





**Susanna Zachar Simo**

# **Leitfaden zum Tod**

**Den Tod verstehen und damit Leben**

© 2022 Susanna Zachár-Simó

ISBN Softcover: 978-3-347-52330-2

ISBN E-Book: 978-3-347-52339-5

ISBN Großschrift: 978-3-347-52349-4

Druck und Distribution im Auftrag des Autors:  
tredition GmbH, An der Strusbek 10, 22926 Ahrensburg,  
Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", An der Strusbek 10, 22926 Ahrensburg, Deutschland.

## **Vorwort**

Wenn du dem Tod zum ersten Mal begegnest, dann fühlst du dich verloren und vielleicht verängstigt. Ich habe den Tod früh kennengelernt und er ist mittlerweile mein Weggefährte. Ich erzähle dir wie ich dem Tod begegnete. Als Hypnose- und Reinkarnationstherapeutin zeige ich dir zudem einige Selbsttherapiemöglichkeiten, um mit deinem Verlust umzugehen. Die folgenden Seiten sollen dir helfen den Tod aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten, dich mit ihm zu versöhnen und die Angst abzulegen.

Susanna Zachár-Simó



## **Begegnungen mit dem Tod**

Bevor ich meine Augen zum ersten Mal geöffnet habe, traf ich ihn bereits. Der Tod reichte mir seine Hand und wollte, dass ich mit ihm gehe. Vielleicht war es auch andersherum. Ich fühlte mich in der Zwischenwelt wohl und wollte gar nicht unbedingt leben. Der Tod zog mich magisch an, wies mich jedoch zurück – Auf mich wartete das Leben.

Ich kann mich natürlich an nichts mehr erinnern, aber meine Mutter erzählte mir oft die Geschichte wie ich bei der Geburt beinahe gestorben wäre. Bereits überfällig lag meine Mutter mit mir im Krankenhaus, doch die Wehen wollten nicht einsetzen. Nachts musste die Zimmergenossin meiner Mutter den Nachtdienst rufen, denn meine Mutter lag ohnmächtig in ihrem Bett und alles war voll Blut. Ich hatte die Plazenta hinauskatapultiert und bekam weder Luft noch die nötigen Nährstoffe. Der zuständige Frauenarzt übte sich zu diesem Zeitpunkt zu Hause als Gastgeber. Ob er auf unser Leben angestossen hatte? Als er den Pikettanruf erhielt, erwiderte er kalt: «Bis ich ankommen würde, wären schon beide tot!», Er hängte den Hörer auf und schenkte seinen Hausgästen eine weitere Runde Schnaps ein. Im Gegensatz zu ihm hatte der diensthabende, einarmige Arzt seinen Eid nicht vergessen. Trotz seines Handicaps tat er alles Menschenmögliche, um meine Mutter und mich am Leben zu erhalten. Sein rechter Arm war amputiert, so war er bei dem Kaiserschnitt auf die Unterstützung der Krankenschwester angewiesen. Nach einigen Minuten am Beatmungsgerät begann ich also mein Leben. Ein Leben, das ich liebe und genieße.

Der Tod liess sich die ersten Jahre meines Lebens nicht in meinem Umfeld blicken. Mit ungefähr sieben Jahren, besuchte ich mit einer Freundin ihre Urgrossmutter, die offensichtlich am Sterben lag. Für eine sterbende Frau erweckte sie für mich einen sehr lebendigen Eindruck. Der Besuch des Pfarrers, der ihr die letzte Ehre erwies, erschien mir dabei übertrieben theatralisch. Dass der Tod etwas Endgültiges und Schreckliches sein muss, das war mir dennoch bewusst. Er war eine Gefahr, etwas, was uns unsere Liebsten entreisst. Etwas, was Angst macht.

Ich war noch sehr klein als mein Bruder schwer krank wurde. Meine Eltern schienen verzweifelt und ständig besorgt zu sein. Er musste mit einem Gehirntumor operiert werden und die Angst er könnte sterben, war plötzlich allgegenwärtig. Zum Glück verlief die Operation gut und mein Bruder überlebte.

Er musste von da an täglich mehrmals Medikamente schlucken und meine Mutter bekam bei jedem Anzeichen eines Unwohlseins wieder Angstzustände. Die Gefahr war zwar gebannt, aber unser Leben spielte sich von da an gewissermassen auf einen Mienenfeld ab.

Mein Vater musste mal ins Krankenhaus als sich seine Haut gelb verfärbte. Er hatte Gelbsucht, was auf die geschwächte Leberschwäche zurückzuführen war. Der hohe Alkoholkonsum hatte seine Spuren hinterlassen. «Er sollte keinen Alkohol mehr trinken, sonst würde er sterben.», hiess es. Er trank trotzdem weiter und somit hatten wir um ihn ebenfalls ständig Angst. Ich liebte meinen Vater abgöttisch. Er war trotz der Alkoholsucht ein guter und liebenswerter Vater.



Die Vorstellung ihn einmal zu verlieren war für mich unerträglich.

Etwas Zeit verging. Wir zogen von Siebenbürgen nach Ungarn und wenn auch nicht mit dem Tod, so musste ich mich mit dem Abschied von geliebten Menschen, Freunden und zu Hause auseinandersetzen. Ich glaube ich war zwölf Jahre alt, als meine Urgrossmutter starb. Ich hatte sie nur einmal im Leben gesehen. Als ich von ihrem Tod erfuhr, weinte ich. Ich kannte sie aus den Erzählungen meiner Mutter, ich wusste, wie sehr sie, sie geliebt hatte. Als ich meine Urgrossmutter aber kennenlernte war sie schon sehr alt. Ich hatte mit ihrem Tod nicht viel verloren, aber was mich traurig machte, war der Verlust, welchen meine Mutter erlitten hatte. Ich hatte Mitgefühl und ich fühlte einen gewissen Schock. Das war das erste Mal, dass der Tod sich jemanden aus meiner Verwandtschaft holte. Die Geschichte wiederholte sich zwei Jahre später als meine zweite Urgrossmutter im Alter von sechsendneunzig Jahren starb. Ich kannte sie ebenfalls kaum. Aber der Schmerz meines Vaters tat auch mir weh.

Viel schrecklicher als den Verlust meiner Urgrossmutter erlebte ich die Nachrichten vom Tod des Vaters einer Klassenkameradin. Wie konnte sie nur ohne ihren Vater weiterleben? Eine schreckliche Vorstellung!

Ich hörte von jemanden in der Schule, die kurz vor ihrem Abschluss in der Badewanne ertrank. Ich hatte ihren Bruder kennen gelernt und fühlte neben dem Mitgefühl etwas anderes. Sensationslust! Ich will es gar nicht schönreden, aber fremde Tragödien erwecken oft Sensationsgier in en Menschen. Woher kommt dieses Gefühl? Warum erwecken

Schlagzeilen über Unfall, Tod und Katastrophen so viel Aufmerksamkeit?

Der Tod ist ein Mysterium, das beängstigt aber mindestens genauso neugierig macht. Genauso wie Neues. Oft haben wir Angst etwas zu beenden, wir haben Angst vom Ungewissen, Unbekannten und sehnen uns doch irgendwo danach.

Auf mich kam mit dreizehn Jahren ein unbekannter Lebensabschnitt zu. Nachdem sich meine Eltern im Sommer zuvor scheiden liessen, lernte meine Mutter einen Schweizer Polizisten kennen. Ich zog mit ihnen in die Schweiz. Ich liess meinen geliebten Vater zurück, meinen zehn Jahre älteren und mittlerweile erwachsenen Bruder, meinen Hund Benji und meine grösste Stütze, meine Grossmutter. Meine Grossmutter wohnte die ersten neun Jahre meines Lebens mit uns. Sie war für mich ebenso wichtig, wie meine Eltern. Anders als bei manchen Mehrgenerationshaushalten in Ungarn, war es bei uns immer selbstverständlich, dass die Erwachsenen auch mal ihre eigenen Wege gehen und die Familie nicht immer zusammenleben muss. Also nahm ich Abschied von meinem Leben in Ungarn, und was bis anhin mein Alltag war, wurde zur Ferienattraktion. Ich liebte es nach Ungarn zu reisen, mich dort mit Freunden zu treffen mit meinem Bruder als grosses Mädchen etwas zu unternehmen, mich von meiner Grossmutter verwöhnen zu lassen und den Witzen meines Vaters zuzuhören. Das Leben in der Schweiz war aufregend und mal mehr mal weniger erfreulich. Ich hatte neue Freunde gefunden und das Familienleben war halt nicht mehr so wichtig. Wie bei vielen Teenagern, standen auch bei mir die Freunde an der ersten Stelle. Selbst in meinen Ferien in Ungarn widmete ich mehr Zeit meiner