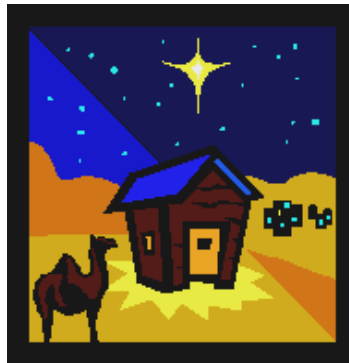




WEGBEGLEITER

Information und Unterstützung für trauernde Mütter, Väter, Geschwister,
Großeltern und alle, die mit dem Tod eines Kindes leben müssen

Nr. 3 ♦ Winter 2010



Es gibt Tage,
da kann ich mich drehen und wenden –
warte nur, bis die Zeit vergeht,
dass der Tag wieder zur Nacht wird.
Ich kann nicht sagen, was mir fehlt.
Meine Seele sucht das Gefühl von
Gehalten-Werden,
gehalten von Licht!

Doch dann – leise berührt – begegnen wir uns,
du mein Gott und ich!
Komm! Lass mich mit dir neue Wege gehen,
lass mich Welten sehen, Dinge entdecken, staunen...
Im Jetzt finden wir uns.

Jetzt, in diesem Moment,
ich lebe, ich liebe, ich spüre Hoffnung.
Hoffnung auf Kommendes,
Hoffnung auf Menschlichkeit.
Jetzt, in dieser Heiligen Nacht,
fühle ich Gehalten-Werden, Verwandelt-Werden.

Zaghaft wage ich zu erkennen, wer ich bin.
Du sagst mir zu: halte dich an mich!
Glaube an dich!

Jetzt erkenne ich, was Welt – Leben – Liebe
sein kann:

Gott will in Christus für Dich und mich –
i n uns allen geboren werden.

*Unbekannter Autor
(ausgesucht von Karola Kunstmann)*

Liebe trauernde Eltern, Großeltern, Geschwister und betroffene Angehörige, liebe Freunde und Förderer des Vereins,

gerade, wenn sich das Jahr wieder dem Ende zuneigt, wird uns bewusst, wie schnell sich das Rad der Zeit dreht. Auch die 20 Jahre, die der Verein besteht, sind im Rückblick schnell vergangen, doch was davon bleibt und was wirklich zählt, sind die Momente und Augenblicke, die unser Herz berühren und die uns in der Seele bewegt haben. Diese Momente können durchaus auch schmerzhaft sein, doch sie sind gelebtes Leben. Wir wünschen Ihnen, dass in Ihrem Leben die Augenblicke des Lichts, der Verbundenheit und des „Gehaltenseins“ immer überwiegen, auch in Zeiten der Trauer.

*In Verbundenheit, der Vorstand,
die Geschäftsstelle und das Redaktionsteam*

Im neuen Jahr grüße ich
meine nahen und die fremden Freunde
Grüße die geliebten Toten
Grüße die Künstler, die mit Worten,
Bildern, Tönen mich beglücken
Grüße alle Einsamen
Grüße die verschollenen Engel
Grüße mich selber, mit dem Zuruf
MUT

Rose Ausländer

Liebe Leserin, lieber Leser,

sich beschenken zu lassen ist eine Erfahrung, die jedem Menschen gut tut. Jemand anderem etwas wert zu sein, dieses Gefühl gehört zu unserem Leben und gibt uns Sinn und Tiefe. Beschenkt zu werden, das erfordert nichts anderes als die Hände zu öffnen und zu empfangen. Denn auch dazu haben wir unsere Hände, nicht nur zum Geben, zum Schaffen und zum Gestalten. Mein Gegenüber erwartet hier von mir keine Aktivität. Alles, was ich in diesem Moment tun muss, ist, mich zu öffnen, zu empfangen.

Weihnachten – wir schenken und wir lassen uns beschenken, beides gehört zum Fest. Versuchen wir, dem Schenken einen Sinn zu geben. Gott will uns beschenken, indem er uns seinen Sohn gibt. Dazu brauchte es zunächst nur einen einzigen Menschen, der ja sagte, ja zu Gottes Wort: Maria. Sie empfängt Jesus, sie nimmt ihn an und schenkt ihn weiter, zum Heil aller Menschen. Gott begegnet uns in der Wehrlosigkeit eines Kindes, aber auch in seiner Macht. Solche Geschenke fordern uns heraus.

Wir Menschen sind dazu angelegt, aktiv zu sein, mitzubestimmen, zu entscheiden, mitzureden und zu handeln. Es ist unserem Leistungsdenken fremd, dass ein anderer über uns verfügt oder uns beschenkt – grundlos, ohne Vorleistung. Es

scheint so, als ob wir dabei ganz passiv blieben, und das in einer Zeit, in der nur der etwas zu gelten scheint, der etwas kann und etwas einbringt. Und doch dürfen wir handeln, dürfen schenken ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Geschenke, die etwas auslösen sollen, die eine Reaktion, die Dank verlangen, sind keine Geschenke. Große Geschenke belasten den anderen, machen ihn unfrei und abhängig. Und sind es nicht gerade die kleinen Geschenke, die so ganz und gar unerwarteten, die uns freuen und die den Alltag ein wenig heller und wärmer werden lassen?

Eine kleine Aufmerksamkeit, eine gelungene Überraschung, sie sind des Dankes gewiss. Sie sind die eigentlichen Gaben der Liebe. Diese Geschenke können tausenderlei Gestalt haben.

Da streicht eine Krankenschwester einer alten Frau liebevoll die Haare aus der Stirn ...

Die Erzieherin unterbricht das Spiel und nimmt ein weinendes Kind auf den Arm, um es zu trösten...

Ein junger Mann hilft einem älteren die Stufen hinauf ...

Eine ältere Frau bietet einer jungen ihre Hilfe bei der Beaufsichtigung der Kinder an ...

Die Büroangestellte bleibt länger, um der neuen Kollegin zu helfen ...

Ein Schüler erklärt seinem Banknachbarn geduldig die Mathematikaufgabe ...

Selbst der im Stress gejagte wird für einen Augenblick ruhig, wenn eine kleine Aufmerksamkeit seinen Weg kreuzt. Plötzlich erscheint das Leben in einem anderen Licht.



Die offene Hand – sie ist wohl das schönste Geschenk, denn sie sagt uns, dass wir loslassen dürfen, um neu zu empfangen.

Wir dürfen schenken, um so für einen Menschen ein Licht zu werden in seiner Dunkelheit, Hoffnung auf eine Zukunft und auf einen Weg. Mein Geschenk für Sie ist dieses Bild mit den geöffneten und gleichzeitig beschützenden Händen. Möge es Sie in der kommenden Zeit begleiten und zum Segen werden.

Pfarrer Klaus-Günter Stahlschmidt

Der Tod im Christentum

„Dem christlichen Mysterium von Tod und Auferstehung wird niemand wirklich begegnen, wenn er nicht Mut und Offenheit besitzt, den Tod, den Abschied, die Endlichkeit der Zeit und seine Trauer eigenfüßig zu durchschreiten“. Thomas Schweiger aus: Christliches Totenbuch“.

Wenn wir von Tod im Christentum sprechen, dann denken wir an Karfreitag, als Tag des Kreuzes und an Ostern als den Tag der Auferstehung. Keine Auferstehung ohne Kreuz, kein Kreuz ohne Auferstehung. Das ist die christliche Zumutung, der wir ausgesetzt sind. Aber auch der Trost und die Hoffnung; denn Gott ist kein Gott der Toten, sondern ein Gott des Lebens, das nicht beim Tod Halt macht, sondern uns verwandelt weiter leben lässt. Und so gedenken wir der Toten, nicht damit sie leben, sondern weil sie leben.

Was wir glauben, was Seele ist, steht nicht dem Leib entgegen. Seele meint immer das Innerste, die Mitte, die ihr Ganzsein entwirft, und dazu gehört die leibhaftige Erfahrung, die Seele sammelt den Menschen zu dem, der er ist.

Der Himmel nun führt zusammen, er verbindet die Lebenden mit den Verstorbenen zur Gemeinschaft aller Seelen. Das ist die Vollendung, die wir erst nach dem leiblichen Tod erlangen und erfahren werden.

Und weil wir hier noch unvollendet sind und die Vollendung noch nicht wahrnehmen können, dürfen wir trauern, weinen und klagen. Über den Tod unserer Kinder, unserer geliebten Angehörigen, denn auch Jesus weinte, als sein Freund Lazarus gestorben war (Joh. 11, 35ff). Die Tränen und die Trauer sind die Kehrseite der Liebe.

Wie kann ich das sagen? Den Jüngern wird am leeren Grab die Frage gestellt: „Was sucht ihr den Lebenden bei den Toten?“ Das ist die Frage: „Bleiben wir beim Leichnam hängen oder suchen wir das Leben?“

Auch Jesus durchlitt als Mensch wie wir Todesängste, fühlte sich von Gott verlassen, aber durch ihn, durch seine Auferstehung dürfen wir glauben und hoffen, dass auch wir durch das Tal des Todes zur Auferstehung gelangen.

Das letzte Buch der Bibel endet mit dem endgültigen Sieg über den Tod (Offb. 20,4). Einen schöneren, Hoffnung stiftenden Glauben kann ich mir nicht vorstellen.

Freya von Stülpnagel

Der Tod im Buddhismus

Das Interview mit Frau Dr. Berchtenbreiter führte Claudia Schmid.

Ich bin daran interessiert, ob in dieser Lehre etwas enthalten ist, was dem heutigen Menschen im Westen, insbesondere natürlich uns Eltern, die den schmerzlichen Verlust eines geliebten Kindes erlitten haben, helfen könnte.

Ist es richtig, dass der Tod im Buddhismus eine zentrale Rolle spielt?

Historisch gesehen nimmt der Buddhismus um 500 vor unserer Zeitrechnung mit der Erfahrung des Prinzen Siddharta von Alter, Krankheit und Tod, vom Leben als Leiden seinen Anfang. Dieser Fürstensohn, der künftige Buddha, wächst in einem Palast auf. Sein Vater verhindert jeden Kontakt mit der Außenwelt, damit Siddhartas Ausbildung zum Herrscher durch keinerlei beeinträchtigende Eindrücke gefährdet würde. Der Prinz be-

steht dennoch darauf, das Leben kennen zu lernen und begegnet auf drei Ausfahrten einem Greis, einem Kranken und einem Leichenzug. Während ihn diese drei Begegnungen ratlos und elend zurücklassen, zeichnet sich, als er den Fürstenhof ein viertes Mal verlässt, ein Ziel ab: er begegnet einem Bettelmönch. Dieser strahlt eine solche Würde, Ruhe und Gelassenheit aus, dass sich

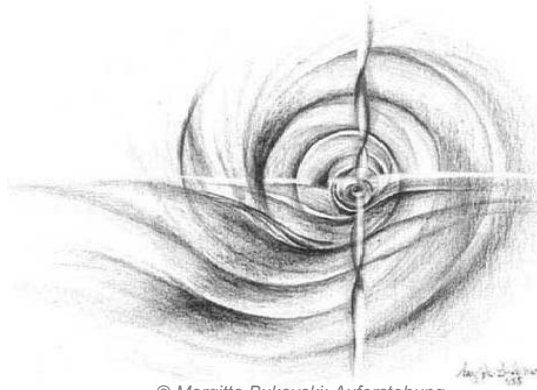
Siddharta dazu bewegt fühlt, sich aufzumachen, um Klarheit und damit die Befreiung aus dem Leiden zu suchen.

Zu welchen Einsichten ist Siddharta von dieser Erfahrung ausgehend gelangt?

Das Erste, was Siddharta nach seiner Erleuchtung lehrte, waren die sogenannten „vier edlen Wahrheiten“: das Leben als Leiden, die Ursachen des Leidens, die Möglichkeit zur Beendigung des Leidens und seiner Ursachen, und der Weg, der zu dieser Beendigung führt. In dem Kapitel „Tibetische Ansichten über das Sterben“ aus seinem Buch „Logik der Liebe, aus den Lehren des Tibetischen Buddhismus für den Westen“ erklärt der XIV. Dalai Lama den Prozess zur Überwindung des Leides als innere Entwicklung:

„Man muss also den Bewusstseinsweg kultivieren, durch den man die Beseitigung des Leidens erzielen kann ... um den Tod vollständig zu überwinden, muss man die eigenen, Leid verursachenden Emotionen völlig zum Schweigen bringen.“

Wir stehen also uns selbst im Wege bei dem Versuch, unser Leiden zu überwinden – verstehe ich das richtig? Wie ist dieses Hindernis genauer zu beschreiben?



© Margitta Bukovski: Auferstehung

In Verbindung mit Hass einerseits und dem Umgekehrten, der Begierde andererseits behauptet sich unsere Uneinsichtigkeit als Grundübel. Sie verhindert, dass wir uns auf Grund von neu erworbener Weisheit zum Loslassen durchringen. „Dein Festhalten bindet dich. Lass einfach alles los und sei frei!“, belehrt ein berühmter tibetischer Meister namens Tilopa seinen Schüler.

Dieses „Loslassen“ ist beinahe übermenschlich schwer und oft negativ besetzt für trauernde Eltern! Wie leistet der Buddhismus dabei Unterstützung?

Die Motivation entspringt der Einsicht in die Ursache des Leidens. In seinem Buch „Logik der Liebe“, fasst der Dalai Lama unsere Ratlosigkeit in Worte und antwortet selbst mit der Lösung:

„Auf welchem Weg soll man sich begeben, um das Leid überwinden zu können? Da das Übel hauptsächlich vom Bewusstsein kommt, müssen die Mittel zur Überwindung des Übels in den betreffenden Bewusstseinszuständen gesucht werden. Man muss die wirklichen Existenzbedingungen aller Erscheinungen erkennen ... am wichtigsten ist es aber, die letztgültige Wirklichkeit des Geistes zu erfassen.“

Die wichtigste Haltung ist das Loslassen. Dieses kann unter anderem in der Meditation geübt werden.

In letzter Konsequenz sollten wir dieses „Loslassen“ auch auf unsere Kinder, und zwar über deren Tod hinaus, anwenden?

Tatsächlich wappnet uns diese Grundhaltung, nämlich die Bereitschaft zum Loslassen, vor dem Überwältigtwerden von einem Abschied, auf den wir nicht vorbereitet sind: „Der Törichte macht sich besorgt Gedanken: Diese Kinder und Güter sind mein. Da keiner sich selbst gehört, welchen Sinn haben dann Kinder und Güter? Wahrlich es ist das Los der Menschheit, dass man zwar Hunderte oder Tausende weltlicher Güter ansammeln kann, aber dennoch dem Spruch des Todes unterliegt.“ (Udanavarga 1.20-22)

Trost im herkömmlichen Sinn bringt diese Einsicht doch nicht mit sich. Wir alle erleben es ständig, dass der „Geist zwar willig, das Fleisch aber schwach“ ist, dass Verstand und Gefühl zweierlei sind. Diese Sichtweise ist tatsächlich kein Trost, sondern will wachrütteln. Wir sollen dazu bewegt werden, uns durch die materiell vollzogene Trennung, durch – wie in unserem Fall – den Tod unseres Kindes auf die wahrhafte, auf die geistige Realität zu besinnen. Nur so begegnen wir dem, was über das Ende des Lebens hinausreicht, dem Geistigen, der letztgültigen Wirklichkeit. Die Unterscheidung „mein“ Geist und dagegen ein anderer, der Geist meines Kindes hebt sich selbst auf. Der Tod des Sohnes oder der Tochter versetzt die Eltern in Todesnähe. Sich diesem Vorgang, dem

Durchleben des Todes in der Meditation zu stellen, ist vorrangig Übung für Buddhisten.

Mit dem Sterbeprozess ist doch auch die darauf folgende Wiedergeburt verbunden – eine Vorstellung, die uns westlich geprägten Menschen fremd ist.

Wie könnte man sich den Zusammenhang einer neuen Existenz mit derjenigen, die man mit dem Sterben hinter sich lässt, vorstellen?

Ich berufe mich auf meinen Lehrer, den in München lebenden Tibetologen Ulrich Loseries, der dazu folgendes sagt:

Im Sterbeprozess durchlebt der Sterbende die Auflösung der körperlichen und geistigen Stützen des Lebens. Zunächst ist es der Vorgang des



Verfalls des Körpers und der Sinne, was auch andere Personen äußerlich erkennen können. Und dann der Vorgang des inneren Verfalls der geistigen Funktionen des Empfindens, Wahrnehmens und Denkens sowie des Bewusstseins von Welt und Leben, Ich und Anderem. Geht dieser Auflöseprozess bis tief zu den feinsten Neigungen von all diesem, dann geht das göttliche Urlicht auf. Bleiben aber diese Neigungen unaufgelöst, dann ist dies das

karmische Potential, der weltliche Kern des Geistes, welcher bleibt. Und aus dem heraus entsteht, den Umständen und Bedingungen gemäß – so wie sich an der alten Kerze die neue entzündet – ein neues Leben in Zeit und Raum.

Da es aber nur bedingt ist, ist es nicht ewig, sondern vergeht auch wieder im Wandel der Zeit. So sollte man dieses Leben als relativ erkennen, nur „wie geliehen“ und als entstehend und vergehend zugleich. In ihm ist nichts Festes, sondern nur ein Strom.“

Dr. Irmgard Berchtenbreiter

Ergänzend gibt es eine Sendung vom 25.11.2009 von Bayern 2, in der sich Dr. Loseries (Tibetologe, München) zum Tibetischen Totenbuch äußert. Das Manuskript zur Sendung „Reiseführer für Sterbende – Das tibetische Totenbuch“ ist bei Bayern 2 „Radio Wissen“ erhältlich. Autorin dieser Sendung ist Gerda Kuhn, Redaktion hatte Bernhard Kastner.

Geschichten

Markus Tullius Cicero

„Requiem für ein Kind, Trauer und Trost berühmter Eltern“: ein Buch, das ich erst spät für mich entdeckte. Angezogen hat mich gleich der erste Beitrag über Cicero. Cicero, er hat mich meine Gymnasialzeit am Humanistischen Gymnasium ganz selbstverständlich begleitet. Und ich finde seine Schriften noch immer lesens- und beachtenswert.

Aber auch er ein betroffener Vater, der mit dem Tod der Tochter Tullia nur schwer leben konnte. Schon vor dem Tod der Tochter fühlte er sich an deren Unglück in ihren drei Ehen schuldig. Er hatte bereits zu Lebzeiten der Tochter als Vater versagt. Wenige Wochen nach der Geburt eines Sohnes stirbt Tullia vor Kummer und Entkräftung.

Er verlässt den Ort, an dem die Tochter verstarb und widmete sich dem Studium sämtlicher Werke über das Thema des Trauerschmerzes. Zur Linderung seines Schmerzes will er eine Trostschrift an sich selbst verfassen. Er zieht sich aus dem öffentlichen Leben zurück in den dichten undurchdringlichen Wald seines neuen Landsitzes um zu lesen, zu meditieren und zu schreiben.

So schreibt er an einen Freund: "Ganze Tage schreibe ich, nicht damit ich dadurch etwas gewinne, doch es lenkt mich eine Weile ab. Freilich nicht genug – der Schmerz ist übermächtig- aber ich erhole mich doch dabei und bin nach Kräften bemüht, wenn nicht den Geist, so doch meine Miene so weit wie möglich in Fassung zu bringen. Wenn ich das tue, komme ich mir bisweilen vor, als beginge ich ein Unrecht, bisweilen glaube ich auch wieder, es sei unrecht, wenn ich es nicht tue."

Von dieser Schrift sind nur einige Fragmente erhalten. Wenige Monate nach dem Tod der Tochter beginnt er eine philosophische Abhandlung mit den Themen vom Tod, vom Schmerz und vom seelischen Leiden. Seiner Zeit voraus war er überzeugt, dass es nach dem Tod irgendwie weitergeht.

Dieses Schicksal, mehr als zweitausend Jahre alt, ist noch immer aktuell, die Gefühle haben sich nicht geändert. Auch wenn jeder Schmerz einzigartig ist, für mich ist es ein Trost, dass auch so ein berühmter betroffener Vater diesen Schmerz wie viele andere erfahren hat.

Dorothea Böhmer



staatlichen und kirchlichen Institutionen zu erhalten.

Dieses Ereignisses wurde in gebührendem Rahmen im Sophiensaal (Bayr. Landesamt für Steuern) gedacht. Der Einladung folgten Würdenträger aus Politik und Kirche ebenso wie betroffene Eltern und ehrenamtlich Tätige. Nach einleitenden Worten vom Vorsitzenden des Vereins Pfarrer Stahlschmidt und der Geschäftstellenleiterin Frau Lorenz gab es Grußworte vom Stellvertreter der Ministerin für Familie und Soziales Herrn Friedrich Seitz, dem Vertreter der Stadt München, Herrn Stadtrat Christian Müller und Prälat Hans Lindberger von der Caritas in München. Verlesen wurde noch das Grußwort vom Generalvikar der Erzdiözese München und Freising Dr. Peter Beer. In allen Grußworten wurde die Bedeutung des Vereins hervorgehoben mit seiner Hilfestellung für verwaiste Eltern. Dank an die offiziellen Vertreter, die mit ihrem Kommen die Arbeit des Vereins anerkennen und fördern. Umrahmt wurden die Reden vom Asmara-Quartett, dem ebenfalls unser herzlicher Dank gilt.

Als Festvortragende war Frau Prof. Dr. Monika Führer gewonnen worden. Sie ist Inhaberin des Lehrstuhls für Kinderpalliativmedizin im Klinikum München. Mit Bildern von betreuten Kindern berichtete sie warmherzig und mit großer innerer Überzeugung von ihrer Arbeit mit todkranken und sterbenden Kindern.

Seitens der betroffenen Eltern kamen im Anschluss an den Festvortrag beispielhaft zwei Mütter, ein Vater und ein Elternpaar (ca. 20, 15, 10 und 5 Jahre betroffen) zu Wort. Unter Moderation von Frau von Stülpnagel legten sie die eigene Betroffenheit jeweils aus ihrer Sicht dar und wie sich ihre Trauer mit den Jahren entwickelt hat.

Nach dem offiziellen Teil des Festaktes konnten sich die Gäste bei einem kleinen kalten Buffet stärken und persönliche Kontakte knüpfen und pflegen, wovon reger Gebrauch gemacht wurde. Gegen 21 Uhr ging eine schöne, stimmige Veranstaltung zu Ende.

Dorothea Böhmer

Was war los ?

Aus der Geschäftsstelle

20 Jahre Verwaiste Eltern München e.V.

20 Jahre schon wieder oder erst ist es her, dass drei Mütter, deren Kinder verstorben sind, Tina Quak, Karin Berlin und Elke Leonhardt, ihrer Aktivität um Gleichbetroffene einen rechtlichen Rahmen gaben. Mit der Rechtsform des eingetragenen Vereins wurde es möglich, Zuwendungen von

Wir danken dem Don Bosco Verlag ganz herzlich für die Finanzierung des Drucks des Sommer- und Weihnachtswegbegleiters!



Dank an den Chor Helena Gospel Spirit



Im Namen des Vereins möchte ich mich ganz herzlich beim Chor, bei der Chorleiterin Janet Campana Friedman und bei Karin Freudenberger für das großartige, mitreißende und einfühlsame Konzert des Gospelchors bedanken. Das Benefizkonzert in der Kreuzkirche war sehr gut besucht, gespendet wurden von den Zuhörern 1500,- €. Herzlichen Dank nochmals für diese Spende!

Claudia Schmid

11 Uhr wurden wir von Familie Witzany mit einer kühlen Bowle herzlich empfangen. Nach der Besichtigung der Burgruine und dem wunderbaren Blick auf vier Seen erwartete uns ein ausgiebiges Mittagessen mit allem, was das Herz begehrt.

Auf der Wiese gab es anschließend ein gemeinsames Ritual mit einem Lied, einer Glasblume für die Gastgeber, Gedanken und Wünschen für all unsere verstorbenen Kinder.

Die nächste Etappe des Tages führte uns zum Fuschlsee. Ein wunderschöner Weg am See entlang ermöglichte zahlreiche Gespräche. Bei Kaffee und Kuchen konnten wir den herrlichen Tag dann unter „Gleichgesinnten“ ausklingen lassen.

Wir danken dem Ehepaar Witzany für die Gastfreundschaft und wünschen der ganzen Familie, die am 30. August durch die Geburt von Florians und Daniels kleiner Schwester Theresa erweitert wurde, alles Gute.

Ulla Schneid

Seminare und Veranstaltungen

Wanderung nach Kloster Schäftlarn



Am 03.10.2010 wanderten wir mit einer Gruppe trauernder Eltern vom Aujäger nach Schäftlarn. Es ist immer wieder schön bei diesen Wanderungen zu hören und zu spüren, dass über die Trauer, über das gestorbene Kind gesprochen werden darf. Tröstende Worte, der Erfahrungsaustausch, die Freude an der Natur und an Bewegung sind verbindende Elemente und lassen diese Art des „Trauerns“ zu etwas ganz besonderem werden.

Winfried Dressel und Klaus Kahnert

Einladung ins Salzkammergut

Heiß war es, sehr heiß, als sich am 11. Juli etwa 20 ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeiter der Verwaisten Eltern München auf den Weg machten ins Salzkammergut. Familie Witzany hatte uns eingeladen auf die Burg Wartenfels, denn nach dem Tod ihres zweijährigen Sohnes Florian im Oktober 2008 war ihnen durch den Verein sehr geholfen worden, und dafür wollten sie sich bedanken.

Im Bus war es angenehm kühl, die Fahrt ging durch eine wunderschöne Landschaft und gegen

Auswärtige Gruppen

Leere Wiege – Verwaiste-Eltern-Gruppe in Friedberg

28. September 2009: Etwas zögerlich betritt die erste Mutter den Raum, in dem sich ab sofort ein Mal im Monat eine Gruppe von Eltern treffen wird, die ein Baby vor, während oder kurz nach der Geburt verloren hat. Die nächsten kommen – ein Ehepaar, dann zwei weitere Frauen.

Für das erste Mal bleibt es bei vier Personen. Ich sehe den Gesichtern an, dass sie unsicher sind, ob sie hier in der Gruppe das finden, was sie suchen. Ich war zeitig da und habe den Raum vorbereitet. Nun können wir beginnen. Den Anfang mache ich, indem ich mich kurz vorstelle. Sicherlich möchten die Teilnehmer wissen, mit wem sie es zu tun haben, welchen Hintergrund ich habe und warum ich diese Gruppe leite.

Anschließend suchen sich die Teilnehmer je eine Postkarte mit verschiedensten Motiven aus, die ich vorher in der Mitte ausgelegt habe. Sie erzählen ihre Geschichte und was zurzeit besonders beschäftigt. Mal ist es die bevorstehende Bestattung des Babys, mal das Kennenlernen des Kindes, das auf Anraten der Ärzte (vor 22 Jahren) niemals stattgefunden hat, mal der Schmerz über das Unverständnis der Außenwelt, mal die verschiedenen Trauerweisen innerhalb einer Familie.

Zur „Halbzeit“ habe ich Tee und Gebäck vorbereitet. Ich habe Bücher und anderes Informationsmaterial ausgelegt, das man sich jetzt ansehen kann. Dann geht es weiter mit einer Körperwahrnehmungsübung – wie komme ich wieder in Kontakt mit mir, mit all jenen Anteilen von mir, die scheinbar mit dem Kind gestorben sind? Im Erfahrungsaustausch kommt ein reges Gespräch in Gang.

In den Folgetreffen, zu denen mal nur ein Ehepaar, mal acht Teilnehmer kamen, stellte sich heraus, dass es gut ist, dass die Teilnehmer an so unterschiedlichen Wegpunkten ihres Trauerwegs stehen. So kann anhand der Erzählungen Längerbetroffener Mut geschöpft werden, die schreckliche erste Zeit zu überleben. Längerbetroffene können erkennen, dass sie schon eine bedeutsame Wegstrecke gegangen sind, aber auch „immer noch“ das Recht haben, ihre Trauer offen zu zeigen. Es wird deutlich, dass Trauer niemals abgeschlossen ist, dass man nicht endgültig loslassen muss. Trauer wandelt sich fortwährend. Meist wird sie nach einiger Zeit lebbarer, sie gehört zu unserem Leben, wie es unsere Kinder immer tun werden.

Inzwischen habe mich dafür entschieden, die Leere-Wiege-Gruppe für trauernde Eltern mit unterschiedlichen Todesursachen zu öffnen. Die Gruppe wird also offen sein für trauernde Eltern, egal wie alt das Kind war und welche Todesursache vorliegt. Ich freue mich auf ihr Kommen.

Andrea Tradt

Geschwister



Film: Wie durch ein Wunder
USA/Kanada 2010

Charlie und Sam sind nicht nur beim Segeln ein Dream Team. Charlie kümmert sich rührend um den jüngeren Bruder – auch, als dieser nach einem Autounfall stirbt. Tag für Tag spielt Charlie nach Sonnenuntergang mit Sams Geist Baseball. So findet er kaum ins Leben zurück, indem er sich dem Alltag fast entzieht. Fünf Jahre nach dem Unfall verliebt sich Charlie in die Seglerin Tess. Sie wird der Schlüssel für seine weitere Entwicklung. Das Thema des Films ist Geschwistertrauer und wie sie möglicherweise verlaufen kann.

Bücherecke



Ralf Korrek: Land der Sternenkinder – Gedichte für trauernde Eltern
124 Seiten,
Verlag Books on demand, 2008
ISBN 3837019330

Die Gedichte zeichnen den Weg der Trauer eines betroffenen Vaters nach. Durch die Verse werden

der Schmerz und die Fragen, Träume, Wünsche, Hoffnungen von Sterneltern erlebbar.



Stephanie Witt-Loers: Trauernde begleiten, Eine Orientierungshilfe
160 Seiten

Vandenhoeck & Ruprecht, 2009
ISBN10: 978-3-525-63020-4

Dieses Buch soll Menschen Mut machen für die Begegnung mit Trauernden, denn wir begegnen überall trauernden Menschen. Es bietet Orientierung und Information, beantwortet Fragen und Anliegen zum Thema Trauer.



Marie-Thérèse Schins, Joachim M. Huber (Fotos): Du bist noch da – ein Erinnerungsalbum
127 Seiten

Walter-Verlag, 2010
ISBN 3530506168

Das eigene Kind zu verlieren ist unerträglich. Marie-Thérèse Schins hat verwaiste Eltern und Geschwister begleitet, die sich ihren Schmerz von der Seele geschrieben haben. Die Gedichte, Tagebucheinträge und Briefe werden durch Bilder von Joachim M. Huber ergänzt. Er hat in einem Kinderhospiz sehr berührende und friedvolle Fotografien aufgenommen, die das Buch zu etwas ganz Besonderem machen.

Veranstaltungen

Adventsgottesdienst

12. Dezember 2010, 14:30 Uhr
Pfarrei Leiden Christi (Gemeindehaus)
Passionistenstr. 12, München-Obermenzing

Mit Pfarrer Klaus Günter Stahlschmidt, für alle trauernden Mütter, Väter, Geschwister, Großeltern, Freunde ... Anschließend Beisammensein bei Kaffee und Kuchen. Um Kuchenspenden wird gebeten.

Candle lighting – Gedenktag für alle verstorbenen Kinder

Am **12.12.10** findet der weltweite Gedenktag für alle verstorbenen Kinder statt. Damit ihr Licht für immer leuchte, stellen um 19.00 Uhr Betroffene rund um die ganze Welt brennende Kerzen in die Fenster. Während die Kerzen in der einen Zeitzone erlöschen, werden sie in der nächsten entzündet, so dass eine Lichterwelle die ganze Welt umringt.

Lebenskrisen werden Lebenschancen

Donnerstag, 16.12.2010, 19 Uhr
Evangelische Stadtakademie München, Herzog-
Wilhelm-Str. 24, 80331 München

Referentin: Prof. Dr. Verena Kast,
Psychotherapeutin, Dozentin am C.G. Jung Insti-
tut Zürich, Vorsitzende der Internationalen Ge-
sellschaft für Tiefenpsychologie

Kosten: 7.- €

Wie Lebenskrisen zu Lebenschancen werden können, ist eine Schlüsselfrage menschlichen Lebens. Denn Krisen gehören unabdingbar zum Leben. Wir sind ihnen aber nicht einfach ausgeliefert. Neben der dunklen Seite können sie eine andere Seite entwickeln, wenn sie auf positive Veränderungen weisen und Energie freisetzen.

In Kooperation von Evangelische Stadtakademie und Verwaiste Eltern München e.V.,
Anmeldung: Tel. 089 / 5490270 oder
info@evstadtakademie.de

Seminarankündigungen

Das Jahresprogramm 2011 liegt vor. Auf www.verwaiste-eltern-muenchen.de finden Sie demnächst Einzelheiten und Anmeldeformulare. Bitte melden Sie sich zu allen Veranstaltungen schriftlich bei der Geschäftsstelle an (Anschrift siehe Impressum).

Fortbildung in Trauerbegleitung 2011/12

Auch 2011/2012 bieten wir wieder verschiedene Fortbildungen in Trauerbegleitung an (Basisqualifizierung, Gruppenbegleitung, Akutbegleitung). Anmeldeschluss für die Basisqualifizierung ist am **25.02.2011**. Am **03.02.2011**, 19 Uhr, findet in der Geschäftsstelle ein Informationsabend dazu statt.

Weitere Informationen über die Fortbildung an der Geschäftsstelle oder im Internet: [www.verwaiste-eltern-muenchen.de/Fortbildungen/qualifizierende Fortbildungen](http://www.verwaiste-eltern-muenchen.de/Fortbildungen/qualifizierende_Fortbildungen).

Vorschau auf den Sommer 2011: Auf dem Weg – Reise für Trauernde

10.-17.06.2011

Kloster Jakobsberg, 55437 Ockenheim

Reise- und Trauerbegleitung:
Mechthild und Bernhard Felsch

Anmeldung und Information bei Frau Felsch,
Tel. 08177 / 8612, mecchthild.felsch@t-online.de

Was ist das Besondere an einer Reise von Verwaisten Eltern für verwaiste Eltern?

In den zurückliegenden Jahren habe ich an mehreren Reisen für Betroffene teilgenommen. Diese Tage in Gemeinschaft von Menschen, die selbst den Schmerz kennen, mit dem ich leben muss,

konnte ich immer sehr genießen. Ich musste nicht viel erklären, wie sich das anfühlt und ich durfte jederzeit alles von meinem Kind erzählen – Schönes und Schweres. Ganz viel Trost wurde mir beim gemeinsamen Wandern durch wohlthuend schöne Landschaften zuteil. Sowohl durch die feinfühlig ausgewählten besonderen Orte am Ziel oder für Ruhepausen, wie auch durch die offenen, verständnisvollen Gespräche während des Gehens, des „sich Bewegens“ im wahrsten Sinne des Wortes. Am Abend dann in gemütlicher Atmosphäre zusammen zu sitzen und auch gemeinsam Rituale, Kreatives oder mit Musik Gestaltetes durchzuführen, das an unsere verstorbenen Kinder erinnert, war für mich stets etwas ganz Kostbares und auch Heilendes. Ich kann allen verwaiseten Eltern nur Mut machen, sich zu dieser Reise „Auf dem Weg“ anzumelden und es selbst auszu probieren. Hier darf gelacht und geweint, getrauert und gelebt werden (mit allen Sinnen).

Karola Kunstmann

Redaktionsschluss für die Frühjahrsausgabe: 25.02.2011

Wenn Sie an der Mitgestaltung unseres Wegbegleiters, der dreimal im Jahr erscheint, interessiert sind, melden Sie sich bitte bei Frau Claudia Schmid, Tel. 089 / 480 88 990.

E-Mail: verwaisteeltern.schmid@t-online.de

Impressum

Wegbegleiter für trauernde Mütter, Väter, Geschwister und Großeltern

Herausgeber:

Verwaiste Eltern München e.V.
St. Wolfgangs-Platz 9, 81669 München
Tel. 089/4808899-0, Fax 089/4808899-33

V.i.S.d.P.: Dorothea Böhmer
www.verwaiste-eltern-muenchen.de
E-Mail: VerwaisteEltern@t-online.de

Bankverbindung: Ligabank,
BLZ 750 90 300, Konto-Nr. 21 61 761

Redaktionsteam:

Dorothea Böhmer (Vorstand), Claudia Schmid (fachliche Leitung), Karola Kunstmann, Ulla Schneid

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nur die Meinung des Verfassers/der Verfasserin wieder.

Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle:

Leitung: Susanne Lorenz, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Fachliche Leitung: Claudia Schmid, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Information, Trauerbegleitung, Supervision
Projekt Vernetzung in Bayern: Lisa Schreyer, Psychotherapie (HPG) -- Beratung, Trauerbegleitung
Projektkoordination „Primi Passi“: Elisabeth Berger
Verwaltungsarbeit: Grit Herrmann, Elisabeth Breidt

Vorstand (2009 – 2011)

1. Vorsitzender: Klaus Günter Stahlschmidt
2. Vorsitzende: Freya von Stülpnagel
Schriftführerin: Irmgard Götz
Kassenwart: Dorothea Böhmer
Beisitzer: Wilfried Brenner, Theresa Dehn, Hanny Höfelein