

Uns fehlt ein Stück vom Lebensmosaik



Die Seele hat die Farbe deiner Gedanken.
Mark Aurel



Dorothea Stockmar
Begegnung zwischen den Welten

Was uns über den Tod hinaus verbindet

Einem Buch gerecht zu werden, dass auf der einen Seite ein so trauriges Thema hat wie den Tod eines Kindes und andererseits so wunderbar geschrieben ist, wie das Buch von Dorothea Stockmar, finde ich nicht einfach.

Dorothea Stockmar war bereits viele Jahre als Trauer- und Sterbebegleiterin tätig, als eines Tages drei Männer vor ihrer Tür standen und ihr den Rucksack ihres siebzehnjährigen Sohnes Cajus entgegenhielten. „Hätte die Trauer einen Rhythmus, einen Takt, so wäre ich geneigt, die Trauer als unrythmisch und taktlos zu bezeichnen. Ja, taktlos empfand ich auch jene drei Gestalten, die die Todesnachricht überbrachten.“ Cajus hatte sich wohl auf einem Bahnsteig bei der Suche nach seinem Handy zu weit vorgebeugt und war von einem vorbeifahrenden Güterzug erfasst worden.

Wie kann man einen Schicksalsschlag wie den Tod eines Kindes aushalten und dennoch wei-

terleben? Das Buch bietet keinen billigen Trost. Dorothea Stockmar schildert die ganze Schwere und Last der Trauer, die sich auch auf körperlicher Ebene in Krankheiten, Schlaflosigkeit, Energielosigkeit und Benommenheit äußern kann. Gut gemeinter Trost kann als Vertröstung empfunden werden. Was kann in einer solchen Situation helfen? Abschalten konnte sie, wenn sie sich mit ganzem Herzen einer Sache hingab, zum Beispiel dem Schreiben und Malen. „Es ist ein Leben in Seelentiefe. In allem, was ich zu Papier bringe, leuchtet etwas von meinem verstorbenen Kind auf.“ Sie achtete auf innere Impulse. Diese veranlassten sie, dem verstorbenen Sohn Briefe zu schreiben. Gerade unter diesem Aspekt finde ich das Buch wertvoll für Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation der Trauer befinden. Sie erhalten Anregungen für ihren eigenen Umgang mit der Trauer.

Dorothea Stockmar
 Begegnung zwischen den
 Welten. Was uns über den Tod
 hinaus verbindet
 Taschenbuch: 160 Seiten
 ISBN-10: 3898456323
 ISBN-13: 978-3898456326
 Herausgeber: Silberschnur;
 1. Auflage (25. Februar 2020)

Der Tod eines geliebten Menschen führt zwangsläufig an die Frage nach einem Weiterleben heran. Man kann die Frage abblocken, weil man meint, sie für sich schon beantwortet zu haben, oder weil man sich keinen „Illusionen“ hingeben will. Dorothea Stockmar ist offen. In der Auseinandersetzung mit dem Tod ihres Sohnes wächst in ihr die Gewissheit, „dass es die Trennung zwischen Diesseits und Jenseits nicht gibt“. Manchmal vernimmt sie die Stimme ihres Sohnes. „Er spricht zu mir in Worten des Herzens, die tief in meinem Inneren zum Klingen gebracht werden, wann immer ich mich der Kraft der Liebe anvertraue.“ Tröstende Botschaften kommen zum Beispiel, wenn ihre Gedanken unablässig mit quälenden Fragen beschäftigt sind, zum Beispiel mit der Frage, ob der Unfall hätte verhindert werden können.

Die Einbeziehung der Frage nach dem Weiterleben ist in meinen Augen ein besonderer Vorzug des Buches. Hier werden Möglichkeiten der Trauerbewältigung sichtbar, die sonst aus der Diskussion herausgehalten werden. Menschen, die einen Verlust hatten, sagen oft, dass sie die Gegenwart des Verstorbenen um sich fühlen. Die Zuhörer schweigen dann meist betreten. Aber ein solches Erleben ist „normal“. Daran ist nichts Pathologisches. Wenn man das Buch von Dorothea Stockmar liest, begreift man den Wert, den das Bewusstsein der Gegenwart eines Verstorbenen hat. Eine Botschaft, die sie tröstete, lautet: „Manchmal

erscheine ich dir in einem Gedanken, in einer Eingebung, dann wieder in einem Gefühl, einer Ahnung. Weder an Raum noch an Zeit gebunden, kann ich dir immer und überall nah sein.“

Dorothea Stockmar setzt sich in dem Buch auch mit sogenannten Nahtodbegegnungen auseinander. Angeregt dazu wurde sie bereits durch ihre langjährige Tätigkeit in der Hospizarbeit und Erfahrungen in einem buddhistischen Hospiz in Japan. Nahtodbegegnungen können auch in Träumen auftreten, die als besonders lebensnah und authentisch erlebt werden. So hatte die Schwester von Cajus kurz nach dem Unfall einen Traum, in dem ihr der Bruder zu verstehen gab, was geschehen war. „Ich ging noch mal zurück, da ich mein Handy vermisste. Habe nicht aufgepasst. Dann kam der Güterzug. Im selben Moment erschien ein Engel, der mich mitnahm.“

Begegnung zwischen den Welten ist ein mutiges, packendes Buch, das sehr bewegen kann. Es öffnet Tore in ungekannte Räume. Es zeigt Perspektiven auf und macht Hoffnung. Am Ende der Lektüre versteht man, dass die Liebe angesichts des Todes nicht scheitern muss, sondern nur verwandelt und auf eine andere Ebene gehoben wird. Trauer ist wie ein großer, schmerzhafter Transformationsprozess. Sie „verwandelt den, der sich verwandeln lässt.“

Dr. Joachim Nicolay
Psychologe, Philosoph, Theologe und Vorsitzender des Netzwerkes Nahtoderfahrung e. V.
www.netzwerk-nahtoderfahrung.org

Zur Autorin Dorothea Stockmar:

- Malerin und Autorin, Trauer- und Sterbegleiterin, lebt und arbeitet in Celle und Berlin
- Studienaufenthalte in Asien (Japan, Birma, Philippinen, Indien)
- Fortbildung »Kunsttherapie in sozialen Arbeitsfeldern«
- Ausbildung zur Trauerbegleiterin
- Ehrenamtliche Tätigkeit in der Hospiz-Bewegung
- Leitung von Gesprächskreisen für Trauernde
- Begleitung Sterbender in einem buddhistischen Hospiz in Japan (publiziert unter: »Thea – Große Weite Innen«)

Nach dem plötzlichen Tod des jüngsten Kindes Verarbeitung der eigenen Trauer in Bildern und Texten, dazu Veranstaltungen und Publikationen wie: »Ein Netz, das trägt« (2010), »Wie eine Welle vom anderen Ufer – Nahtodbegegnungen zwischen Kunst und Psychotherapie« zusammen mit Juliane Grodhues (2011), »Ich werde Dich finden« (szenische Darstellung in vier Akten veröffentlicht in »Wie eine Welle vom anderen Ufer«, aufgeführt 2011 in Freckenhorst und zur FlotArt 2011), »Anker, Kuh und Kompass – Wenn aus Trauersymbolen Hoffnungssymbole werden« (2012), »Thea – Große Weite Innen« (2015), »The Wheel of Mourning – From Grief to Relief« (2016) Seminare, Workshops, Lesungen sowie Installationen. Einzel- und Gruppenausstellungen in Deutschland und England.
www.stockmar-kunst.de



Leben im Sterben

Leben – Sterben

Leben und Sterben.

Leben im Sterben.

Lichter des Lebens.

Lichter des Sterbens.

Unser Licht im Dasein.

Euer Licht ist das Leben in mir,

es ist nicht verstorben.

**Die Lichter werden getragen,
die Mutterliebe trägt Euer Sein**

im Leben,

im Sterben,

im Herzen,

für ewig.

*(HH**)*



**Bundesverband Verwaiste Eltern
und trauernde Geschwister
in Deutschland e.V.**

Mitglied im PARITÄTISCHEN Gesamtverband

04103 Leipzig, Roßplatz 8a, Telefon: +49 341 9468884, Fax: +49 341 9023490

E-Mail: presse@veid.de, Internet: www.veid.de

Spendenkonto:

Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e.V.

Bank für Sozialwirtschaft Köln, IBAN: DE26 3702 0500 0008 3211 00, BIC: BFSWDE33XXX

Der Rundbrief Nr. 24 des Bundesverbandes Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e.V. wurde gefördert durch:

**AHORN
GRUPPE**

Bestattungskultur gestalten

Für die Inhalte ist die Selbsthilfeorganisation verantwortlich. Etwaige Leistungsansprüche sind hieraus nicht ableitbar.

Der Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e.V. sagt *Dankeschön* im Namen der Betroffenen und deren Angehörigen!