einzigen Tochter, die seit längerem krebskrank war. Frau K. kann es heute, nach fast drei Jahren, noch nicht verwirren, dass ihr niemand gesagt hatte, wie krank, ja sterbenskrank ihre Tochter war. Diese hatte ihre Mutter nicht mit ihrer Krankheit belasten wollen, habe sie schonen wollen und über die Art ihrer Krankheit keine Andeutung gemacht. Ein kleiner Trost für Frau K. war, dass sie von einer Freundin zum geöffneten Sarg der Tochter

geführt wurde. Aber der ausgebliebene Abschied von ihrer Tochter zu Lebzeiten belastet Frau K. weiterhin und lässt sie nur schwer zur Ruhe kommen.

Frau B. hatte ihren Ehemann zu einer Operation ins Krankenhaus gebracht, die normalerweise als relativ risikolos und als Routine gilt. Nach der OP traten plötzlich unvorhersehbare verschiedene Komplikationen auf, die ihren Ehemann in ein Koma führten, aus dem er nicht mehr erwachte. Der Abschied vor der Operation war humorvoll und hoffnungsvoll gewesen – ein endgültiger Abschied vor dem Tod konnte nur von Seiten der Ehefrau stattfinden. Dabei wurde die intensive Begleitung des komatösen Sterbenden während seiner letzten Lebenstage von ihr als sehr hilfreich empfunden.

Liebe Leser und Leserinnen,

Ihnen allen einen Sommergruß aus dem *lebensHaus*. Heute wenden wir uns mit einer ganz besonderen Bitte an Sie. Für die Pflege und Begleitung unserer Gäste benötigen wir einige wichtige Pflegehilfsmittel. Wer hat die Möglichkeit, uns beim Erwerb finanziell zu unterstützen?

- großes Schafsfell
- Weichlagerungsmatratze
- tragbares Sauerstoffgerät (Spaziergänge)
- Digitalkamera (Wunddokumentation)

Auskunft erteilt Franz-Josef Dröge,
Tel.: 0251-89935-10.

Für Ihre Bereitschaft uns zu helfen sagen wir im Voraus Danke.

Ihr *lebensHaus* Team



Inhalt

Keine Zeit zum Abschiednehmen



EDITORIAL

DR. IRMGARD ENGELKING

2

THEMEN

DR. IRMGARD ENGELKING

4

DR. PETRA SCHWARZ

5

MITARBEITERIN. LEBENSHAUS

7

MITARBEITERIN, HOSPIZBEWEGUNG

9

AK HOSPIZ FORUM

12

AK HOSPIZ FORUM

13

AK HOSPIZ FORUM

14

AK HOSPIZ FORUM

15

NAME REDAKTION BEKANNT

16

PROJEKTE

CHRISTA WÜBBELT

18

SERVICE

FRANZ-JOSEF DRÖGE

2

REZENSIONEN

19

LIEBE MITGLIEDER UND FREUNDE DER
HOSPIZBEWEGUNG UND DES LEBENSHAUS

„WENN ICH GEWUSST HÄTTE. WAS ALLES MÖGLICH IST!“

„DIE EINZIGE GEWISSHEIT,
DIE WIR BEI DER GEBURT MITBEKOMMEN, IST DER TOD!“

„NICHT ABSCHIED NEHMEN KÖNNEN“

„WIR SOLLTEN JEDEN TAG WIE EIN NEUES LEBEN BEGINNEN“

ICH WEIß HEUTE. DASS ICH VIEL MEHR ZEIT GEBRAUCHT HÄTTE ...

„NUR EINES WEIß ICH – ICH WOLLTE DIESE NACHT NOCH EINMAL
NEBEN MEINEM MANN VERBRINGEN“

„ICH WOLLTE BEI DIR SEIN. MAN WOLLTE ES NICHT

„WIE EIN BLITZ AUS HEITEREM HIMMEL ...“

„UNSERE LIEBE KLEINE PAULINE“

NICOLAIDIS STIFTUNG G&GMBH – HILFE FÜR VERWITWETE
MÜTTER UND VÄTER

PFLEGEHILFSMITTEL FÜR DAS LEBENSHAUS

INTERESSANTES VOM BUCHMARKT



„Wenn ich gewusst hätte, was alles möglich ist!“

DR. IRMGARD ENGELKING

Diesem Thema galt der letzte Donnerstagabend im Monat April. Der Bestatter Herr Stokkelaar führte in ausführlicher und einfühlsamer Weise dazu aus, wie das Abschiednehmen von dem bereits Verstorbenen eine wichtige Hilfe für die Trauerverarbeitung werden kann. „Ein guter Bestatter bemüht sich herauszuhören, was Angehörige im Umgang mit ihrem Verstorbenen wünschen und was für sie wichtig ist.“ Bis zur Bestattung bestehen verschiedene Möglichkeiten des Abschiednehmens. Viele Menschen wissen nicht, dass sie ihren Verstorbenen jederzeit – auch vom Krankenhaus aus – zu Hause aufbahren können, bis zu 36 Stunden ohne besondere Genehmigung, mit Genehmigung und Hilfsmaßnahmen des Bestatters noch länger.

Das liebevolle Waschen und Ankleiden mit sorgsam ausgewählter Kleidung als Liebesdienst für den Verstorbenen kann ein guter Beginn der Trauerarbeit sein. Auch bei Unfallverletzten oder durch gewaltsamen Tod Veränderten ist eine würdige Aufbahrung zum Abschiednehmen äußerst wichtig und dafür ist nach Meinung von Herrn Stokkelaar sogar intensive Überzeugungsarbeit und Ermutigung durch Freunde oder Nachbarn, ggf. mit deren Begleitung zur Aufbahrungshalle angebracht.

Gerade bei einem gewaltsamen, unvorhersehbaren Tod, den man nur schwer begreifen kann, ist eine solche letzte unmittelbare Begegnung mit dem Toten sehr wichtig. „Echte Bilder von dem Verstorbenen sind immer besser zu ertragen als schlimme belastende Fantasievorstellungen.“

Herr Stokkelaar berichtete auch kurz über verschiedene Bestattungsmöglichkeiten wie z. B. die anonyme Bestattung, die

Baumbestattung mit Kennzeichnung der Urnenstelle (die allgemeine Grabpflege trägt die Stadt), die neuerdings mögliche Tuchbestattung (ohne Sarg), über die Urnenbestattung, wobei die Urne sehr persönlich ausgewählt oder gestaltet werden kann (sie sollte möglichst aus vergänglichem Material sein). Auch die Seebestattung und Verstreuen der Asche auf dazu vorgesehener Fläche kamen kurz zur Sprache. Die Erfahrung zeigt, dass die meisten Trauernden einen realen Platz, z. B. ein Grab oder einen Urnenplatz für ihre Trauerarbeit bevorzugen.

Herr Stokkelaar betonte, dass besonders dank der Hospizarbeit sich heute zunehmend mehr Menschen schon zu Lebzeiten mit Sterben und Tod befassen und dadurch auch innerlich darauf vorbereitet werden..

Da die Krankenkassen neuerdings keine Bestattungskosten mehr übernehmen, ist es heutzutage nahezu eine freiwillige Verpflichtung, auch finanzielle Vorsorge für den Sterbefall zu treffen, z. B. in Form einer Sterbeversicherung. Die Bestattungskosten betragen je nach Grabstelle zwischen 3.000 und 5.000 Euro plus Grabstein – diese müssen von den „bestattungspflichtigen“ Angehörigen bezahlt werden.

Der Abend gab uns Zuhörern viele Informationen, dazu auch das Gefühl, dass eine gute Zusammenarbeit der Hospizbewegung mit einem einfühlsamen Bestatter für Hinterbliebene sehr wertvoll sein kann.





„Die einzige Gewissheit, die wir bei der Geburt mitbekommen, ist der Tod!“



Gespräch mit dem Bestattungsunternehmer Hans H. Stokkelaar am 27. Mai 2004.

Welche Erfahrungen haben Sie mit Trauernden gemacht, denen die Zeit zum Abschiednehmen fehlte?

Der Wunsch, sich von einem geliebten Menschen verabschieden zu können, wenn dieser sterben muss, ist ein zutiefst menschlicher. Deshalb versuchen wir, im Gespräch gemeinsam herauszufinden, was Angehörige im Umgang mit ihrem Verstorbenen wünschen und was für sie wichtig ist. Bei einem plötzlichen, völlig unerwarteten Tod, steht der Schmerz darüber, sich nicht verabschiedet zu haben, häufig im Vordergrund. Das Abschiednehmen von einem Verstorbenen ist aus meiner Erfahrung eine sehr wichtige Hilfe in der späteren Trauerverarbeitung.

Welche Hilfestellung können Sie als Bestatter geben, wenn diese Zeit zum Abschiednehmen fehlt?

ZEIT ist das entscheidende Stichwort in diesem Zusammenhang. Aus meiner Erfahrung ist die Zeit zwischen dem Tod und dem Begräbnis des geliebten Menschen ein ganz wichtiger Zeitraum. Wenn die Zeit vor dem Tod fehlte, um Abschied zu nehmen, wie es zum Beispiel bei einer schwe-

ren Krankheit der Fall ist, so kann die Zeit zwischen Tod und Begräbnis genutzt werden, um den Abschied zu gestalten. Ich versuche, den Angehörigen in diesem Zeitraum die ZEIT zu verschaffen, die sie brauchen, um in Ruhe und Würde Abschied zu nehmen. Da der plötzliche Tod eines nahen Menschen häufig mit einem Schockerlebnis verbunden ist, geht es vor allen Dingen auch darum, zu begreifen, was geschehen ist.

Was tun Sie, um den Angehörigen diese wichtige Zeit zu verschaffen?

Erst einmal, indem ich mir selber im Umgang und Kontakt mit den Angehörigen ausreichend Zeit nehme. Das fängt mit der Auswahl der Bestattungsform an, betrifft die Gestaltung des Totenbriefes, bis hin zur Vorbereitung und Durchführung der Trauerfeier - das alles sind letzte Dienste für einen Verstorbenen. Gerade bei einem plötzlichen Tod geht es darum, den Angehörigen helfen herauszufinden, was der Verstorbene sich für seine Verabschiedung gewünscht hätte. Wir bieten mit unseren Angeboten einen Rahmen an, der den Trauernden in dieser schwierigen Situation Sicherheit zur Entscheidung gibt. Dabei sind Ruhe und ZEIT unerlässliche Begleiter. Manchmal können wir durch Informationen unterstützen. Viele Menschen wissen beispielsweise nicht, dass sie ihren Verstorbenen jederzeit, auch vom Krankenhaus aus, zu Hause aufbahren können. Das ist "erlaubt" bis zu 36 Stunden ohne besondere Genehmigung, mit Genehmigung und Hilfsmaßnahmen des Bestatters noch länger.

ZEIT, die für das Abschiednehmen genutzt werden kann.



Ein Zitat aus Ihrer Broschüre: "Die stillen Minuten am offenen Sarg sind ein unverzichtbarer wichtiger Schritt auf der Suche nach Trost. Hier kann man den Tod begreifen."

Ja, der persönliche Kontakt mit dem Verstorbenen ist eine Hilfe auf dem Weg, seinen Tod zu begreifen. Wissen Sie, eine wichtige Erkenntnis, die ich in all den Jahren gewonnen habe ist die, dass wer das Sterben eines Menschen aushält, auch den Toten aushalten kann. Dazu hat vor allen Dingen die Arbeit der Hospizbewegung einen wichtigen Beitrag geleistet in der Unterstützung der Sterbebegleitung. Auch da ist die Erfahrung, dass Sterbebegleitung ein ganz wichtiger Bestandteil der Trauerarbeit ist. Das alles fällt bei einem plötzlichen und unvorhergesehenen Tod weg. Wir versuchen das durch eine Begegnung mit dem Toten ein Stück weit zu ermöglichen.

Gibt es Tote, die man nicht mehr "sehen" sollte?

Meine Erfahrung ist, wenn jemand gesagt bekommt "Den kannst du dir nicht mehr ansehen", dann entstehen bei den Angehörigen eigene Bilder, häufig ganz schlimme und belastende Fantasievorstellungen. Diese Bilder werden mit der Zeit häufig noch grausamer. Mit dem konkreten Bild, der konkreten Begegnung, zieht man einen Schlussstrich für die Fantasie.

Aber kann man wirklich jeden Toten sehen?

Echte Bilder von dem Toten sind immer besser zu ertragen als schlimme, belastende Fantasievorstellungen. Natürlich müssen Angehörige auf diese Begegnung vorbereitet werden. Ich bereite Angehörige in Gesprächen auf das vor, was sie sehen werden. Ein anderer Teil der Arbeit besteht darin, den Verstorbenen so herzurichten, dass diese Begegnung möglich ist. Ich kann dazu nur sagen, dass in allen Fällen, die ich begleitet habe, die Situation für die

Angehörigen würdig und aushaltbar war. Viel weniger grausam als die Bilder in der eigenen Fantasie. Deshalb würde ich immer, wenn ich spüre, dass es Erleichterung verschaffen kann, zu einer solchen Begegnung ermutigen.

Was ist Ihr Lebensmotto?

Die einzige Gewissheit, die wir bei unserer Geburt mitbekommen, ist der Tod. Das ist mir klar geworden, als ich direkt nach der Geburt meines Sohnes, die ich im Krankenhaus miterlebt hatte, zu einem Sterbefall gerufen wurde. Ein Säugling war einen Tag nach seiner Geburt verstorben und die Eltern beauftragten mich mit der Bestattung. Dieses Erlebnis hat mir persönlich ganz unmittelbar vor Augen geführt, wie untrennbar Leben und Tod miteinander verbunden sind.

Ist Ihnen das hilfreich im eigenen Umgang mit einem nahen Tod?

Beim Verlust eines nahen Menschen fällt man immer in ein tiefes Loch. Worauf wir Einfluss nehmen können ist die Tiefe und die Dauer - das ist meine eigene Erfahrung und das erlebe ich im täglichen Umgang mit Angehörigen. Wenn ich Menschen nach einiger Zeit wiedertreffe, dann sehe ich, dass sie anders aussehen. Das sage ich auch Angehörigen - ich weiß, dass sie in zwei Jahren anders aussehen als heute.

Herzlichen Dank für das Gespräch, Herr Stokkelaar.

DAS GESPRÄCH FÜHRTE DR. PETRA SCHWARZ





„Nicht Abschied nehmen können“

EHRENAMTLICHE MITARBEITERIN AUS DEM
LEBENSHAUS

Von einem Augenblick zum anderen einen geliebten Menschen zu verlieren gleicht einem Weltuntergang.

In einem Zeitraum von einigen Monaten nach dem Tode meiner Mutter erkrankte mein Vater schwer. Mein Mann und ich nahmen ihn zu uns nach Münster und wussten sehr bald, dass ihm nur noch wenig Zeit blieb. Wir sprachen viel über Mutter und unser Leben. Diese Gespräche gaben ihm Kraft, und es war eine gute Zeit für uns alle. An einem Sommermorgen, um fünf Uhr früh, schlief Vater ruhig, wie er immer gelebt hatte, meine Hand in seiner Hand haltend, ein.

Beim Tode beider Eltern konnte ich dabei sein und in all meinem Schmerz war ich doch unendlich dankbar dafür, dass ich Abschied nehmen konnte.

Drei Wochen nach dem Tode meines Vaters mischte sich der Tod erneut in mein Leben ein. An einem Mittwochmorgen hatte mein Mann einen Arzttermin. Noch aus der Praxis rief er mich an und sagte, dass er in ca. 1 Stunde zu Hause sei. Als er zwei Stunden später noch nicht eintraf, wurde ich unruhig und nervös. Inzwischen wurde es früher Nachmittag und ich erreichte in der Praxis niemanden mehr. Um kurz vor 15:00 Uhr klingelte das Telefon. Der Arzt eines münsterschen Krankenhauses fragte mich nach meinem Vornamen und dem meines Mannes. Weil mir das Ganze abstrus vorkam, unterbrach ich das Gespräch und legte auf.. – Es schellte erneut, es war wieder der Arzt, der mich nun bat, den Hörer nicht aufzulegen. Auf die wiederholte Frage nach dem Vornamen meines Mannes und seines Geburtstages

antwortete ich ihm – jetzt – unter großer Anspannung und mit klopfendem Herzen. Der Arzt sagte mir: „ Frau, Ihr Mann ist hier um 14:00 Uhr auf der Intensivstation verstorben, bitte kommen Sie zu uns.“



In mir spulte sich das Gehörte wie ein unwirklicher Film ab. Ich war wie gelähmt und unfähig mich zu rühren. Ich konnte das alles nicht glauben! Beim Eintreffen auf der Krankenhausstation führte man mich zu meinem toten Mann. Den Anblick, der sich mir bot, werde ich niemals vergessen können. In einem kleinem gekachelten Raum lag mein Mann (er war zwei Meter groß) mit herunterhängenden Armen, eine Seite an der Wand, auf einer schmalen Bahre. Er hatte mit seinem Körper keinen richtigen Platz darauf. Der Anblick nahm mir fast den Verstand und in dem Augenblick ging die Welt für mich unter.

Es erschien eine zwischenzeitlich gerufene Ordensfrau (Seelsorgerin), die mich in den Arm nahm und mit mir beten wollte. Ich wollte nicht beten – in mir tobte ein Vulkan! Ich erfuhr, dass mein Mann auf dem Weg nach Hause, schon auf unserer Straße einen Herzinfarkt erlitten hatte. Trotz Wiederbelebungsversuchen durch den Notarzt sei er verstorben. Das alles vernahm ich zwar, aber war weit davon entfernt, es zu realisieren. Bis zum Abend - meine Töchter waren verständigt worden - saßen wir wie erstarrt und fassungslos bei meinem



Mann. Immer wieder rieben wir den kälter werdenden Körper in der widersinnigen Hoffnung, es möge noch ein Wunder geschehen.

Die Zeit danach durchlebte ich wie in einem Traum. Immer wieder hörte ich meinen Mann nach Hause kommen und meinen Namen rufen. Alles, was er benutzt hatte, ließ ich so liegen, weil ich fest daran glaubte, er musste einfach bald wiederkommen. Ich befand mich in der totalen Unfähigkeit, Ruhe zu finden. So sehr ich auch nach Erklärungen und Lösungen suchte, niemand konnte mir helfen.

In meine bodenlose Trauer mischten sich Aggression und Wut darüber, dass er mich und meine beiden Töchter einfach so allein gelassen hatte, ohne ein Wort des Abschieds. Immer wieder durchlebte ich dieses Gefühl „nicht anwesend zu sein“ und „die Dinge von außen zu betrachten.“ Dieser Prozess der Trauer und der Bewältigung des so plötzlichen Todes meines Mannes und des Nicht-Abschiednehmens dauerte lange, lange Zeit. Es war eine Zeit der Angst, der Gefühle in Aufruhr, der Einsamkeit und der Hilflosigkeit!

Aber es begann dann auch für mich die Zeit des „sich Wiederfindens“ und der Neuorientierung. Für mich war das der Weg in die Hospizarbeit. – Hier konnte ich erleben, wie Abschiednehmen anders sein kann.

Ich durfte Menschen begleiten, die Abschied nehmen mussten vom Wichtigsten: Ihrem Leben, sich selbst und ihren Gewohnheiten, ihren Träumen, Hoffnungen und Wünschen, von geliebten Menschen..

Die aber in der Lage waren, Bestehendes aus vergangener Zeit aufzuarbeiten, mal mehr, mal weniger intensiv. Ich konnte miterleben, dass Loslassen müssen positive Facetten haben kann. Die Zeit des Abschieds kann so für Angehörige als unvergessliche Nähe in Erinnerung bleiben.

Seit dem Tode meines Mannes sind nun schon acht Jahre vergangen. Vieles habe ich ohne ihn neu lernen müssen und gelernt. Ganz oft denke ich, dass er alles sieht und stolz auf mich ist. Neue Inhalte haben mein Leben verändert und durch die ehrenamtliche Mitarbeit im Hospiz *lebens-* Haus habe ich eine große Bereicherung erfahren.





**„Wir sollten jeden Tag
wie ein neues Leben beginnen“**
Edith Stein (Zitat)

EHRENAMTLICHE MITARBEITERIN DER
AMBULANTEN HOSPIZBEWEGUNG

Eigentlich war alles selbstverständlich,
dass wir miteinander sprachen,
gemeinsam nachdachten und diskutierten,
zusammen lachten.
Eigentlich war alles selbstverständlich,
nur das Ende nicht.

Auch an diesem Sonntag, dem 07. März
2004, schien alles zu sein wie immer. Wir
wachten gemeinsam auf, sprachen mit-
einander und freuten uns, mal wieder einen
Tag für uns zu haben. Dies war manchmal
etwas schwierig, da mein Mann im
Schichtdienst tätig war.

Doch dann kam alles anders:

Beim Frühstückrichten wunderte ich mich,
dass mein Mann nicht kam. Auf Nachfra-
gen antwortete er mir, es ginge ihm gar
nicht gut und ich solle ihn zu einem Arzt
fahren. Nach den Untersuchungen erhielten
wir die erschreckende Nachricht, dass
mein Mann in den letzten 12 Stunden einen
Herzinfarkt gehabt haben soll. Nach der
ersten medizinischen Versorgung durch
den Notarzt wurde er mit dem Krankenwa-
gen in die Uniklinik Münster gebracht.

Nach einem kurzen Gespräch mit dem Arzt
fuhr auch ich in die Uniklinik. Dort emp-
fahl man mir, zunächst noch einmal nach
Hause zu fahren bis die ersten Untersu-
chungen abgeschlossen seien. Ich fuhr zu
Freunden und berichtete, was sich am
Morgen ereignet hatte. Im Laufe des
nachmittags und am Abend besuchte ich
meinen Mann in der Klinik. Die Untersu-
chungen und der Herzkatheter-Eingriff
waren abgeschlossen und wir sprachen
einige Zeit miteinander. Mein Mann war
jedoch sehr schwach und so entschied ich
mich, gegen 20:00 Uhr nach Hause zu fah-

ren, nachdem der Arzt uns die Mitteilung
gemacht hatte, dass das EKG wieder gut
und es ein Hinterwandinfarkt gewesen sei,
der keinerlei Schäden hinterlassen hätte
und dass mein Mann nicht zur Kur müsse,
jedoch 2 bis 3 Tage zur Beobachtung noch
in der Klinik bleiben solle.

In dieser Nacht war ich sehr nervös und
plötzlich wachte ich gegen 03:15 Uhr auf
und der Gedanke „Mein Mann hat eine
Lungenembolie“ ließ mich nicht wieder
los. Am Morgen gegen 08:00 hielt ich es
nicht mehr aus und erkundigte mich nach
seinem Zustand. Da kam die erschreckende
Nachricht, mein Mann habe in der Nacht
einen Krampf bekommen, einen Herzstill-
stand gehabt und durch einen Thrombus,
der sich in der Lunge festgesetzt habe, sei
noch eine Lungenembolie dazugekommen.
Aufgrund dieser Ereignisse habe man ihn
ins künstliche Koma versetzt. Er sei nun
auf der Intensivstation.



Ich war schockiert, gelähmt und außer
Stande irgendetwas zu antworten. Nach
kurzem Schweigen sagte der Pfleger, ich
solle doch auf die Intensivstation kommen.
Dort lag mein Mann, allein in diesem
Zimmer mit den vielen Geräten der mo-
dernen Medizin. Auf diese setzte ich nun
all meine Hoffnung. Im Gespräch mit dem
Arzt konnte er mir nicht sagen, was eigent-
lich alles in dieser Nacht geschehen sei. So
viele unglückliche und für sie unvorher-



sehbare Dinge seien geschehen, dass sogar die Ärzte mit dieser Situation völlig überfordert waren.

Ich hielt die Hand meines Mannes, sprach mit ihm – aber ich dachte, er höre mich nicht mehr. So saß ich an seinem Bett, ohne zu wissen und zu ahnen, welche Kraft ich noch an diesem Tag und vor allem in der kommenden Nacht aufbringen musste.

Der Tag verlief für mich apathisch. Aufgrund der weiteren Untersuchungen, die noch vorgenommen wurden, fuhr ich mit Freunden zwischendurch immer wieder zur Klinik. Sein Zustand besserte sich nicht und die Ärzte konnten mir nicht sagen, ob er es schaffe und wenn, welche gesundheitlichen Beschwerden zurückbleiben würden. Mittlerweile hatte sich auch herauskristallisiert, dass sich ebenfalls ein Thrombus in der Hauptschlagader am Hals festgesetzt hatte und das Gehirn seit der Sonntagnacht nicht mehr versorgt wurde.

Ich informierte unsere engsten Freunde. Sie alle waren wie ich schockiert, fassunglos und fanden keine Worte. Es war für alle auch schwer nachzuvollziehen, da mein Mann im Februar 2004 gerade seinen 50. Geburtstag im Kreis seiner vielen Freunde gefeiert hatte.

Gegen 20:00 Uhr fuhren wir erneut zur Uniklinik. Als die Ärztin uns sah sagte sie zu mir, „Frau X. es tut mir sehr leid, aber wir können aus medizinischer Sicht nichts mehr für Ihren Mann tun, er wird diese Nacht nicht überleben!“. Ich war wie gelähmt, glaubte nicht, was mir soeben mitgeteilt wurde. Wie kann dies sein, wir haben doch gestern noch miteinander gesprochen und nun sollte ich nie wieder Gedanken mit ihm austauschen können? Ich betrat das Zimmer, sah meinen Mann und hörte nur die Geräte, vor allem die Herz-Lungen-Maschine, die ihn durch die Atmung noch am Leben hielt. Intensive Gefühle stiegen in mir hoch: Angst, Schrecken, Verzweiflung, Wut, du musst Ab-

schied nehmen von deinem Mann, mit dem du erst acht Jahre verheiratet warst.



Wie kann so etwas sein? Er ist doch noch so jung! Warum wird er mir weggenommen – aus dem vollen Leben? Fragen über Fragen, Gedanke an Gedanke – zwischenzeitlich war ich so vertieft, dass ich nicht mehr wahrnahm, was um mich herum geschah, nur die Herz-Lungen-Maschine pumpte im gleichen Rhythmus.

Ich versuchte meine Gedanken wieder zu finden und rief eine Kollegin, Frau G., aus der ambulanten Hospizbewegung an. Gemeinsam mit ihr und unseren engsten Freunden nahmen wir Abschied von meinem Mann. Nach der Krankensalbung kniete ich vor seinem Bett und erzählte ihm von unseren gemeinsamen schönen Jahren, welche Höhen und Tiefen wir gemeinsam gemeistert hatten, ich erinnerte an den schönsten Tag in unserem Leben, unsere kirchliche Hochzeit am 28. Juni 1996, ich erzählte ihm von unserem schönen Haus, das wir vor zehn Jahren erworben hatten und ich sagte ihm, dass wir uns jetzt trennen müssen. In diesem Moment schaute ich ihn an und er hatte Tränen in den Augen. Erst jetzt wurde mir klar, dass er mich hörte und dass er mir nicht mehr sagen konnte, dass auch er sehr traurig über dieses plötzliche Ende – was uns nun bevorstand – war. Immer noch hielt ich seine Hand – ich wollte und konnte ihn nicht loslassen.

Die Stunden vergingen und die Anzeigen an den Geräten wurden immer schwächer. Uns allen wurde klar, dass der Augenblick



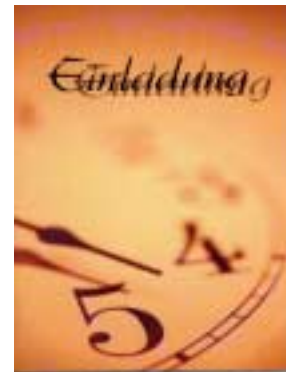
für den endgültigen Abschied jetzt in greifbarer Nähe lag. Aber auch er konnte scheinbar noch nicht loslassen. Langsam merkte ich, wie auch meine Kräfte nachließen und ich entschied mich, für kurze Zeit das Zimmer zu verlassen. Ich ging den Flur mehrmals auf und ab und erinnerte mich an ein Gespräch mit einem Hospizbegleiter, in dem er mir gesagt hatte: „Wenn du mal deine Kraft verlierst, gehe ganz bewusst und rolle den Fuß ganz langsam ab, immer und immer wieder!“. Es ist erstaunlich, aber ich wurde ruhiger, konnte mich mit den Schwestern unterhalten und spürte auf einmal – ich hatte Hunger – denn ich hatte den ganzen Tag noch nichts gegessen.

Es war kurz nach 02:00 Uhr als ich das Zimmer wieder betrat. Der Raum hatte sich nicht verändert, aber ich spürte, dass der Zeitpunkt nun gekommen war. Ich wollte schreien, zitterte am ganzen Körper und hatte das Gefühl, der Boden ging unter meinen Füßen weg. Frau G. nahm mich in den Arm und auf meinen Wunsch hin gingen wir nochmals hinaus - ich konnte in diesem Moment nicht im Zimmer meines sterbenden Mannes verweilen. Die Krankenschwester versprach mir, bei ihm zu bleiben.

Wir gingen gemeinsam den Flur wieder auf und ab. Dann kam die Ärztin und sagte uns, dass mein Mann eingeschlafen sei, nachdem wir gerade das Zimmer verlassen hatten. Ich denke, er wollte allein sein; er wollte nicht, dass ich seinen letzten Atemzug mitbekomme. Um 02:25 Uhr ist mein Mann verstorben – mit 50 Jahren. Ein letztes Mal konnte ich in dieser Nacht von ihm Abschied nehmen, nachdem er in einem kleinen, stillen Zimmer aufgebahrt war.

Es begann eine schwere Zeit. Auflehnung gegen die unfassbare, plötzliche und endgültige Trennung machte sich breit. Was konnte ich noch tun, ich wollte ihm doch noch so viel sagen. Wie kann ich es ihm noch mitteilen? Ich schrieb einen langen Brief: Bei meinem allerletzten Abschied

am Sarg meines Mannes legte ich diesen Brief, unser Hochzeitsfoto und seine Einladungskarte zum 50. Geburtstag in seine Hände.



Gemeinsam hatten wir keine Zeit zum Abschiednehmen. Aber durch die fast dreijährige Tätigkeit in der ambulanten Hospizbewegung konnte ich diese Nacht mit ihm noch ganz bewusst und intensiv miterleben. Aus den vielen Gesprächen, Gedanken, Erfahrungen und der Auseinandersetzung mit den Texten aus der Zeitschrift „Hospiz Forum“ habe ich nun gemerkt, wie wichtig es plötzlich sein kann, sich auch frühzeitig mit diesem schweren Thema „Abschiednehmen, Tod und Loslassen“ auseinander zu setzen. Ich weiß, dass es in der nächsten Zeit viele Augenblicke geben wird, wo mein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit verdrängt wird durch Verlassenheit, die Angst vor dem Alleinsein wächst und die Einsamkeit sich ausbreitet. Denn Trauer tut weh. Sie kennt keine Zeit, keine Grenzen, keine Gesetzmäßigkeit. Sie ist allgegenwärtig. Sie macht klein, wehrlos und hilfsbedürftig. In diesen Situationen werde ich lernen müssen, mit diesem Verlust zu leben. Es hört sich vielleicht von mir als Trauernde seltsam an, aber ich habe bereits erfahren dürfen, dass in der Trauer auch heilsame Kräfte liegen. So werden tiefe Gefühle offener gezeigt, Rollen werden überprüft, neue Werte entstehen. Ich spüre, dass ich nicht in der Trauer versinke und erfahre, dass ich meine Gefühle bewältigen kann. Sehr hilfreich war mir dabei auch das Buch von Jörg Zink „Trauer hat heilende Kraft“, was ich jedem Trauernden empfehlen möchte.



An dieser Stelle möchte ich allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Hospizbewegung, vor allem dem Team meines Arbeitskreises, für ihre Unterstützung und Hilfe in dieser schweren Zeit danken. Ich weiß nicht, was ich ohne Euch gemacht hätte.

Abschließen möchte ich mit dem Text der Danksagung für meinen Mann:

Und immer sind irgendwo
Spuren Deines Lebens:
Gedanken, Bilder,
Augenblicke und Gefühle.
Sie werden uns immer
an Dich erinnern
und Dich dadurch nie vergessen lassen.

Wir lassen einen Platz zwischen uns,
so wie Du ihn im Leben hattest.

Ich weiß heute, dass ich viel mehr Zeit gebraucht hätte

ARBEITSKREIS HOSPIZ FORUM

„Es war am zweiten Weihnachtstag. Unsere erwachsenen Töchter kamen uns mit ihren Kindern besuchen. Nach dem Mittagessen gingen wir spazieren. Mein Mann fühlte sich jedoch müde und legte sich stattdessen hin. Ungefähr eine Stunde später ging ich ins Schlafzimmer, um etwas aus dem Zimmer zu holen. Ich fragte dabei meinen Mann, wie es ihm gehe. Aber er gab mir keine Antwort. Ich ging näher ans Bett, und obwohl er äußerlich ganz normal aussah, wurde mir schlagartig klar, dass er tot war. Irgendwie ging etwas anderes von ihm aus. Er sah vielleicht auch eine Spur blasser aus als sonst.

Ich lief ins Wohnzimmer, mein Kopf dröhnte, ich hatte das Gefühl, als ob ringsum alles in Watte gepackt sei. Ich winkte meinen Schwiegersohn, einen angehenden jungen Arzt, heraus. Auch er war zunächst ganz erstarrt. Er bestand darauf, sofort eine Wiederbelebung zu versuchen und den Notarzt zu rufen. Er und meine eine Tochter legten meinen Mann auf den Boden und schickten mich aus dem Zimmer – ich sollte mich um das Kind kümmern. Ich tat, was er sagte. Ich saß dann irgendwann völlig gelähmt auf einem Stuhl. Ich weiß nicht, warum ich nicht ins Schlafzimmer ging. Als ob ich es nicht wahrhaben wollte. Wenig später kam der Notarzt. Aber auch er konnte nichts mehr machen und stellte

nur noch den plötzlichen Herztod meines Mannes fest. Als er gegangen war, bat ich meine Familie, mich mit meinem Mann alleine zu lassen. Er lag wieder friedlich in seinem Bett. Ich spürte ihn ganz lebendig im Zimmer, eine große Ruhe breitete sich aus, aber mein Gehirn war leer, ich konnte nichts denken und nicht fühlen und auch nicht weinen. Nach etwa einer Stunde stand dann schon der Bestatter mit dem Sarg vor der Tür. Mein Schwiegersohn hatte dies offenbar inzwischen alles veranlasst. Dann trug man meinen Mann aus dem Haus.

Seit den letzten Worten, die wir miteinander gewechselt hatten, waren noch nicht einmal drei Stunden vergangen! Ich weiß heute, dass ich viel mehr Zeit gebraucht hätte, um Abschied zu nehmen, zumindest die ganze Nacht, vielleicht auch noch den nächsten Tag.“

Aus: Daniela Tausch-Flammer/ Lis Bickel: Wenn ein Mensch gestorben ist – wie gehen wir mit dem Toten um? S. 48 – 49





„Nur eines weiß ich - ich wollte diese Nacht noch einmal neben meinem Mann verbringen!“

ARBEITSKREIS HOSPIZ FORUM

Beate, deren Mann an einem Asthmaanfall in der Praxis der Hausärztin gestorben ist, kann trotz des Schreckens spüren, was gut für sie ist, um Abschied zu nehmen: „Mein Gehirn verweigert sich. Im Sprechzimmer liegt mein Mann regungslos da. Kann es sein, dass er wirklich tot ist? Aber warum denn? Ich registriere den aufgeschnittenen Pullover, das aufgerissene Hemd, den entblößten Oberkörper, Erbrochenes, ein wenig Blut. Warum? Zunächst möchte ich den erbärmlichen, entwürdigenden Zustand verändern. Alles andere schalte ich aus. Es kann doch nicht sein, dass er mich mit den drei kleinen Kindern alleine lässt. Unmöglich.“

Wie betäubt stehen unsere Ärztin und ich da. Mechanisch richtet sie Wasserschüssel und Tücher. Gemeinsam waschen wir Hansi, bringen ihn wieder in einen menschenwürdigen Zustand. Die Kinder – unsere drei Kinder – der einzige Gedanke, den mein Gehirn zulässt. Ich kann mir ein Leben ohne meinen Mann, ohne den Vater unserer Kinder nicht vorstellen. Völlig verzweifelt lege ich meinen Kopf auf Hansis Brust. Plötzlich atmet er hörbar aus! Ein irrer Gedanke durchfährt mich. Lebt er noch? Ich bin tatsächlich für einen Moment der wahnsinnigen Hoffnung erlegen, mein Mann könnte noch leben. Alles ist so unwirklich. Ich hoffe, aus diesem Albtraum aufzuwachen. Hansi würde einfach aufstehen und endlich mit mir heimgehen.

Nur eines weiß ich: Ich will diese Nacht noch einmal neben meinem Mann verbringen. Er liegt wie schlafend da. Sein Gesichtsausdruck ist friedlich und entspannt. Ganz gelöst und selig sieht er aus. Auch würdevoll und vollkommen ruhig. Ich schaue meinen Mann lange an und be-

komme das deutliche Gefühl, dass ich mich um ihn nicht mehr sorgen muss. Ihm geht es jetzt gut. Unsere Hausärztin bringt mir Decken und eine Kerze. Ich lege mich neben meinen Mann, kein toter Körper. Er ist noch warm. Langsam verfärben sich seine Ohren und andere Bereiche seines Gesichts dunkelblau. Wir binden dann das Kinn hoch.

Die Ärztin lässt uns allein. Ich decke meinen Mann zu, will ihn warm halten. Ich merke nicht, wie unmöglich und zwecklos mein Handeln ist. Ich spreche mit meinem Mann, schaue ihn an, streichle ihn, seine weichen Haare oder liege einfach nur da. Ich versuche verzweifelt, seinen Körper warm zu halten. Ich will ihn noch nicht hergeben. Es gibt keine Worte, die den Schmerz und die tiefe Verzweiflung beschreiben können, wenn der Körper eines geliebten Menschen langsam aber unaufhaltsam kälter und kälter wird. Irgendwann ist es Morgen. Der Körper meines Mannes ist jetzt schon eiskalt! Sein Gesicht hat noch immer denselben wunderschönen Ausdruck.

Da Samstag ist, sind keine Patienten zu erwarten. Ich lasse meinen Mann allein und wüрге in der Küche eine Tasse Tee hinunter. Ich wundere mich darüber, dass die Uhr weiterläuft, obwohl mein Mann tot daliegt. Ich wundere mich darüber, dass mein Magen knurrt. Es kann doch überhaupt nicht sein, dass alles weiterläuft, als ob nichts passiert wäre! Es wird langsam Zeit, das Beerdigungsinstitut anzurufen. Ich kann gleich vorbeikommen. Es ist schwierig für mich, meinen Mann allein zu lassen. Die Ärztin begleitet mich.“

Aus; Daniela Tausch-Flammer/ Lis Bickel: Wenn ein Mensch gestorben ist – wie gehen wir mit dem Toten um? S. 92 - 93



Ich wollte bei dir sein, man wollte es nicht ...

Diesen Text schrieb eine Mutter nach dem Unfalltod ihrer 16-jährigen Tochter

„Ich wollte bei dir sein, man wollte es nicht.
Ich habe mich nicht durchgesetzt.
Du warst nicht im Krankenhaus, wie ich glaubte;
du lagst
in einem Metallsarg
in einem Leichenhaus
in einer Kühlzelle
tot. Wertlos. Abfall.
Du lagst da an dem warmen
Sommerabend mit Gänsehaut.
Deine Augen erschreckt – weit offen.
Dein Gesicht verletzt.
Dein Haar voll Blut.
Dein Mund aufgesperrt voll Watte.
Deine Hände verwundet.
Dein Körper völlig unverletzt.
Ich wollte dich mitnehmen, aber ich durfte es nicht.
Ich wollte bei dir bleiben, aber ich durfte es nicht.
Ich wollte dich wärmen.
Ich zog meine Jacke aus und deckte dich damit zu.
Dann musste ich gehen.
Ohne dich.
Sie schoben dich wieder in die Kühlzelle.
Ich dachte in dieser Nacht:
Wann ist tot tot? Niemand kann das doch wissen.
Bist du einsam?
Bist du bang in der Kühlzelle?
Du gehörst in meine Arme.
So wie bei der Geburt in diese Welt
gehörst du genauso in meine Arme beim Sterben,
das Geborenwerden in ein anderes Leben,
auf das ich für dich so hoffe.
Mit welchem Recht in Gottes Namen
durfte ich nicht bei dir sein?

Lisbet Holst

Aus: Neue Kultur im Umgang mit Tod und Trauer. Dokumentation der Fachtagung am 25. November 1998 in Wuppertal S. 271



„Wie ein Blitz aus heiterem Himmel ...“

AK HOSPIZ FORUM

Margot Hugs Ehemann Otto, der Vater ihrer vier Kinder, brach beim morgendlichen Einkauf an der Kasse zusammen und starb wenige Minuten später trotz sofortiger ärztlicher Versorgung. Frau Hug war vor Eintreffen des Leichenwagens an der Stelle, an der ihr Mann verstorben war und konnte gegen anfängliche Bedenken des Bestatters erreichen, dass ihr Mann von der Leichenhalle nach Hause zur dortigen Aufbahrung gebracht wurde. In den folgenden 36 Stunden lag der Verstorbene im Wohnzimmer, aufgebahrt im eigenen Bett, umgeben von seiner Familie, Verwandten und Freunden. Jeder hatte die Möglichkeit persönlich Abschied von ihm zu nehmen.

Margot Hug und ihre Kinder berichten über ihre Gefühle und über die Kraft, die ihnen durch die gemeinsam verbrachte Totenwache erwuchs. Für sie alle war das Aufschreiben ihres Erlebens ein wichtiger Beginn ihrer Trauerarbeit. Einige Zitate aus dem Bericht machen das Erleben der Söhne deutlich:

So haben wir Vaters Tod erlebt

„Die Nachricht von Papas Tod hat mich zunächst umgeworfen, weil ich nie daran gedacht hatte, dass er sich so ohne Vorankündigung verabschieden würde. ... Ich war mir sicher, genügend Zeit zu haben, mich auf den Tod meiner Eltern vorzubereiten zu können. Sicherlich waren der erste Anblick und die erste Berührung meines Vaters ein totaler Schock. Aber der direkte persönliche Kontakt mit ihm in der vertrauten Umgebung hat es mir ermöglicht, zu dem für mich richtigen Zeitpunkt und in der für mich richtigen Form Abschied zu nehmen. Ich habe gespürt, wie wichtig es ist, der Tatsache ins Auge zu sehen und die Trauer zuzulassen.

Die sichtbare Veränderung meines toten Vaters in den beiden Tagen zu Hause haben mir den Abschied erleichtert. Als am Montag Morgen der Bestatter kam, hatte der Leichnam für mich nicht mehr viel mit dem Menschen gemeinsam, um den ich an den vorangegangenen Tagen geweint hatte.

Es schien mir, als ob sich seine Seele bereits aus der Hülle befreit hatte und nicht mehr darin gefangen war.

Ich bin überzeugt, dass es auch für unseren Vater gut war, wie wir uns von ihm verabschiedet haben. Dieses Gefühl hilft mir, dass sein Tod nicht zum Alptraum wird.“ (Christof, S. 12)

„... Meine Mutter hatte mir gesagt, dass sie Vater nach Hause holen wird. Das war mir



ein sehr tröstlicher Gedanke. So konnte ich mich noch persönlich im vertrauten Rahmen von ihm verabschieden. Ich spürte auch, dass es wichtig war, sich „richtig“ zu verabschieden, auch wenn ich im Moment nicht wusste, was „richtig“ genau bedeutete. Aber ich vertraute darauf, dass ich es dann, wenn ich meinen Vater sah, wissen und spüren würde. Zunächst brauchte ich einige Zeit, bis ich mich überwinden konnte. Der Schmerz war zwar riesengroß, aber gleichzeitig spürte ich, dass diese letzte gemeinsame Zeit unglaublich wichtig ist, sowohl für uns Trauernde als auch für Vater. Wir haben bei ihm gegessen, zusam-



men geweint, mit ihm geredet, ihn berührt. Sonntag Nachmittag war ich zwei Stunden alleine bei meinem Vater und habe ihm noch vieles erzählt, was mir auf der Seele lag, was ich ihm noch auf den Weg mitgeben wollte. In dem Moment, als ich das Zimmer verließ, fühlte ich, dass dies der endgültige Abschied war, dass ich ihn nun gehen lassen konnte.“ (Joachim, S.13)

„... Die folgenden beiden Tage waren unheimlich wichtig, gerade weil die Plötzlichkeit des Todes uns keine Zeit gelassen hat, uns zu verabschieden. Es gibt nach einem Tod gleich so viel zu erledigen, dass für die Trauer viel zu wenig Raum bleibt, erst recht nicht, wenn der Tote gleich in die Leichenhalle kommt. ...

So konnten wir mit allen Verwandten gemeinsam an seinem Bett weinen, aber auch alleine mit ihm sein, mit ihm reden, ihn berühren. Gerade das Berühren war sehr wichtig für mich, weil dieser Tod so „unfassbar“ war und er durch das Berühren für mich „begreifbarer“ wurde.... Wir haben viel über Papa geredet, uns unsere Erinnerungen erzählt, haben gelacht und geweint, über die Zukunft gesprochen... Wir sind ein Stück mehr zusammengewachsen und unsere Beziehungen zueinander haben sich positiv verändert, sind enger geworden.“ (Tobias, S. 15).

aus: Margot Hug – Wie ein Blitz aus heiterem Himmel – siehe Bücher-Ecke

„Unsere liebe kleine Pauline!“

NAME DER REDAKTION BEKANNT

Fünf Jahre sind nun schon seit Deiner Geburt und deinem Sterben vergangen.

Unglaublich! Die Zeit ist einfach weitergegangen, obwohl sie doch so plötzlich still zu stehen schien. Wir hatten uns so auf Dich gefreut! Alles war für Deine Ankunft in unserer Familie vorbereitet. Deine großen Geschwister und wir warteten seit Tagen gespannt auf Dich. Du warst sehr lebhaft während der Schwangerschaft und wir waren neugierig auf das gemeinsame Leben mit Dir und Deinem Temperament.

Doch dann brach Dein Tod völlig unerwartet in der 41. Schwangerschaftswoche in unser Leben ein. Erst nach der Geburt sollten wir erfahren woran Du so plötzlich und unvorhersehbar gestorben warst: Nabelschnurkomplikation, hieß die Diagnose. Es ist und war alles so unfassbar! Du bist an einem Tag geboren, gestorben und auferstanden. Wo wir Leben erwartet haben ist uns der Tod grausam begegnet.

Als unsere Hebamme während der Geburt sagte, dass dies erst der Anfang eines Lei-



densweges sei, konnten wir das erst nicht glauben. Es wäre nicht das Schlimmste, sondern was danach kommen würde, wäre noch viel schwerer. Damals dachten wir, was kann noch schlimmer sein, als unser süßes kleines Baby tot auf die Welt zu bringen und nicht lebendig begrüßen zu dürfen? Doch sie sollte recht behalten. Auch heute noch zerreißt der Schmerz um Deinen Verlust, die Erinnerung an Dein frühes Sterben, uns manchmal schier das Herz. Auch wenn er nicht mehr so oft und stark hervorbricht wie in der ersten Zeit



Deines Todes. Manchmal ist er ganz plötzlich und unverhofft da mitten in den Vorbereitungen für eine große Familienfeier und lässt uns innehalten: wie gerne hätten wir auch für Dich ein solches Fest gefeiert!

Liebe Pauline, Dich nicht wie Deine Geschwister bei uns haben zu dürfen, Dich nicht herzen und aufwachsen sehen zu können, das tut einfach immer noch weh. Wir hätten Dich so gerne durchs Leben begleitet! Mit Dir ist ein Stück unserer Zukunft und Zuversicht gestorben.

Du hast in unserer Familie einen festen Platz. In unseren Gedanken, in unserem Herzen gehörst Du mit dazu und wir sind dankbar für die kurze Zeit, die wir mit Dir leben durften. Wir werden Dich nie vergessen! Die wenigen Stunden, die wir mit Dir nach Deiner Geburt im Krankenhaus und zu Hause verbracht haben, sind kostbare Augenblicke für uns und haben sich tief in unser Gedächtnis eingebrannt. Ohne diese Erinnerungen wäre all das Geschehene noch unfassbarer gewesen. Oft war es uns, als müssten wir von diesem schrecklichen Albtraum erwachen, als ließe sich die Zeit zurückdrehen und das Leben könnte weitergehen wie bisher. Was hätten wir dafür gegeben, wenn Du hättest bei uns bleiben können!



Doch unsere Lebenszeit ist begrenzt. Ob sie nur ein paar Tage, einige Schwangerschaftsmonate oder viele Jahre dauern wird, wissen wir nicht. Das einzig Sichere im Leben ist der Tod. Durch Deinen Tod sind wir uns dessen schmerzlich bewusst geworden. Heute empfinden wir noch mehr Dankbarkeit gegenüber dem, was wir

haben dürfen und was uns geschenkt ist. Anfangs hatten wir Angst, dass die Erinnerung an Dich verblassen könnte. Jetzt wissen wir, dass das so nicht ist und Du uns immer nahe sein wirst.

Dort wo Du bist, geht es Dir gut! Das ist unser fester Glaube. Auch wenn wir nicht verstehen können, warum Du schon fortgegangen bist, so glauben wir fest daran, dass Du alles hast, was Du brauchst, ja, dass Du sogar schon am eigentlichen Ziel angekommen bist, wo Du „Leben in Fülle“ hast.



Gott schütze Dich und segne Dich und uns.

In Liebe

Deine Eltern



Nicolaidis Stiftung gGmbH ***- Hilfe für verwitwete Mütter und Väter***

CHRISTA WÜBBELT

Ein plötzlicher Tod kann jeden treffen – neben der unfassbaren Trauer sind mit dem Tod des Lebenspartners oft organisatorische, rechtliche und finanzielle Schwierigkeiten verbunden – besonders wenn Kinder mitbetroffen sind. Die Nicolaidis Stiftung wurde 1998 von Martina Nicolaidis nach dem Tod ihres Mannes ins Leben gerufen und hat es sich zur Aufgabe gemacht, für die Belange junger Witwen und Witwer und deren Kinder einzutreten.

Die Stiftung möchte möglichst umfassend Hilfe leisten. Sie bietet deshalb seelische, soziale, finanzielle und praktische Unterstützung z. B. Hilfestellung bei Rentenangelegenheiten, Kontakte zu Anwälten, Steuerberatern und Schuldnerberatern an. Die Nicolaidis Stiftung vermittelt bundesweit Plätze in Selbsthilfegruppen. Auch in Münster gibt es seit kurzem eine Gruppe, zu der der Kontakt über die Münchner Zentrale hergestellt werden kann. Die intensive Vernetzung mit anderen Institutionen, die ebenfalls Trauernde betreuen, ist ein zentrales Anliegen der Organisation.

Die enge Kooperation mit der Tabaluga-Kinderstiftung und der Peter-Maffay-Stiftung ermöglicht es, auch direkt etwas für die Kinder und Jugendlichen tun zu können, die einen Elternteil verloren haben. Das neueste Projekt in diesem Bereich ist ein Aufenthalt für Kinder und Jugendliche in der Finca von Peter Maffay auf Mallorca.

Erreichbar ist die Nicolaidis Stiftung:

Adi-Maislinger-Straße 6 - 8
81373 München
Tel.: 089-74363-202
Fax: 089-74363-190
e-mail: info@nicolaidis-stiftung.de
www.nicolaidis-stiftung.de



Spendenkonto: Konto-Nr. 750 075 000
BLZ: 700 080 00, Dresdner Bank





DIE BÜCHER-ECKE



Keine Zeit zum Abschiednehmen von Beatrix Gerstberger



„Als ihr Freund erschossen wurde, war sie im 6. Monat schwanger. Beatrix Gerstberger beschreibt in ihrer eigenen Geschichte, wie sie das Unbegreifliche überlebte und erzählt auch von anderen jungen Frauen, die ein ähnliches Schicksal erleiden mussten.“ Das Buch berichtet über 8 verschiedene Schicksale junger Familien, deren Männer auf plötzliche und gewaltsame Weise zu Tode kamen. Die Frauen schildern ihre Gefühle und wie sie das zunächst für sie unfassbare Geschehen überlebt haben. Sie berichten von Verzweiflung, von Wut, von Schuldgefühlen, aber auch von Mut und Stärke fürs Überleben.

Wenn ein Mensch gestorben ist – wie gehen wir mit dem Toten um?

Daniela Tausch-Flammer/ Lis Bickel

Die beiden Autorinnen schreiben über die Hilflosigkeit und den Trennungsschmerz u.a. auch bei plötzlichem Tod. Anhand von sehr bewegenden Beispielen, z.T. aus eigenem Erleben, zeigen sie vielfältige Möglichkeiten auf, wie in den Tagen bis zur Bestattung ein liebevoller und würdevoller Abschied von dem Verstorbenen erlebt werden kann, der damit zu einer guten Voraussetzung für die Trauerbewältigung werden kann.

Wie leicht wird Erde sein, Lyrische Texte zur langen Reise

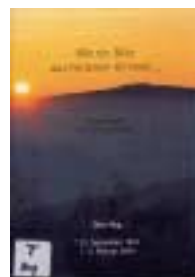
Eine Anthologie – herausgegeben von Hilde Kümpers, Buchidee und Redaktion Gabriele Caspers

Diese im März 2004 erschienene Anthologie enthält in einer Buchkassette 76 Ge-

dichte und Prosatexte von bekannten und weniger bekannten Autoren (Bertolt Brecht, Johann Wolfgang von Goethe, Christine Lavant, Nelly Sachs, Ingeborg Bachmann, Durs Grünbein...) zum Thema Tod und Sterben. „Spannend erscheint mir außerdem die geplante, eher ungewöhnliche Form der Darreichung. Die Gedichte sollen nämlich auf losen Blättern gedruckt sein. Man wird blättern und solche Gedichte und Texte, die man später, vielleicht an anderm Ort lesen möchte, herausnehmen und in einem Umschlag verstauen können. So ist eine eigene kleine Anthologie möglich, gegebenenfalls immer wieder eine andere – je nachdem.“ (aus dem Nachwort von Dr. Sigmar Gerund).

Die Texte wirken also ganz für sich – damit ist das Buch ein gutes Geschenk – vielleicht nicht für jeden, aber sicher für Freunde lyrischer Texte. Die Anthologie in der Kassette ist zum Preis von 22,90 Euro zzgl. 4,00 Euro Porto und Verpackung über folgende Adresse zu beziehen: Gabriele Caspers, Mesloh 5 b, 27249 Maasen, Tel.: 04272-323, E-Mail: caspers@t-online.de

Wie ein Blitz aus heiterem Himmel – Erfahrungen mit Tod und Trauer (Otto Hug)



Zu beziehen bei:
Margot Hug,
Ringstraße 28,
79199 Kirchzarten,
Tel.: 07661-3162

Hospizgruppe Dreisamtal, Albert-Schweitzer-Straße 5, 79199 Kirchzarten,
Tel.: 07661-391108

hospizbewegung

lebensHAUS

Münster

Sonnenstraße 80 - 48143 Münster
Tel.: 0251-519874 / Fax: 0251-4828246
Spendenkonto: Hospizbewegung-Förderkreis
Nr. 18 221 100 - (BLZ: 400 602 65)
Darlehenskasse Münster

Dorbaumstraße 215 - 48157 Münster
Tel.: 0251-89935-10 / Fax: 0251-89935-19
Spendenkonto: Förderverein Hospiz *lebensHAUS* e. V.
Nr. 24 008 153 - (BLZ: 400 501 50)
Sparkasse Münsterland-Ost

Momente

**Vor meinem eignen Tod ist mir nicht bang,
nur vor dem Tode derer, die mir nah sind.
Wie soll ich leben, wenn sie nicht mehr da sind?**

**Allein im Nebel tast ich todentlang
und lass mich willig in das Dunkel treiben.
Das Gehen schmerzt nicht halb so wie das Bleiben.**

**Der weiß es wohl, dem gleiches widerfuhr;
und die es trugen, mögen mir vergeben.**

**Bedenkt: den eignen Tod, den stirbt man nur,
doch mit dem Tod der andern muss man leben.**

Mascha Kaléko

IMPRESSUM

Hospiz Forum

E-Mail:
info@hospizbewegung.de
www.hospizbewegung-muenster.de
Elisabeth-udo.mueller@t-online.de

Ausgabe:
Juni 25/2004

Herausgeber:
Hospizbewegung Münster e. V.
Sonnenstraße 80
48143 Münster
Telefon: 0251-519874
Fax: 0251-4828246

Fotonachweise:
Titelfoto: gewitter: www.videoproduktionen.ch
Baum: Jörg Zink, Trauer hat heilende Kraft, S. 3
Waldweg: Oswald Kettenberger, S. 4
fussspuren.jpg: www.jansebar.de, S. 6
pflanze_in_guter_hoffnung.jpg: www.inidia.de, S. 7
Rückseite: 001.gif: www.jhw-inkontakt.de

Redaktion /
Gestaltung:
Dieter Broekmann
Dr. Irmgard Engelking
Gudrun Große Ruse
Elisabeth Müller
Dr. Petra Schwarz
Christa Wübbelt

Textbeiträge:
Mitarbeiterin *lebensHaus*
Franz-Josef Dröge

Fotonachweise:
Mann-und-Meer.jpg: www.workshop-psychotherapie.de, S. 6
logo_big.jpg: www.initiative-hoffnung.de, S. 9
herz_perfekte_scheidung.jpg: www.gorilla.at, S. 10
18277-unendlich.jpg: www.vohwinkel.net, S. 12
blitz: <http://home.t-online.de>, S. 14
logo: www.nicolaidis-stiftung.de, S. 17

Bezugsquelle
(kostenlos erhältlich):
Versand an alle Mitglieder

Hospizbewegung Münster
lebensHAUS, Münster

Auflagenhöhe: 1.400

Nächster Erscheinungstermin:
Oktober 2004

Druck:
Copy Center CCC
Coerdestraße, Münster

Fotonachweise:
eisberge.jpg: www.grundschule-treuchtlingen.de, S. 12
baum: www.lfs-koeln.de, S. 16
berge: www.lfs-koeln.de, S. 16
sunset.jpg: www.lebensquell.ch, S. 17