Ausgabe 25

LebensZeiten

Ein Magazin über das Unvermeidliche und für das Leben danach

Im engsten Kreis

Gedicht

Abend

Der Abend wechselt langsam die Gewänder,
die ihm ein Rand von alten Bäumen hält;
du schaust: und von dir scheiden sich die Länder,
ein himmelfahrendes und eins, das fällt;

und lassen dich, zu keinem ganz gehörend,
nicht ganz so dunkel wie das Haus, das schweigt,
nicht ganz so sicher Ewiges beschwörend
wie das, was Stern wird jede Nacht und steigt -

und lassen dir (unsäglich zu entwirrn)
dein Leben bang und riesenhaft und reifend,
so dass es, bald begrenzt und bald begreifend,
abwechselnd Stein in dir wird und Gestirn.

Rainer Maria Rilke

Erste Worte

Liebe Leserinnen und Leser,

Liebe Leserinnen und Leser,

traurig sein hat viele Gesichter, das sehen wir jeden Tag. Jede und jeder trauert auf eine eigene Art. Jeder und jede braucht etwas anderes fürs Abschiednehmen und fürs Weiterleben.

Aber was bedeutet das für die Art und Weise, wie eine Trauerfeier organisiert wird? Wenn wir darüber reden, finden wir es heraus.

Wer hinhört, kann viel Schönes wahrnehmen, darum geht es in diesem Heft. Ihnen eine gute Lektüre!

Ihre

Andrea Maria Haller
lebenszeiten@bestattungshaus-haller.de

Inhalt

Lebenswege
Im engsten Kreis 6
Langsames Schmelzen 12

Kunst, Kultur und Historisches
Freudige Unvoreingenommenheit: der Künstler Simon Dittrich 4
In guter Gesellschaft: Gottlieb Daimler auf dem Uffkirchhof 17
Liebe in Farben: Selbstgestaltete Urnen 18

Lebensgeschichten
Motorradfahrer, Sammler, Wurstkenner: Dieter Wälde 14

Veranstaltungen und Tipps
Trauergruppen und Begleitung 22
Veranstaltungen für Trauernde: Trauerwandern im Schwarzwald 23

Steuern und Recht
Kann man es rückgängig machen, wenn man ein Erbe ausgeschlagen hat? 16

In eigener Sache
Salonabend im Bestattungshaus: von Mozart bis Ellington, von Puschkin zu Achmatowa 23

Wintermärchen
Josephine und das Singen der Bäume 22

Gedicht
Abend 2

Bildquellenangaben **20**

Impressum **28**

LebensZ*eiten* erscheint vierteljährlich. Mit LebensZ*eiten* wollen wir die Angst vor dem Tod und vor Trauer nehmen und uns für einen offenen Umgang mit diesen Themen einsetzen. LebensZ*eiten* soll helfen, sich auf das Unvermeidliche vorzubereiten, und Mut machen für das Leben danach. Hier erzählen wir die Geschichten der Menschen, die uns in unserer Arbeit als Bestatter begegnen.

In dieser Serie stellen wir Künstler aus der Region vor.
Diesmal: Simon Dittrich aus Stuttgart-Möhringen

Freudige Unvoreingenommenheit

Simon Dittrich macht nie Urlaub. Es ist für ihn unvorstellbar, an einen Ort zu fahren, an dem er nicht malen oder zeichnen kann. Unglaublich vielfältig ist der Schatz an Werken, den er in den vergangenen 60 Jahren geschaffen hat. Immer wieder entstehen neue Bildwelten.

Der 80-Jährige hat nie Langeweile. Seine Arbeit ist für ihn ein ewiges Öffnen von neuen Türen. Ständig begibt er sich auf unbekanntes Terrain. Dabei können seine Werke unterschiedliche Formen annehmen. Skulpturen aus Holz oder Metall, Zeichnungen, Radierungen, Lithografien, Gemälde. Viele seiner Werke tragen eine spielerische Heiterkeit in sich, die einem beim Betrachten ein Lächeln ins Gesicht zaubert.

Wenn Simon Dittrich sich auf ein neues Werk einlässt, macht er dies völlig unvoreingenommen und ohne jede Vorstellung davon, was am Ende dabei herauskommen soll. Er arbeitet so lange, bis Ordnung da ist.

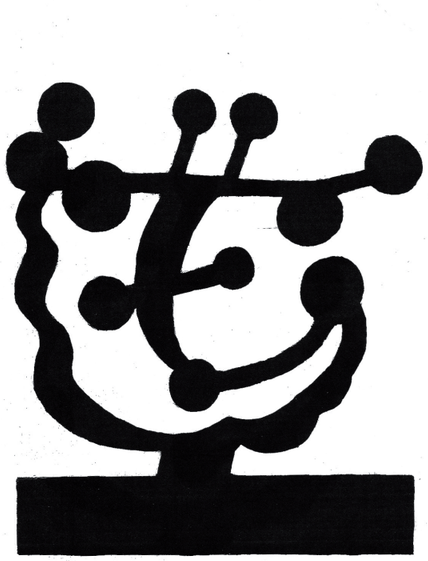
Wenn er abends ein Bild fertiggestellt hat und am nächsten Morgen wieder in sein Atelier kommt, öffnet er die Tür nur ganz vorsichtig. Gerade so, dass er ein Drittel des Bildes sehen kann. Wenn er dann zufrieden ist, betritt er den Raum und begrüßt das Bild ganz heiter: „So schlecht bist du ja gar nicht!“

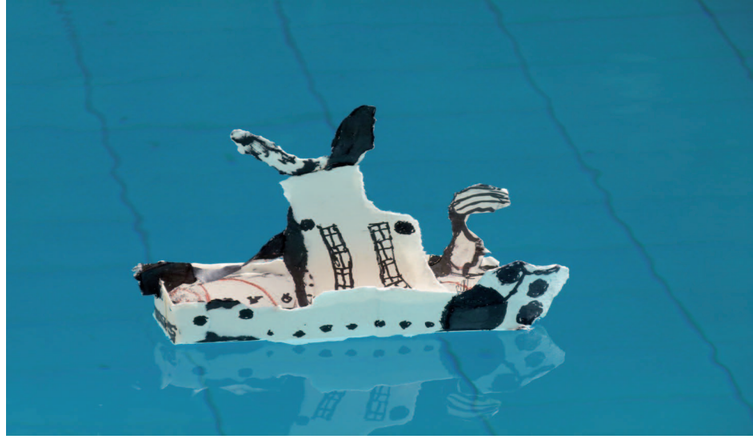
Und das ist für ihn dann besser als jeder Urlaub.

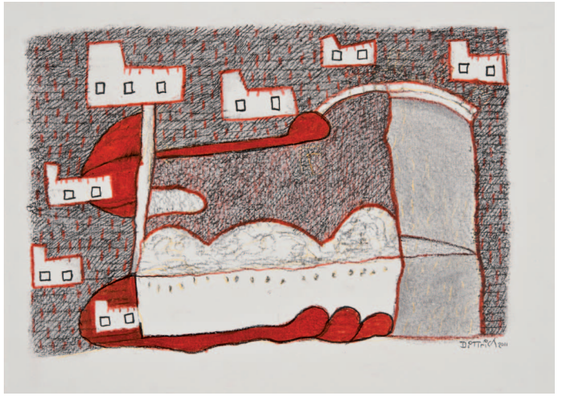
Simon Dittrich lebt mit seiner Frau Lilian inmitten von vielen Bildern in Stuttgart- Möhringen.

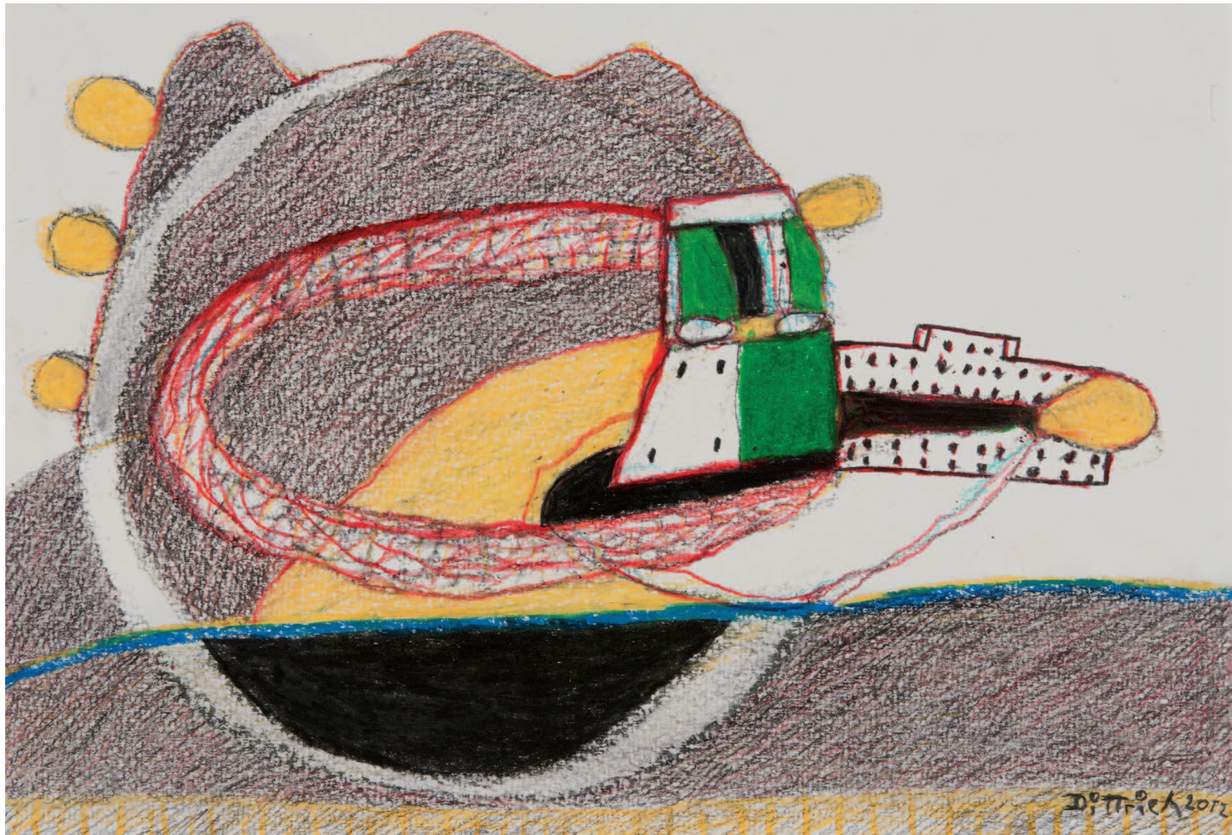
Mehr von Simon Dittrich zu seinen Arbeiten finden Sie auf VIMEO.

www.simon-dittrich.de









Im engsten Kreis

„Wir haben im engsten Kreis Abschied genommen.“
Diese Worte stehen oftmals auf Traueranzeigen. Meist stecken dahinter komplexe Lebensgeschichten und Empfindungen. Manchmal ist es der ausgesprochene Wille des Verstorbenen. Manchmal sind es Müdigkeit und Erschöpfung oder das Gefühl der Überforderung auf Seiten der Hinterbliebenen. Manchmal ist es einfach der Wunsch nach einem geschützten Rahmen, zu dem nicht jeder Zutritt hat.

Wie geht es den anderen damit? Hat jeder ein Recht auf Abschied? Wie kann man diese Zeit so gestalten, dass alle Bedürfnisse berücksichtigt werden?
In dieser Geschichte erzählen wir von einer komplexen Dynamik des Rückzugs und der Öffnung und darüber, wie ein Kreis sich wandelt.

Jessica

Jessica und Carmen waren Freundinnen. Schon lange. Irgendwann einmal vor vielen Jahren haben sie zusammengearbeitet; Carmen war Jessicas Vorgesetzte bei einem IT-Unternehmen. Die beiden hatten mehr gemeinsam als ihre Arbeit. Sie verreisten zusammen, feierten, genossen das Leben. Sri Lanka, Malediven, Karibik, immer und immer wieder waren sie auf Sylt. Sie waren immer auf derselben Wellenlänge. Sie teilten ihre Hoffnungen, ihre Sorgen, ihren Ärger über Männer. Sie lachten unglaublich viel. Hatten keine Angst vor Exzessen und langen Nächten. Beruflich blühte Jessica auf, als sie mit Carmen zusammenarbeitete. Gemeinsam betreuten sie internationale Projekte. Meisterten die Herausforderungen der IT-Branche: die Jahrtausendwende, die Finessen der Euro-Umstellung. Viel harte Arbeit und viele fröhliche Feste. Immer das Gefühl, das Leben im Griff zu haben. Zumindest in Teilen.

Sie kannten sich mehr als 20 Jahre. Jessica organisierte Carmens Geburtstag, Carmen Jessicas. Sie waren richtig gute Freundinnen. Dann lebten sie sich ein wenig auseinander. Eigentlich war gar nichts Wesentliches. Jessica hatte einen neuen Partner mit Familie. Das nahm viel Raum ein.

Im März 2013 wurde bei Carmen Darmkrebs diagnostiziert. Da war sie 46 Jahre alt.

Katrin

Katrin war ebenfalls gut mit Carmen befreundet. Sie hatten einander in einem Restaurant in Ludwigsburg kennengelernt, sympathisch gefunden und diese Verbindung dann über Jahre aufrechterhalten. Ohne äußere Rahmenbedingungen wie eine gemeinsame Arbeit oder einen Verein. Einfach weil sie es wollten. Weil sie einander mochten.

Katrin schätzte an Carmen ihren Lebensmut. Und dass sie so eine grundpositive Einstellung gegenüber anderen Menschen hatte. Dass sie in anderen Menschen immer deren Stärken sah, deren Potenziale. Carmen schätzte an Katrin ihre ruhige, reflektierte, freundliche Art. Und die wahnsinnige Disziplin und Ausdauer, mit der sie ihren Sohn eine Zeit lang alleine erzog und sich mit zwei Arbeitsplätzen über Wasser hielt.

Als Carmen erfuhr, dass sie Darmkrebs hatte, rief sie Katrin an, um ihr von der Diagnose zu erzählen. Katrin hörte ihre Wut heraus, spürte aber auch ihre Lebenskraft und ihren Kampfesgeist. Es hatte viele Voruntersuchungen gegeben. Alles hatte sich immer wieder verzögert. Jetzt war es ziemlich spät. Carmen war kämpferisch und bereit, Chemos und Behandlungen auf sich zu nehmen. Sie hatte Hoffnungen und Pläne, über die sie sprach. Sie hatte bis jetzt alles im Leben gemeistert. Die beiden redeten über die Behandlungen, über die nächsten Schritte. Und auch immer wieder gerne über alles Mögliche, das nichts mit der Krankheit zu tun hatte. Alltägliches. Das Leben, die Arbeit. Aber auch Sinnfragen. Über den Tod sprachen sie nie. Carmen mochte Friedhöfe nicht. Sie war viel lieber unter den Lebenden.

Carmen machte schon immer viel mit ihrer Schwester Henri aus. Die beiden standen sich sehr nahe. Henri war die Ältere, aber Carmen immer die Beschützerin. Durch die Krankheit sind sie sich noch näher gekommen. Auch Henri war Teil des Freundeskreises. War bei Festen und Feiern präsent. Fuhr mit in gemeinsame Urlaube. Mal mit Partner, mal alleine.

Jessica

Als Carmen glaubte, sie hätte den Krebs besiegt, schrieb sie Jessica eine E-Mail. Sie wollte die alte Freundschaft wieder auffrischen. Jessica spürte, wie sehr Carmen ihr gefehlt hatte. Sie weinte unglaublich. Da war Erleichterung, Sehnsucht. Die beiden begannen wieder lange miteinander zu reden, kamen sich erneut näher. Fast näher als zuvor. Jessica war froh, dass Carmen wieder in ihr Leben gekommen war.

Mitte des Jahres erhielt Carmen eine weitere Krebs-Diagnose. Man hatte Metastasen gefunden. Chemo. Operationen. Immer wieder musste sie in die Klinik nach Heidelberg. Die ganze Zeit über arbeitete Carmen weiter, ging nach der Arbeit zu ihren Behandlungen. Sie brauchte diese Normalität, diese klare Struktur und das Gefühl von Kontrolle über ihr Leben. Eine Aufgabe. Sie brauchte normale Unterhaltungen mit Freunden. Die Krankheit sollte nicht im Mittelpunkt ihres Lebens stehen.

Mit der Zeit ging es ihr schlechter. Ihre Haare fielen aus. Sie reduzierte die Anzahl der Menschen, die sie sehen wollte und konnte. Für viele im Freundeskreis war Carmens Rückzug nicht einfach. Man muss es jemandem zugestehen, wenn er einfach keine Kraft mehr hat, einen zu sehen, sagte Jessicas rationaler Teil. Trotzdem spürte sie, wie sehr es die anderen schmerzte, ausgeschlossen zu sein. Die ersten Zeichen der Ohnmacht, die der Freundeskreis unterschwellig spürte, waren sichtbar geworden. Andere waren vielleicht auch ein wenig erleichtert, sich nicht damit auseinandersetzen zu müssen. Vielleicht.

Es war schwer, Carmen so zu sehen. Diese intelligente, starke, schöne, mutige Frau – ein Häufchen Elend.

Im Mai 2017 schien es, als hätte Carmen akzeptiert, dass sie es nicht schaffen würde. „Aber eigentlich habe ich ein schönes Leben gehabt."

Sie redete lange mit Jessica. Nicht über den Tod, sondern über all das Gute, das sie miteinander erlebt hatten. Das hatte viel von einem Abschied an sich. Als wäre ihr es das Wichtigste, zu wissen, dass ihr Leben gut war. Ja, das war es. Es war ein Moment des Übereinkommens über alles Vergangene. Der tiefen Begegnung und Wertschätzung. Und ja – der Dankbarkeit.

Während Carmen immer schwächer wurde, wurde die Beziehung zu ihrer Schwester immer intensiver. Heute kann Henri sagen, dass sie unendlich dankbar ist für die Nähe, die Carmen in dieser Zeit zugelassen hat.

Ab August zog sich Carmen noch weiter zurück. Von allen außer von Henri, ihrer Schwester. Jessica tat dieser Rückzug weh. Sie wäre so gern dagewesen für ihre Freundin. Sehnte sich auch nach ihr. Sie wollte lieber diesen Schmerz mit ihr teilen. Es war ein Gefühl von tiefer Ohnmacht.

Als Carmen das letzte Mal in die Klinik nach Heidelberg fuhr, für ein Wochenende von Freitag bis Montag, wollte sie gar niemanden mehr sehen. Jessica hatte damals sogar den Verdacht, Carmen wollte in die Schweiz und hätte Heidelberg nur vorgeschoben. Das hätte sie ihr zugetraut. Carmen wollte immer die Kontrolle behalten. Dieses Ausgeliefertsein an ihre Krankheit, an die Ärzte, an die ganze medizinische Maschinerie, all das war unerträglich für sie.

Katrin

Carmen jammerte nie, war trotz allem immer voller Pläne und Hoffnungen. Die Begleiter im Krankenhaus rieten Carmen, ihrem Krebs einen Namen zu geben. Sie nannte sie Hugo. Einen Namen zu geben kann helfen, eine Krankheit anzunehmen und sie nicht mehr als so bedrohlich wahrzunehmen. Nicht so hart gegen sie anzukämpfen. Katrin fand das etwas seltsam: Die Krankheit ist doch kein Freund! Sie hielt sich aber zurück und kommentierte es nicht. Carmen schien es zu helfen.

So lange es ging, trafen Katrin und Carmen sich jede Woche, oft in einem Café in Ludwigsburg. Sie redeten dann über Alltägliches. Diese Normalität tat beiden gut. Katrin hätte mit Carmen auch über das Ende gesprochen, wenn Carmen das gewollt hätte. (Obwohl Katrin bewusst ist, dass sie in solchen Momenten oft nicht weiß, was sie sagen soll. Aber vielleicht macht genau das Katrin zu so einer wertvollen Freundin in dieser Zeit. Wer braucht schon Menschen, die immer was zu sagen haben?)

Die Effekte der Chemo machten die Krankheit immer sichtbarer und waren für Carmen immer schwerer auszuhalten.

Es gab auch Zeiten, da wollte Carmen gar niemanden sehen. Hatte keine Kraft zum Wollen. Das war emotional schwierig, aber logisch nachvollziehbar. Immer waren da diese zwei Seelen: immer beides spüren, den eigenen Schmerz und den des anderen.

Carmen sagte Katrin, dass sie jetzt eigentlich austherapiert sei. An einem Tag im Sommer in einem Café in Bietigheim. Erst bei diesem Gespräch und in den folgenden Wochen konnte Katrin sich irgendwie vorstellen, dass Carmen es nicht schaffen würde.

Eigentlich wäre Katrin in ihren normalen Sommerurlaub gefahren zu jener Zeit, als es Carmen sehr schlecht ging. Doch sie blieb da. Dafür ist sie heute sehr dankbar.

Katrin ist so froh, dass sie diese Tage hatte, dass sie noch ganz bewusst bei Carmen sein konnte. Auch wenn es schwierig war, sie leiden zu sehen und zu wissen, dass sie sterben würde. Aber es war trotzdem auch schön. Sie kann heute sagen: Sie genoss jede Minute, in der Carmen noch da war.

Manchmal konnte Carmen nicht mehr so gut reden, ihre Stimme versagte. Manchmal saßen sie dann einfach nur zusammen und schwiegen. Kostbare Momente. Carmen musste darüber lachen, dass andere sie noch immer anriefen, obwohl sie doch gar nicht sprechen konnte.

In der Nacht vor Carmens Tod träumte Katrin, dass es Carmen wieder gut geht. Dieser Traum war unglaublich intensiv. Vielleicht war das ja auch ein kleiner Hinweis, dass es Carmen nach ihrem Tod gut gehen würde. Katrin schickte eine SMS an Carmen und beschrieb ihr diesen Traum. Es waren ihre letzten Worte an sie.

Jessica

An einem Dienstagmittag im September 2017, mitten in einer Konferenz, schaut Jessica heimlich auf ihr privates Handy – aus ihr heute unerklärlichen Gründen. Da ist eine SMS. Von Carmens Schwester Henri.

Carmen ist bei den Engeln.

Jessica ist fassungslos. Sie kann gar nicht aufhören zu weinen. Die Tränen fließen nur so. Ihre Kollegen bemerken es, sie erklärt, verabschiedet sich. Draußen versucht sie, Carmens Schwester zu erreichen, aber Henri geht nicht ans Telefon. Dann ruft Jessica bei Katrin an. Die beiden treffen sich und fahren zu Jessicas Eltern. Ein sicherer, vertrauter Ort für beide.

Diese Tage sind wie im Nebel. Schlimm ist, nicht zu wissen, was genau geschehen ist. Jessica versucht immer wieder, Henri zu erreichen. Will sich aber auch nicht aufdrängen. Denn sie weiß ja: Henri ist selbst tief getroffen von Carmens Tod. Gleichzeitig muss sie auch eine eigene große Familienkrise managen.

Drei Tage nach dem Tod gelingt es endlich. Im Telefonat fragt Jessica nach der Trauerfeier. Henri sagt: Es tut ihr total leid, aber die Trauerfeier findet im engsten Kreis statt. Das hätte Carmen ausdrücklich so gesagt.

Das erschüttert Jessica. Dieses schleichende Gefühl der Ohnmacht, das immer präsent war, hat jetzt seine volle Wucht entfaltet. Gegen Carmens Krankheit war kein Gewinnen, ihr Rückzug war rational nachvollziehbar, aber emotional unglaublich schwer auszuhalten. Zu spüren, wie die Freundin ihr mehr und mehr entgleitet und sie rein gar nichts tun kann.

Und jetzt das. Sie soll sich nicht einmal von ihr verabschieden können? Sie ringt mit Wut und Enttäuschung.

Es verletzt sie zutiefst, es kränkt auch andere im engeren und weiteren Freundeskreis. Auch sie fühlen sich ausgeschlossen und ohnmächtig. Da ist noch so viel Liebe, die sie hätten mitgeben wollen. Für die es keinen Ort mehr gibt. Es ist wie ein Lied, das plötzlich abbricht und verstummt, kein richtiges Ende hat. Sie wünschen sich einen gemeinsamen Rahmen, in dem sie ihre Gefühle zum Ausdruck bringen können. Ihre Liebe, ihrer Traurigkeit, ihre Verbindung.

Jessica sucht doch nochmal das Gespräch mit Henri, Carmens Schwester. Sie will diese Entscheidung verstehen. Sie würde sie auch gern überzeugen, dass es einen besseren Weg gibt. Carmens Schwester bittet um Bedenkzeit. Es ist viel für sie an diesen Tagen. Henri will eigentlich nur Carmens Wunsch gerecht werden. Nur im Sinne ihrer Schwester handeln. Das Richtige tun. Für Carmen. Und auch für die Familie.

Einen Tag später bekommt Jessica dann eine Nachricht von Henri: eine Entschuldigung und eine Einladung zur Feier. Jessica ist so froh, so erleichtert.

Eine Woche nach Carmens Tod findet die Trauerfeier statt. Am Ende der Feier wird die Urne beigesetzt. Ihre allerengsten Freunde sind nun doch dabei. Alle ohne Partner und Partnerinnen. Und sie sind froh darüber, dass sie dieses Ritual gemeinsam haben, dass sie einander haben.

Im November lädt Carmens Schwester Henri dann zu einer großen Feier bei Carmens Lieblingsitaliener ein. Über 50 Personen sind da, nun die große Runde der Freunde. Jeder kann sehen, wie wichtig dieses Treffen für viele ist. Eine Gruppe von Freunden geht vor dem Essen noch gemeinsam ans Grab. Die Rede von der Trauerfeier wird vorgelesen. Beim Essen erzählt jeder seine Geschichten von Carmen. Man sieht sich Bilder an. Es tut gut. Es wird gelacht und geweint. Sie stoßen auf Carmen an. Es ist eine Feier, wie sie Carmen sicherlich auch gefallen hätte.

Durch Carmens Tod hat sich die Freundschaft zwischen Jessica und Henri verändert. Sie verbringen nun häufig Zeit miteinander, werden gute Freundinnen. Der gemeinsame Schmerz verbindet sie. Aber nicht nur das. Sie entdecken vieles, das sie aneinander mögen. Ende November fahren sie sogar zusammen in den Urlaub. An einen Ort, wo Carmen immer hinwollte: nach Ägypten.

Sie nehmen ein Bild von Carmen mit, stellen es im Zimmer auf. Carmen ist dabei. Sie reden viel über sie, über das Leben, und erzählen sich von Erlebnissen mit Carmen, bei denen die andere nicht mit dabei war. Das tut gut und schafft nochmal Nähe zu Carmen und zueinander.

Sie lachen. Sie genießen auch die Sonne auf der Haut, die Wärme. Sie lernen ihre schon länger bestehende, aber nun viel tiefere Freundschaft zu schätzen. Und sie spüren das Leben, das in ihnen pulsiert. Carmens Tod hat es ihnen bewusster gemacht. Das Leben ist jetzt.

Katrin

Katrin erfährt von Jessica, dass die Feier nur im engsten Familienkreis sein soll. Sie fühlt sich davon nicht ganz so verletzt wie Jessica. Aber auch Katrin freut sich, als sich die Pläne ändern und sie doch noch zur Trauerfeier eingeladen wird.

Die Trauerfeier ist schön, aber sehr traurig. Die Asche vorne am Altar ist und bleibt für Katrin sehr abstrakt. Unvorstellbar, dass so wenig von einem Menschen übrigbleiben soll. Doch für Katrin ist klar: Eine Trauerfeier ist nicht das letzte Wort zum Leben eines Menschen. Sie ist sich sicher, dass es nach dem Tod noch weitergeht. Das tröstet sie.

Für Katrin ist Carmen nicht ganz weg. Katrin spricht oft mit Carmen. Sie führt Zwiegespräche mit ihr. Meist beim Laufen, draußen. Heute noch.

Katrin und Henri kommen sich näher. Jetzt verbringen mehr Zeit miteinander. Carmens Tod hat sie einander ebenfalls spürbar nähergebracht, und sie pflegen diese Beziehung ganz bewusst. Sie schätzen die Kostbarkeit des anderen, auch weil sie beide Carmen nahestanden und die Verbindung zu ihr nun auch im Miteinander leben. Das Erlebte verbindet sie tiefer. Carmen war voller Lebenskraft und Lebenslust. Sie hat das Leben geliebt und die Menschen. Katrin will diesen Geist bewahren. In sich und ihren Freundschaften mit Jessica und Henri.

Langsames Schmelzen

Es braucht Zeit, sich nach einem Verlust zu erholen. Nicht nur von dem eigentlichen Verlust, sondern von Zeit davor.

Hier erzählt Marie-Luise Tenz, wie sie die Jahre der Pflege erlebt hat und was das mit ihr gemacht hat.

Marie-Luise Tenz hat ihren Mann lange betreut und gepflegt. Heiner hatte Demenz. Zehn Jahre lang hat die Krankheit sein Leben geprägt. Und das seiner Familie.

Der Anfang war schwierig. Wann nimmt man wahr, dass man nicht mehr so gut im Alltag zurechtkommt? Wann merken es die anderen? Und wie spricht man darüber? Es gab Anzeichen, es wurden mehr. Heiner brauchte Hilfe für Dinge, die eigentlich selbstverständlich sein sollten. Autofahren. Von einem Spaziergang heimfinden.

Es wurde schwieriger. Gerade auch für seine Familie. Man musste ständig in Alarmbereitschaft sein, wusste nie, welch wundersames Verhalten ihm als nächstes einfiel. Nachts stand er ständig auf, machte oft das Licht an und aus.

Marie-Luise war 15 Jahre jünger als ihr Mann Heiner. Ein Glück, sagt sie: Denn dadurch war sie noch fit genug, um sich gut um ihn zu kümmern. Vor allem in den späteren Jahren, als die Pflege körperlich immer anstrengender wurde. Als sie ihn, den so viel größeren Mann, ankleiden musste, abends wieder ausziehen und ins Bett bringen.

Am Anfang war Marie-Luise noch berufstätig. Ihr Psychotherapeut riet ihr eines Tages, Heiner in eine Tagespflege zu geben. Als Entlastung, und auch, weil er dort gefordert wird. Tatsächlich, so war es: In der Tagespflege begegnete er fremden Menschen. Das Zusammensein hielt die Demenz etwas auf, stärkte sein Selbstwertgefühl und sein Wohlbefinden. Marie-Luise ist bis heute so dankbar für diesen Rat.

Zunächst ging Heiner nur zweimal die Woche dorthin. Es machte ihm Spaß, und er war auch klug genug, um zu wissen, dass er sich und seiner Frau damit etwas Gutes tat. (Noch so etwas, was Marie-Luise heute als Glück ansieht.) Heiner war selten stur oder uneinsichtig. Nur gelegentlich etwas hartnäckig, vor allem beim Lichtschalter.

Die Stube in Leonberg war seine Tagespflege, und sie wurde ein guter Ort für ihn. Er konnte sich einbringen. Und er hat dort die Fähigkeiten, die noch gut vorhanden waren, zum Wohle anderer eingesetzt: singen, tanzen, andere anleiten. Das lag ihm, das tat ihm unendlich gut.

Die Zeit ohne ihn war natürlich eine Entlastung für Marie-Luise. Das ist ein wichtiger Punkt, auch im Rückblick. Denn wenn sie sich geopfert hätte, wenn sie aufgehört hätte zu arbeiten, wenn sie Heiner die ganze Zeit zuhause behalten hätte, hätte das sein Leben auch nicht besser gemacht. Im Gegenteil, es hätte es nur enger gemacht.

Um ihn morgens fertig zu machen, dafür brauchte sie mehr als eine Stunde. Oft war es eine Kraftanstrengung. Es war auch eine Herausforderung, jeden Abend mit ihm einen Weg zu finden, damit sie den Abend beide gut überstehen können. Das ist mit der Zeit auch nicht einfacher geworden.

Wenn sie heute darüber nachdenkt, überrascht es sie, wie sie das alles geschafft hat. Wenn sie am Anfang gewusst hätte, wie schwierig es noch werden würde, hätte sie es sich niemals zugetraut. Aber sie ist in diese Rolle hineingewachsen. Sie kennt die Lebenssituation von anderen Paaren, bei denen einer dement ist und der andere stets am Rande seiner Kraft. Im Gesprächskreis für Angehörige von Demenzkranken konnte sie das gut beobachten. Es hat ihr geholfen, immer wieder ihr eigenes Schicksal zu relativieren. Eine andere Perspektive zu bekommen. Und auch zu merken, über was für seltsame Dinge man mit anderen lachen kann, die Ähnliches erleben. Es tat gut. Das Lachen schuf ein klein wenig Distanz zur Härte des Alltags.

Es fiel ihr nicht ganz leicht, in dieser Zeit Freundschaften aufrechtzuerhalten. Nicht jeder konnte Heiners Zustand aushalten. Und sie konnte abends kaum raus.

Jeden Samstag kam nachmittags ein freiwilliger Pfleger und entlastete sie. Marie-Luise nutzte diese Zeit, um sich etwas Gutes zu tun. Sie spielte Tennis mit einer Freundin, ging Kaffeetrinken. Ganz bewusst machte sie etwas Schönes für sich.

Der Pfleger und Heiner hatten auch Spaß miteinander. Sie haben kleine Ausflüge mit dem Rollstuhl gemacht und fast jedes Restaurant in Gerlingen besucht. Heiner war gut aufgehoben. Auch dafür ist Marie-Luise dankbar.

Sie war immer gerne für Heiner da. Die beiden hatten viele gute Jahre miteinander.

Als ihr Mann stirbt, mit 84 Jahren, tut es ihr leid für ihn. Er hat doch immer so gerne gelebt. Gleichzeitig nimmt sie an sich wahr, wie sehr die Pflege sie ausgezehrt hat. Wie müde sie ist. Wieviel Kraft die letzten Jahre sie gekostet haben. Und auch, wieviel Lebensfreude ihr abhandengekommen ist. Sie war immer in Alarmbereitschaft. Die ganzen letzten zehn Jahre.

Nun braucht sie Zeit, um ihr Selbstvertrauen wiederaufzubauen. Es überrascht sie ein wenig, wie sehr das gelitten hat. Weil ihr Lebensspektrum so eng geworden war, wurde auch ihr Selbstwertgefühl geschwächt.

Fast ein Jahr ist es her, dass Heiner gestorben ist. Zum Trauern in dem Sinne, wie sie es von sich erwartet, wie es vielleicht auch andere von ihr erwarten, ist sie noch gar nicht richtig gekommen. Die letzten zehn Jahre als Leistung zu sehen, auf die sie stolz sein kann, fällt ihr noch etwas schwer. Es braucht seine Zeit, wieder ins Leben zurückzukommen.

Hilfsangebote finden Sie unter www.wegweiser-demenz.de

Motorradfahrer, Sammler, Wurstkenner

Dieter Wälde

Dieter Wälde war ein leidenschaftlicher und exzellenter Motorradfahrer. Es war eine Wonne, bei ihm hinten aufzusitzen und mitzufahren. Er fuhr sicher und ohne Angst. Er fand seine berufliche Heimat als Fahrlehrer, nach ein paar kleineren Verirrungen in eine Verwaltungsausbildung und den Sicherheitsbereich am Flughafen. 30 Jahre lang brachte er anderen das Motorradfahren bei.

Dieter konnte schimpfen wie ein echter Schwabe. Über alles und vor allem den Verkehr und andere Verkehrsteilnehmer. Als Fahrlehrer hatte er einen hohen Standard und gewisse Ansprüche. Nicht nur an sich selbst, sondern an alle anderen auch. Er kannte die Regeln und wusste, was richtig und was falsch war.

Dieter war ein Kartenleser. Dieter fuhr ohne Navi. Immer. Er kannte sich aus. Er hatte einen unglaublichen Orientierungssinn und ein gutes Gedächtnis. Wenn er einmal an einem Ort gewesen war, dann erkannte er alles wieder und wusste, wo es langging. Wenn Motorradausflüge mit Freunden anstanden, plante deshalb oft er die Routen. Und meistens waren sie gut. Sogar sehr gut. Mit einer Ausnahme: Einmal fuhren sie zehn Kilometer extrem anspruchsvolle Schotterpiste. Die handelten ihm den wunderbaren Spitznamen „Schotter-Willi“ ein.

> Er konnte schimpfen wie ein echter Schwabe

Seine Frau Gundula hatte er 1984 in Maichingen geheiratet. Gemeinsam haben die beiden drei Kinder großgezogen und nach der Trennung gute und entspannte Wege miteinander gefunden.

Als Vater war er ziemlich locker. Er hatte Freude an Unternehmungen mit seinen Kindern. Und mit Dieter war immer Action: Hallenbad, Ausflüge in den Europapark oder nach Tripsdrill.

Dieter Wälde in Südafrika: Erst war es nur ein Besuch, dann große Verbundenheit.

Vor diesen Motorrädern standen seine Freunde an der Trauerfeier Spalier.

In seiner eigenen Jugend war Dieter immer ziemlich wild gewesen. Vor allem, was Musik anbelangte. Seine Schwester kann sich bis heute gut an die laute „Kiss“-Beschallung erinnern, die Dieter ihr in frühen Jahren zugutekommen ließ. Er selbst hatte Gitarre spielen gelernt und war eine ganze Weile in einer Band. Musik war ihm wichtig. Vor allem, wenn sie laut war.

> „Wenn es etwas zu essen gibt, dann komme ich.“

Gleichzeitig war er in seiner Jugend immer etwas sensibel, hatte schnell Heimweh und untersuchte sein Essen ziemlich genau auf unliebsame Inhaltsstoffe. Pilze oder Meeresfrüchte gingen gar nicht.

Sport war ihm immer wichtig, wie er auch in der Familie wichtig war. Als Dieter noch ein Junge war, saßen sie am Samstagabend alle gemeinsam vor dem Fernseher, um die Sportschau anzuschauen. Unterstützt von den Eltern, spielte er Fußball in Maichingen in der 1. Mannschaft. Er machte nicht nur auf dem Fußballplatz eine gute Figur – Dieter war ein Mädchenschwarm. Die Liebe für Fußball sollte sein Leben lang halten. Er kannte den Spielstand jedes Spiels, nicht nur in der Bundesliga. Aber auch die Formel 1 hatte ihren festen Platz in seinem Leben. Ganz vorne dran.

Dieter war ein Jäger und Sammler. Kaum etwas in diesem Universum, das er nicht mitgenommen hätte, wenn es kostenlos war. Alles, was es umsonst gab, war gut. Kugelschreiber, Gummibären, Pins, Feuerzeuge.

Er selbst kannte seine kleinen Schwächen nur zu gut. Wenn man ihn zu einem Fest einlud, konnte es sein, dass er sagte: Wenn es etwas zu essen gibt, dann komme ich. Denn Essen war wichtig. Bratwurst und Schinken, Schwarzwurst vom Metzger in Kayh, Gummibärchen und Schokolade. Dabei konnte er nie essen, ohne zu krümeln. Auf das Gratis-Essen an der Hochzeit seiner Tochter hatte er sich schon gefreut.

Seine Lebenspartnerin Petra ist erst ein wenig später in Dieters Leben getreten. Da war er schon aus dem Gröbsten raus. Da wusste er, wohin er wollte im Leben. Er war ihr Fahrlehrer und sie seine Schülerin.

Und die beiden konnten diese letzten Jahre so richtig gut miteinander leben. Das Leben in vollen Zügen genießen. Motorradfahren, Zeit zu zweit, Zeit mit Familie. In den letzten Jahren ging Dieter die Familie über alles. Mathias, Beatrice, Rebecca und natürlich Noah, der Enkel. Noah war seine große Liebe von Geburt an. Opa sein war für Dieter einfach cool.

In den letzten Jahren wurde Südafrika für ihn wichtig. Es fing an mit einem Besuch in einem Hostel bei Storms River, zum Helfen. Und es endete in einer tiefen, freundschaftlichen Verbundenheit mit den Menschen dort.

Und auch hier griff Dieters Sammelleidenschaft. Zu Weihnachten sammelte er alles, was irgendwie nützlich war und was man nach Südafrika schicken konnte.

Dieter konnte gut und gerne schimpfen. Nur an seinem letzten Tag war es anders. Den ließ er Revue passieren und sagte: „Es war heute so ein schöner Tag.“

Kann man es rückgängig machen, wenn man ein Erbe ausgeschlagen hat?

Nicht jeder, der erbt, nimmt dieses Erbe auch an. Manchmal vermutet man, dass der Verstorbene einem nur Schulden hinterlassen hat. Aus diesem oder anderen Gründen kann es dazu kommen, dass man eine Erbschaft ausschlägt. Ist diese Entscheidung endgültig? Oder kann man sie rückgängig machen?

Mit dieser Frage hat sich das Oberlandesgericht Düsseldorf befasst (OLG Düsseldorf – Beschluss vom 19. Dezember 2018 – AZ. 3 Wx 140/18).

Konkret ging es dort um diese Geschichte: Die Polizei fand eine tote Frau in einer äußerst verwahrlosten Wohnung. Die Tote war Witwe. Als gesetzliche Erbin kam die Schwester der Verstorbenen in Betracht. Doch die Schwester erklärte beim Nachlassgericht, dass sie die Erbschaft ausschlagen wolle. Denn sie ging davon aus, dass sie als Erbin auch sämtliche Entrümpelungs- und Renovierungskosten für die Wohnung ihrer Schwester bezahlen müsste und der Nachlass der Schwester damit wohl überschuldet sei.

Es wurde eine Nachlasspflegerin bestellt. Diese fand heraus, dass die Schwester der Verstorbenen sich geirrt hatte: Der Nachlass war gar nicht überschuldet, und die Erben mussten die Renovierung der Wohnung auch nicht übernehmen. Die Nachlasspflegerin informierte die Schwester der Verstobenen. Daraufhin wollte die Schwester ihre frühere Entscheidung zurücknehmen: Sie focht die erklärte Ausschlagung an und erklärte, dass sie die Erbschaft doch annehme. Sie beantragte einen Erbschein, mit dem sie sich als gesetzliche Alleinerbin der Verstorbenen ausweisen wollte.

> Nur aufgrund von Spekulationen sollte man nicht voreilig ein Erbe ausschlagen

Der Antrag auf den Erbschein wurde zurückgewiesen. Die Begründung: Es gebe keinen Anfechtungsgrund und deswegen auch keine wirksame Anfechtung der Ausschlagung. Damit wollte sich die Schwester nicht abfinden und legte Beschwerde beim OLG ein. Doch sie konnte sich mit ihrer Auffassung nicht durchsetzen.

Das OLG entschied: Wenn jemand als Erbe aufgrund von reinen Spekulationen und Vermutungen irrtümlicherweise davon ausgeht, dass ein Nachlass überschuldet ist, und wenn der Nachlass deswegen ausgeschlagen wird, so kann man diese Ausschlagung im Nachhinein nicht mehr anfechten. Juristisch gesprochen: Die irrtümlich angenommene Wertlosigkeit des Nachlasses stellt einen unbeachtlichen Motiv-Irrtum dar. Allerdings trifft das dann nicht zu, wenn sich der Erbe konkrete Gedanken gemacht hat über die Zusammensetzung des Nachlasses und sich dabei getäuscht hat.

Ein zentraler Begriff ist also Spekulation: Nur aufgrund von Spekulationen sollte man nicht voreilig erklären, ein Erbe auszuschlagen. Es eilt ja auch nicht! Denn man hat grundsätzlich sechs Wochen Zeit, bis man erklären muss, ob man ein Erbe annimmt oder ausschlägt. Diese Frist beginnt, sobald man erfahren hat, dass jemand gestorben und man selbst zum Erben berufen ist. Die Frist ist länger, wenn der Verstorbene zum Zeitpunkt des Todes im Ausland gelebt hat oder der Erbe sich gerade im Ausland aufgehalten hat: Dann sind es sechs Monate Ausschlagungsfrist.

Kerstin Herr
Rechtsanwältin
Kanzlei Königstraße, Stuttgart

In guter Gesellschaft · Uffkirchhof Stuttgart-Cad Cannstatt

Gottlieb Daimler

Ingenieur und Konstrukteur
Einer der größten Pioniere des Automobilbaus
Geboren 1834 in Schorndorf, gestorben 1900 in Bad Cannstatt

Gottlieb Daimler war der Sohn des Gastwirts und Bäckermeisters Johannes Däumler (erst später wurde der Name anders geschrieben) und seiner Ehefrau Frederika.

Nach seinem Realschul-Abschluss machte der junge Gottlieb eine Ausbildung zum Büchsenmacher und arbeitete von 1853 bis 1857 in einer Maschinenbau-Firma im Elsass. Danach begann er ein Maschinenbau-Studium am Polytechnikum Stuttgart. Er hatte Führungspositionen bei verschiedenen Unternehmen, unter anderem in Reutlingen, und begegnete dabei zum ersten Mal Wilhelm Maybach. Seitdem arbeiteten die beiden zusammen. Daimler wechselte zur Gasmotorenfabrik Deutz, und auch Maybach ging dorthin. Unter Leitung von Daimler brachten sie 1872 den Ottomotor zur Serienreife. 1882 verließen Daimler und Maybach nach einem Streit mit dem Chef das Unternehmen Deutz.

Daimler erwarb in Cannstatt ein Landhaus am Rande des Kurparks und gründete gemeinsam mit Maybach eine neue Versuchswerkstatt. Ihr erklärtes Ziel war es, „schnell laufende Verbrennungsmotoren“ zu entwickeln.

Diese Werkstatt gibt es noch heute: ein Museum im Kurpark, das kostenlos besichtigt werden kann.

1883 meldeten sie den Einzylinder-Viertaktmotor mit Glührohrzündung zum Patent an. Sie entwickelten 1885 das erste Motorrad mit Benzinmotor, den sogenannten Reitwagen. Danach folgte der Einbau eines Ottomotors in ein Boot, das erste Motorboot. Im selben Jahr bauten sie auch noch einen Motor in eine vierrädrige Kutsche ein. Dies war der Beginn der Entwicklung des Automobils!

Die Daimler AG gehört heute zu den international größten und erfolgreichsten Unternehmen. Weltweit sind es knapp 300 000 Mitarbeiter (Stand 2018).

Nach Daimler wurden in Bad Cannstatt die Daimlerstraße, der Daimlerplatz und das Gottlieb-Daimler-Gymnasium benannt, in Untertürkheim gibt es die Daimlerbrücke.

Gottlieb Daimlers Grab auf dem Uffkirchhof in Bad Cannstatt.

In dieser Serie schreibt Werner Koch, der ehemalige Leiter des Garten-, Friedhofs- und Forstamtes der Stadt Stuttgart. Er ist zusammen mit seinem Sohn, dem Fotografen Christopher Koch, Autor des Stuttgarter Friedhofsführers.

Liebe in Farben

Als Set bestehend aus einer eine Pappmaschee-Urne, mit Kleister, Grundierung, Pinsel und Klarlack. So bekommen Angehörige im Bestattungshaus Haller die Urnen zum Selberbasteln ausgehändigt. Dann geht es ans Werk. Hier beschreiben drei Familien, wie sie die Urnen gestaltet haben und warum. Und wie es Ihnen damit erging.

Als Julia Sandmanns Mutter gestorben war, hörte sie davon, dass man Überurnen selbst basteln kann. Da war ihr sofort klar: Das will ich für meine Mutter machen. Ihre Mutter hatte schon immer Selbstgebasteltes ihrer Tochter geliebt, sie war stolz auf die künstlerischen Werke. Auf dem Tisch in Mutters Wohnzimmer standen seit Jahren Papierblumen, die Julia einmal aus alten Büchern gemacht hatte. Julia wusste: Die gefallen ihr. Also nahm sie ein paar dieser Blumen und band sie an der Urne fest. Schmetterlinge kamen hinzu. Julias Mutter war lange im Rollstuhl gesessen. Die Schmetterlinge stehen für Julia auch dafür, dass ihre Mutter das Erdenschwere nun hinter sich gelassen hat und frei ist.

Als nicht viel später Julias Vater starb, war es für sie selbstverständlich: Auch er bekommt so eine ganz persönliche, selbstgebastelte Urne. Ihr Vater war jemand gewesen, der immer gerne auf Reisen war. Und er hatte die Welt von Gestern geliebt. Er mochte Nostalgisches, Autos und Country Music. „On The Road Again“ von Willie Nelson war eine sehr nageliegende Wahl.

Für Julia war es ein schöner Prozess, die Überurnen zu gestalten. Darin konnte sie noch ganz viel Liebe ausdrücken. Sie freute sich über die Gelegenheit, den beiden etwas ganz Persönliches mitzugeben. Allerdings konnten die Überurnen nicht mit ins Grab, weil die Eltern in einem Friedwald beigesetzt wurden. Julia nahm die Überurnen also mit nach Hause, merkte aber bald: Es fiel ihr etwas schwer, diese Überurnen bei sich in der Wohnung zu haben. Inzwischen stehen sie in der Haller-Filiale in Stuttgart-Sillenbuch. Und Julia Sandmann mag das Gefühl, dass sie noch da sind.

Elisabeth Lanz hat sich ein bisschen zurückgezogen, als die Urne für ihren verstorbenen Mann gestaltet wurde. Das überließ sie gern ihren beiden Töchtern und den drei Enkeln, sieben, fünf und zwei Jahre alt. Ihr selbst war es in dem Moment zu viel, zu nah. Sie fand es schön, aber zugleich auch sehr schmerzlich, das kreative, liebevolle Gewusel beim Basteln mitanzusehen. Von jedem kam etwas ganz Persönliches auf die Urne. Zunächst die Hände der Enkel. Denn Opa sollte sich gehalten wissen. Aus diesen Händen wurden dann ein Adler, ein Löwe, eine Giraffe und zwei Pferde.

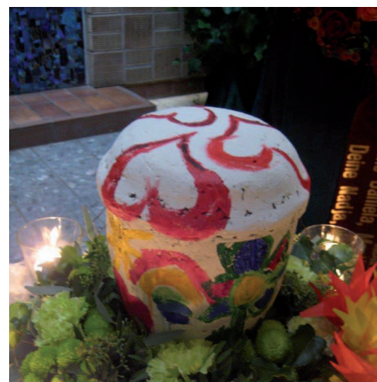
Der Adler war immer ein besonderes Tier für Arne Lanz gewesen. Das Ehepaar lebte im neunten Stock, das war fast wie ein Adler-Horst. Er wäre auch gerne noch nach Afrika gereist, also gab ihm seine Familie ein klein wenig Afrika mit auf den Weg. Die Kinder wiederum sind Pferdenarren, und Pferde kann man auch in der Ewigkeit gut gebrauchen. Unsichtbar fürs Auge gibt es noch einen Drachen, der den Opa beschützen soll. Elisabeth Lanz tat es gut, die fertige Urne zu sehen und zu sehen, wie viel Liebe und Gedanken ihre Familie da hineingesteckt hatte.

Daniela Dreher hat schon zwei Überurnen gestaltet. Das erste Mal vor neun Jahren, als ihr Vater starb. Damals hat sie zusammen mit ihrer Familie eine bunte Überurne gemacht. Danielas Vater war Kunstmaler, und eines seiner Werke wurde oben auf der Urne befestigt.

Als dann ihre Mutter starb, war es für Daniela klar, dass ihr dieselbe Ehre gebührt. Wieder hat die ganze Familie mitgeholfen. Der elfjährige Enkel malte für seine Omi ein Eis, weil die beiden immer Eis essen waren. Die fünfjährige Enkelin malte für Oma einen Regenbogen und Vögel, weil die schön sind und Oma welche haben soll. Hinten drauf war ein Porsche zu sehen, weil die Oma die so toll fand (und ihr Schwiegersohn dort arbeitete).

Obendrauf haben sich die Vögel in Herzen verwandelt. Das war das Werk der beiden Töchter. Sie haben ihrer Mutter auch in der Urne kleine ausgeschnittene Herzen mit auf den Weg gegeben. Sie haben sich zum Gestalten in Omas Wohnung getroffen. Ein Bild von ihr stand auf dem Tisch, daneben eine Kerze.

Die Atmosphäre war geschäftig, traurig, heiter. Sie haben einander viel erzählt. Daniela Dreher ist heute froh, dass sie das gemeinsam gemacht haben. Hinterher war die Urne weniger abstrakt, mehr persönlich. Es hat ihr geholfen, sich dem Unbegreiflichen, dem Tod und auch der eigentlich so abstrakten Einäscherung anzunähern.



Trauergruppen und Begleitung

Hospiz St. Martin · Jahnstraße 44-46 · 70597 Stuttgart Tel.: 0711 · 652 90 70 · www.hospiz-st-martin.de

Hospiz Stuttgart · Stafflenbergstraße 22 · 70184 Stuttgart Tel.: 0711 · 237 41 52 · www.hospiz-stuttgart.de
Einzelgespräche und -begleitung, Gesprächsgruppen

Hospizgruppe Leinfelden-Echterdingen
Barbara Stumpf-Rühle Tel.: 754 17 33 · Gudrun Erchinger Tel.: 756 05 14 · Elfriede Wieland Tel.: 754 13 41

Hospizdienst Leonberg · Seestraße 84 · 71229 Leonberg
Tel.: 07152 · 335 52 04 · www.hospiz-leonberg.de

Hospizdienst Ostfildern · Café für Trauernde Treffpunkt Ruit · Scharnhauser Straße 14 · 73760 Ostfildern-Ruit
Tel.: 0711 · 341 53 36 oder Tel.: 0711 · 616 099 Gesprächskreis & Gesprächsgruppe für Trauernde

Hospiz Esslingen · Keplerstraße 40 · 73730 Esslingen · Tel.: 0711 · 13 63 20 12 · www.hospiz-esslingen.de
Einzelbegleitung, Trauergruppen (donnerstags), Trauercafé (einmal im Monat, sonntags)

Verwaiste Eltern · Hubertus Busch · Seelsorger im Olgäle · Tel.: 0711 · 278 73 860
Vermittlung, Trauergruppen für Eltern, die ein Kind verloren haben

Arbeitskreis Leben · Römerstraße 32 · 70180 Stuttgart Tel.: 0711 · 60 06 20 · www.ak-leben.de
Einzel-, Paar- und Familiengespräche für Menschen, die einen Angehörigen durch Suizid verloren haben

Quellenangaben

Die Quellen der Bilder werden seitenweise angegeben, innerhalb der Seite jeweils von links nach rechts und von oben nach unten.

Umschlag: alles Adobe Stock / Fotolia
Seite 3: Lange Photography
Seite 4 & 5: alle Simon Dittrich
Seite 6 & 7: alle Adobe Stock
Seite 8 & 9: alle Adobe Stock
Seite 10 & 11: alle Adobe Stock
Seite 12 & 13: alle Adobe Stock
Seite 14 & 15: alle privat
Seite 16: Fotolia, privat
Seite 17: Christopher Koch
Seite 18 & 19: alle privat
Seite 21: alle privat
Seite 22 & 23: Adobe Stock, Adobe Stock
Seite 24 & 25: Adobe Stock, Adobe Stock
Seite 26 & 27: Adobe Stock, Adobe Stock

Inhaltliche Beratung: Heiko Hauger · Texte, falls nicht anders angegeben: Andrea Maria Haller

Musikalischer Salonabend

Von Mozart bis Ellington, von Puschkin zu Achmatowa

Mittwoch, 12. Februar 2020 · 19:30 Uhr · Obere Weinsteige 23 · 70597 Stuttgart-Degerloch

An diesem Abend nimmt uns der Musiker Vladimir Trenin mit auf eine Reise durch Musik aus aller Welt. Er spielt auf einem Bajan, einem russisches Knopfakkordeon: Klassik und Jazz, Volks- und Weltmusik. Zu hören sind auch Texte russischer Dichter, berührend-heiter bis sehnsuchtsvoll, von Puschkin bis Achmatowa.

Ein musikalisch-literarischer Salonabend im Bestattungshaus Haller.
Eintritt 15 Euro; die Zahl der Plätze ist begrenzt.
Bitte anmelden über kultur@bestattungshaus-haller.de.

Stadtbahn-Haltestelle: Weinsteige oder Degerloch; Zacke: Haigst

Vladimir Trenin

Trauerwandern im Schwarzwald

Zwei Tage Wandern und Coaching

Ganz neue Wege gehen Cäcilia Gemke und Jutta Offner. Beide sind passionierte Wanderführerinnen, und beide wissen, was es bedeutet, um einen lieben Menschen zu trauern. Sie nutzen ihre eigenen Lebens- und Coaching-Erfahrungen, um andere Menschen mit auf den Weg zu nehmen und gemeinsam neue Perspektiven zu erschließen. Denn: Wandern wirkt. Man kann neue Wege gehen, loslassen, entspannen, nach vorne schauen. Kraft schöpfen in der Natur, Selbstvertrauen wiedergewinnen, neue Energie für die Herausforderungen des Alltags finden. Damit man das eigene Leben wieder selbst gestalten kann und voller Zuversicht den neuen Lebensweg geht.

Auf diesen Trauerwanderungen gibt es Übungen und Impulse, die dabei helfen sollen, sich selbst zu verstehen, den eigenen Weg zu würdigen und sich neu auszurichten. Und natürlich ist da viel Raum für Gespräche mit anderen, die auf demselben Weg sind.

Cäcilia Gemke ist Bergwanderführerin und zertifizierter Outdoor-Coach. Sie führt seit zwölf Jahren Menschen durch die Berge und hat mehr und mehr die Heilungskräfte der Natur erkannt.
Jutta Offner ist Wander- und Landschaftsführerin mit Schwerpunkt Schwarzwald. Seit vielen Jahren ist sie dort unterwegs und kennt inzwischen nahezu jeden Stein.

Einladung zum Wandern:

Sa., 16. Mai, 10 Uhr bis So., 17. Mai, 16 Uhr. Lautenbachhof, 75385 Bad Teinach. Eigene Anreise.
Wandern und Coaching bieten die beiden ehrenamtlich an. Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.
Kosten für Einzelzimmer und Vollpension: 164 Euro. Getränke kommen hinzu.
Eingeladen sind alle, die moderat fit sind und deren Trauerfall mindesten ein Jahr zurückliegt.
Anmelden über www.montevida.de bis zum 27. April.

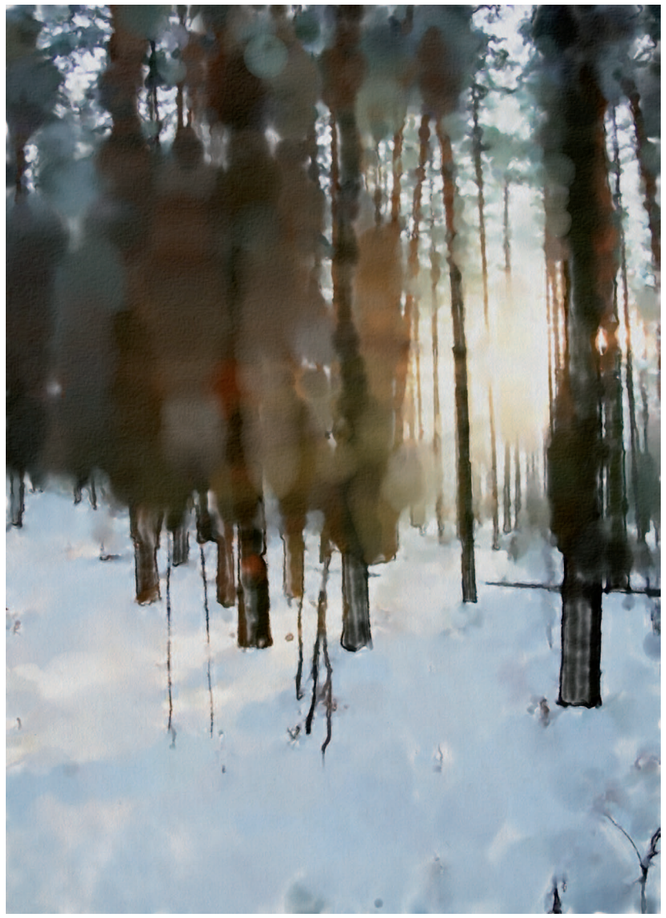
Lautenbachhof

Jutta Offner

Cäcilia Gemke

Josephine und das Singen der Bäume

Was bisher geschah: An einem nicht allzu weit entfernten Wintertag war Josephine, ein singender Engel aus den oberen Etagen des himmlischen Chors, auf die Erde gekommen – aus lauter Neugier auf die Vergänglichkeit. Prompt hatte sie sich in den sehr vergänglichen Schneemann Herrn Hannibal verliebt. Als Herr Hannibal schmolz, erfuhr Josephine ihren ersten Verlust und erlebte den schmerzlichen Teil irdischer Vergänglichkeit. Josephine hat seither schon einige Abenteuer auf Erden erlebt: ein langes Gespräch mit einer Friedhofsmaus, welche die Geschichten der Menschen hütet, eine leicht irrationale Begegnung mit dem Weihnachtsmann, bei der beide das Ja-Sagen zum Leben wieder gelernt haben, und eine Wanderung, auf der Josephine ihren Ängsten begegnet ist und ihre Stimme wiederentdeckt hat.



Als Josephine in die Nähe des Waldes kam, hörte sie ein leises Säuseln. Ein Flüstern. Doch in dem Moment, in dem ihre Füße den Waldboden berührten, schien es zu verstummen. So wie Gespräche manchmal verstummen, wenn man ein Zimmer betritt, und alle haben über einen geredet.

Josephine war unterwegs in den Wald, weil man ihr geraten hatte, dass der Wald ihrer Seele guttun würde. Dieser Wechsel der Schatten, das Spiel mit Hell und Dunkel, all das sei gut für das Gehirn. Das reaktiviere die Verbindung zwischen der rechten und linken Gehirnhälfte. Und helfe, Schwieriges, das man erlebt habe, besser zu integrieren. Außerdem seien die Terpene, die heilsamen Düfte und Gerüche im Wald, gut für das Immunsystem. Vor allem, wenn man sich ganz langsam bewege und stundenlang unter den Bäumen verweile.

Also streifte Josephine ganz gemächlich durch den Wald. Immer wieder hielt sie an, weil sie dachte, sie höre jemanden singen. Vielleicht hörte sie ja noch der Engel helle Lieder, jetzt an diesen Wintertagen?

Aber sobald sie anhielt, um zu lauschen, schien es, als verstummten die Stimmen wieder.

Der Engel helle Lieder – ach, wie sehnte sie sich. Sie sehnte sich nach den Chorproben der Engel im Himmel, den sie verlassen hatte, um die Vergänglichkeit zu schmecken. „Was haben wir da oben nicht alles gesungen!“ Michael hatte dieses wunderbare Halleluja komponiert und Raphael die Harmonien dazu entwickelt. Es war herrlich. Die gewaltigen Chöre der Engel. Wahrscheinlich war Herr Hannibal, der Schneemann, Josephines große Liebe, jetzt mitten unter ihnen und brummte mit.

Immer wieder hörte sie seltsame, an Gesang erinnernde Geräusche. Da war etwas, aber sie wusste einfach nicht, was. Vielleicht war sie auch schon ein wenig verrückt geworden in dieser seltsamen Welt.

Nach einer Weile kam Josephine an eine Bank unter einer großen, alten Eiche und ließ sich seufzend nieder.

Wieder lauschte sie in den Wald hinein. Und wirklich, nach einer Weile konnte sie die klaren Töne eines leise gesungenen Liedes ausmachen.

Nach grüner Farb
mein Herz verlangt
in dieser trüben Zeit.
Der grimmig Winter währt so lang,
der Weg ist mir verschneit.
Die süßen Vöglein jung und alt,
die hört man lang nit meh´;
das tut des argen Winters G'walt,
der treibt die Vöglein aus dem Wald
mit Reif und kaltem Schnee.

„Wer das wohl singt?“, fragte sie sich und lächelte.

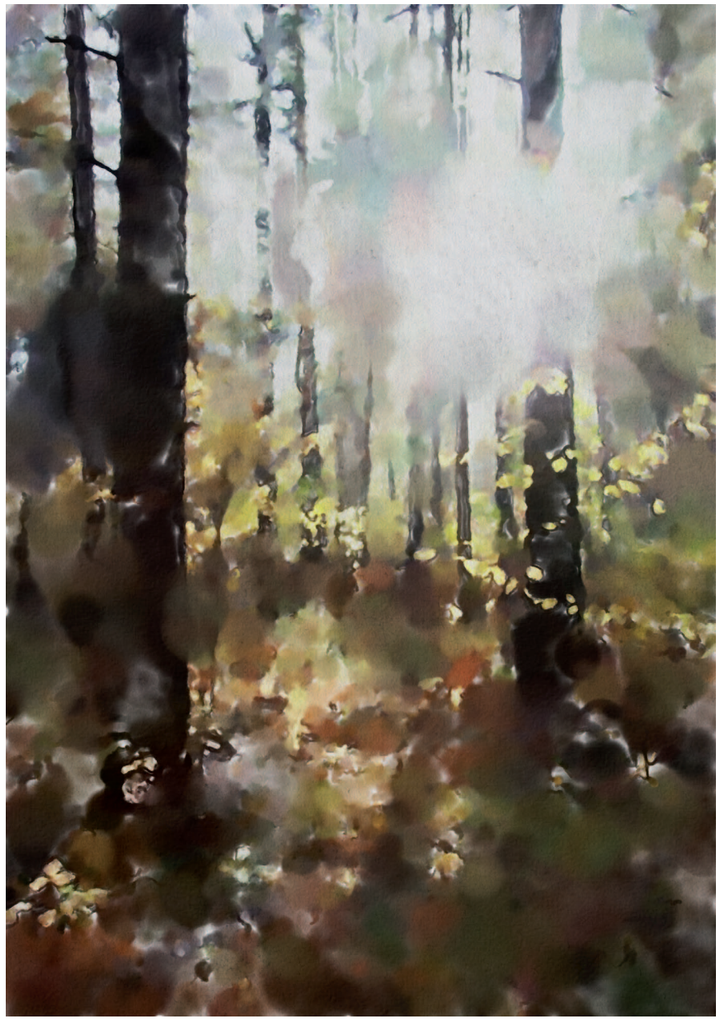
„Nach grüner Farb mein Herz verlangt. Ja“, dachte sie, „vielen geht es bestimmt so. Dem Wald geht es vermutlich so: Er fühlt sich in seinem sattgrünen Mantel des Sommers wohler als in der Kargheit der Wintermonate. Mir geht es aber gar nicht so. Die Kargheit des Waldes spiegelt die Stimmung meiner Seele wider. Alles ist leer. Ich wachse nicht nach außen, ich wachse nach innen. Die Verbindung zum Leben, die ist innen. Ganz tief innen.“

„Ich will es aber probieren“, zischte eine Stimme.

„Ich will auch“, keifte eine andere.

Josephine hörte ein Geräusch, aber bekam nicht richtig mit, was gesagt wurde. Sie sah sich um, sah aber niemanden. Nah bei ihr waren nur zwei schlanke Birken, die ein wenig abseits der Eiche standen.

„Sie kann doch nicht ewig so rumnölen.“ „Das Leben geht weiter. Sie muss das verstehen. Komm, wir muntern sie auf!“ Eine andere tiefe Stimme sprach: „Lasst ihr Zeit. Das geht



nicht von heute auf morgen.“ „Doch. Wir probieren es jetzt!“ Und dann hoben die Stimmen an zu singen.

Veronika, der Lenz ist da,
Veronika, Veronika, der Lenz ist da!
Veronika, der Lenz ist da,
die Mädchen singen tralala.
Die ganze Welt ist wie verhext,
Veronika, der Spargel wächst!
Veronika, die Welt ist grün,
drum lasst uns in die Wälder ziehn.
Sogar der Großpapa sagt zu der Großmama:
Veronika, der Lenz ist da,
Veronika, Veronika, der Lenz ist da!

Josephine hielt sich die Hände vor die Ohren und schrie: „Hört auf! Hört auf! Wer auch immer ihr seid.“ Josephine hasste dieses Lied. „Ich will keinen Frühling. Ich will keine frischen Blumen, keine grünen Wiesen. Ich will in diesem Winter bleiben, da, wo Herr Hannibal ist. Ich will durch den Schnee die Verbindung mit Herrn Hannibal spüren und wissen, in jeder Flocke ist etwas von Herrn Hannibal geborgen. Ich will das Kalte und Düstere. Denn so fühlt sich meine innere Welt an. Das darf mir niemand wegnehmen!

Die Sonne ist eine Lüge. Die Welt im Frühling ist eine Lüge! Und überhaupt, wer singt da eigentlich?“

„Okay, das war vielleicht doch ein wenig zu heftig“, flüsterte eine der Birken.

„Sie mochte es nicht“, antwortete die andere betreten.

„Wir wollten sie doch nur aufmuntern.“

„Ich habe eine andere Idee. Weißt du, sie freut sich doch immer so an den Vögeln. Da denkt sie, das seien Grüße aus dem Himmel.“

Und eine der Stimmen legte los:

Alle Vögel sind schon da,
alle Vögel, alle!

Die andere fiel mit ein:

Welch ein Singen, Musiziern,
Pfeifen, Zwitschern, Tiriliern!
Frühling will nun einmaschiern,
kommt mit Sang und Schalle.

Josephine lauschte. „Ja, die Vögel“, dachte sie. „Es ist immer so nett, wenn Herr Hannibal an mich denkt und mir einen kleinen Gruß vom Himmel schickt. Und diese kleinen Kreaturen zu beobachten, tut meiner Seele einfach gut.“

Was sie uns verkünden nun,
nehmen wir zu Herzen:
Wir auch wollen lustig sein,
lustig wie die Vögelein,
hier und dort, feldaus, feldein,
singen, springen, scherzen.

Aber sich so ganz diesem wilden Leben zuwenden – das fiel ihr so schwer. Singen, springen, scherzen? Sie musste zugeben, es gab so manchen Moment, da war ihr danach. Aber immer nur kurz, für ein paar Minuten. Wenn sie mit anderen zusammen war, die sie verstanden. Wenn sie für ein paar Momente vergessen konnte.

Aber hinterher schämte sie sich gleich wieder dafür. Wenn jemand sie so sah? Er würde ja denken, sie hätte Herrn Hannibal nicht geliebt. Aber das stimmte nicht. Es war einfach ein ewiges Hin und Her. Es gab Momente, da spürte sie ganz tief die Verbindung zur Herrn Hannibal in einer Art süßem Schmerz. Und Momente, da lag das Leben vor ihr, frei und jung wie ein Maienmorgen.

Langsam summte sich vor sich hin, als singe sie für sich selbst. Ganz zögerlich.

Geh aus, mein Herz,
und suche Freud
in dieser lieben Sommerzeit
an deines Gottes Gaben;
Schau an der schönen Gärten Zier,
und siehe, wie sie mir und dir
sich ausgeschmücket haben.

Dann stimmten die Bäume mit ein:

Mach in mir deinem Geiste Raum,
dass ich dir werd ein guter Baum,
und lass mich Wurzel treiben.
Verleihe, dass zu deinem Ruhm
ich deines Gartens schöne Blum
und Pflanze möge bleiben.

Zufrieden blickte Josephine sich um. Sie fühlte sich spontan geborgen in diesen großen, hoffnungsvollen Tönen, wer auch immer es war, der da mit ihr sang. „Das Leben wird wieder gut werden“, dachte sie. „Es wird wieder gut werden.“

Die Birken sahen den Wandel in Josephines Stimmung.

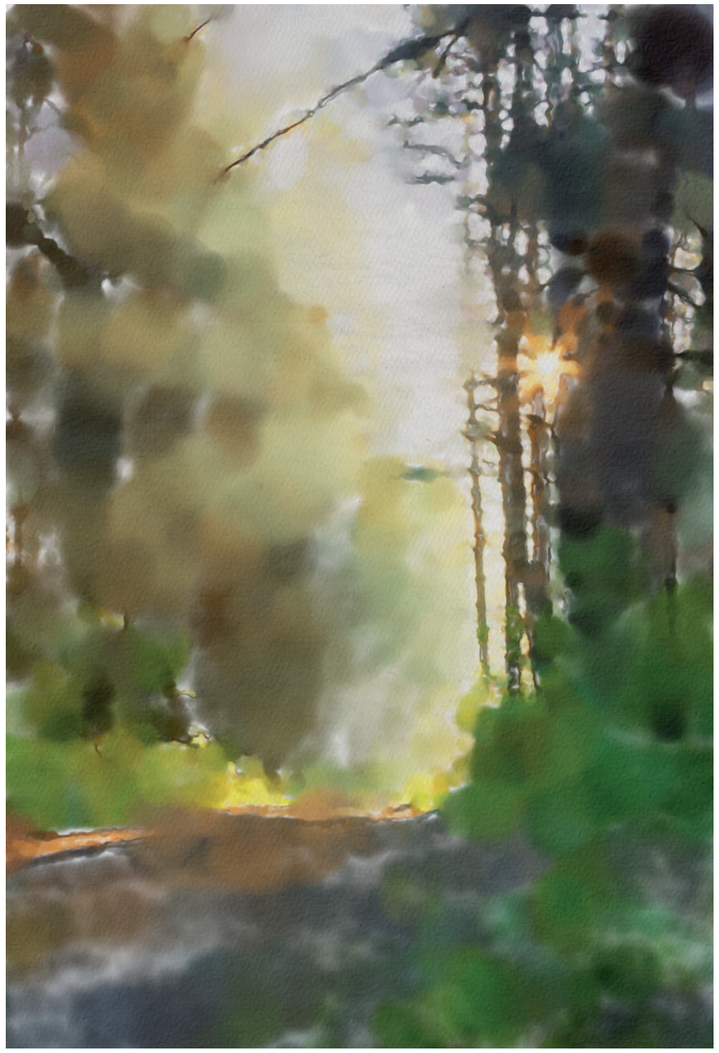
„So wird es sein“, dachte Josephine. „Wir werden wieder vereint sein. Wir werden wieder zusammenkommen! Ich spüre es. Und bis dahin werde ich noch viel im Wald spazieren gehen müssen.“

Und ihre Gedanken spazierten in eine neue Richtung. „Gehen ist schon was ganz Besonderes“, dachte sie. „Jeder Schritt ist eine Form des Loslösens. Ich löse mich immer wieder von dem Boden, den meine Füße bedeckt haben, um mich auf etwas Neues, Unbekanntes einzulassen. Etwas, von dem ich noch nicht weiß, wie es sich anfühlen wird. Und manchmal bin ich hin- und hergerissen: zwischen der Sehnsucht nach dem Vertrauten, nach dem Boden, den ich kenne, und dann wieder nach dem Neuen, Unbekannten, dem Fremden, dem Abenteuer. Aber ich hebe meinen Fuß in die Luft – und siehe, sie trägt.“

„Au, jetzt wird sie ganz philosophisch“, murmelte eine der Birken, für Josephine unhörbar.

„Gleich fängt sie bestimmt wieder an zu weinen.“

„Ich kann es nicht mitansehen.“



„Pssst!“, schalt die Eiche. „Lasst ihr doch etwas Zeit. Zeit ist das größte Geschenk, das ihr ihr geben könnt.“

„Und das Schwerste!“, nörgelte eine der Birken.

„Zeit kann doch nicht alles sein“, stimmte die andere mit ein. „Dann können wir sie ja gleich ganz alleine lassen, und das ist auch nicht gut.“

„Josephine“, sprach die Eiche sie nun laut und deutlich an. „Josephine, magst du uns von Herrn Hannibal erzählen?“

Josephine war verwirrt. „Höre ich Stimmen in meinem Kopf? Oder habe ich soeben einen Baum sprechen hören? Hallo?“

„Hallo“, antwortete die Eiche freundlich.

„Hm. Bist du ein sprechender Baum?“

„Auch das bin ich. Aber noch viel mehr. Ich bin ein hörender Baum, also ein zuhörender Baum. Und ich würde gerne alles über Herrn Hannibal hören. Alles. Erzähl mir …“

„Au, nein, nicht!!“, jammerten die Birken dazwischen. „Nicht. Nicht reden lassen. Sie hört nimmer, nimmer auf, und dann weint sie wieder. Und dann waren all unsere Mühen, sie aufzumuntern, vollkommen umsonst.“

„Du stürzt sie zurück ins Unglück.“

„Das ist unerträglich.“

„Das hält keiner aus.“

Die Eiche lächelte und ließ ihre Äste sanft im Wind wippen. „Unerträglich für wen? Das hält wer nicht aus? Ihr oder sie?“, wandte sie sich an die Birken.

Die Birken schauten sie verwundert an. „Ist doch dasselbe“, stammelten sie.

„Ist es das?“

Josephine blickte verwundert um sich. „Wer spricht denn da die ganze Zeit?“

„Ach, das sind nur wir, Josephine.“ sagt die Eiche freundlich. „Die Bäume des Waldes, wir plappern immer so vor uns hin. Die meisten stört das nicht. Sie hören es eigentlich gar nicht. Sie denken, wir rascheln und rauschen mit den Ästen im Wind und hätten nichts zu sagen. Man muss schon gut hinhören, um uns zu verstehen.“

„Nun“, dachte sich Josephine, „eigentlich dürfte mich das nicht überraschen. Schließlich kann ich ja auch Schneemänner reden hören.“

„So, also ihr Bäume redet, und, hm, habt ihr vorhin auch gesungen?“

„Jawohl!“, riefen die Birken. „Wir haben gesungen. Wir singen für unsere Leben gern. Singen ist so gesund, eigentlich müsste es der Arzt verschreiben.“

„Eigentlich singe ich auch ganz gerne“, sagte Josephine. „Aber seit Herr Hannibal geschmolzen ist, hat es mir die Stimme verschlagen, und das Singen fällt mir unglaublich schwer. Es rührt mich so tief, dass ich mich gar nicht traue. Im Himmel, bei den Chorproben, bin ich immer in der ersten Reihe gestanden. Voller Inbrunst habe ich mich dem Singen hingegeben. Aber jetzt kann ich gar nicht mehr singen“, gestand Josephine den Bäumen. „Dabei bin ich doch ein Engel. Im Winter haben wir Hochsaison. Aber es war auch Winter, als ich Herrn Hannibal kennengelernt habe, und kurz darauf ist er geschmolzen. Da will ich gar nicht dran denken.“

„War das nicht auch der Moment, in dem du ihn zum Singen gebracht hast?“, fragte die Eiche.

„Ja“, nickte Josephine und lächelte. Ihre Augen leuchteten, als sie sprach. Ein wehmütiges Lächeln schlich sich über ihr Gesicht.

Die beiden Birken blickten einander an und rollten mit den Augen. „Siehste, genau das ist es. Das hört jetzt nie wieder auf“, flüsterten sie der Eiche zu.

„Hat es schon einmal nie wieder aufgehört?“, fragte die Eiche die Birken mit einem Stich Ironie in der Stimme.

Josephine wiegte sich. „Ach, ich könnte euch stundenlang davon vorschwärmen. Diese wunderbaren Erinnerungen, sie sind so unglaublich kostbar. Ach, ist das schön, dass ihr geduldig seid, wie nur Bäume es sein können, und dass ihr so endlos zuhören könnt. Vielleicht, vielleicht singt Herr Hannibal ja auch genau in diesem Moment mit den Engeln, lautstark und brummelnd tief, ja, vielleicht.“

Und sie sprach und sprach und erzählte den geduldig lauschenden Bäumen von jeder Sekunde mit Herrn Hannibal. Und als sie fertig war, stand sie einfach auf und ging aus dem Wald hinaus. Sie ging anders aus dem Wald hinaus, als sie hineingegangen war. Aufrechter, hoffnungsvoller und gar ein klein wenig lebensfroh.

Dass sie die Bäume hat singen hören, blieb ihr Geheimnis.

Alle Märchen finden Sie unter www.bestattungshaus-haller.de/trauergeschichten/

LebensZeiten soll helfen, sich auf das Unvermeidliche vorzubereiten, und Mut machen für das Leben danach. Ein Magazin des Bestattungshauses Haller.

Möchten Sie LebensZeiten regelmäßig erhalten?

Dann senden Sie diesen Coupon an LebensZeiten, Bestattungshaus Haller, Obere Weinsteige 23, 70597 Stuttgart oder kontaktieren Sie uns per E-Mail an lebenszeiten@bestattungshaus-haller.de.
Wir schicken Ihnen die nächsten Ausgaben von LebensZeiten zwei Jahre lang zu, innerhalb Deutschlands kostenlos.

Vorname: Nachname:

(LZ25)

Straße: PLZ & Ort:

(Kunden des Bestattungshauses Haller erhalten LebensZeiten automatisch zwei Jahre lang.)

Impressum

LebensZeiten, Herausgeberin & Redaktion: Andrea Maria Haller, Obere Weinsteige 23, 70597 Stuttgart, Internet: www.bestattungshaus-haller.de/magazin-lebenszeiten
E-Mail: lebenszeiten@bestattungshaus-haller.de · Lektorat: www.renkenberger.net
Druck: Offizin Scheuffele · Auflage 3.200 · LebensZeiten erscheint vierteljährlich.