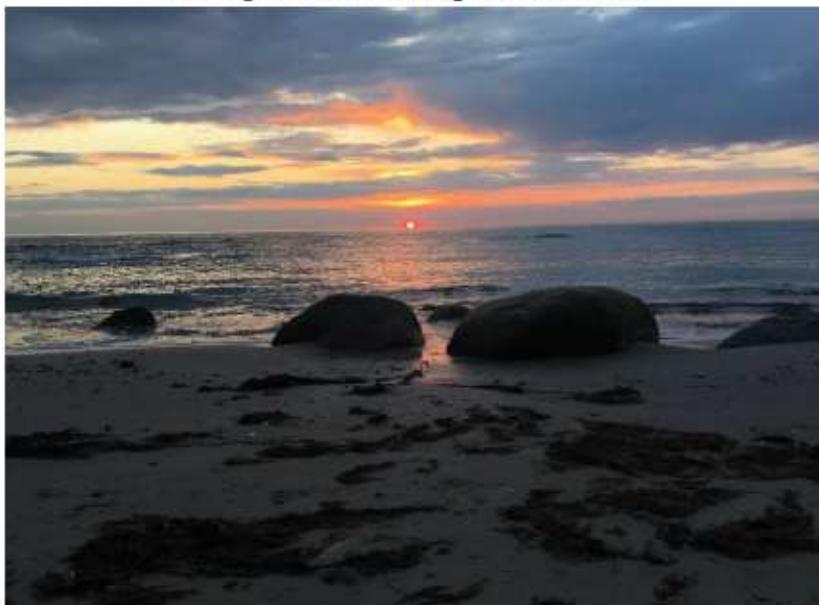
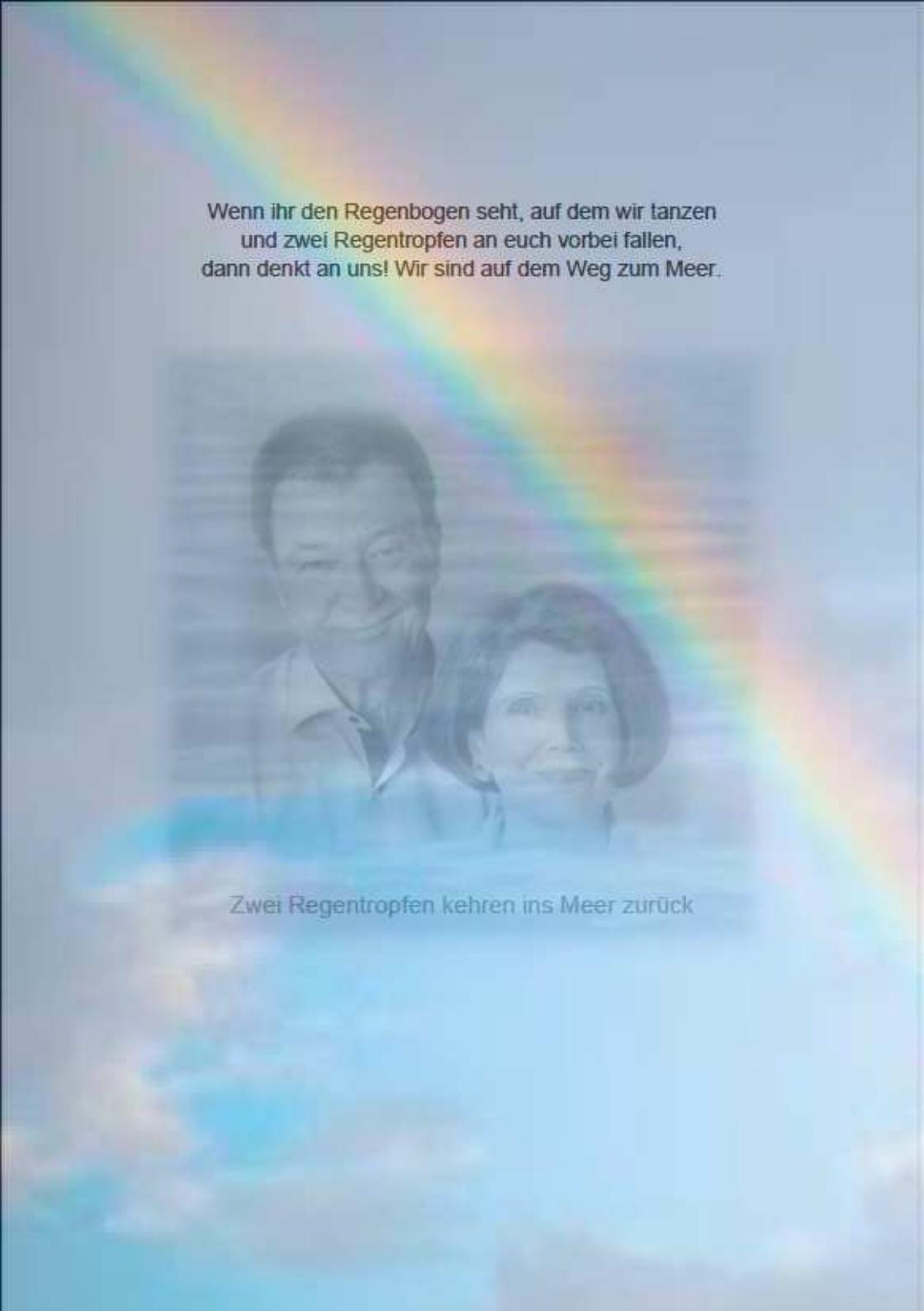




Unser gemeinsamer Weg zurück ins Meer







Wenn ihr den Regenbogen seht, auf dem wir tanzen
und zwei Regentropfen an euch vorbei fallen,
dann denkt an uns! Wir sind auf dem Weg zum Meer.

Zwei Regentropfen kehren ins Meer zurück

❀ ❀

Vorwort

Dieses Buch ist als Erinnerung all unseren Verwandten und Freunden gewidmet. Wir danken allen für die schöne Zeit, die wir miteinander verbracht haben.

Wenn ihr dieses Buch lest, sind wir nach einem erfüllten Leben zufrieden und glücklich gegangen.

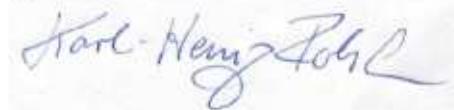
Wir wünschen uns von euch keine allzu lange Traurigkeit, sondern dass ihr uns in freudiger Erinnerung behaltet.

— — —

Dieses Buch ist aber auch an alle Leser gerichtet, die sich mit dem Thema ‚Selbstbestimmtes Lebensende‘ beschäftigen und zur öffentlichen Diskussion darüber beitragen, denn es ist das Recht eines Jeden, unter freiem Willen sein Lebensende selbst zu bestimmen.

Das Lebensende sollte kein Tabuthema sein. Vielleicht hilft dieses Buch zu einer anderen positiveren Betrachtungsweise, denn das Lebensende gehört unausweichlich zum Leben.

Ich habe bewusst die Begriffe ‚Lebensende‘ und ‚Abschied‘ in diesem Buch verwendet, denn sie sind positiv besetzt.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Karl-Heinz Pohl", is centered on a light gray rectangular background.

❀ ❀

Wichtige Tage

18.08.2021 Mittwoch – Meine Stimmung

Ich habe nicht gelernt Bücher zu schreiben. Dies ist mein erstes Buch. Meine Aufzeichnungen wurden nicht korrigiert, nicht von einem Lektor überarbeitet. Wieder möchte ich heute ‚die Flinte ins Korn werfen‘, da ich völlig unzufrieden mit meinen Kapiteln bin. Das Spracheingabe-Modul hat den Sinn mancher Sätze völlig verdreht und produziert Fehler über Fehler. Beim Blättern am PC hauen mir die Finger wegen meines Parkinsonzitterns ungewollt Zeichen zwischen den Text. Was also soll ich tun? Das Buch einstampfen? Soll ich alles wieder löschen, was mir nicht gefällt? In der knappen Zeit die Fehler korrigieren? Soll ich die Kapitel umformulieren? Die Zeit läuft mir davon.

Ich versuche mein Unbehagen zu überwinden, doch es gelingt mir heute nicht. Die Gedanken kreisen unaufhörlich um eine Lösung. Und dann sind sie plötzlich da, die unerträglichen Trigeminusschmerzen, pochend, stechend und nicht auszuhalten. Ich nehme meine Tabletten und lege mich wieder ins Bett. Nach einer halben Stunde wird es besser. Wieder habe ich keine Lösung und vertage die Entscheidung.

26.08.2021 Donnerstag – Das Buch

Heute habe ich eine Lösung gefunden und als Untertitel eingefügt.

... nicht korrigiert und unvollendet ...

Dem Leser muss ich leider zumuten, die Fehler zu überlesen. Auch möchte ich nicht meine Zerrissenheit an manchen Tagen verschweigen. Die Nebenwirkungen der Tabletten, die ich 3-mal am Tag einnehmen muss, sind enorm und weisen in dem Beipackzettel auf diese Gemütsschwankungen hin. Also seid gütig und verständnisvoll mit mir und denkt beim Lesen daran. Ich möchte

authentisch, nicht schönschreiben. Meine Beeinträchtigungen durch die Tabletten werden sichtbar beziehungsweise lesbar. Und wie kann ich ein Buch schreiben, wenn die rechte Hand permanent zittert?

30.08.2021 Montag - Der Schock

Zwei Briefe stellen alles auf den Kopf, schockieren uns und die, die über unseren Abschied informiert sind und denen wir den Inhalt anvertraut haben. Bei uns folgen Tage des Entsetzens, der Verzweiflung und der Wut. Den Urlaub in Italien brechen wir am ersten Tag ab. Sollen wir aufgeben und uns in die Illegalität treiben lassen, oder weiterkämpfen? Meine Energie ist verbraucht. Alle Ziele hinfällig? Meiner Psychotherapeutin, die mich wegen meiner Parkinson-Erkrankung therapiert, gelingt es, mich wiederaufzurichten. Ich kämpfe wieder für das, was mir wichtig ist und was ich mit diesem Buch erreichen möchte

08.09.2021 Mittwoch - Die Erleichterung

Der Kampf hat sich gelohnt. Nach Tagen kehrt Entspannung ein. Unser Einwand hat gewirkt, ein zweites Gutachten wird erstellt. Erleichtert, motiviert und zufrieden geht es weiter. Es bleibt aber die Ungewissheit, wie das zweite Gutachten ausfallen wird. Aus unserer Sicht hat dieser Vorgang nichts mit freier Willensbekundung zutun. Es steht vielmehr die Abhängigkeit von der Einstellung des Gutachters im Vordergrund. Was die Entscheidungen mit den betroffenen Menschen macht, wird völlig außer Acht gelassen.

22.10.2021 Freitag - Hoffnung

Das heutige Gespräch, dieses Mal eine Psychiaterin, hat uns wieder Hoffnung gegeben. Karin und ich waren uns einig, dass die Gesprächsführung sehr intensiv und emphatisch verlaufen ist. Neben Fragen zu unseren Lebensverläufen, war auch die Atmosphäre beruhigend, entspannt und entsprach der Bedeutung, die mit diesem Termin verbunden war. Immerhin geht es um das Leben, die Würde und den freien Willen zweier Menschen. Unsere Verzweiflung nach dem ersten Gutachten, ist nicht zu beschreiben. Unsere Hoffnung, dass dieses Gutachten dieses Mal unseren Freien Willen bestätigt, ist grenzenlos. Jede Stelle, die sich mit diesem schwierigen Thema befasst, muss auch klar sein, was eine negative Bescheinigung für die Antragsteller bedeutet. Gerade in diesem Fall wäre eine intensive Betreuung unbedingt notwendig, um die betreffenden Menschen nicht in die Illegalität zu treiben. So, wie es in unserem Fall gelaufen ist, ist es unverantwortlich und in höchstem Maße abzulehnen. Hier ist 'Vater Staat' unbedingt gefordert, sich mit dem Thema zu befassen und schnell eine Regelung zu schaffen.

18.12.2021 Samstag - Die Wartezeit

Noch immer haben wir keine Nachricht vom Verein erhalten. Die Ungewissheit zermürbt uns nicht mehr so stark, mich zermürben die Schmerzen. Mir wird es allerdings immer wichtiger noch zu erfahren, ob ich in welcher Form auch immer, etwas bewegt habe. Dieses Buch wird, wenn alles schnell geht, erst nächstes Jahr fertig. Muss ich solange warten?

Nun aber genug der Anfangsbemerkungen.

❖ ❖

Kapitel

Recht auf Selbstbestimmung	19
Protokoll 260-Tage	21
 Unser Leben, unser Abschied	21
 Das Lebensende.....	23
 Noch 8 Monate.....	25
 Meine geliebte Ehefrau Karin.....	26
 Aus Freundschaft wird Liebe.....	32
 Stuttgart	36
 Wie sag ich's? Wie frag ich's?.....	38
 Der Berg ruft	43
 Ein Tagesablauf.....	49
 Nachtcafé	52
 Die Antwort.....	53
 Wen und wie informieren wir	55
 Familienkonferenz.....	68
 Der Polizeieinsatz.....	76
 24.03.2021 Mittwoch (210)	78
 Tierische Freundschaft.....	84
 Termin beim Bestatter	87
 Mein Geburtstag.....	93
 Unsere Liebe	109
 Mein Glückstag.....	111
 Liebe im Alter	114
 Karins Geburtstag	122
 Einäscherung	132
 Der STERN	136
 Mut oder Feigheit	140
 Die letzten 100 Tage	152
 Treffen mit Marco	160

Hamburg	163
Hamburg aus Sicht meiner Frau	163
Hamburg aus meiner Sicht.....	167
Die Video-Aufzeichnung.....	168
Die Ballonfahrt	173
Die Gutachten, der Schock	176
Druck und Kampf	179
Die Würde des Menschen	191
Nachtcafe 2. Thema	193
Erkenntnisse	194
Oberstdorf	204
Alles hat ein Ende (KW41)	216
Unser Hochzeitstag	225
Zwei Wochen	242
Unsere letzten Aufgaben	245
Wir entscheiden	250
Gleichgewicht	252
Die letzte Umarmung	257
Müssen wir unser Recht einklagen?	262
I. Die Grundrechte	263
Weihnachten 24.12.2021	276
Neujahr	279
Was wäre, wenn	280
Heilige-Drei-Könige	284
Nähe	285
Überraschungen	286
Verein Sterbehilfe	298
Das Leben geht vor (Nachtrag)	299
Was passiert am Tag X? (20. Oktober 20.21 Mi)	303
September 2021	304
Mitte Oktober	304
Dezember	304
Januar 2022	305
Februar 2022	305

So wollten wir es	307
Zur Erinnerung.....	309
Unser Abschiedsritual	311
Das habe ich mitgenommen.....	312
Anhang	315
Unser Stammbaum	315
Meine Eltern	317
Berlin	320
Wahlstedt	322
Mein Schulfreund	323
The Early-Birds.....	324
Meine Ausbildung	325
Lehre in Kiel.....	325
Der Führerschein.....	328
Glück muss man haben.....	329
Die Bundeswehr	330
Meine erste Frau Ulrike.....	332
Meine Söhne	333
Bessie	341
Meine Arbeit	346
Das Messteam	348
Unser Pajero.....	350
Mein italienischer Freund Domenico	352
Erfahrungen.....	354
Seitensprünge	355
Trennung.....	356
Meine Söhne nach der Trennung	357
Frankreichurlaub	359
Der erste Urlaub mit Karin.....	362
Im Himmelbett	362
Urlaub auf Lanzarote	363
Mein fünfzigster Geburtstag	364

Meine Schwester Ilona	366
Von meiner Schwester	366
Unsere Hochzeit	370
Meine Projekte	373
Verabschiedung von Daimler 2015	377
Mein CONSYST Büro	378
Lieblingsessen	380
Meine Hobbies	381
Segelflug.....	383
Squash	390
Vincent auf der Walz	392
Zwei Schwiegertöchter	395
Meine Enkel	396
Tomke.....	396
Mein Opa Karl.....	399
Jonte	400
Ben	402
Marco	405
Laura	407
Philipp	408
Vincent	408
Mein Freund Werner	410
Unsere Freundin Viola	416
Arbeitskollege und Freund	420
Meer Verbundenheit - Segeln.	422
Norwegen	423
Segelfreundin Swantje	426
Atlantik	427
Briefe aus Casablanca	428
Meine Schulkammeraden	430
 Fotogalerie	432
 Meine Autos	437
Leistungsgrenzen	440

Unsere Parkanlagen.....	441
Unser Buddha.....	443
Fünf Generationen	445
Die Stiftung	447

❖ ❖

*Wenn aus der Freundschaft Liebe wird, zwei Menschen sich vereinen,
zusammen gehen wir Hand in Hand, die Sonne wird oft scheinen.*

*Wenn Regen aus den Wolken fällt, der Weg wird uns nicht trennen,
denn Liebesglück ist wunderbar und wird auf Dauer brennen.*

*Ein jeder fühlt des anderen Schmerz, gibt Liebe, Hoffnung, Zuversicht,
halbiert sich doch des anderen Leid, aus Dunkelheit wird helles Licht.*

*Wenn einer geht zum letzten Tag, die Liebe bleibt bestehen,
der Abschied für uns beide zählt, zusammen wollen wir gehen.*

*Allein zu sein auf dieser Welt, wollt keiner sich vorstellen,
Auch wenn wir gehen, es tut uns leid, wir sind keine Rebellen.*

*Wir treten ein, selbst zu bestimmen und hoffen für uns alle,
dass Recht obsiegt für Menschenglück und das in jedem Falle.*

*Ein selbstbestimmtes Leben ist, für uns ein hohes Gut,
es durchzusetzen ist oft schwer, erfordert Kraft und Mut.*

*Die Selbstbestimmung ist gewählt, am Ende zu entscheiden,
sieht man den Schmutz auf dieser Welt will keiner mehr hierbleiben,
Menschen verschmutzen wissentlich die Welt, Meer und Getier,
und das bewusst ganz ohne Sinn aus Macht und lauter Gier.*

*Hat man gelebt und nichts versäumt der Abschied fällt nicht schwer,
ein wenig doch, vermissen euch, wir lieben euch zu sehr.*

*Der Regenbogen gibt uns Raum den ewigen Tanz zu führen,
zwei Regentropfen, die ihr seht, ihr könnt sie gern berühren.*

*Wir ziehen dahin zur ewigen Ruh und wollen euch was schenken,
dies Buch ich schrieb und etwas mehr zu unserem Gedenken.*

❖ ❖

Recht auf Selbstbestimmung

Verstoß gegen Grundgesetz

Bundesverfassungsgericht kippt Verbot von Sterbehilfe

| 26.02.20 | 12:44 Uhr

Das Bundesverfassungsgericht hat das Verbot der geschäftsmäßigen Sterbehilfe für verfassungswidrig erklärt. Es verstößt gegen das Recht auf selbstbestimmtes Sterben. Ärzte dürfen also künftig todbringende Medikamente verschreiben und so Hilfe zum Suizid leisten.

Das 2015 eingeführte Verbot der geschäftsmäßigen Sterbehilfe verstößt gegen das Grundgesetz.

Das hat das Bundesverfassungsgericht am Mittwoch entschieden. Es gebe ein Recht auf selbstbestimmtes Sterben, sagte der Präsident des Bundesverfassungsgerichts, Andreas Voßkuhle, bei der Urteilsverkündung in Karlsruhe. Das schließe die Freiheit ein, sich das Leben zu nehmen und dabei Angebote von Dritten in Anspruch zu nehmen.

Die Entscheidung eines Einzelnen zum freiwilligen Suizid müsse von Staat und Gesellschaft "als Akt autonomer Selbstbestimmung" respektiert werden, hieß es weiter.

Der neue Strafrechtsparagraf 217 mache das allerdings weitgehend unmöglich, weshalb die Richter ihn für nichtig erklärt. Ausdrücklich sprechen die Richter dem Bundestag als dem Gesetzgeber zwar das Recht zu, die Suizidhilfe zu regulieren. Dabei müsse aber Raum zur Umsetzung einer Selbsttötung verbleiben.

❖ ❖