Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 73 (1995)
Heft: 12

Rubrik: Ihre Seiten : wenn ein geliebter Mensch nur noch Erinnerung ist

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Wenn ein geliebter Mensch nur noch Erinnerung ist

Auch nach Redaktionsschluss treffen immer noch zahlreiche, bewegende Schilderungen über den Verlust nahestehender Menschen ein. Notgedrungen mussten wir eine Auswahl treffen, im Wissen darum, dass jeder Abschied von einem geliebten Menschen eine unwiederbringliche Lücke hinterlässt und hinter jedem Leid ein einmaliges Schicksal steht. Diese Briefe stehen für alle anderen und lassen an persönlich erlebter Trauer, an Schmerz und Abschied, aber auch an tröstlicher Erinnerung teilhaben.

«... und mir die Hand halten täte ...»

Wer im Spital oder im Pflegeheim stirbt, sollte ein Zimmer ganz für sich allein haben, wo seine Angehörigen oder sonst jemand Naher bei ihm sein könnten. Jeder Mensch erlebt seinen eigenen Tod, und jeder Hinterbliebene trauert seine eigene Trauer mit seinen eigenen Gefühlen. Wenn ich sterbe, dann möchte ich, dass ein Mensch, der mir sehr nahe steht, bei mir ist und mir, wenn es mir angst würde, die Hand halten täte. Und wenn es dann vorbei ist, so wünsche ich mir, dass er dann noch etwa eine Stunde lang bei mir bliebe und beim Licht einer Kerze ein stilles Gebet sprechen und mich ganz hinüber begleiten täte.

Frau Madeleine Hartmann-Trösch, Seon

Die Chance nutzen

Aus meiner eigenen Erfahrung mit dem Sterben und dem Tod meiner Eltern weiss ich, dass Tränen und Trauer ein langsamer Prozess sind, die in gewissen Momenten immer wieder neu erlitten werden müssen. Zwar sagt der Volksmund, dass die Zeit alle Wunden heilt, doch ganz sicher bleiben schmerzende Narben zurück, vor allem nach dem Verlust von nahestehenden und lieben Angehörigen. Darum meine ich, dass es für uns Hinterbliebene sehr wichtig ist, keine Gewissensbisse über Versäumtes und Unausgesprochenes mit uns herumzutragen und stattdessen die grosse Chance zu nützen, die uns unser eigenes noch nicht abgeschlossenes Leben bietet: Nun anderen Menschen das zu schenken, was wir unseren eigenen Toten nicht mehr geben können.

Annemarie Nievergelt, Adliswil

Nur einige kurze Stunden ...

Vor einem Jahr nahmen wir Abschied von einem lieben Menschen – Franz. Er starb im Spital. Sein Tod kündigte sich schon seit Wochen an. Franz sprach oft davon, beim Sterben von seiner Familie, seinen engsten Freunden und den ihn aufopfernd Pflegenden noch im Spitalzimmer Abschied nehmen zu dürfen. Doch es klappte nicht.

Sein Leichnam wurde äusserst speditiv in ein Kühlzimmer verfrachtet. Fast alle seine Angehörigen durften erst dort von ihm Abschied nehmen. Franz lag da in seiner Kühltruhe, gleichsam wie abgeschoben, durch eine Glasscheibe von den Menschen getrennt, umrahmt von ein paar Blumen, und uns hat diese Art des Abschieds ziemlich zugesetzt.

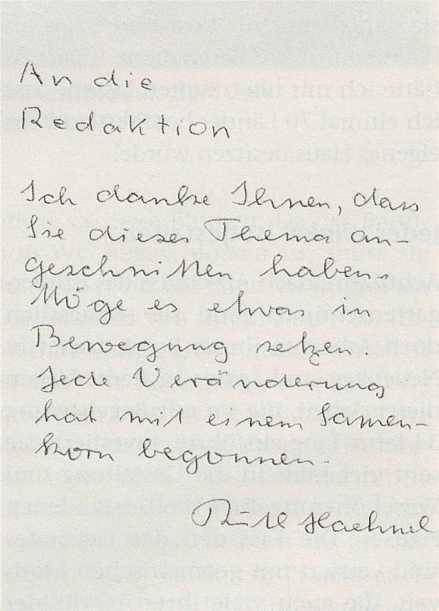
Warum darf man als Scheidender und als Toter nicht noch einige kurze Stunden mit den Liebsten verbringen? Warum wird einem das letzte vertraute Zusammensein vorenthalten? Wenn es gelänge, den Menschen vermehrt die Begegnung mit dem eigenen Tod näherzubringen, dann würde auch der Umgang mit unseren Toten allmählich etwas andere Formen annehmen.

Paul Willibald Gestach, Safnern

Kein Rezept

Für das Trauern gibt es kein Rezept, denn das ist immer etwas ganz Persönliches. Nach einem Todesfall bleibt immer eine Lücke offen. Bei mir ist es auf alle Fälle so, und so wird es zeitlebens für mich bleiben. Meinen eigenen Abschied von dieser Welt wünsche ich mir in einem stillen Rahmen, nur mit meinen lieben Angehörigen und lieben und engen Bekannten. Ich kann mir auch nicht vorstellen, dass dann ein mir unbekannter Pfarrer die Abdankung spricht. Wie kann es dabei von Herzen kommen, wenn jemand mich vorher nicht gekannt hat?

Frau Alice Huber, Lachen-Walzenhausen


An die
Redaktion

Ich danke Ihnen, dass
Sie dieses Thema an-
geschnitten haben.
Möge es etwas in
Bewegung setzen.
Jede Veränderung
hat mit einem Samen-
korn begonnen.

Ruth Haehnel

Der Dank von Ruth Haehnel aus Oberkirch

Wohltuendes Gespräch

Mit 33 Jahren gehöre ich sicher zu den jüngeren «Zeitlupe»-Leserinnen. Vor einem Jahr habe ich zum ersten Mal einen mir nahestehenden Menschen verloren und empfand mit der Todesnachricht unmittelbar das Bedürfnis, ihn noch einmal zu sehen. Im betreffenden Spital wurde ich von der Kran-

kenschwester und dem behandelnden Arzt respektvoll und wohlwollend empfangen. In der für mich äusserst ungewohnten und unbehaglichen Situation schätzte ich vor allem das ausführliche Gespräch mit dem Arzt, und es war für mich auch sehr wichtig, allein, aber doch in Begleitung einer Krankenschwester, im Aufbahrungsraum von meinem väterlichen Freund Abschied nehmen zu können.

Jacqueline Beck, Zürich

Warum danach ein Fest?

Was mich bei Beerdigungen stört, ist, dass sehr oft nach der kirchlichen Abdankung ein Fest gefeiert wird. Ich finde aber, dass man danach etwas besinnlich sein sollte. Wenn ich einmal sterbe, so ist es doch schön, wenn die Enkelkinder nach der Beerdigung ein wenig trauern.

Hedi Zürcher-Bolliger, Frutigen

Schweigen ist oft der bessere Trost

Ebenerdig stand mein Schreibtisch in der Parterrewohnung, in die mir der Briefträger die Post jeweils durch das Fenster direkt auf die Tischplatte reichte. Vor drei Tagen war meine Frau beerdigt worden, und ich sass wieder auf meinem gewohnten Platz. Da trat der Hausbesitzer ein: «Wie geht es?» – «Meine Frau ist gestorben.» – «Was hat sie gehabt? Was hat man gemacht? Warum hat man es so gemacht, warum nicht anders, und hätte man nicht ...» So prasselten seine Fragen auf mich ein, und in mir regte sich ein unbändiger Zorn ob solch ungehobelter Besserwissereien, für die ich jetzt wirklich nicht empfänglich war.

Später kam der Briefträger: «Was war los, dass ich heute so viel Post in Ihren Briefkasten tun musste?» – «Meine Frau ist gestorben» – «Ou verreckte Chaib ...»; dann gab er mir einen langen und festen Händedruck – und ging wortlos weiter. Was er sagte, war zwar nicht «schön», doch ich akzeptierte es als Ausdruck seiner echten Betroffenheit und seines ehrlichen Mitgefühls. Und ich denke, dass sich viele Gutmeinende, die vielleicht selbst Ähnliches noch nicht durchgemacht haben, aus lauter Verlegenheit gegenüber dem Tod und dem Sterben in Banalitäten flüchten, welche die Betroffenen schmerzen und verletzen können. Dann mag gemeinsames Schweigen besser sein, als um jeden Preis «trösten» zu wollen.

Hans Greiner, Zofingen

Kein Stachel blieb zurück

Als ich am 19. Februar 1976 von der Arbeit nach Hause kam, lag mein Gatte – er war längere Zeit bettlägerig und litt unter Depressionen – friedlich «schlafend» entseelt im Bett. Auf dem Tisch lag die aufgeschlagene Bibel, darin war unser Trautext rot unterstrichen. Auch sein Ehering lag, in ein Plastiksäcklein verpackt, auf dieser Bibelseite.

Und der Abschiedsbrief gab Aufschluss darüber, dass mein Mann freiwillig aus dem Leben geschieden war. Trotzdem fühlte ich mich mit ihm so verbunden, dass ich die ganze Nacht hindurch allein mit ihm in der Wohnung bleiben wollte, um von ihm ganz Abschied zu nehmen, doch die Polizisten, die gekommen waren, liessen das nicht zu.

Drei Tage später fand die Erdbestattung statt. Anfänglich ging ich täglich zur Grabstätte, um mit meinem verstorbenen Mann Zwiesprache zu halten. Später, nach meinem Wegzug in eine andere Gemeinde, wurden die Besuche zwar seltener, aber nicht weniger bedeutungsvoll. Mein Mann hatte früher ein kleines Dackelhündchen gekauft, an dem er sehr hing, und jedesmal, wenn ich es später besuchte (ich musste es wegen meiner Arbeit Freunden zur Pflege übergeben) wurden alle schönen Erinnerungen aus der Anfangszeit unserer Ehe wieder wach, als mein Mann noch nicht an Depressionen litt. Und es blieb auch kein Stachel zurück, nur tiefste Verbundenheit – bis heute!

Frau Mirjam Homberger, Zürich

Keiner schämte sich der Tränen

Noch ist es nicht lange her, als ein ehemaliger Arbeitskollege von mir und Vater eines Sohnes jung verstarb. Zu seinen Lebzeiten war er passionierter Schlagzeuger einer Amateur-Jazzband. Die Trauer über den plötzlichen Hinschied dieses fröhlichen Mannes war entsprechend gross. Nach der Abdankungspredigt verabschiedete sich die Band auf ihre Weise und intonierte den Blues «Creole love call ...» Da begannen die Anwesenden, die bis dahin wohl gedanklich still mit dem Toten verbunden waren, bei den ersten Takten zu weinen, und mit dieser Melodie begann auch unsere gesellschaftliche Contenance aufzureissen. Niemand schämte sich seiner Tränen, die durch die Melodie aus einem anderen Kontinent, die tief in unser Empfinden eindrang, ausgelöst wurden. Wie erlöst und gestärkt durch das Sichgehenlassen standen wir danach am offenen Grab. Seither steht es für mich fest, dass Musik mehr als Worte unsere Gefühle sowohl in der Trauer, als auch im Trost, zu verstärken vermag.

Werner Moser-Randegger, Basel

Dankbarkeit, nicht Trauer

Vor sechs Wochen habe ich von meinem Mann Abschied genommen. Die Nacht vor seinem Tode hatten wir Ge-

Hasliberger Hof
1000 m ü. M.

REHABILITATIONSKLINIK
ärztl. gel. Kurhaus

- Therapie-Hallenbad 28°
- Therapiebad 34°,
- Sauna • Diäten (Diabetes usw.)
- Intensive Physiotherapie für:

– Infarkt und Herzoperationen
– orthopädische Operationen und Unfälle
– Lungenkrankheiten

Pflichtleistungen von Versicherungen und Krankenkassen bei Rehabilitation

Haslibergerhof,
6083 Hasliberg-Hohfluh
Tel. 036 71 44 71
Fax 036 71 44 14

legenheit, die 54 Jahre, die wir zusammen verbringen durften, Revue passieren zu lassen. Es war ein erfülltes, harmonisches Leben. Doch für mich ist es ein Abschied auf Zeit, denn mein Mann, Vater unserer Kinder, wird nie tot sein, und was man so landesüblich unter Trauer versteht, das empfinde ich nicht, nur Dankbarkeit und Liebe. Meine Kinder, Schwiegertöchter, Schwiegersöhne und Enkelkinder stehen mir rührend und tatkräftig bei. Was mein Mann und ich gesät haben, darf ich nun in Hülle und Fülle ernten. Ich wünsche mir nur, dass es auch mir früher oder später vergönnt sein wird, ebenfalls auf diese Weise Abschied nehmen zu dürfen.

Hedy Schwarz-Salmen, Maur

Erst am dritten Tag machte es «klick» ...

Innerhalb eines einzigen Jahres musste ich dreimal Abschied nehmen: Ende Februar von meinem Gatten, im August von meinem Vater und im darauffolgenden Februar von einem Bruder. Als mein lieber Mann nach Spital- und langem Pflegeheimaufenthalt endlich sterben durfte, setzte ich die Beerdigung ganz bewusst erst eine Woche später an. Ich hatte Ruhe, durfte nachdenken, all die vielen Beileidsschreiben tief in mich aufnehmen und sie immer wieder lesen. Und jeden Tag konnte ich zu meinem Mann, der aufgebahrt in einem herzigen Kühlhaus auf dem Friedhof lag, durfte ihn streicheln, mit ihm sprechen, ihn betrachten ... Erst am dritten Tag machte es «klick», und erst jetzt wusste ich, dass mein Liebster wirklich tot ist, und sehr ruhig ging ich dann nach Hause ...

Greti Wälti, Aarberg

Noch einmal in die Arme nehmen

Vor 15 Jahren verloren wir unsere Tochter nach einer Operation im blühenden Alter von nur 22 Jahren. Wir gingen ins Spital, um von ihr Abschied zu nehmen, sie lag da, ich wollte sie so gerne noch einmal in meine Arme nehmen, doch irgendwer zog mich zurück. Bis heute habe ich es mir nicht verziehen, es nicht trotzdem getan zu haben. Nach der Geburt legt man uns Mütter das eben geborene Kind doch auch in unsere Arme. Warum darf man dies nicht tun, wenn es gestorben ist?

Frau D. und Hans Honegger, Bern

Ein Abschied in Ruhe

Ich hatte das grosse Glück, meinen Mann dank guter Nachbarschaftshilfe und Hauspflegedienst während seiner schweren Krankheit bis ganz zuletzt zu Hause behalten zu können. Ende Januar dieses Jahres stieg das Fieber immer weiter, und am Morgen des 1. Februar kündete eine grosse Unruhe das bevorstehende Ende an. Kaum dass mein Mann ein paar Schlucke Tee zu sich nahm. Von nun an wich ich nicht mehr von seiner Seite. Ich streichelte ihn, küsste ihn und befeuchtete seine trockenen Lippen mit einem nassen Tuch. Ich hielt seine Hand und sprach fast ununterbrochen mit ihm. Er aber schaute mich unverwandt mit grossen Kinderaugen an. Immer wieder bewegte er die Lippen, als wollte er mir etwas sagen, brachte aber kein Wort heraus. Ich sagte immer wieder, er dürfe mich loslassen, ich würde ihn auch gehen lassen. Weil er sehr darunter litt, keine Worte zu finden, betete ich das Vaterunser mit ihm.

Etwa gegen 15 Uhr war er ganz ruhig geworden. Ich spielte ihm ab Kassette das Lied «Ich weiss, dass mein Erlöser lebt» von Händel vor, eine Aufnahme, in der unsere Tochter als Sängerin mitwirkt. Still sass ich an seiner Seite und lauschte mit ihm der Musik, währenddem ich seine Hand hielt und ihn liebevoll anschaute. Beim letzten Ton liess er meine Hand los, lächelte mir zu, hob seine Hand wie zum Gruss und hörte auf zu atmen. Sanft schloss ich ihm die Augen und blieb noch eine Weile bei ihm sitzen, bevor ich den Arzt rief.

Dieses in Ruhe Abschiednehmen hat mir in der Bewältigung der Trauer viel geholfen, und ich bin dankbar für diese letzten Stunden, die ich allein mit ihm verbringen durfte. Ein verständnisvoller Arzt, der nicht versuchte, das Leben unnötig zu verlängern, und liebevolle Spitexschwestern, die mir bei der Pflege halfen, haben mir dies ermöglicht.

Solita Feltscher, Lohn-Ammannsegg

Tagesflüge bereichern den einsamen Alltag

(Zeitlupe Nr. 11/95, S. 28)

Dass Tagesflüge wegen Umweltverschmutzung abgetan werden müssen, scheint mir wirklich sonderbar und mehr als fragwürdig. Ziehen wir doch einmal Bilanz und überlegen wir uns, wieviel Personen in einem Flugzeug Platz haben und befördert werden. Dass diese Reisenden unvergessliche Stunden erleben, die ihren sehr oft einsamen und eintönigen Alltag bereichern und verschönern, finde ich unendlich viel wichtiger als die Vermeidung dieser angeblichen Umweltverschmutzung. Gerade Senioren sind nicht verwöhnt worden, viele konnten sich nie in ihrem Leben eine Flugreise gönnen, geschweige denn wirkliche Ferien vom Alltag geniessen. Wieviel mehr wiegt denn ein solcher Tagesflug! Auch heute sind längst nicht alle in der Lage, längere Ferienaufenthalte ins Auge zu fassen. Für sie sind derartige Tagesflüge Leckerbissen, und wir wollen sie ihnen von Herzen gönnen!

Klara Sommerhalder-Ammann, Reinach

Arges Missverständnis

(Zeitlupe Nr. 11/95, «Politapéro», S. 49)

Es widerspricht ganz meiner Lebensauffassung zu denken, Menschen, die wirklich nichts mehr vom Leben haben, beseitigen zu dürfen. Für mich wäre das Mord. Wofür ich eintrete, ist, dass der Mensch frei über sein Leben und, falls er das will, auch über sein Lebensende soll entscheiden können und Zugang zu den dafür nötigen Mitteln und Hilfen haben soll.

Hermann Macher, Zürich

Alte Menschen in meiner Praxis

(Zeitlupe Nr. 10/95, S. 36)

Viele Leserinnen und Leser haben Dr. Arnold Weintraub geschrieben. Viele klagten ihm ihr Leid, suchten seinen Rat oder ganz einfach einen aufmerksamen Mitmenschen, der ihnen zuhört. Aus den Zuschriften haben wir zwei ausgewählt, die wir Ihnen mit dem Einverständnis der beiden Verfasserinnen nicht vorenthalten möchten.

Auch Positives

Ihr Artikel hat mich angesprochen und mein Inneres berührt. Es ist tröstlich, zu sehen, dass ähnliche Gedankengänge auch andere Herzen bewegen. Ich gehöre auch eher zu den Optimisten. In meinem Bekanntenkreis sehe ich zur Genüge, wie mühsam das Leben für diejenigen sein kann, die sich selber Steine in den Weg legen. Nicht dass ich ohne Altersgebresten wäre. Ich bin jetzt eben 85 Jahre alt geworden, und viele körperliche Leiden sind mir während den letzten Jahren nicht erspart geblieben ... Trotz allem meine ich jedoch, dass das Alter auch seine positiven Seiten hat. Da ist einmal die Zeit, damit verbunden eine gewisse Freiheit, mein Leben und meine Tage zu gestalten. Und je älter ich bin, desto bewusster lebe ich – nicht allzusehr der Vergangenheit nachtrauern, nicht allzusehr sich um die Zukunft sorgen, dafür um so mehr in der Gegenwart leben.

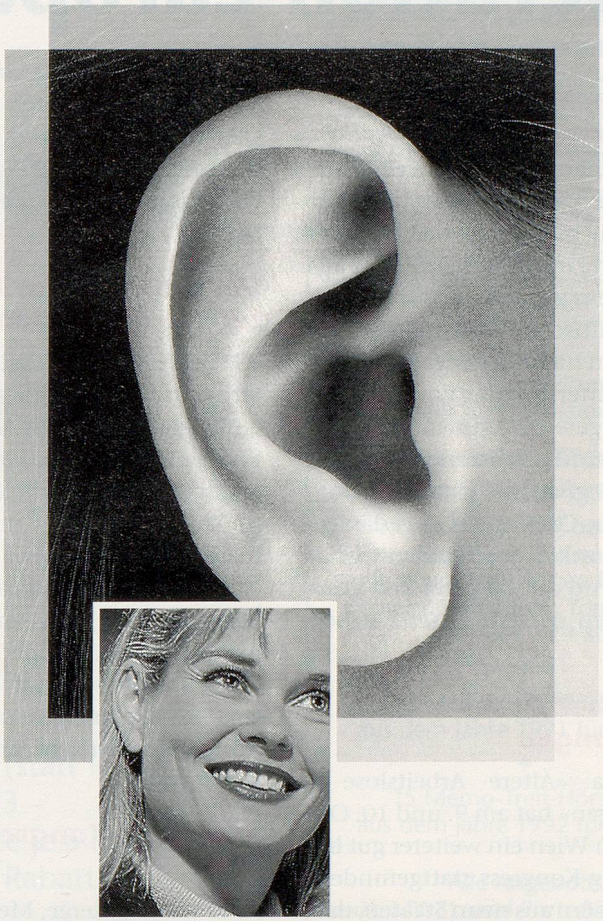
Nelly Buser, Sissach

Ich lasse mir meinen Lebensmut nicht nehmen

Ihren Artikel hätte ich am liebsten meinem Hausarzt zugestellt, damit auch er etwas daraus lernen kann. Als alte ehemalige Krankenschwester bin ich jetzt selbst nicht von vielen Leiden und Therapien verschont geblieben. Doch ich lasse mir deswegen meinen Lebensmut nicht zerstören, denn auch ich habe lieber eine halbvolle Flasche als eine, die halbleer ist. Dazu gehört auch meine Reiselust. So plane ich, zu meinem 80. Geburtstag zum dritten Mal nach Amerika zu reisen und auch nach Hawaii. Schmerzen habe ich ja auch zu Hause, aber dank ärztlich-medizinischer Hilfe darf ich trotzdem noch viel Schönes erleben!

Frau I. M. in Z.

Auf Wiederhören!



Auf Wiedersehen

in Ihrem Fachgeschäft für Hörgeräte-Akustik.
Gratis-Hörtest täglich nach Vereinbarung.
Immer in Ihrer Nähe.

...gut zu hören: micro-electric

micro-electric Hörgeräte AG: Aarau 062/822 83 52, **Affoltern a. A.** 042/22 41 40, **Baden** 056/221 16 30, **Basel** 061/281 70 36, **Bern** 031/311 49 65, **Lenzburg** 062/891 66 10, **Liestal** 061/921 41 23, **Luzern** 041/410 22 43, **Reinach** 062/771 04 44, **Schaffhausen** 053/24 40 88, **Schwyz** 043/21 66 88, **Stans** 041/61 81 31, **St. Gallen** 071/23 28 37, **Thun** 033/22 7107, **Uster** 01/940 00 90, **Wil** 073/22 13 18, **Winterthur** 052/212 54 10, **Zug** 042/22 41 40, **Zürich** 01/221 25 53.

micro-electric Appareils Auditifs SA: Bienne 032/23 30 80, **Fribourg** 037/22 03 18, **Genève** 022/311 28 70, **La Chaux-de-Fonds** 039/23 05 26, **Lausanne** 021/312 56 65, **Martigny** 021/312 56 65, **Morges** 021/801 58 84, **Neuchâtel** 038/25 66 77, **Nyon** 022/311 28 70, **Sion** 027/23 86 00, **Vevey** 021/922 26 82.

Centro Acustico micro-electric SA: Bellinzona 091/826 15 91, **Locarno-Muralto** 091/743 93 23, **Lugano** 091/923 14 09, **Mendrisio** 091/646 94 56.

Infocoupon Bitte senden Sie mir detaillierte Informationen

Name

Ort, Adresse

Einsenden an: micro-electric Hörgeräte AG, Bahnhofstr. 10, 6300 Zug