

Sommer 2014 / 2

# LebensZeiten

Ein Magazin über das Unvermeidliche und für das Leben danach

## Nach dem Leben des Vaters

Wie zwei Söhne ihre Trauer leben

# Gedicht

## *Ich ließ meinen Engel lange nicht los*

*Ich ließ meinen Engel lange nicht los,  
und er verarmte in meinen Armen  
und wurde klein, und ich wurde groß:  
und auf einmal war ich das Erbarmen,  
und er eine zitternde Bitte bloß.*

*Da hab ich ihm seinen Himmel gegeben, –  
und er ließ mir das Nahe, daraus er entschwand;  
er lernte das Schweben, ich lernte das Leben,  
und wir haben langsam einander erkannt...*

*Rainer Maria Rilke*

# Erste Worte

Liebe Leserinnen und Leser,  
in den letzten Monaten haben wir uns sehr über die guten Resonanzen auf *LebensZeiten* gefreut. Von Menschen, die betroffen sind und uns sagen, wie gut es ihnen tut, die Geschichten der anderen zu lesen. Zu wissen, sie sind nicht allein in ihren Erfahrungen. Aber auch Menschen, die sich noch nie mit dem Tod auseinandergesetzt haben, scheinen hier einen Weg zu finden, sich dem Thema zu nähern.

Wir hoffen, dass auch diese Ausgabe von *LebensZeiten* Ihnen neue Perspektiven öffnet und Sie ein kleines Stück auf Ihrem Weg begleitet.



Andrea Maria Haller  
redaktion@lebens-zeiten.info

*LebensZeiten* erscheint vierteljährlich und beschäftigt sich mit den unterschiedlichen Facetten des Todes. Mit *LebensZeiten* wollen wir die Angst vor dem Tod und vor Trauer nehmen und uns für einen offenen Umgang mit diesen Themen einsetzen. Hier erzählen wir die Geschichten der Menschen, die uns in unserer Arbeit begegnen.

# Inhalt

<b>Nach dem Leben des Vaters</b>	
Wie zwei Söhne ihre Trauer leben	6
<b>Lebensgeschichten</b>	
Immer auf den Beinen · Gerhard Heydn	16
Mit flinken Händen · Erika Traub	18
Unermüdetlich · Heinz Plohmer	19
<b>Kunst und Historisches</b>	
Vergänglichkeit. Festgehalten. Der Künstler Lampshade	4
In guter Gesellschaft · der Fangelsbachfriedhof	22
<b>Recht und Finanzen</b>	
Das Berliner Testament	30
<b>Rund ums Grab</b>	
Grabpflegetipps für den Sommer	20
<b>Unternehmen</b>	
Viel zu aufmüpfig	31
<b>Veranstaltungen und Angebote</b>	
Trauergruppen und Begleitung	28
<b>Bücher</b>	
Loslassen und Leben aufräumen	12
Der Stuttgarter Friedhofsführer	27
Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben	29
<b>Aus fernen Ländern</b>	
Zwei Wochen Nachtwache · der Tod auf den Philippinen	20
<b>Gedicht</b>	
Ich lies meinen Engel lange nicht lost	2
<b>Impressum</b>	32

# Vergänglichkeit. Festgehalten.

# Der Fotograf Lampshade



Künstler aus der Region setzen sich mit dem Thema Vergänglichkeit auseinander.  
Diesmal: der Fotograf Lampshade.

*Was hat Sie dazu gebracht, leere Häuser zu fotografieren? Was sagen die Bilder Ihrer Meinung nach aus?*

Die Magie verlassener Häuser mit all den Geschichten der Vergangenheit, die sie erzählen, sind eine wunderbare Metapher für die Vergänglichkeit.

In Häusern wird gestorben und geboren, geliebt, gehasst, gestritten, versöhnt. Hoffnungen, Zukunftspläne, Phantasien, all das ist vergangen und doch noch zu spüren.

*Wie hat Ihre Arbeit als Künstler Ihre Haltung dem Leben gegenüber verändert?*

Man hat als Künstler eine andere Wahrnehmung und einen anderen Fokus. Das – kombiniert mit einem anderen Gefühl für Zeit und Abläufe – hebt den Künstler in eine andere Sphäre.

*Wie hat die Arbeit an dem Projekt „Vergänglichkeit. Festgehalten.“ Sie verändert?*

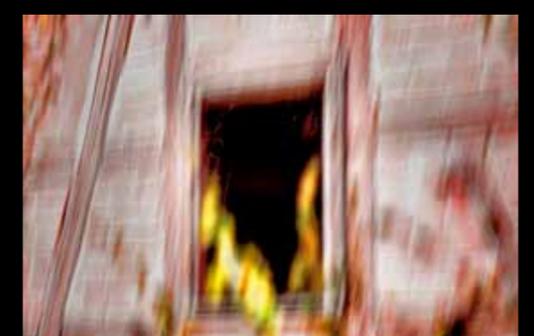
Gar nicht. Das Thema der Vergänglichkeit steckt in allen Menschen. Nur die Bereitschaft, sich damit auseinanderzusetzen, ist unterschiedlich. Von Mensch zu Mensch und von Zeit zu Zeit.

*Was würden Sie am liebsten fotografieren?*

Nicht das „Was“ ist entscheidend, sondern das „Wie“. Ich möchte die Dinge anders zeigen, als man sie gewöhnlich sieht. In einem anderen Kontext, aus einer anderen Perspektive, in einer anderen Größe und daraus resultierend in einer anderen Beurteilung. Fremd und andersartig, aber doch mit Wiedererkennungswert.

*Lampshade ist 54 Jahre alt und wohnt mit seiner Partnerin in der Hagemühle in Hemmingen.*

*Kontakt: [helmet-lampshade.com](http://helmet-lampshade.com)*



# Nach dem Leben des Vaters

Timo Hurst und Ingo H. Schaub sind Männer um die 40. Selbstständig. Dem Leben zugewandt. Verantwortungsbewusst. Sie haben ihre Väter verloren. Ingo Schaub's Vater stirbt unerwartet, kurz nach dem Tod der Mutter. Auch der Tod von Timo Hurst's Vater kommt plötzlich, doch nicht ganz so überraschend. Sein Vater war krank. Diese Geschichte erzählt davon, wie die beiden Männer auf das Leben ihrer Väter zurückblicken und wie sie mit deren Tod umgehen.

**Timo** Hurst ist 41 Jahre alt. Er arbeitet als Psychiater und Psychotherapeut in einer eigenen Praxis in Leonberg. Sein Vater hatte Leukämie, war lange krank, brauchte die Hilfe seiner Frau im Alltag. Timo ist im Urlaub in Mecklenburg, als sein Vater stürzt. Telefonisch muss er mit seiner Mutter schwierige Entscheidungen treffen. Lebensverlängernde Maßnahmen? Gott sei Dank hatte sein Vater eine Patientenverfügung. Wilfried Hurst stirbt an den Folgen dieses Sturzes.

Als sein Vater stirbt, ist Timo Hurst auf dem Rückweg vom Urlaub. Nur 20 Minuten kommt er zu spät. Er ahnt es schon auf dem Nachhauseweg, dass er es nicht schaffen wird. Obwohl Timo Hurst seinen Vater nicht mehr lebend sieht, ist er froh, dass er sich noch am Bett von ihm verabschieden

kann. Das ist ein wichtiger Moment. Irgendwie ist er noch da, weil seine Hände noch warm sind.



Timo Hurst ahnt schon auf dem Nachhauseweg, dass er es nicht mehr schaffen würde.

In den ersten Tagen ist für Timo Hurst alles fremd, nicht real. Er hat es nicht anders erwartet. Aber

als es dann so eintritt, erscheint es ihm seltsam, dass er wirklich so fühlt. Die Trauerfeier zur Verabschiedung von Wilfried Hurst ist groß. Viele alte Freunde seines Vaters sind da. Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens, Verwandte. Sein Vater war lange Jahre Rektor an einer Schule in Möhringen, er war eine bedeutende Persönlichkeit in der Sportwelt und trainierte die deutschen Speerwerferinnen.

Die Beisetzung im Friedwald Hohenentrigen bei Tübingen findet im kleinen Kreis statt. Timo Hurst lässt die Urne gemeinsam mit seinen Kindern in das Grab hinab. Das war eine einschneidende Erfahrung, ein „ganz starker Moment“. Geprägt von Endgültigkeit – und gleichzeitig war es schön, dass noch für seinen Vater zu tun.

**Ingo** Schaub ist heute 39 Jahre alt. Am 20. Dezember 2008 stirbt Ingo Schaub's Mutter im Alter von 65 Jahren an einem Herzinfarkt, ohne jede Vorwarnung. Zehn Tage später wird ihre Asche auf dem Waldfriedhof in Leinfelden-Echterdingen in einem Baumgrab beigesetzt. Die Trauergäste werden gebeten, in farbiger Kleidung zu kommen, denn so war Gudrun Schaub. Bunt, lebensbejahend, stets engagiert. Die Trauerfeier ist heiter, wie sie es sich gewünscht hatte.

Als ein Sänger am Ende der Feier „You are always on my mind“ perfekt und voller Hingabe singt, brechen die Gäste in spontanen Applaus aus. Das hätte ihr gefallen. Auf dem Weg vom Grab zurück scherzt der Vater mit seinen Kindern Ingo und Pam. Mama würde jetzt ganz glücklich auf einer Wolke sitzen und schwärmen, was für eine schöne Beerdigung sie hatte. Gleichzeitig haben sie Tränen in den Augen.

Ingo's Schaub's Vater bleibt vorübergehend bei Ingo und dessen Frau. Die gemeinsamen Wochen sind schön und intensiv. Vater und Sohn arbeiten zusammen in der Finanzplanungsfirma, die der Vater gegründet und aufgebaut hat. Sie verstehen sich gut. Lachen viel – auch in den traurigen Momenten finden sie ein Miteinander. Es war so gut, während dieser Zeit zusammen zu sein.



Mama würde auf den Wolken sitzen und schwärmen, was für eine schöne Trauerfeier sie hatte.

Nach ein paar Wochen zieht Vater Hubert-Hartwig Schaub wieder nach Hause. Im gemeinsamen Schlafzimmer schläft er nach Gudrun's Tod nicht mehr. Er arbeitet viel, geht viel aus dem Haus, verbringt Zeit mit seinen Kindern Ingo und Pam. Den Ordner mit den Trauerkarten, die er bei Gudrun's Tod erhalten hat, hat er immer bei sich. Die vielfältigen Wertschätzungen für seine Frau tun ihm gut. Immer wieder.

Am 5. April 2009 kommt Hubert-Hartwig Schaub ins Krankenhaus. Er wird noch in der Nacht notoperiert. Die Bauchorta war geplatzt. Am Ende halten ihn nur noch Maschinen am Leben. Ingo's Frau ist mit im Krankenhaus. Sie ist schwanger. Es geht ihr nicht gut, sie - sorgt sich. Sie wird sofort in der Gynäkologie untersucht. Es ist alles in Ordnung, mehr als in Ordnung: Zwillinge, so die freudige

Diagnose. Ingo kann sich nicht mehr erinnern, ob er seinem Vater gesagt hatte, dass seine Frau schwanger ist. Aber er ist sich sicher, er wusste es. Männer müssen nicht reden, sagt Ingo, sie verstehen sich auch so.

Nur ein paar Stunden später stirbt Ingo's Vater. Ingo und seine Schwester Pam müssen die Verwandtschaft informieren. Die Worte fühlen sich seltsam fremd an.

Die Trauerfeier für Hubert-Hartwig Schaub findet in denselben Räumlichkeiten statt wie die Feier nach dem Tod seiner Frau Gudrun dreieinhalb Monate zuvor. Diesmal singt der Sänger „See you later alligator“. Hubert-Hartwig Schaub hatte es sich gewünscht.

Noch im selben Jahr müssen Ingo und Pam die Mütter ihrer Eltern bestatten.

**Timo** Hurst erlebt in der ersten Zeit nach dem Tod seines Vaters immer wieder, wie ihn die Gefühle überrollen – ganz spontan. Als Psychotherapeut weiß er, wie wichtig es für ihn ist, solche Momente zuzulassen und keine Angst vor ihnen zu haben. Er schätzt die Besuche am Grab im Friedwald, die Natürlichkeit der Umgebung. Es ist ein Ort der Begegnung für ihn. Der Ort, das ist ein wichtiges Konzept für Timo Hurst. Er erlebt, dass dieser Ort im Wald ihm hilft, die Dinge zu ordnen und zu verankern. An diesem Ort hat sein Vater seinen Platz – und Timo Hurst einen Platz für seine Gefühle. Das Konkrete des Ortes hilft ihm, das Diffuse, das Überwältigende einzugrenzen. In der Berührung mit



Timo Hurst schätzt die Besuche am Baumgrab im Friedwald.

dem Baum erlebt er Nähe zu seinem Vater, tiefe Traurigkeit und Entlastung zur selben Zeit.

Gleichzeitig ringt in ihm der Mediziner und Naturwissenschaftler mit dem trauernden Sohn. Wenn er am Grab ist, spürt er seinen Vater, und er erlebt das als wohltuend und tröstlich. Erlebt, wie er den Baum umarmt, und im selben Moment redet der Wissenschaftler auf ihn ein: alles nur subjektives Erle-

ben. „Gott sei Dank funktioniert es trotzdem!“, sagt er.

Zurück in seiner Praxis muss er wieder funktionieren. Für andere da sein, deren Emotionen Raum geben, ohne dass die eigenen mit ins Gefecht geraten. Timo Hurst macht aus dem Verlust kein Geheimnis. Die meisten seiner Patienten

**Er erlebt, dass dieser Ort im Wald ihm hilft, die Dinge zu ordnen und zu verankern.**

wissen es schon. Das Unausgesprochene, Unangesprochene im Raum wäre viel schwieriger – für beide

Seiten. Das Mitgefühl ist wohltuend, auch wenn die Rolle als trauernder Begleiter ungewohnt ist. Seinen Patienten scheint es gut zu tun, zu wissen, dass ihr Therapeut ein ganz normaler Mensch ist. Immer wieder muss er für sich Wege finden, seinen Gefühlen ihren eigenen Raum zu geben, fernab von seiner Arbeit.

In der Familie ist es ein Tohuwabohu. Die alte Ordnung funktioniert nicht mehr. Jeder muss einen

neuen Platz finden. Wilfried Hurst war eine raumeinnehmende Persönlichkeit und fehlt nun an Orten, an denen man es gar nicht vermutet hätte. Als Stabilisator, als Macher, als Mittelpunkt. Der Sohn fühlt sich für seine Mutter auf neue Art verantwortlich. Sie wohnt eine Weile bei Timo und seiner Familie. Timo Hurst will seiner Mutter nicht zu viel von seiner eigenen Trauer zeigen. Aus Rücksicht. Aber er spürt, dass sie seinen Schmerz wahrnimmt. Sie reden miteinander, über den Vater, über ihre Gefühle. Immer wieder finden sie sich in unterschiedlichen Stadien. Mal geht es um die Zukunft, mal um die Sehnsucht. Jeder merkt, wo der Vater fehlt, jeder anders, jeder auf seine Weise und zu anderen Zeiten.

Timo Hurst ringt damit, seinen Gefühlen ihren Raum zu geben und nicht aus Rücksicht anderen etwas vorzuspielen. Eine Balance zu finden zwischen seinen Bedürfnissen und denen der anderen. Er weiß, dass das wichtig ist. Jeder hat seinen eigenen Schmerz, seine eigene Komplexität, und jeder hat überraschend andere Wege, damit umzugehen. Der eine braucht die Ruhe, der andere will reden. Kein Weg ist besser.

Timo Hurst ist es bewusst, wie wichtig es ist, auch seinen Kindern zu zeigen, wie man Trauer leben kann. Er schämt sich nicht, vor ihnen zu weinen. Es ist kein Tabu. Sie finden gemeinsam Dinge, die sie trösten. Ein Wiedersehen in den Wolken, der Gedanke, dass Wilfried Hurst noch irgendwie da ist – in ihnen, wenn sie an ihn denken.

In ihm ist eine Ahnung von Größerem. Kein konkreter Glaube, den man mit Worten definieren kann, aber das Gefühl von Verbindung, von Aufgehobensein, von nicht allein sein in der Welt.

Sinnfragen helfen nicht, sagt Timo Hurst. Hadern auch nicht, das macht alles nur schlimmer. Dem Schmerz muss man begegnen. Be-



Jeder hat seinen eigenen Weg, mit der Trauer umzugehen.

reit sein, in ihm sich selbst zu begegnen. In diesem Schmerz liegt auch Nähe. Wenn man im Leben gelernt hat, Nähe zu leben, dann kann man auch seine Trauer gut leben.

Heute tut es ihm gut, über seinen Vater zu reden, sich an die Dinge zu erinnern, die wichtig waren. Seinen Weg immer wieder neu zu bewerten und in sich zu spüren, wie sich seine Trauer mit der Zeit ändert, wandelt, einen ganz natürlichen Platz in seinem Leben einnimmt, den er nicht missen möchte.

Auch wenn er schon lange selbstständig ist, eine eigene Familie hat, so fällt mit dem Tod seines Vaters doch ein Schutz weg, den er

immer bei sich geglaubt hatte. Emotional. Im Alltag. Gesellschaftlich. Eine letzte Instanz, die irgendwie immer zugänglich war.

Obwohl sein Vater an Krebs erkrankt war, war es letztendlich ein Sturz, der ihn das Leben kostete. Timo Hurst ist dankbar dafür, dass sein Vater plötzlich sterben durfte. Eine längere Bettlägerigkeit hätte sein Vater nicht ertragen, er wäre ein schlechter Leidender gewesen. Gleichzeitig ist er froh, dass er vorgewarnt war und durch die Leukämiediagnose der Tod seines Vaters nicht vollkommen unvorbereitet war.

Wenn er nicht Therapeut wäre, würde er vielleicht etwas achtloser mit sich umgehen. Ihm ist bewusst, dass er auf sich hören muss. Vielleicht hätte er Grabbesuche eher vermieden. Den Schmerz nicht zugelassen. Sich in seine Arbeit ge-

stürzt. Doch er weiß, da passiert etwas Wichtiges, und das Grab ist ein guter Ort dafür. Wenn es nicht am Grab geschehen würde, würde

es woanders ausbrechen, unkontrollierter.

Timo Hurst ist sich sicher, das Verhältnis zu Lebzeiten hat eine Auswirkung darauf, wie man seine Trauer erlebt. Verstehen, wer der andere war, was in ihm vorgegangen ist, ist ziemlich wichtig. Den anderen gekannt, irgendwann mal erkannt zu haben, ist essenziell für das Leben danach.

Schon früh lernte Timo, dass Ser anders ist als sein Vater. Er mag die Welt der Funktionäre nicht, das Innere ist ihm wichtiger als das Äußere. Er studiert Medizin, wird Psychiater. Er weiß, die Welt seines Vaters ist nicht seine Welt.

Dieser Prozess, sein Eigenes zu finden, sich zu differenzieren, war nicht immer friedlich, aber für ihn war er wichtig, und Timo Hurst ist dankbar, dass sein Vater nicht fünf Jahre zuvor gestorben ist, als manches noch offen war. Vater und Sohn haben gegenseitig in den letzten Jahren viel Respekt und Zuneigung gewonnen, nicht zuletzt weil Timo Hurst selbst Vater geworden ist und ihn auch dadurch ein wenig besser verstehen kann.

unsicher, ob die Kunden seines Vaters auch ihm ihr Vertrauen schenken. Im Büro will er manchmal aufstehen und nach nebenan zu seinem Vater gehen, etwas besprechen, Rat holen. Ach ja, fällt ihm dann ein.

Ingo schafft es nicht nur, die alten Kunden zu behalten und deren Vertrauen zu gewinnen, sondern auch neue dazuzugewinnen. Das Unternehmen wächst. Er ändert ein paar Dinge, modernisiert die Abläufe. Aber vieles

seins. Und natürlich auf der Arbeit. Darauf, aus den Trümmern etwas Neues zu schaffen. Gemeinsam mit seiner Frau und den Zwillingen zieht er nach einem Jahr in das elterliche Haus in Leinfelden-Echterdingen. Vieles muss ausgeräumt werden. Von allem ist zu viel da. Das meiste wird verschenkt. Einige der Möbel an Bekannte, die aber seine Eltern nicht kannten. Vieles der Kleidung an Freundinnen der Mutter. Einige der Hemden des Vaters behält Ingo.

nen. Er erzählt ihnen von Oma Gudrun und Opa Hubsy. Sie haben eine Vorstellung, wer die beiden waren, und wissen, wenn man tot ist, „lebt man unter der Erde“. Einmal wollen sie sie ausgraben und sie zum Geburtstag einladen. Ingo kommen die Tränen. Wenn es doch so einfach wäre.

Wirklich wichtig ist das Grab als Ort der Trauer für Ingo Schaub nicht. Er ist dankbar, dass seine Eltern gut gelebt haben. Sie sind zwar früh gestorben, aber es ist ja immer zu früh. Es gab keine offenen Rechnungen, keine ungelebten Träume, nichts Unausgesprochenes. Nach dem Warum zu fragen hilft nicht. Hadern bringt nichts. Ingo redet auch nicht viel über den Tod seiner Eltern oder darüber, wie es ihm damit geht. Warum auch, es ändert doch nichts. Seine Eltern hatten ihn gelehrt, dass das Leben weitergeht. Dass das Leben Vorrang hat.

Irgendwie wächst Ingo Schaub an der Herausforderung, die das Leben ihm vor die Füße geworfen hat. Er findet sich in Verantwortung und spürt, dass ihm das gut tut.

Haus, Firma, Auto, sogar das Theaterabo und den Parkplatz der Firma hat Ingo Schaub von seinen Vater übernommen. Manchmal wünscht er sich, er hätte alles selbst geschaffen. Hätte sich unter Beweis stellen können. Einmal träumt er, sein Vater käme zurück und wollte sein altes Leben wieder. Das wäre jetzt schwierig, denkt er. Ingo hat die leeren Räume ausgefüllt, sein Erbe in Besitz genommen.

Er und seine Schwester Pam sind die einzigen in der Familie, die übrig sind. Das ist manchmal ein seltsames Gefühl. Über ihnen ist nichts. Man ist plötzlich kein Kind mehr und man ist niemandes Kind mehr.

2011 verkaufen Ingo und Pam das Haus der Eltern, weil sich die Dinge finanziell gut entwickelt haben und weil Ingos Familie mehr Raum braucht für sich und die Zwillinge. Sie wollen nicht an irgendjemanden verkaufen. Sondern an jemanden, den die Eltern kannten und mochten. Das war ihnen ganz wichtig. Der Gedanke, dass unsympathische Menschen im Haus der Eltern wohnen, ist unerträglich. So geht das Haus an den Sohn der wohl besten Freundin der Mutter. Das fühlt sich gut an. Ingo und seine Frau kaufen ein altes Haus in Musberg, renovieren, bauen um, ziehen ein. Machen es zu ihrem eigenen.

Es gibt nicht einen Tag, an dem er nicht an seine Mutter und seinen Vater denkt. Selten, aber manchmal doch, kommen ihm die Tränen. Die Bilder der Eltern stehen auf seinem Schreibtisch im Büro, direkt neben denen der Zwillinge.

amh



Im Büro will Ingo Schaub manchmal aufstehen und nach nebenan zu seinem Vater gehen, etwas besprechen, Rat holen.

Ingo Schaub's Welt steht nach dem Tod des Vaters Kopf, und er versucht, ihr eine Struktur zu geben. Mitten in der Finanzkrise übernimmt er das väterliche Unternehmen, in dem die beiden bereits über zehn Jahre zusammen gearbeitet hatten. Er ist zunächst

war gut, so wie es war. Sein Vater hat immer solide gearbeitet. Es gab keinen Grund für radikale Veränderungen.

Der Fokus liegt zunächst auf den Zwillingen – erst auf der Vorfreude, dann auf der fordernden, aber wunderbaren Wirklichkeit ihres Da-

Sie passen ihm gut. Heute kann er nicht mehr unterscheiden, welche er selbst gekauft hat und welche von seinem Vater sind.

An das Grab auf dem Waldfriedhof geht Ingo manchmal mit seinen heute vierjährigen Söh-



© photo-lounge - Fotolia.com

# Loslassen und Leben aufräumen

## Was mit uns geschieht, wenn wir die Wohnung unserer Eltern auflösen

Nach dem Tod von Vater und Mutter steht für viele ein zweiter Abschied an. Die Hinterbliebenen müssen Dingen der Eltern – Möbel, Bücher, Geschirr und Fotos noch einmal in die Hand nehmen. Ein intensiver Prozess des Loslassens beginnt. Die SWR-Journalistin Christina Erdkönig ist den Gefühlen, die Menschen dabei erleben, nachgegangen und hat ein Buch darüber geschrieben. Lebenszeiten hat sich mit der Autorin, die beim SWR-Hörfunk in Stuttgart als Redakteurin arbeitet, unterhalten.

*LZ: Wie kamen Sie auf das Thema Ihres Buches?*

Das Buch ist aus meiner eigenen Geschichte heraus entstanden. Ich habe vor zweieinhalb Jahren gemeinsam mit meinen Schwestern mein Elternhaus in der Nähe von Stuttgart, in Sindelfingen, leerräumt. Es war ein sehr aufreibender Prozess – wie eine zweite Trauerphase.

Nach dem Tod meines Vaters – er starb im Herbst 2010 an Krebs – mussten wir entscheiden, was mit dem Haus unserer Eltern passieren sollte. Meine Mutter war bereits zwei Jahre vorher sehr plötzlich an einem Schlaganfall gestorben. Schnell war klar, dass wir es verkaufen würden, weil alle schon mit Häusern und Wohnungen versorgt waren.

Das Reihenhaus war vom Keller bis unters Dach gefüllt mit Sachen: Möbel, Bücher, Kleider. Es waren Unmengen! Mein Eltern hatten sich beide mit dem Wegwerfen schwer getan. Als Kriegskinder

waren sie beide Sammler. „Aufheben für schlechtere Zeiten“ – das hatten sie noch voll verinnerlicht. So wussten wir alle drei Kinder, dass das Räumen eine schwer, auch anstrengende Aufgabe werden würde – allein auch von der Menge, die uns erwartet. Dass es uns aber emotional auch so mitnehmen würde – darauf waren wir nicht vorbereitet.

*LZ: In dem Buch lassen Sie auch Ihre persönlichen Erfahrungen einfließen, aber es lebt vor allem auch von den Erfahrungen Ihrer 14 Gesprächspartner. Wen haben Sie genau befragt?*

Es sind sieben Männer und sieben Frauen unterschiedlichster Herkunft und Prägung, die ihr Elternhaus auch in unterschiedlichen Lebensphasen ausräumen mussten. Joachim ist Theologe und Gefängnisseelsorger. Als er sein Elternhaus in der Nähe von Reutlingen ausräumen musste, hatte er sehr kleine Kinder. Er stand in seinem Alltag mit Familie und Beruf unter enormem Druck. Als er sich nach einer ers-

ten Ruhephase – das Haus stand ein Jahr leer – überwinden konnte, musste das Ausräumen dann ganz schnell gehen. Ähnlich war es bei Rettungssanitäter Thomas, der die Wohnung seines Vaters in nur zwei Wochen leerräumte. Rolf dagegen war bereits fast 60, als er die Villa seiner Eltern auflöste. Er konnte sich mehr Zeit nehmen, sich stärker auf den Prozess einlassen. Dann sind da zum Beispiel noch Claudia und Clara. Bei Claudia kam es zu starken Spannungen mit der Schwester, als das Haus des Vaters leerräumt wurde. Bei Clara waren es Missverständnisse mit dem Bruder. Diese Phase im Leben stellt die Leute vor eine große Herausforderung. Sie ist emotional häufig sehr aufreibend. Beziehungen in der Familie müssen sich nach dem Tod der Eltern neu ordnen.

Ohne das Vertrauen, das meine 14 Gesprächspartner mir entgegengebracht haben, wäre das Buch nicht möglich gewesen. Ich war überrascht, wie sehr sich die Leute geöffnet haben.

*LZ: Welche Gemeinsamkeiten hatten die verschiedenen Menschen, die sie befragt haben im Prozess des Aufräumens?*

Zum einen war es allen wichtig, dass die Dinge der Eltern – egal ob sie ein inniges Verhältnis zu ihnen hatten oder nicht –, dass diese Dinge mit Respekt behandelt



werden. Zum Beispiel der 57-jährige Ingo: Er war sehr irritiert, als ein Entrümpler bei der Erstbesichtigung für den Kostenvoranschlag sich sehr negativ über die Gegenstände im Haus seiner verstorbenen Eltern äußerte. Ingo war geschockt zu hören: „Nein, das bringt kaum noch etwas ein.“ Schließlich hat er sich natürlich gegen diesen Entrümpler entschieden, aber die abfälligen Bemerkungen verletzten ihn.

Allen Befragten war es wichtig, dass die Gegenstände der Eltern noch eine sinnvolle Verwendung finden.

Dass zum Beispiel die alten Sofas der Eltern noch im Rot Kreuz-Kaufhaus oder Diakonie-Laden an Bedürftige verkauft werden.

Oder Barbara: Sie freute sich sehr, dass der Kindergarten ihrer Tochter mit den Stoffresten ihrer Mutter noch etwas anfangen konnte. Es hätte sie zu sehr geschmerzt, die liebevoll gesammelten Stoffstücke der Mutter zu

entsorgen. Und Rolf war richtig begeistert, als er einen Mont-Blanc-Füller seines Vaters über e-Bay an einen Sammler von Mont-Blanc-Füllern in Japan verkaufen konnte. Zum anderen erleben viele beim Räumen eine intensive Reise in die Kindheit. Gegenstände wecken Erinnerungen. So muss die 40-jährige Marietta beim Anblick des alten Perserteppichs im Wohnzimmer der Eltern an ihre Hüpfspiele bei Regenwetter denken. Sie nutzte die Ränder des Teppichs dann immer, um hin und her zu springen.

Erinnerungen sind wichtig in der Trauer. Deshalb ist für viele das Räumen im Elternhaus noch einmal eine intensive Trauerarbeit.

Mit dem Tod der Eltern ist ja auch unwiderruflich die Kindheit endgültig zu Ende. Man ist niemandes Kind mehr. Und das wird einem im Elternhaus noch einmal sehr deutlich bewusst, wenn man zum letzten Mal die Haustüre abschließt.

*LZ: Bei Ihrem Buch hat ja auch ein Psychologe mitgewirkt – wie genau lief diese Zusammenarbeit ab?*

Emir Ben Naoua ist Diplom-Psychologe und Psychotherapeut mit einer eigenen Praxis in Stuttgart. Emir Ben Naoua hat jedes der zehn

Kapitel des Buches aus psychologischer Sicht abgeschlossen. Er gibt wichtige Hinweise, wie man mit den oft verwirrenden Gefühlen, die den Ausräumprozess begleiten, umgehen kann. Auch praktische Übungen sind dabei, bei Schuldgefühlen rät er beispielsweise zum Schreiben eines imaginären Briefs, um dann vielleicht ohne schlechtes Gewissen den alten Sessel des Vaters entsorgen zu können.

*Fiel es Ihnen manchmal schwer, das Buch zu schreiben, oder war es Teil Ihres eigenen Trauerwegs?*

Ich konnte nicht jeden Tag an dem Buch arbeiten, aber im Großen und Ganzen ist für mich Schreiben echte Seelenarbeit. Es hat sehr viel Freude gemacht, das Buch zu schreiben. Ich konnte mir Dinge tatsächlich von der Seele schreiben. Und die Gespräche mit den anderen Betroffenen taten mir auch gut. Zu sehen, dass sich andere mit dem Loslassen der Sachen der Eltern auch schwer taten, war auch tröstlich.

**Hinweis:** Christina Erdkönig hält am Dienstag, 30. September 2014, im Hospitalhof Stuttgart einen Vortrag zu ihrem Buch „Loslassen und Leben aufräumen“.



Christina Erdkönig ist 43 Jahre alt, verheiratet und hat zwei Kinder. Sie lebt im Raum Stuttgart und geht gerne Bergwandern.

# Loslassen und Leben aufräumen

Eine Leseprobe

## Ein langsames Herantasten

**Sigrid** Das Haus steht auf einem Hügel. Vom Garten aus kann man das ganze Dorf sehen. Es ist ein weiter, offener Blick über Streuobstwiesen, den Sigrid schon in ihrer Kindheit liebte. Vom Dachfenster konnte sie sogar fast bis in die Rheinebene sehen. Dieses Haus mit den Gemüsebeeten und dem wilden Kirschbaum im Garten gehört jetzt Sigrid, einer 48-jährigen Religionslehrerin. Sie hat es geerbt. Das Wort »Hausbesitzerin« geht ihr nur schwer über die Lippen. Ja, es verursacht sogar ein leichtes Unbehagen, denn es bedeutet auch Verantwortung und Belastung. In dem Haus hatte ihre Mutter die letzten Jahre alleine gelebt, bevor sie in ein Pflegeheim und sogar für einige Zeit in eine psychiatrische Klinik musste. Sigrid erzählt offen über die letzten Monate ihrer Mutter, die schwer manisch-depressiv war. Die Krankheit prägte ihre letzten Lebensjahre.

Auch das Verhältnis zwischen Sigrid und ihrer Mutter war dadurch sehr belastet. Die 75-Jährige war unberechenbar geworden. Manche Entscheidung war für Sigrid nicht mehr nachvollziehbar, etwa als ihre Mutter nur wenige Monate vor ihrem Tod noch das Haus sanieren ließ. Sigrid wollte dabei eigentlich ein Wort mitreden, aber ihre Mutter hatte sie nicht gefragt, was sie verletzt hatte.

Nach dem Tod der Mutter kann sich Sigrid dem Haus ihrer Kindheit nur langsam wieder annähern. Im ersten Sommer fährt sie die 50 Kilometer nur gelegentlich, um den Nachmittag dort zu verbringen. Sie arbeitet dann im Garten. Das Haus betritt sie nur selten. Ihr Mann und ihre drei Kinder fragen sie immer wieder: »Was machst du jetzt mit deinem Haus?« Dann fühlt sie sich hilflos und ohnmächtig. Ihre Eltern haben so viel aufgehoben! Der Vater hat selbst kaputte Dinge noch verstaubt. »Ich war wirklich blockiert. Eineinhalb Jahre konnte ich nichts aus dem Haus ausräumen. Es war auch so kalt darin. Ich machte dann einen Test: Ich wollte wissen, wie das Haus auf mich wirkt, ob ich es behalten kann. Jahrelang hatte ich dort nicht geschlafen, weil es meiner Mutter zu viel war, wenn wir alle fünf zusammen kamen. Deshalb wollte ich einfach wissen, wie sich das Übernachten anfühlt. Dann habe ich mit meinem Mann dort übernachtet. Wir haben im Schlafzimmer meiner Eltern geschlafen. Dort war auch noch das »Gräble«, wo ich als Kind immer lag, wenn ich nachts schlecht geträumt hatte und zu meinen Eltern ins Bett schlüpfte. Das Gräble hat mich richtig gerührt. Da jetzt wieder zu liegen – nach mehr als 40 Jahren! Dann, am Morgen nach dieser Testnacht in meinem Elternhaus, dachte ich: So schlecht hab ich gar nicht geschlafen! Das Haus ist gut für mich. Doch als ich mich dann im Schlafzimmer umschaute, erschrak ich! Es war, wie wenn ich zum ersten Mal

die Spinnweben sehen würde. Alles war verstaubt! Hier musste endlich etwas passieren.«

Als dann noch ihr ältester Sohn in der benachbarten Universitätsstadt studieren wollte, stand die Entscheidung fest: Felix sollte in das Haus seiner Großeltern ziehen. Erst dann konnte Sigrid ihre Hemmschwelle überwinden und anfangen, zu räumen. Sigrid ist stolz, dass sie Schlafzimmer und Wohnzimmer jetzt leergeräumt haben. Sie empfand das Räumen sogar als einen reinigenden, befreienden Akt. »Das ist erst der Anfang. Felix hat jetzt eine Studentenbude – zwei Zimmer mit Küche. Der Keller und die anderen Zimmer müssen noch warten. Das ganze Ausräumen wird noch lange dauern. Ich finde das schon ambivalent. Auf der einen Seite hätte ich gerne alles sofort los. Aber ich finde es auch schön, manche Dinge durch die Hände gleiten zu lassen und Erinnerungen zuzulassen.«

Sigrids Bruder lebt als Ingenieur in China. Aus dem Elternhaus will er nichts haben. Er hat ein zweites Haus der Eltern geerbt. Damit war für ihn immer klar: Sigrid kümmert sich um das Elternhaus, weil sie es auch bekommt. Überhaupt sieht er das Ganze viel nüchterner. Schon oft hat er Sigrid gefragt, warum sie nicht alles in einen Container wirft. Ein Gedanke, der für Sigrid unfassbar ist.



## Endlich Ordnung ins Chaos!

**Thomas** Bei Thomas war es völlig anders. Bereits zwei Wochen nach der Beerdigung seines Vaters räumte er sein Elternhaus aus. Der DRK-Rettungsassistent ist sehr pragmatisch und ging das Ausräumen nüchtern an. »Mein Vater hatte sein Leben gelebt. Es musste weitergehen. Da ich keine Geschwister habe, war klar: Ich erbe das Haus alleine. Also konnte ich gleich loslegen.« Sein schnelles Ausräumen erklärt sich Thomas mit der Lebenssituation seines Vaters in den letzten Monaten vor seinem Tod. Der 75-Jährige hatte am Schluss ein eher trauriges, eintöniges Leben geführt. »Er hat sich echt gehen lassen. Jeden Tag saß er auf dem Sofa im Wohnzimmer – immer auf dem gleichen Platz – und schaute aus dem Fenster, tagein, tagaus. Ständig war das Radio an: ein Volksmusiksender mit viel Dudelmusik. Er war zu nichts mehr sonst zu motivieren. Manchmal haben wir ihn zum Einkaufen abgeholt oder mal zu uns geholt, damit er seine zwei Enkelkinder sehen konnte. Aber ansonsten hatte er keinen Antrieb mehr.« Thomas erzählt, wie heruntergewohnt und ungepflegt das Reihenhaus war. Immer wieder betont er, wie wichtig es ihm war, endlich alles sauberzu-

machen, endlich Ordnung zu schaffen! Jeden Tag nach der Arbeit im Rettungswagen kam er noch in sein Elternhaus und räumte aus. Manchmal war seine Frau dabei, meist kam er aber alleine. Vieles lud er gleich auf seinen Anhänger und fuhr es direkt zu einem Entsorgungsunternehmen. Auch die alten Wohnzimmerschränke waren dabei. »Die waren völlig aus dem Leim.« Sachen, die ihm wichtig waren, vor allem Bücher und Schallplatten, packte er in Kisten. Obwohl er sonst Schwierigkeiten hat, Dinge wegzuerwerfen, fiel es ihm dieses Mal nicht schwer. Es waren die Gerüche seiner Kindheit, die ihn manchmal in dem Aufräumdrang innehalten ließen. Eine alte Schublade im Wohnzimmer war die »Schokoladenschublade«. Hier bewahrten die Eltern die Süßigkeiten auf, vor allem Vollmilchschokolade. Und noch immer roch die Schublade nach Kakao, was Thomas erstaunte. Es war, als ob die Zeit stehen geblieben wäre. Erinnerungen stiegen auf, Bilder, als die Mutter noch lebte. Sie starb schon sehr jung, als Thomas gerade 18 Jahre alt war. Jahrelang hatte sie an Krebs gelitten. Vor allem mit der Mutter hatte Thomas eine innige Beziehung. Das Verhältnis zu seinem Vater bezeichnet er kurz und lapidar als »normal«. Aber das Reihenhaus ist geprägt vom Vater. Vielleicht fiel es ihm deshalb auch nicht schwer, es zu räumen. Nach einer Woche war es leer.

Aus Sicht des Psychologen:

## Überwindung

Überwindung bedeutet auch Veränderung. In den meisten Fällen entscheiden wir selbst, ob und wie wir uns verändern wollen und vor allem wann. Beim Tod der Eltern werden wir meist abrupt mit Änderungen konfrontiert. Keine Zeit, sich darauf einzustellen. Keine konkreten Gedanken für den Moment danach. ... Dabei hat jeder Mensch seine eigene Geschwindigkeit und seinen eigenen Stil. Versuchen Sie sich zu erinnern, wie Sie sich von anderen Menschen, die Sie gerne haben, in der Regel verabschieden. Sind es eher lange Abschiede, wo Sie versuchen, den Punkt der eigentlichen Trennung und des Loslassens hinauszuzögern oder sind Sie eher der Typ, der kurz und knackig Abschied nimmt, weil Sie wissen, dass der Schmerz der Trennung wehtun wird? In dem einen Fall lassen wir die Gefühle zu. Im anderen Fall wehren wir sie ab, weil die Gefühle uns überfluten könnten und wir deshalb Angst bekommen. Angst, dass wir sie nicht aushalten können. Diese Verhaltensmuster werden bereits früh in unserer Kindheit angelegt. Dabei spielt es eine große Rolle, welche Erfahrungen wir mit unseren Eltern gemacht haben. Konnten wir uns darauf verlassen, dass sie wiederkommen, wenn es geheißen hat »Mama ist gleich wieder da?« Oder wurden Sie mal nicht vom Kindergarten abgeholt und standen weinend da und haben gewartet? ...

Loslassen und Leben aufräumen  
160 Seiten, kartoniert  
14,99 Euro  
ISBN 978-3-451-61220-6  
KREUZ 2014

# Immer auf den Beinen

## Gerhard Hermann Heydn

Zimmermann · Familienmensch · Fürsorger · ausdauernder Witzeerzähler

Gerhard Heydn hat unheimlich gern getanzt. Er war kein Kind von Traurigkeit und fand immer einen Weg, das Gute zu sehen. Schlechte Nachrichten interessierten ihn nicht.



Gerhard Heydn

Bildquelle: Privat

Er war offen für alles – außer für englische Musik – und er war ein von Grund auf positiver Mensch. Er liebte es, stundenlang und ohne Bremse Witze zu erzählen. Er hatte die Fähigkeit, mit seiner Heiterkeit und Lebensfreude die Menschen an sich zu ziehen. Wo er war, war die Party. Gleichzeitig war er ein Schaffer. Als er aus gesundheitlichen

Gründen nicht mehr arbeiten konnte, wurde die Küche sein Arbeitszimmer. „Keiner soll hungern oder frieren“ war ein ganz wichtiges Motto und ein Satz, der ihm mehr als einmal über die Lippen kam.

Gerhard Heydn war ein Fürsorger, ein Ernährer im wahrsten Sinne des Wortes, ein Unterhalter in allen Lebenslagen. Spät nachts hat er für seine Enkel noch was zu essen gezaubert, weil Opas ja verwöhnen dürfen!

Was brauchst du?“, fragte er oft, und mit diesem Satz zog

er einiges an Arbeit an. Ob es darum ging, etwas zu reparieren oder in der Werkstatt etwas passend zu machen: Opa macht das, Opa kann das besser.

Er war ein großer Handwerker, und seine Werkstatt unten im Keller war zeitweise sein eigentliches Wohnzimmer.

Gerhard Heydn ging immer ein wenig beschwingt durch das Leben. Er war ein Western-Fan, vor dem Fernseher ebenso wie in Romanen, und er redete, wie ihm der Schnabel gewachsen war. Diplomatie hatte keinen Platz in seinem Vokabular. Er war fröhlich, hilfsbereit und immer ehrlich. Den Ernst des Lebens sah er mit einem gewissen Zwinkern in die Augen. Eigentlich interessierte es ihn nicht.

Liebig gerne und bis in die letzten Tage ist er gewandert. Österreich war seine zweite Heimat, und die Familie seiner Frau Anna war kurz nach dem Kennenlernen auch gleich seine Eigene. Fast 57 Jahre war er mit ihr verheiratet, gemeinsam haben die beiden zwei Söhne großgezogen. Anna hatte sich beim Tanzen in den jungen Mann mit den blonden Haaren und den blauen Augen verliebt.

Und das Tanzen behielten sie bei. Wann immer die Musik gespielt hat, waren die beiden auf der Tanzfläche. Getanzt haben sie auf fast alles, und am liebsten auf die Walzer von Johann Strauss.

Aber auch dem Schwierigen im Leben ist er mit Verantwortungsgefühl begegnet. Mit 14 Jahren war er Waise geworden, er hat Eltern



An der Kapitänsmütze hatte er noch viel Freude: Gerhard Heydn mit seiner Frau auf einer Bootsreise.

Bildquelle: Privat

und Geschwister verloren und dennoch die Fähigkeit entwickelt, das Gute im Leben zu erhalten und klug zu leben. Er war Zimmermann von Beruf, und seine Arbeit bei der SSB konnte seine Augen zum Leuchten bringen.

Gerhard Heydn wusste, wie man das Leben genießen konnte. Er wusste von den kleinen Freuden, die im Alltag verborgen waren, und wie man sie finden konnte.

Pünktlichkeit war ein unumstößlicher Wert in seiner Welt. Da hörte der Humor auf. Wenn jemand zum Essen zu spät kam, war das ein Sakrileg. Und wehe einem, der einen großen, nassen Hund mit in ein Restaurant brachte. Da war die Toleranz zu Ende.

Nach dem Essen auf dem Sofa liegen, das war nichts für ihn. Er musste raus in die Welt. Seine

Runde drehen. Familie, Freunde, und Beziehungen waren im das Wichtigste. Materielle Dinge waren notwendig, aber unwichtig. Wichtiger war, dass alle beisammen sein konnten, dass es heiter zuging, dass alle pünktlich waren und genug zu essen hatten.

Gerhard Heydn war ein großartiger Unterhalter. Er kannte keine Zwänge und manchmal auch keine Grenzen. Wo er war, war das Leben, und er zog die Menschen an sich. Mit seiner Kraft und seiner Lebensfreude. Tränen konnten ihm kommen, am ehesten vor dem Fernseher. Da sah man manchmal eine ganz andere Seite von ihm, eine weiche, sensible.

Zu seinem 80. Geburtstag gab es ein riesiges Fest. Sein liebstes Geschenk war eine Kapitänsmütze, die er den ganzen Tag nicht mehr auszog.

Er liebte die Lieder von Hans Albers und Heinz Rühmann. Er sang sie gerne und oft. An seiner Trauerfeier spielte man „Das letzte Hemd hat leider keine Taschen“ von Hans Albers.

Angst vor dem Tod hatte er nie. Vielleicht wusste er: Am Ende eines erfüllten Lebens steht ein heiterer Tod. Gerhard Heydn konnte sterben, und er konnte auch deswegen das Leben genießen, weil es ihm immer ganz leicht in den Händen lag. Der Tod hatte nichts Bedrohliches für ihn. Im August 2012 ist er im Alter von 81 Jahren gestorben.

Er ist gestorben, so wie er sich es gewünscht hatte. Mitten im Tun dessen, was er am liebsten tat. Mit einem Lächeln ist er aus der Welt gegangen, als wäre der Tod etwas unendlich Süßes.

amh

# Mit flinken Händen

## Erika Traub

Mutter · Strickerin · Vielleserin · Kämpferin

Erika Traub war eine starke, unabhängige Frau. Sie liebte ihre Familie, das Beisammensein abends, „Mensch ärgere dich nicht“ oder Karten spielen, den Garten am Haus, Lesen, Familienurlaube. Sie blühte auf im heiteren Miteinander. Irgendwie lag für sie immer ein Witz in der Luft, den man einfach nur zu greifen hatte.

Ihre Hände waren flink und mussten immer etwas zu tun haben. Sie war eine leidenschaftliche Strickerin, entwarf ihre eigenen, komplizierten Muster und war immer mit voller Konzentration dabei.

Bescheiden war sie. Von ihren eigenen Fähigkeiten nie sonderlich beeindruckt, entdeckte sie eines Tages erstaunt, dass sie in der Seidenmalerei mit Farben wahre Wunderwerke schaffen konnte.

Die Dinge in die Hand nehmen, das konnte und musste sie oft im Leben. Schon als Kind war sie gefordert, Verantwortung zu übernehmen. In vielen Jahren ihrer Ehe war ihr Mann Hans-Otto auf Montage, und sie hat sich um ihre vier Kinder ganz alleine gekümmert. Mit Hans-Otto tanzte sie gerne. Und sie waren zusammen ein schö-

nes Paar. Bescheiden und genügsam waren sie beide. Geheiratet haben sie 1951 in Tübingen.

Als Erika Traub und ihr Mann einen Urlaub in Finnland planten, haben sie als Vorbereitung zusammen Finnisch gelernt – und aus lauter Freude daran später einfach weitergemacht.



Erika Traub

Dennoch: Einen Anstupser konnte sie öfter gebrauchen. Manchmal musste man sie zu ihrem Glück ein wenig zwingen. Manchmal überraschte sie einen aber auch. Dann brach irgendetwas aus ihr heraus, so wie der Wunsch, nach St. Petersburg zu fahren oder ganz spontan nach Hohenfreudenstadt.

Erika Traub war an Kunst interessiert und ging gerne in Ausstellungen. Sie war eine intelligente, wache Frau, nachdenklich, zurückhaltend, tolerant und zielgerichtet. Sie wollte sich nie jemandem aufdrängen, niemandem zur Last fallen.

Sie war stets offen für die Welt und für neue Bücher. Hesse las sie ebenso gerne wie Heinrich Mann, Krimis so gerne wie Oscar Wilde. Die Rockband „Grateful Dead“ konnte sie genauso erfreuen wie Reinhard Mey mit dem Lied „Über den Wolken“. Dieses Lied

hatte in der Familie irgendwie eine besondere Bedeutung erlangt, es wurde auch an ihrer Trauerfeier gespielt.

Am Samstag, den 18. August 2012, ist sie im Alter von 86 Jahren in Stuttgart gestorben.

amh

# Unermüdlich

## Heinz Plohmer

Familienmensch · Skifahrer · Schaffer · Allesreparierer

Heinz Plohmer war immer unheimlich gern in Bewegung. Er konnte schon mal 15 Meter tief von einem Felsen ins Wasser springen

und schaute, ob es etwas zu tun gibt. Oder kletterte auf den Bäumen herum, um die Äste zu schneiden, oder kürzte bei seiner Tochter am

Kroatien oder Spanien. Oder zum Skifahren in die Dolomiten. Skifahren war eine Leidenschaft. Wahrscheinlich ist Heinz Plohmer schon



Heinz Plohmer mit seiner Frau Erika.

und fuhr jahrelang mit dem Motorrad durch die Welt. Er hatte strahlend blaue Augen, einen Sinn für Humor und eine tiefe Freude am Leben. Er hatte eine Leidenschaft für Sport und körperliche Bewegung, für Fußballspielen, Skifahren, Schwimmen und sogar fürs Radfahren den steilen Hang vor dem Haus hinauf. Still rumsitzen war nichts für ihn, dann ging er lieber kurz noch zum Nach-

Haus die Hecke. Reparieren konnte er alles, auch das, was eigentlich nicht mehr zu reparieren war.

Er liebte Familienurlaube, die Zeiten, wenn die ganze Sippschaft zusammen kam und etwas los war. Allein als Paar im Urlaub, das war für ihn zwar schön, aber irgendwie doch arg ruhig. Dann lieber zusammen zum Boot fahren nach

mit Skiern auf die Welt gekommen. Sein Stil war perfekt. Er hielt die Beine immer ganz genau parallel zueinander und geschlossen. Seinen Enkeln das Skifahren beizubringen, ließ er sich nicht nehmen. Aber er liebte auch das Zusammensein abseits der Piste. Mit allen gemeinsam noch was trinken. Vom Leben umgeben, von seiner Familie und den Menschen, die ihm wichtig waren.

Er war charmant, humorvoll, liebenswürdig und herzlich.

Ganz vernarrt war er in seine Enkel. Mit großer Geduld las er endlos Geschichten vor, spielte Fußball und sagte gerne Ja zu sämtlichen Bitten um Unternehmungen. Seinen Enkeln zuzuschauen, brachte seine Augen zum Leuchten, selbst in den letzten Tagen im Krankenhaus.

Schimpfen konnte Heinz Plohmer über Politiker und andere Autofahrer. Beim Autofahren hat er gebruddelt wie ein Weltmeister. Gefahren ist er immer Vollgas. Er löste gerne Kreuzworträtsel, hatte ein gutes Allgemeinwissen und ein internes Navigationssystem, das sogar international funktionierte und ihm auf Reisen viel Bewunderung bescherte.

Über 40 Jahre war er bei der Firma Ziegler, lange Jahre auf Montage und dann im technischen Büro. Seine Arbeit verrichtete er mit der Hingabe eines echten Schwaben, obwohl er gar nicht hier geboren war, sondern erst in den fünfziger Jahren aus dem Osten hierher kam.

Seine Frau Erika hatte er zuerst in Gera kennengelernt, der Zufall führte die beiden hier in Esslingen wieder zusammen. Die beiden haben immer gerne miteinander getanzelt. Einen gemeinsamen Rhythmus zu finden war für sie so natürlich wie atmen. Und das ganz ohne Tanzkurs. Im Mai 1960 haben Erika und Heinz in Esslingen geheiratet. Sie war 20, er war 24 Jahre alt.

Zwei Kinder, Frank und Marion, haben sie zusammen großgezogen. Als Frank vor 20 Jahren

starb, machte das seinem Vater unglaublich zu schaffen. Irgendwie starb auch etwas in ihm. Doch als Paar und als Familie standen sie einander bei und haben mitten in diesem Schmerz auch viel Nähe erlebt. Wichtig waren ihm immer seine Ehefrau Erika, seine Tochter Marion, seine Enkel, seine Familie, der Stammtisch und ... immer alle Hände voll zu tun zu haben.

Heinz Plohmer ist mit sich und der Welt versöhnt aus dem Leben gegangen. Es gab keine offenen Baustellen, keine unfertigen Geschäfte. Bis zu seinem letzten Lebensjahr war er noch wuselig wie ein Siebzehnjähriger. Im Juli 2012 ist Heinz Plohmer gestorben. Zu Hause in Gablenberg, an dem Ort, der 50 Jahre seine Heimat und der Ort seines Schaffens war.

amh

# Rund ums Grab

Heute: Patrick Stähle, Friedhof Zuffenhausen

## Die Grabgestaltung im Sommer: aus dem Vollen schöpfen

Der Sommer bietet die größte Auswahl und Vielfalt an Pflanzen für die Grabgestaltung. Man hat dadurch viele Möglichkeiten, bei der Bepflanzung seiner Phantasie freien Lauf zu lassen. Einige Einschränkungen gibt es dennoch: So sollte bei der Auswahl der Pflanzen auf den Standort ge-

achtet werden, da die Ansprüche einzelner Arten sehr unterschiedlich sind, was Schatten und Sonne betrifft. Ebenso spielt es beispielsweise eine Rolle, ob sich das Grab unter einem Baum befindet, wo mit weniger Regen und dementsprechend großer Trockenheit zu rechnen ist.



Begonie © tamifreed - Fotolia

### Pflanzen nach den Eisheiligen

Begonnen wird mit der Sommerbepflanzung, wenn nicht mehr mit Nachfrösten zu rechnen ist, traditionell also nach den Eisheiligen Mitte Mai. Die Pflanzzeit geht bis lange in den Juni hinein.

### Die Auswahl der Pflanzen

Bei der Auswahl der Pflanzen sollte man einerseits die Standortbedingungen beachten, also Sonne, Schatten und überhängende Bäume. Außerdem sollte man sich im Vorfeld auch über den unterschiedlichen Pflegeaufwand der Pflanzen beraten lassen. Da die Sommerblumen in der Regel vier Monate und länger auf dem Grab für Farbe sorgen sollen, sind auch die Ausdauer und williges Nachblühen wichtige Kriterien.

### Die Sonnenliebhaber

Die Eisbegonie ist eine günstige Begonie in vielen verschiedenen Farben – blühfreudig, wie sie ist, wird sie oft als Basis für Kompositionen verwendet. Ergänzend können eine Vielzahl von höher werdenden Begonien zum Einsatz kommen, zum Beispiel die „Richmondensis“.

Geranien, besonders neue bodendeckende Sorten, eignen sich gut in Kombination mit der Sanvitalia „Atztekgold“, einer kleinen Sonnenblume für das Grab. Die Scheinmyrte, die sehr unempfindlich ist und fast alle Lagen verträgt, sowie das Steinkraut Alyssum ergänzen als bodendeckende Pflanzen eine solche Komposition.

Dipladenien sind eher hochpreisige Pflanzen, jedoch sehr blühfreudig und trockenresistent. Es gibt sie in den Farben weiß, rosa und rot.



Patrick Stähle in seinem Gewächshaus in Zuffenhausen

Bildquelle: Privat

### Die Klassiker für die Schattenlagen

Wer nur wenig Licht bieten kann,

### Düfte sind die Gefühle der Blumen.

findet Lösungen mit der Knollenbegonie oder Begonia muliflora, mit Fuchsien und dem Fleißigen Lieschen, Impatiens Neuguinea. Es steht eine reichhaltige Auswahl an Farbtönen zur Verfügung.

### Kräuter

Es darf auch etwas Außergewöhnliches sein, frei nach Heinrich Heine: „Düfte sind die Gefühle der Blumen.“

Auch Kräuter können in sonnigen und trockenen Lagen zum Einsatz kommen. Bodendeckender Thymian zum Beispiel: Sand-Thymian (Thymus serpyllum) eignet sich dabei besonders gut, da er von Juli bis September auch blüht.

Patrick Stähle

Patrick Stähle betreibt in vierter Generation die Gärtnerei Stähle in Stuttgart-Zuffenhausen, macht leidenschaftlich gerne Sport, interessiert sich für Gegenwartskunst und verbringt seine Freizeit gerne mit Familie und Pudel Moustache.

# Zwei Wochen Nachtwache

*In dieser Rubrik möchten wir Menschen vorstellen, die in der Region Stuttgart leben, ihre Wurzeln aber in anderen Ländern haben. Sie erzählen von der Bestattungskultur der Länder, aus denen sie stammen.*

**Diesmal: Naomi Billard spricht über den Tod ihrer Mutter auf dem Philippinen**

Naomi Billard stammt von den Philippinen. Seit 1980 lebt sie in Deutschland. Ihre Mutter starb letztes Jahr Ende Juli – nach vielen Generalproben, wie Naomi sagt. Seit Naomis Kindheit ist sie krank gewesen, bis zu ihrem sechzigsten Lebensjahr als Lehrerin. In den letzten fünf Jahren ging es ihrer Mutter immer wieder so schlecht, dass alle dachten, nun wäre es soweit. Naomi musste mehrmals auf die Philippinen reisen, um ihrer Mutter bei ihrem vermeintlichen Ende beizustehen.

Naomi ist Manang, die Älteste. Das bedeutet in ihrer Tradition: Sie ist verpflichtet, ihren fünf Geschwistern und Cousins zu helfen, sie finanziell zu unterstützen und für sie Verantwortung zu übernehmen. Auf den Philippinen hat sie Ausbildungen zur Hebamme und zur Krankenschwester gemacht – mit dem Ziel, später in Amerika zu arbeiten. Dort sollte sie genug Geld verdienen, um auch ihren Geschwistern eine Ausbildung zu ermöglichen. Mit 25 Jahren kam sie nach Deutschland, um einen Cousin zu besuchen – und hatte auch die Hoffnung, hier Arbeit zu finden.

In den ersten Jahren arbeitete sie in Düsseldorf beim kanadischen Generalkonsul, bevor sie 1985 ihren Mann Peter kennenlernt und mit ihm nach Weilimdorf zog. Lange Jahre arbeitete sie als Krankenschwester zunächst im Feuerbacher Krankenhaus und danach im Katharinenhospital.

**In dem Raum gibt es eine Kaffeemaschine, eine Theke mit Essen, einen Kühlschrank, bequeme Sessel, Sofas, saubere Toiletten.**

Naomis Mutter Paciencia, aber ehrfurchtsvoll Mama Pacing genannt war, eine starke Frau, die ganz schön fordernd sein konnte und hart wie ein Nagel war, wie Naomi es in ihrer Rede an der Beerdigung ausdrückt. Die Familie besaß drei Häuser. Zwei davon wurden vermietet, ebenso wie weitere Räume im dritten Haus, in dem die Familie selbst mit fünf Kindern in zwei Räumen lebte. Durch die Vermietungen hatten sie ein Auskommen.

Die letzten fünf Jahre verbrachte Mama Pacing im Haus einer ihrer Töchter in Manila, nachdem sie ihre Heimat

Cebu City verlassen hatte. Sie war immer krank und fast bettlägerig. Sie litt an einer Lungenkrankheit, benötigte eine Atemmaske und eine Klimaanlage, da ihr die Hitze zu schaffen machte. Am 29. Juli 2013 verschlechterte sich ihr Zustand, und Naomis Schwester fuhr sie zum Krankenhaus. Sie wurde 83 Jahre. Noch von unterwegs ruft die Schwester bei Naomi in Deutschland an.

Die ersten beiden Tage liegt Mama Pacing in einem großen Raum bei einem Bestattungsunternehmen in Manila. Ihre Freunde aus Manila verabschieden sich dort von ihr. Es ist immer jemand bei ihr



Mama Pacing mit ihrem Mann und drei der fünf Kinder.

Bildquelle: Privat



Naomi Billard (Mitte) mit ihrer Familie im Trauerraum in Cebu City.

Bildquelle: Privat

und hält Wache, betet, singt, spielt Gitarre. Nach zwei Tagen wird sie mit dem Flugzeug in ihre Heimat nach Cebu City überführt. Naomi braucht drei Tage, bis sie einen Flug auf die Philippinen ergattern kann. Sie sieht ihre Mutter erst in den Räumen des Bestatters in Cebu City.

**„Wer nicht isst, wird verrückt,“ sagte die Mutter immer.**

Dort mietet die Familie wieder einen großen Raum, in dem sich alle aufhalten können. Es ist immer jemand da, häufig mehrere Personen. Viele Menschen auf den Philippinen glauben, die Tote muss bewacht werden, damit ihr Körper nicht vom Teufel geholt wird, erklärt Naomi.

In dem Raum gibt es eine Kaffeemaschine, eine Theke mit Essen, einen Kühlschrank, bequeme Sessel, Sofas, saubere Toiletten. Es ist alles so eingerichtet, dass man Tage hier verbringen kann. Die Angehörigen schlafen zum Teil auch in diesem Raum. Ständig kommen Gäste, um sich von der Mutter zu verabschieden. Sie bringen Lebensmittel, Geld oder Blumen.

Die Tote liegt – von weißen Blumen und Bildern umgeben – in einem Sarg in diesem Zimmer. Sie wurde zuvor einbalsamiert\*, damit sie sich nicht zu stark verändert und zu riechen beginnt. Bis zur Beerdigung sind es schließlich zwei Wochen.

Jeden Abend wird in diesem Trauerraum ein Gottesdienst gehalten, mit Pfarrer, Kirchenliedern, Biblesungen, Predigten und Gebe-

ten. Naomis Familie ist protestantisch, gehört damit zur Minderheit auf den hauptsächlich katholischen Philippinen. In den täglichen Gottesdiensten im Trauerraum wird für Mama Pacings Leben gedankt. Die Predigten sollen für die Lebenden Trost, Ermutigung und Ermahnung sein. Als evangelische Christen beten sie beim Gottesdienst nicht für die Tote. Die Familie geht an der Beerdigung auch nicht unter dem Sarg hindurch, wie es bei katholischen Feiern auf den Philippinen Brauch ist. Ebenso wenig kümmert sie sich um andere, eher volkstümliche Traditionen: Bis zur Beisetzung dürfte man eigentlich nicht kehren, kein kleinteiliges Gemüse essen oder Hackfleisch vorbereiten. Sonst, so heißt es, stirbt noch jemand in der Familie. Naomis Mutter war sehr gläubig und sehr in ihrer Kirche engagiert. Für sie wäre so etwas Aberglaube gewesen.



Staatlicher Friedhof auf den Philippinen mit Friedhofsbesohner.

Bildquelle: Dreamstime

Die Atmosphäre im Trauerraum ist gelöst und besinnlich. Die langen Tage mit den anderen tun Naomi gut. Sie geben ihr die Möglichkeit, viel mit ihren Schwestern und Tanten über ihre Mutter zu reden: über das, was gut war, über das, was schwierig war. All das versöhnt sie mit der manchmal herausfordernden Beziehung.

Ihre Mutter hatte sich das Kleid, in dem sie bestattet werden möchte, schon Jahre vorher ausgesucht. Sie hatte auch für ihre eigene Bestattung alles organisiert und bereits bezahlt. Sie wollte auf einen der schöneren privaten Friedhöfe, und sie wollte, dass ihr Sarg dort in die Erde kommt.

Es war ihr auch wichtig, für immer in ihrem Grab zu bleiben und nicht umgebettet zu werden. Auf den staatlichen Friedhöfen der



Mama Pacing in dem Kleid, in dem sie bestattet werden wollte.

Bildquelle: Privat

Philippinen ist es üblich, Särge in den großen Nischen in einer Grabwand beizusetzen und immer wieder umzubetten, um Platz zu schaffen. Auch leben auf den staatlichen Friedhöfen Friedhofsmenschen, die nachts auf und in den Mausoleen schlafen und sich tagsüber auch um die Gräber kümmern. Damit konnte sich Naomis Mutter nicht anfreunden.

Am Tag der Beerdigung findet ein Gottesdienst statt. Über hundert Gäste kommen, alle in schwarz oder weiß. Die Töchter halten Nachrufe und erinnern an ihre Mutter. Mama Pacing war eine strenge Frau, die ihren Kindern immer ein großzügiges Maß an Sprichwörtern angedeihen ließ. „Der Fleißige isst nicht gerne, und der Vielesser ist selten fleißig.“ Um ihre Kinder zum Essen zu animieren, sagte sie oft: „Wer nicht isst,

wird verrückt.“ Das erkläre einiges, scherzen die Töchter. Um sie nach dem Essen zum Aufräumen zu bewegen: „Die Kakerlake sagt, der letzte am Tisch bekommt die Reste.“ Es wird gelacht. Naomi hatte immer Geld nach Hause geschickt und eine der Schwestern konnte Jura studieren, zwei weitere leben in Amerika und arbeiten in Krankenhäusern. Der Familie geht es heute gut. Die Töchter sind gebildet. Der Humor an der Beerdigung spiegelt das wieder.

Mit zwei Bussen fährt die Trauergemeinschaft von der Kapelle des Bestattungsunternehmens zusammen auf den Friedhof, der außerhalb der Stadt liegt. Am Grab gibt es noch ein paar letzte Gebete, dann wird der Sarg in die Erde gelassen. Die Feier danach findet auf dem Friedhof statt, wo Lunchpakete und Trinkwasser in Flaschen ausgeteilt werden. Abends gibt es ein kleines Essen im engsten Kreis, nur mit den Kindern, Mama Pacings zwei Schwestern sowie Cousins und Cousinen, mit denen man gut auskommt.

Nach der Beerdigung müssen die Töchter und der Sohn von Hand Dankesbriefe schreiben. Damit niemand sich übergangen fühlt, setzen sie vorsichtshalber auch eine Dankesanzeige in die Zeitung.

Zu Mama Pacings nächstem Geburtstag wird sich die Familie wieder versammeln, gemeinsam ein Mahl einnehmen und Mama Pacings Leben feiern.

Allerheiligen ist auf den Philippinen ebenfalls ein großes Fest für die Toten. Allerdings nicht für alle. Die Katholiken, also der Großteil der Bevölkerung, werden auf den Friedhöfen kampieren. Normalerweise eine eher heitere Angelegen-

heit, da man möchte, dass die Toten sich erfreuen. Das Lieblingsessen des Toten wird gekocht und dann miteinander verspeist. Naomi findet es ein wenig traurig, dass sie als Protestanten diese Tradition nicht haben, vor allem als Kind hat sie an dem Datum immer neidisch auf den Friedhof geblickt.

Heute ist die Bestattungskultur auf den Philippinen vor allem in den Großstädten stark vom Katholizismus geprägt. Etwa 90 Prozent der philippinischen Bevölkerung ist christlich, der Großteil katholisch.

Muslime und Naturreligionen machen nur einen kleinen Teil der Bevölkerung aus. Anders als in anderen Teilen Asiens hat der Buddhismus hier kaum Anhänger. Es gibt oder gab auch andere Bestattungsrituale auf den Philippinen. Vor nicht allzu langer Zeit haben Minderheiten in Sagada ihre Toten in Särgen bestattet, die sie dann von



Bildquelle: Dreamstime

Die hängenden Särge von Sagada.

Felswänden hängen ließen, damit die Toten näher am Himmel sind. Bei den Ilongot wurden Frauen die Hände und Füße zusammen gebunden, damit sie nicht zurückkommen können. Die Tiguan setzten einen Toten in seiner besten Kleidung neben das Haus und legten ihm eine Art Zigarre in den Mund.

amh

Hinweis: Es gibt eine Arte-Dokumentation über die Friedhofsmenschen in Cebu City: „Philippinen – Friedhof voller Leben“ ist ihr Titel, sie kann im Internet auf Youtube angeschaut werden.

# In guter Gesellschaft - Stuttgarts Friedhöfe

## Der Fangelsbachfriedhof

Um 1800 wuchs die Bevölkerung der Stadt Stuttgart stark an – und Friedhöfe wurden knapp. Der Leonhardskirchhof um die Leonhardskirche war bereits 1788 stillgelegt worden. Der Lazarettkirchhof an der heutigen Katharinenstraße, 1564 als erster Friedhof außerhalb der Stadtgrenzen angelegt, lag mittlerweile innerhalb der Stadt und war voll belegt.

So wurde ein neuer Friedhof geschaffen, der damals weit außerhalb der Stadt lag, zwischen Stuttgart und dem kleinen, zu Stuttgart gehörenden Dorf Heslach. Am 17. Oktober 1823 wurde der „Neue Todtengarten vor dem Tübinger Tor“ mit der Bestattung des Stadtrats und Steuereintnehmers Gottlieb Heinrich Christian eingeweiht. Seit 1872 ist die amtliche Bezeichnung Fangelsbachfriedhof.

Benannt ist der Friedhof nach der Flur, auf der er angelegt wurde. Diese wiederum heißt nach dem Bach, der in der Wernhalde oberhalb der Neuen Weinsteige entspringt. Ursprünglich mündete er an der heutigen Kreuzung Fangelsbach- / Tübinger Straße in den Nesenbach. Der Fangelsbach verläuft seit den 1920er Jahren unterirdisch und fließt heute durch einen Straßenkanal unterhalb der Immenhofer Straße.

Der älteste Teil des Friedhofs liegt gleich oberhalb der Heusteigstraße. Hier sind deshalb auch die ältesten Grabmale des Fried-

hofs erhalten. Seit 1840 wurde der Friedhof dreimal erweitert bis zu einer Gesamtgröße von 3 Hektar und 30 Ar. Zwischen 1909 und 1912 mussten allerdings auch einige Flächen wieder abgetreten werden, weil Straßen angelegt wurden und die Wohnbebauung um den Friedhof wuchs. So gingen 591 Gräber verloren: 7,32 Prozent der Gesamtfläche.

Die wesentlichen Gebäude befinden sich um den Haupteingang in der Cottastraße. Das Hauptportal von 1823 wurde 1960 wegen starken Beschädigungen abgebrochen und ein neues, verbreitertes Portal errichtet. Das erste Dienstgebäude wurde erst 1886 errichtet und 1939 durch einen Neubau ersetzt. Das erste Leichenhaus von 1854 wurde bei einem Luftangriff 1941 zerstört.

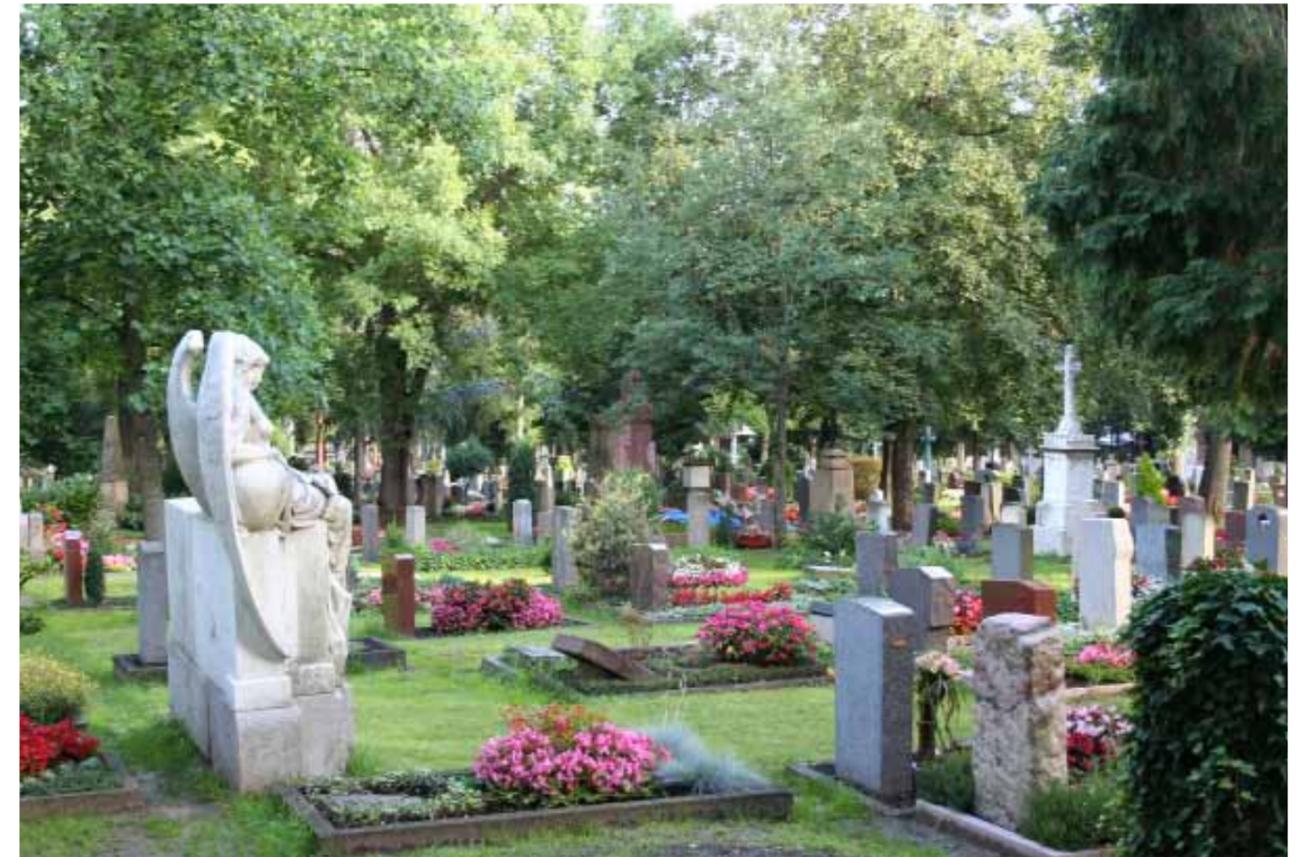
Erst etwa hundert Jahre nach der Anlage des Friedhofs wurde nebenan die Markuskirche errichtet. 1906 bis 1908 entstand der Jugendstilbau nach Plänen von Heinrich Dolmetsch. Sie war die erste Kirche in Eisenbetonbauweise in Stuttgart und wurde ins Denkmalschutzbuch eingetragen. Als einzige Kirche in Stuttgart hat sie die Bombenangriffe des Zweiten Weltkriegs fast unbeschadet überstanden. Deshalb wurde hier am 19. Oktober 1945 die „Stuttgarter Schulderklärung“ des Rates der Evangelischen Kirche verlesen.

Der Fangelsbachfriedhof erfreute sich von Beginn an großer

Beliebtheit, vor allem innerhalb des wirtschaftlich aufstrebenden und kulturell fruchtbaren Bürgertums des 19. Jahrhunderts. Davon zeugen viele künstlerisch sehr hochwertig ausgeführte Grabmale, die heute unter Denkmalschutz stehen, und viele bis heute bekannte Namen.

Das Bürgertum des 19. Jahrhunderts orientierte sich in seinen Repräsentationsformen an denen des Adels. Entsprechend sind die Grabmale gestaltet. Es finden sich alle Materialien – vom in der Gegend vorkommenden Sandstein über Cannstatter Travertin und Marmor bis zu gusseisernen Gestaltungen. Große auffallende Figuren wie der Engel auf dem Grab der Kaufmannsfamilie Sucro wechseln sich ab mit detailreich gestalteten Stelen oder mit Steinen, die wie Sarkophage gestaltet sind. Am auffälligsten ist sicherlich die Gruft des Farbenfabrikanten Gustav Siegle, einem der Begründer der heutigen BASF. Auch ein kleines „Gärtchen“, eine Art Hortus conclusus, findet sich – mein favorisiertes Grab auf diesem Friedhof. Die Gärtnerfamilie Pfizer hat sich dieses begehbare Grab gestaltet, beschirmt von einem großen Baum, umgeben von Hecken. Ein Findling, also ein unbearbeiteter Stein, als Grabmal, mit einem Bänkchen, auf dem geruht, meditiert, an die Toten gedacht werden kann.

Alle Grabmale sind mit den unterschiedlichsten Todessymbolen reich bestückt. Es finden sich



Der Fangelsbachfriedhof

Copyright: Wikimedia Commons

Sterne als Hinweis auf den Himmel, in den die Toten auffahren. Oder Schlafmohn – der Schlaf gilt als der Bruder des Todes. Ebenso auch

umgedrehte Fackeln – Symbole des ausgelöschten Lebenslichtes. Als „Repräsentationsfläche“ befinden sich auf vielen Grabmalen mangels

Adelswappen die Zunftzeichen der zu Ehren gekommenen Bürgerlichen.

Claudia Weinschenk M.A.

Anmerkung der Redaktion: Das wahre Urgestein des Fangelsbachfriedhofes ist der unerschütterliche Aufseher Manfred Schmidt. Ohne ihn wäre dieser Ort deutlich farbloser.

## Wenn Ihnen diese Serie gefällt, gefällt Ihnen vielleicht auch der Stuttgarter Friedhofsführer.

Stuttgarts Friedhöfe sind nicht nur Stätten der Trauer und des Abschieds, sondern – wie der Hoppenlaufriedhof oder der Fangelsbachfriedhof – Sehenswürdigkeiten ersten Ranges, die wegen ihrer besonderen Atmosphäre und ihrer historischen Grabmonumente zahlreiche Besucher anziehen. Erstmals liegt nun ein Führer vor, der dem interessierten Besucher den Weg zu den Gräbern von über 200 bekannten Persönlichkeiten weist, die in Stuttgart ihre letzte Ruhe gefunden haben. Neben Berühmtheiten wie dem Bundespräsidenten Theodor Heuss, dem Unternehmer Robert Bosch oder dem Dichter Eduard Mörike lassen sich viele Ruhestätten weniger bekannter, aber ebenso interessanter historischer Persönlichkeiten entdecken. So wird ein Spaziergang über einen der Stuttgarter Friedhöfe gleichsam zum Bummel durch die Geschichte.



Der Autor Werner Koch leitete 25 Jahre das Garten-, Friedhofs- und Forstamt in Stuttgart. Werner Koch & Christopher Koch: Stuttgarter Friedhofsführer. Ein Wegweiser zu Gräbern bekannter Persönlichkeiten. 176 Seiten, mit 220 Farbfotos und 25 Übersichtskarten, kartoniert, 14,90 Euro. ISBN 978-3-8425-1203-0.

In dieser Serie stellt die Kunsthistorikerin Claudia Weinschenk Friedhöfe und die Menschen vor, die auf ihnen bestattet wurden.

# Trauergruppen und Veranstaltungen

## Wenn Eltern sterben...

Trauergruppe für junge Erwachsene ab 18 Jahren

Für junge Erwachsene, die gerade beginnen, ihren eigenen Weg zu gehen, kann der frühe Tod der Eltern sehr einschneidend sein. Der Tod erschüttert viele auch deshalb, weil sie bis dahin immer noch „Kinder“ waren und sich nun in ihrer neuen Rolle zurecht finden müssen.

Die Gruppe lädt jüngere Menschen ab 18 Jahren ein.

Leitung: Sr. Tina Dressler, Katrin Beutenmüller  
Zeit: mittwochs 18.30 – 20.00 Uhr (1 x monatlich)  
Ort: Hospiz St. Martin, Jahnstraße 44-46  
Keine Kosten, Anmeldung ist erforderlich

## Wenn alte Eltern sterben...

Trauergruppe nach dem Tod von Mutter oder Vater

Der Tod der Eltern, auch wenn sie alt und „lebensatt“ waren, vielleicht nach langer schwerer Krankheit oder ganz plötzlich und unerwartet gestorben sind, ist ein Einschnitt in der eigenen Biografie. Oft auch eine neue Etappe in der Beziehung zu den Geschwistern und anderen Familienmitgliedern. Die Gruppe bietet einen Austausch mit anderen, die in einer ähnlichen Lebenssituation sind.

Leitung: Suse Mandl, Elena Gippert-Raff  
Zeit: dienstags 18.00 – 19.30 Uhr (1 x monatlich)  
Ort: Hospiz St. Martin, Jahnstraße 44-46  
Keine Kosten, Anmeldung ist erforderlich

## Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben

Die Kraft des Lebensrückblicks erfahren von Verena Kast

Verena Kast ist eine bekannte Psychotherapeutin und Dozentin am C.G. Jung-Institut Zürich. In ihrem Buch „Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben“ regt sie ihre Leserinnen und Leser auf vielfältige Art dazu an, auf das gelebte Leben „doppeläugig“ zurückzublicken. Dabei geht es ihr um das Erinnern an das ganze Leben. Darum, es zu würdigen, im Scheitern wie im Gelingen. Darum, den Reichtum zu erkennen und daraus die Kraft zu schöpfen, das Leben auch zum Ende hin gut leben zu können.

Dieser ganzheitliche Blick macht Mut, sich auch an die weniger schönen Erfahrungen zu erinnern, die vielleicht mit Schuld- oder Schamgefühlen einhergehen und lieber vergessen werden wollen. Denn es ist ein Bedürfnis der meisten Menschen, das ganze Leben mit seinen Höhen und Tiefen auch im Positiven zu sehen.

Die natürlichste Form, dies zu tun, ist es, uns das Leben zu erzählen. Aber auch der Wert des Schreibens wird als Form des Erinnerns in einem Kapitel vertieft.

Verena Kast beschreibt viele kreative Möglichkeiten, das Erinnern anzuregen und den Rückblick auf das Leben auch einmal aus einer anderen Warte zu tun, indem beispielsweise eine Freudenbiogra-

phie verfasst oder den Kinderphantasien und früheren Sehnsüchten Raum gegeben wird. Auch der Bedeutung von Träumen ist ein Kapitel gewidmet, ebenso wie der religiösen und spirituellen Entwicklung eines Lebens.

Der ganzheitlich gerichtete Lebensrückblick wirkt anregend und belebend und führt fast von selbst zu dem Empfinden einer Dankbarkeit, mit der sich Verena Kast ausführlicher befasst.

Wo Erinnern erschwert oder blockiert ist, kann die von Verena Kast praktizierte Lebensrückblicktherapie ein Weg sein, sich einzelnen „Knoten und Nesten“ der Biographie zuzuwenden. In dieser kurzen Therapie von etwa zehn bis zwanzig Sitzungen geht es nicht darum, die ganze Vergangenheit aufzuarbeiten, sondern es wird auf Details fokussiert. In ihrem ausführlichen Schlusskapitel und zahlreichen Beispielen wird diese Therapieform eingehend und verständlich dargestellt.

Das gelebte Leben erzählen, es neu erzählen, mit einem freundlicheren Blick auf sich selbst: Das kann dabei helfen, sich auch mit den schwierigen Aspekten des Lebens zu versöhnen.



Was wirklich zählt, ist das gelebte Leben“ von Verena Kast ist ein eher im Erzählton geschriebenes Taschenbuch, das durch viele Beispiele die Kraft des Lebensrückblicks anschaulich und interessant macht.



Lydia Ruisch,  
Buchhaus Wittwer, Stuttgart  
Abteilung  
Psychologie/Lebensfragen

## „Schwarz vor Augen und es ward Licht“

Die **Singakademie Stuttgart** ist am **29. Juni 2014 um 19 Uhr** in **St. Johannes der Täufer in Leonberg** zu hören. Der junge Chor singt ausdrucksstarke Kompositionen zum Thema Abschied, Hoffnung und Unendlichkeit.

Karten zu 14,- / 7,- und 20,- Euro, Eintrittskarten an der Abendkasse, [www.singakademie-stuttgart.de](http://www.singakademie-stuttgart.de)

Hospizdienst  
Ostfildern

Sophie-Scholl-Haus,  
Scharnhäuser Park  
Bierawaweg 2/1  
73760 Ostfildern  
Tel: 0711 · 933 17 668

Gesprächsgruppe für  
Trauernde

Hospizdienst  
Leonberg

Seestraße 84  
71229 Leonberg  
Tel.: 07152 · 335 5204

[www.hospiz-leonberg.de](http://www.hospiz-leonberg.de)

Einzelgespräche

Hospiz St. Martin

Jahnstraße 44-46  
70597 Stuttgart  
Tel.: 0711 · 652 90 70

[www.hospiz-st-martin.de](http://www.hospiz-st-martin.de)

Einzelgespräche und  
-begleitung, Gesprächsgruppen,  
Reisen, Wochenenden

Hospiz Stuttgart

Staffenbergstraße 22  
70184 Stuttgart  
Tel.: 0711 · 237 41 50

[www.hospiz-stuttgart.de](http://www.hospiz-stuttgart.de)

Einzelgespräche und  
-begleitung,  
Gesprächsgruppen

Café für Trauernde

Treffpunkt Ruit  
(jeden dritten Donnerstag  
im Monat)  
Scharnhäuser Straße 14  
73760 Ostfildern-Ruit  
Tel.: 0711 · 341 53 36  
Tel.: 0711 · 616 099  
[www.treffpunkt-senior.de](http://www.treffpunkt-senior.de)

Gesprächskreis

Verwaiste Eltern

für Eltern, die ein Kind  
verloren haben.  
Hubertus Busch, Seelsorger  
im Olgäle

Tel.: 0711 · 278 73 860

Vermittlung,  
Trauergruppen

Arbeitskreis Leben

Römerstraße 32  
70180 Stuttgart  
Tel.: 0711 · 600 620  
[www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)

Einzel-, Paar- und Familiengespräche für Menschen,  
die einen Angehörigen  
durch Suizid verloren  
haben.

Hospizgruppe  
Leinfelden-Echteringen

Barbara Stumpf-Rühle  
Tel.: 0711 · 754 17 33

Gudrun Erchinger  
Tel.: 0711 · 756 05 14

Elfriede Wieland  
Tel.: 0711 · 754 13 41

# Das Berliner Testament

– weit verbreitet und beliebt... aber auch gefährlich!



Es wird oft angenommen, dass Ehepartner sich automatisch gegenseitig beerben, wenn einer von beiden verstirbt. Dies ist jedoch nur zum Teil richtig. Haben die Eheleute Kinder, beträgt der gesetzliche Erbteil des überlebenden Ehegatten in Zugewinnsgemeinschaft gerade einmal Prozent. Die Kinder erben die weiteren Prozent.

Aus diesem Grund ist das sogenannte „Berliner Testament“ sehr beliebt. In diesem werden der Ehepartner zum Alleinerben und die Kinder nach Versterben des zweiten Ehepartners zu Schlussereben eingesetzt.

Vorteil dieser Testamentsform ist, dass der Ehepartner das oft ohnehin gemeinsam verwaltete Vermögen allein weiterführt und nicht unter den Kindern aufteilen muss. Durch die Schlusserebensetzung der Kinder wird weiter gesichert, dass das Vermögen in der Familie verbleibt.

Dabei werden aber oft die Nachteile und Risiken dieses Testaments übersehen.

Indem die Kinder im ersten Erbfall nicht bedacht werden, verfallen deren Steuerfreibeträge. Die Kinder erben sodann im zweiten Erbfall das gesamte Elternvermögen auf einen Schlag. Bereits ab einem Vermögen von 400.000 Euro (Immobilienwerte werden mit deren Verkehrswert mitberechnet!) und einem Kind fallen Erbschaftssteuern an, die durch eine andere Testamentsgestaltung vermeidbar gewesen wären.

Weiter bedeutet die Einsetzung des Ehegatten zum Alleinerben automatisch die Enterbung der Kinder! Hierdurch werden Pflichtteilsansprüche ausgelöst, die sofort mit dem Tod des Elternteils fällig werden und vom überlebenden Elternteil ausbezahlt werden müssen, egal ob ausreichend Bargeld vorhanden ist oder nicht. Ist das Vermögen nicht liquide, muss notfalls die eigene Immobilie belastet oder gar veräußert werden.

Und schließlich darf die Bindungswirkung eines „Berliner Testaments“ nicht unterschätzt werden. Sobald ein Elternteil verstorben ist, hat der andere Elternteil nicht

mehr die Möglichkeit, die Schlusserebensetzung abzuändern, mag sich auch der Kontakt zu einem der Kinder erheblich verschlechtert haben. Auch ein weiterer Ehepartner könnte nicht mehr in das Testament aufgenommen werden. Eine entsprechende Öffnungsklausel sollte daher unbedingt besprochen und ggf. in das Testament aufgenommen werden.

Das „Berliner Testament“ wird auch zukünftig nicht viel von seiner Beliebtheit einbüßen. Aus fachanwaltlicher Sicht kann dagegen immer nur dann zu diesem Testament geraten werden, wenn die beschriebenen Risiken vorab ausführlich besprochen wurden und entsprechende Anpassungen in den Testamentswortlaut mit aufgenommen wurden.

Steffen Köster  
Kanzlei Königsstraße



Steffen Köster

Steffen Köster ist 38 Jahre alt, spielt Gitarre und Schlagzeug, fährt gerne mit seinem Mountainbike durch die Weinberge und ist natürlich VfB-Fan.

# Viel zu aufmüpfig

Christian Albert Haller



Christian Haller, 42, gründete nach dem Tod seines Vaters das Bestattungshaus Haller.

Als Christian Hallers Vater vor 21 Jahren plötzlich starb, war der Sohn bei der Bundesmarine in Hamburg. Für Christian Haller bricht eine Welt zusammen. Er war bei seinem Vater im Unternehmen tätig gewesen, einem Modehaus mit Sitz in München. Sie wollten nach dem Wehrdienst gemeinsam weitermachen.

Christian Haller versucht den väterlichen Betrieb noch zu halten, als Nachfolger in die Fußstapfen seines Vaters zu treten, aber mit seinen 22 Jahren will ihm das nicht gelingen. Er fühlt sich sehr für seine Mutter verantwortlich. Gemeinsam gründen die beiden in Schwäbisch Gmünd einen Bäckerladen, der Brot vom Vortag verkauft. Fuß fassen ist nicht leicht für ihn. Der Backwarenverkauf ist nur eine Notlösung.

Immer wieder denkt er, er würde seinen Vater auf der Straße gehen sehen. Erkennt ihn an seinem Haar, seinem Gang. Es dauert Jahre, bis er es glaubt, dass es wirklich passiert ist. Damals in München hatte der Bestatter ihm nie angeboten, seinen Vater noch einmal zu sehen. Das hätte geholfen, denkt Christian Haller heute. Es hätte es begreifbarer, konkreter gemacht. So war Herbert Haller einfach weg.

Christian Haller macht sich Gedanken über die Zukunft, über das Leben und darüber, was seine Aufgabe sein könnte. Er ringt mit sich und mit dem Leben. Eines Morgens wacht er auf mit der Idee, ein Bestattungsunternehmen zu gründen. Diese Idee lässt ihn nicht mehr los. Keine zwei Tage später fragt er seine Mutter, ob sie sich so

etwas vorstellen könnte. Zu seiner Überraschung sagt sie ja. Ganz ohne jedes Fachwissen fangen die beiden an, in Stuttgart in der Marienstraße. Am Anfang ist es finanziell so eng, dass er für 30 Mark Blut spenden geht, um eine Todesbescheinigung zu bezahlen. Sie bekommen Hilfe von einem befreundeten Unternehmen, aber vieles müssen sie neu erfinden. Dabei gehen sie eigene Wege, denn sie haben es nicht anders gelernt. Die ersten Jahre waren schwierig. Er lernt viel, aber der Erfolg ist schleppend. Bestatterkollegen wollen ihn nicht im Verband, er muss sich alleine durchkämpfen. Er wächst am Widerstand.

Wir waren schon immer eine Unternehmerfamilie“, sagt er. Der Gedanke, als Angestellter zu arbeiten, war ihm fremd. Außerdem ist er dafür viel zu freiheitsliebend und zu aufmüpfig. Ungeschriebene Gesetze ignoriert er gern einmal, Traditionen auch. Das führt zu unkonventionellen Lösungen, zu Verbesserungen und manchmal auch nur zu der Erkenntnis, was nicht funktioniert.

Heute ist seine Aufgabe hauptsächlich das Strategische. Immer ist er auf der Suche nach neuen Standorten, weil sich das Prinzip bewährt hat, vor Ort und nahe am Kunden zu sein. Er arbeitet immer noch abends und an Wochenende im Bereitschaftsdienst mit. Da holt er mit seinen Kollegen Verstorbene ab. Er mag diesen direkten, konkreten Kontakt mit den Angehörigen, er will diesen Moment des Abholens so gut wie möglich gestalten.

Noch immer kommen Christian Haller bei Trauerfeiern manchmal die Tränen. Wenn die Geschichten ganz nah an der eigenen sind. Manchmal denkt er: Papa wäre stolz – und er würde lachen.

amh



Sie fehlt mir



Wieder-Stand



Wie im Nebel



Nach dem Leben des Vaters

## Möchten Sie *LebensZeiten* regelmäßig erhalten?

2014/4

Dann senden Sie diesen Coupon an *LebensZeiten*, Obere Weinsteige 23, 70597 Stuttgart oder per E-Mail an [info@lebens-zeiten.info](mailto:info@lebens-zeiten.info).

Wir schicken Ihnen die nächsten Ausgaben von *LebensZeiten* zwei Jahre lang kostenlos zu.

Vorname: \_\_\_\_\_

Nachname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ & Stadt: \_\_\_\_\_

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

## Impressum

*LebensZeiten*, Herausgeberin & Redaktion: Andrea Maria Haller, Obere Weinsteige 23, 70597 Stuttgart, Auflage 3.000, [www.lebens-zeiten.info](http://www.lebens-zeiten.info) · E-Mail: [redaktion@lebens-zeiten.info](mailto:redaktion@lebens-zeiten.info)  
Lektorat: [www.renkenberger.net](http://www.renkenberger.net) · *LebensZeiten* erscheint vierteljährlich.