

MAMA IST JETZT ÜBERALL DAHEIM

Wie Sterben gemeinsam gemeistert werden kann

von Ursula Sonne

© 2024 Ursula Sonne

Gestaltung + Illustration: Kathrin Reiter
Lektorat + Korrektorat: Mag. Sylvia Eisenreich
Druck und Vertrieb im Auftrag der Autorin:
Buchschniede von Dataform Media GmbH, Wien
www.buchschniede.at - Folge deinem Buchgefühl!

ISBN: 978-3-99165-574-9 (Paperback)

ISBN: 978-3-99165-573-2 (E-Book)



Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

„Man sieht nur
mit dem Herzen gut,
das Wesentliche ist
für die Augen unsichtbar.“

Antoine de Saint-Exupéry

INHALT

Von guten Mächten	7
Über mich	11
Mamas Körper verlor an Kraft	17
Hilfe vom Universum	25
Das Leben meistern	33
Im Geist Top-fit	39
Onkel Franz und seine Wohnung	43
Weihnachten	47
Der Garten	51
Pfingsten	59
Der Zahnarzttermin	65
Juli 2022	69
Vergebung wirkt Wunder	79
Der Trauergottesdienst	93
Urnenbeisetzung	97
Vorahnungen	101
Liebe ist sichtbar	105
Die Zeit danach	109
Dankbarkeit und Wertschätzung	113
Unterschiede in der Trauerreaktion	117
Schlussworte	121



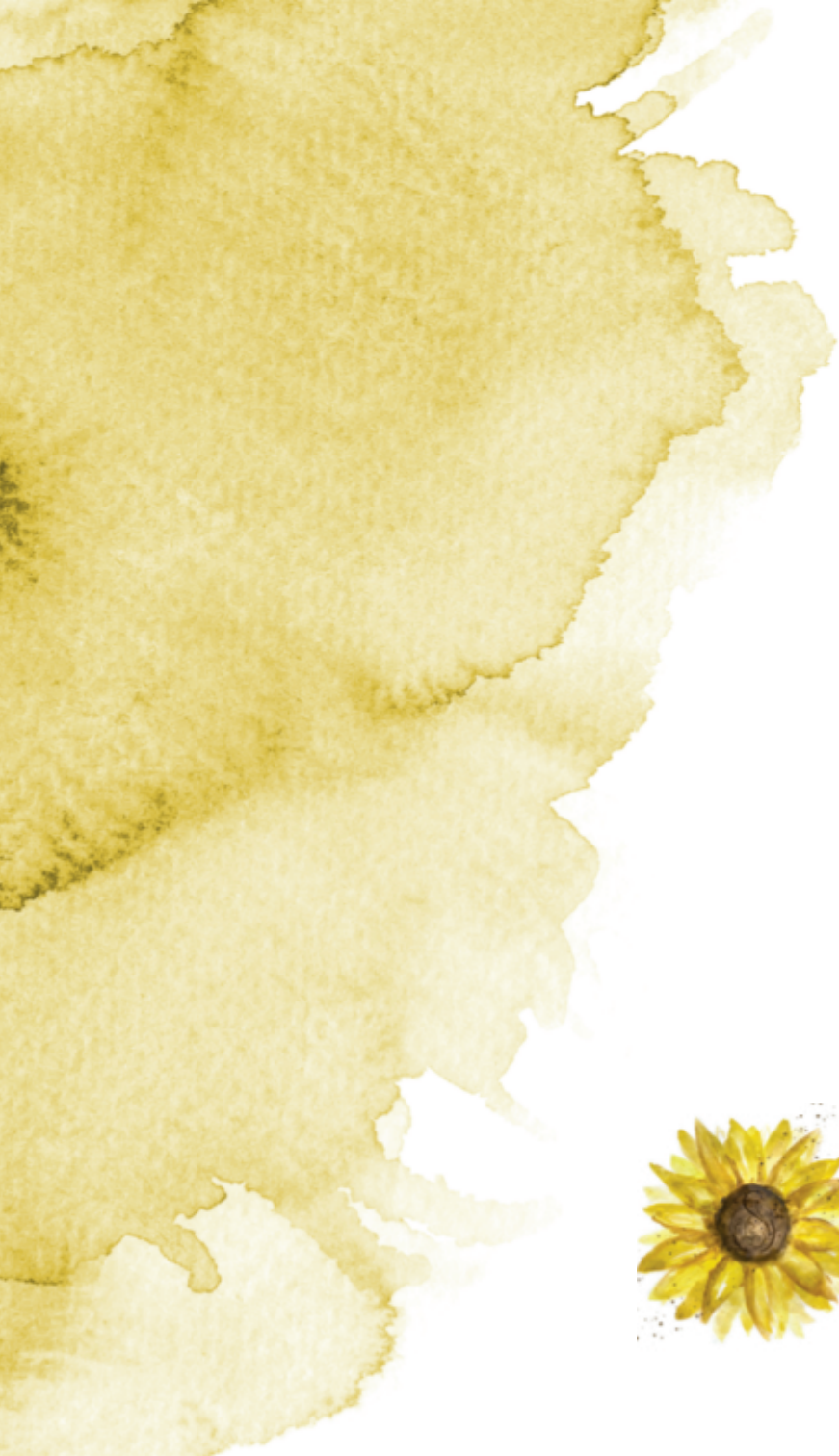
VON GUTEN MÄCHTEN

Gebet von Dietrich Bonhoeffer

Von guten Mächten treu und still umgeben,
behütet und getröstet wunderbar,
so will ich diese Tage mit euch leben
und mit euch gehen in ein neues Jahr.

Noch will das alte unsre Herzen quälen,
noch drückt uns böser Tage schwere Last.
Ach Herr, gib unsern aufgescheuchten Seelen
das Heil, für das du uns bereitet hast.

Und reichst du uns den schweren Kelch, den bittern
des Leids, gefüllt bis an den höchsten Rand,
so nehmen wir ihn dankbar ohne Zittern
aus deiner guten und geliebten Hand.

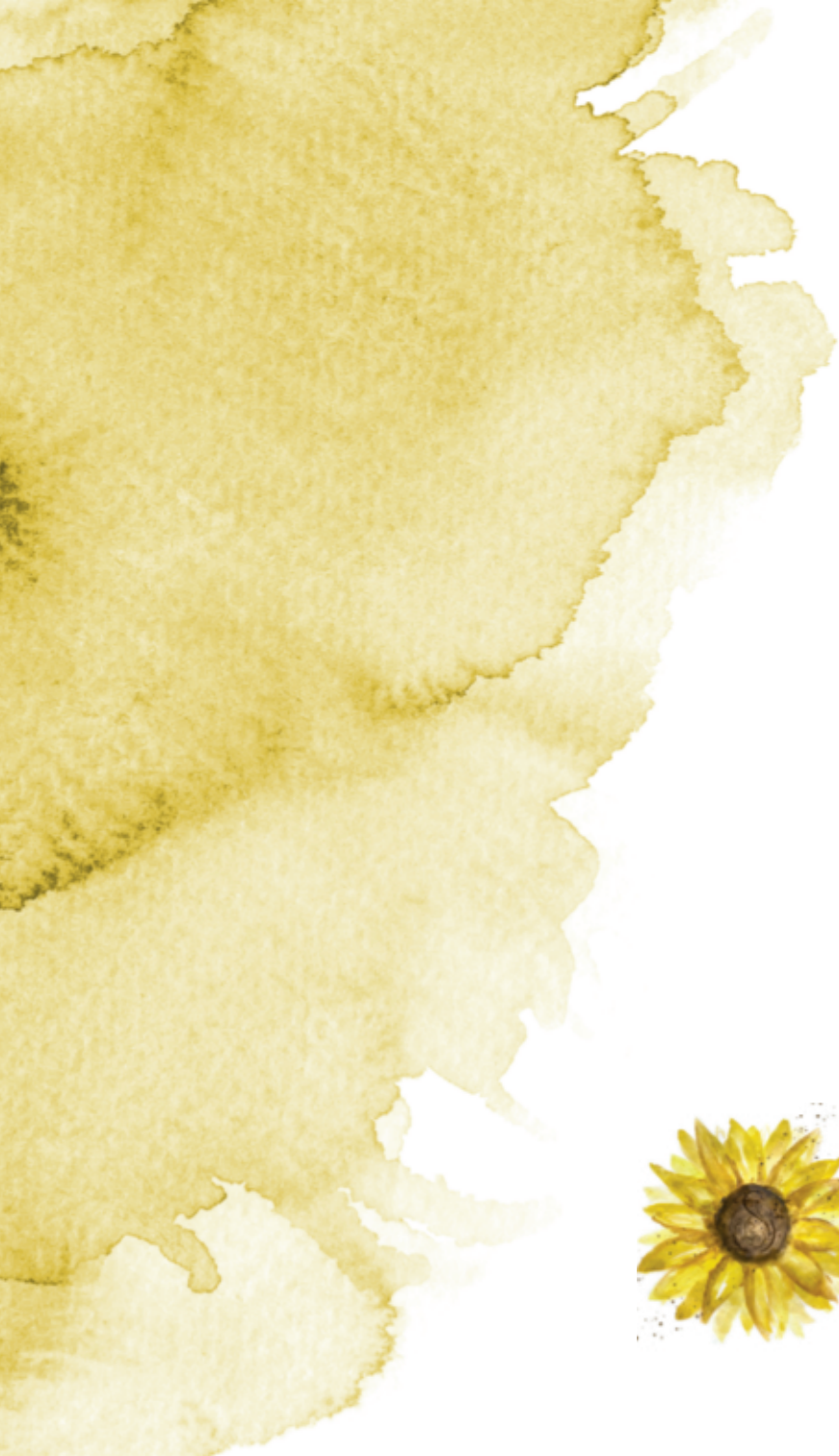


Doch willst du uns noch einmal Freude schenken
an dieser Welt und ihrer Sonne Glanz,
dann wolln wir des Vergangenen gedenken,
und dann gehört dir unser Leben ganz.

Lass warm und hell die Kerzen heute flammen,
die du in unsre Dunkelheit gebracht.
Führ, wenn es sein kann, wieder uns zusammen.
Wir wissen es, dein Licht scheint in der Nacht.

Wenn sich die Stille nun tief um uns breitet,
so lass uns hören jenen vollen Klang
der Welt, die unsichtbar sich um uns weitet,
all deiner Kinder hohen Lobgesang.

Von guten Mächten wunderbar geborgen
erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen
und ganz gewiss an jedem neuen Tag.



ÜBER MICH

*Von guten Mächten treu und still umgeben,
behütet und getröstet wunderbar,
so will ich diese Tage mit euch leben
und mit euch gehen in ein neues Jahr.*

Schon von klein auf wurde mir immer wieder gespiegelt, dass es mehr als nur fünf Sinne gibt. Meine Großmutter erzählte mir früher beispielsweise von einem Traum, in welchem sie ihren Bruder im Krieg fallen gesehen hatte. Im Traum erlebte sie seinen letzten Aufbruch in eine Schlacht, wie auf einer Kinoleinwand. Einen Monat nach diesem Traum erhielten ihre Eltern einen Brief vom Militär. In diesem stand die Nachricht, dass ihr Sohn gefallen war. Er war genau in jener Nacht gefallen, in welcher meine Großmutter den Traum gehabt hatte. Bis zu diesem Moment hatte ihr keiner in der Familie Glauben geschenkt. Vielmehr wurde sie eher belächelt und sprach dann auch nicht mehr darüber. Erst als der Brief kam, wussten ihre Angehörigen, dass sie recht gehabt hatte.

Auch meine blinde Firmpatin Maridl und ihre ebenfalls blinden Geschwister lehrten mich schon früh, dass wir nicht nur mit den Augen sehen. Ich erlebte blinde und sehbehinderte Menschen immer als besonders empathisch. Maridl fühlte und wusste so viel über andere Menschen, noch bevor es ihr erzählt wurde. Als sie mich einmal in meiner neuen Wohnung besuchen kam, brauchte ich ihr nichts zu den Räumen erklären. Wir gingen von der Küche ins Mittelzimmer und dann weiter ins Schlafzimmer. Bei jedem Raum erklärte sie mir, wie hell er war, wie er sich anfühlte und wofür sie ihn benutzen würde.

Auch dass es „Grenzen nur in unseren Köpfen und in unserem Denken gibt“, lernte ich von Maridl. Obwohl sie blind war, reiste sie in ferne Länder, lernte Menschen unterschiedlicher Kulturen kennen und half Menschen durch Zuhören und tatkräftiges Mitwirken bei Alltagstätigkeiten. Dies natürlich, soweit es im Rahmen ihrer Erblindung möglich war. Die Menschen liebten sie. Das konnte man auf vielen ihrer Fotos, die sie nach ihrer Rückkehr in die Heimat herzeigte, gut erkennen.

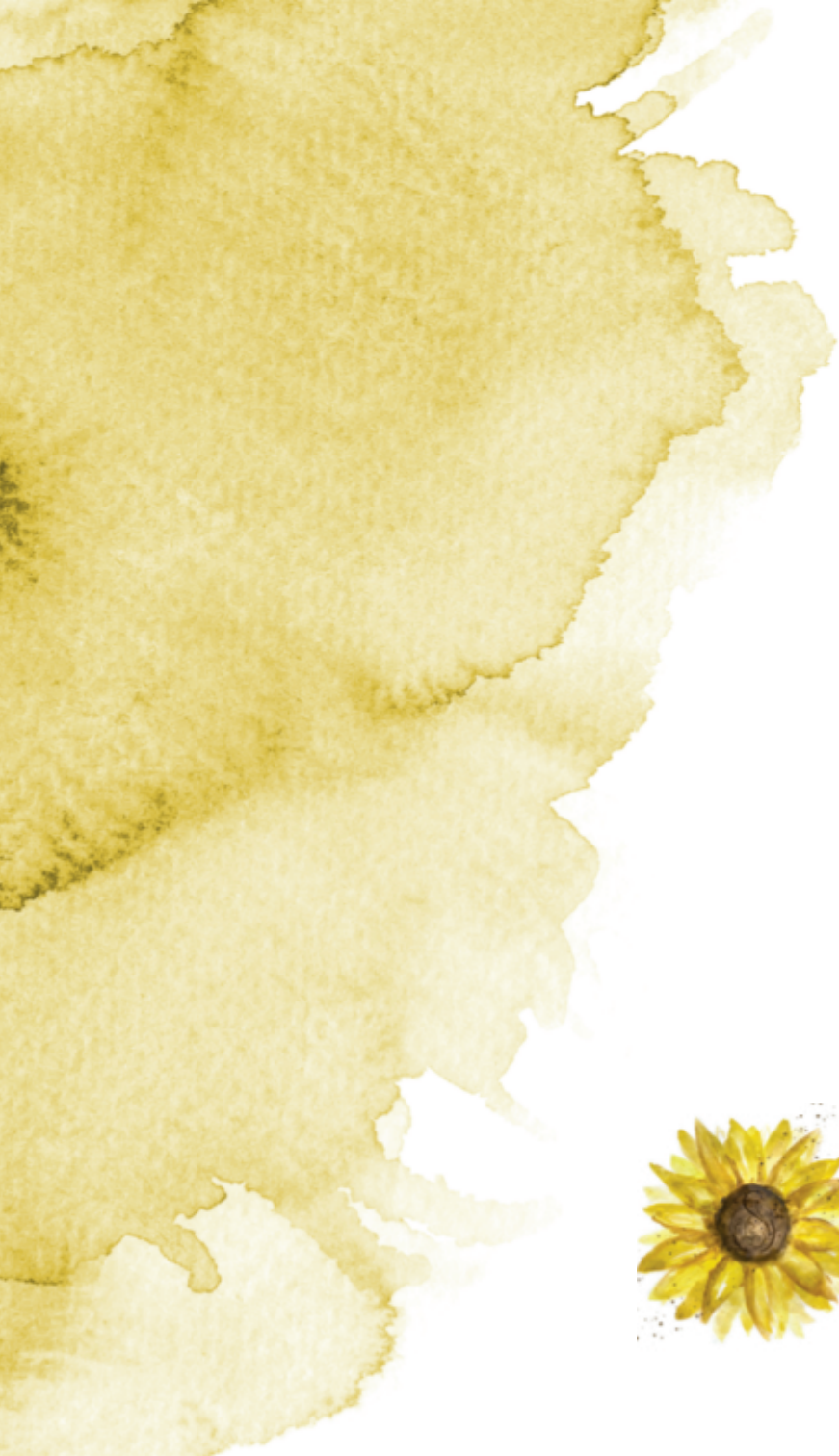
In ihrer Wohnung in Südtirol hatte sie auch ein eigenes Büro mit jeder Menge technischem Equipment. Sie konnte gut damit umgehen. Viele Jahre gestaltete sie selbst regelmäßige Beiträge zu Radiosendungen. Dies zu einer Zeit, in welcher das Wort „barrierefrei“ für die Mehrheit der Menschen noch ein Fremdwort war.

Während meiner langjährigen Tätigkeit im Wohnheim für schwerst körperlich und seelisch eingeschränkte Menschen, war ich immer wieder fasziniert und tief berührt, wie Kommunikation auch auf non-verbaler Ebene funktioniert. Obwohl manche Menschen weder reden noch schreiben können und manchmal auch nichts hören, können Verständigung und Kommunikation sehr wohl über andere Ebenen und Kanäle stattfinden. Kommunikation beginnt eben im Herzen.

Meine Großmutter, meine blinde Firmpatin und ihre Geschwister sowie die Menschen im Wohnheim führten mich immer wieder in diese magische Welt des Fühlens, der Intuition und des „Übernatürlichen“ ein. Ich fühlte mich schon immer verbunden mit dem Universum und der spirituellen Welt.

Als Mama sich aus dieser Welt zu verabschieden begann, führte uns der Weg ihrer Krankheit gemeinsam zurück zu jener Sprache, die auf anderen Ebenen stattfindet. Während Mamas Kraft immer mehr nachließ und auch ihr Sprachvermögen zunehmend versagte, schwangen wir uns gemeinsam auf den anderen Ebenen des Kommunizierens ein.

Die Sprache der Augen, der Gesten, der Mimik und Zeichen sowie die Sprache der Herzen und der Intuition wurde zunehmend unser Instrument, um miteinander zu kommunizieren.



MAMAS KÖRPER VERLOR AN KRAFT

*Noch will das alte unsre Herzen quälen,
noch drückt uns böser Tage schwere Last.
Ach Herr, gib unsern aufgeschreckten Seelen
das Heil, für das du uns bereitet hast.*

„Was ist mit deiner Mama? Es zieht sie immer mehr nach links ...“ – so wurde ich eines Tages von meinem Lebensmenschen beim Einkaufen mit meinen Eltern gefragt. „Ja, es fällt mir auch auf – vielleicht braucht sie eine neue Brille?“, war meine Antwort.

„Ich habe kalte Füße, Krämpfe in der Nacht. Sie werden immer mehr und kommen öfters“, erzählte mir Mama bald danach in einem Gespräch via Skype. Aufgrund der mehrstündigen Entfernung unserer Wohnorte nutzten wir dieses häufig, um miteinander zu reden. In meinem Kopf ratterte es. Die Fährte, die ich aufnahm, war richtig, und ich tat alles, um Mama zu helfen.

Leider aber waren alle Symptome Teile einer darüberliegenden

Diagnose. Ich dachte an Magnesiummangel, warme Socken, barfuß gehen, Kneipp-Wannenbäder, Rosmarintinktur zum Einreiben für den Nacken und die Arme. Ich kaufte eine Steinmatte, auf welcher man auch in der Wohnung stehen und sich so die Fußsohlen massieren konnte. Leider brauchte ich sie nicht mehr für Mama. Denn die Diagnose und die Krankheit schritten schneller voran, als ich damals dachte.

Es dauerte allerdings noch ein paar Monate, bis klar wurde, worum es sich bei Mamas Symptomen wirklich handelte. Zwischenzeitlich sah ich immer wieder meine verstorbene Oma beim Einschlafen vor meinem geistigen Auge. Sie zeigte zu Mamas Hinterkopf, immer und immer wieder. Ich war schon verzweifelt, denn ich verstand einfach nicht, was sie mir sagen wollte. Ich bat sie, klarer zu reden, mir in Worten zu sagen, was sie genau meinte. Dann schlief ich jedoch stets ein.

Schließlich kam die Feier des fünfzigsten Hochzeitstages meiner Eltern. Trotz pandemiebedingter Hindernisse und einer Verletzung am linken Fuß (ich war mit Krücken

unterwegs), schafften es mein Lebensgefährte Hannes und ich, von Österreich zu den Eltern nach Bozen zu fahren. Die Feier wurde wunderschön. Und doch – sie war bereits getrübt – zumindest für mich und meinen Partner. Während der Feier hatte Mama plötzlich wieder einen Krampf im rechten Arm. Mir wurde schwer ums Herz. Ich wusste, dass wir etwas tun mussten, aber ich wusste nicht wirklich was. Ich wollte meine Eltern bei einer nächsten passenden Gelegenheit darauf ansprechen. „Nicht jetzt und nicht bei dieser wunderschönen Feier“, ging es mir durch den Kopf. Leider kam die Gelegenheit zu diesem Gespräch weniger schnell als erhofft. Es war Sommer und noch immer Pandemiezeit. So zog sich erst alles ein wenig hin. Doch plötzlich ging dann alles ganz rasch: Meine Schwägerin, eine Krankenpflegerin, hatte bemerkt, dass mit Mama „etwas nicht stimmte“. Sie suchten einen Neurologen auf. Ein MRT wurde gemacht. Mein Bruder war beim Termin mit dem Neurologen dabei. Erst meinte der Arzt, ALS könne wohl ausgeschlossen werden. Als mein Bruder erwiderte, dass bereits Mamas Schwester ALS gehabt hatte und unter anderem daran verstorben

sei, wurde der Arzt blass und sackte ein wenig zusammen. So wurde es mir nachher geschildert. Umgehend organisierte er eine stationäre Aufnahme von Mama im Krankenhaus Bozen auf der Neurologischen Station.

Es war Mitte August 2021 – um Maria Himmelfahrt herum. Ich war mit dem Binden von Kräuterbüschen beschäftigt. Da kam Mamas SMS mit der Nachricht, dass die Diagnose da wäre. Es war wie ein Blitzschlag: ALS.

ALS (Amyotrophe Lateralsklerose) ist eine Krankheit, bei welcher es zum schleichenden Absterben von Nervenzellen kommt, welche für die Steuerung der Muskeln verantwortlich sind. Es kommt in der Folge zu fortschreitenden Ausfällen unterschiedlicher motorischer Funktionen des gesamten Körpers, wobei diese Ausfälle bei jedem Menschen unterschiedlich verlaufen. Die Nervenzellen sterben ab, weil „Abfälle“ des Stoffwechselprozesses nicht mehr richtig entsorgt werden. Obwohl es dabei zu einer Störung motorischer Funktionen kommt, sind die kognitiven Fähigkeiten, also Denkleistung und auch das Bewusstsein unbeeinträchtigt. Den betroffenen Menschen ist somit ihr Schicksal