

Inhalt

Logik 7

Geschichten, die das Leben erzählt, weil der Tod sie geschrieben hat 9

Noch ein Vorwort 13

Dem Tod ins Auge sehen 17

Ein Nachmittag in der »Universum-Klinik« 19

Leib und Seele 21

Lohnt es sich? 22

Alte Geschwisterliebe 23

Hilflose Männer 25

Ich hätte später gerne Besuch! 26

Eine Erinnerung an Heiligabend 27

Schlimmer als der Tod? 28

Wenn Miteinander-Reden wie ein kleines Wunder ist 30

Glück im Unglück 34

Mit Kindern über das Sterben reden 36

»Wir wollen ihn lebendig in Erinnerung behalten« oder:

»Fürchtet euch nicht!« 39

»Bye-bye, Papa« 41

»Wie fühlt sich Sterben an?« – Fragestunde in einer Grundschule 45

Demenz und Trauer 47

Abschiedstränen an der Startbahn 51

Erfahrungsaustausch 52

Ganzheitlich 53

Dann kam der Tod. Und alles war für immer anders 55

Schön wie eine Fee 57

Beileidswünsche im Ruhrgebiet oder: »Du arme Socke« 58

Bubis vorletzte Ruhestätte 60

Das gebügelte Hemd 62

»Ich wusste doch nicht, was ›tot‹ bedeutet!« 66

Wäre es mein Kind gewesen ... 67

Die letzte Ehre – wie öffentlich darf der Tod sein? 68

»Ich glaube an die Auferstehung der Toten« 71

Halloween, Allerheiligen, Allerseelen und Totensonntag 72

Der Tod hält sich an keinen Plan 73

Weihwasser 75

Türöffner 78
Was kostet der Tod? 80
»Tobias wollte nicht mehr leben« 82
Wohin mit der Fantasie im Kopf? 88

Wie lange dauert Traurigsein? 91

Himmlisch 93
Beneidenswert 94
Überraschungsmomente 96
»Du blöder Sitzkissenpupsmistker!!« 97
Verschluckt 99
Ganz einfach 102
Sehnsucht ist unbescheiden 104
»Es fehlt einfach ganz viel!« 107
Angelina 108
»Leichenwasser« 112
»Mama, weinst du?« »Nein, mein Schatz ...« 113
»Wohin mit meiner Liebe?« 115
Sorge um das Vergessen – ein Gespräch in der Kindertrauergruppe 117
Bodyguard oder »Das sage ich meinem großen Bruder!« 119
»Mutter, nun wein doch nicht. Und zieh' mal was anderes an!« –
Trauernde aushalten lernen 123
Pfützenspringen – Fröhlichkeit erleben, auch in der Trauer 126
Wer bestimmt eigentlich, was normal ist? – Trauern und (neu) lieben 127
»... und deshalb hat Papa sich selbst umgebracht« 130
»Ich hätte niemals gedacht, dass ich ohne Mama weiterleben kann« 132
»Danke, dass sie geholfen haben, dass Lena nach
dem Tod ihrer Mutter nicht mehr traurig ist« 136
Mamaduft 139
Gegen das Vergessen 141
Manchmal ist es so schwer, Eltern zu sein und sich selbst
nicht zu verlieren 143
»Wer von euch ohne Schuld ist, werfe den ersten Stein ...« 145
Ein Raum voller Düfte 149
»Ich mache das wie mein Vater« 152
Was ist »normal«? 154
Alles Scheiße oder was? 156
Wie schön du bist! 159
Und das noch ... 160