

## TEXTE ZUR STERBEBEGLEITUNG

### Stufen

Wie jede Blüte welkt  
und jede Jugend dem Alter weicht,  
blüht jede Lebensstufe,  
blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.  
Es muss das Herz bei jeder Lebensstufe  
bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
um sich in Tapferkeit und ohne Trauern  
in and're, neue Bindungen zu geben.  
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
der uns beschützt und der uns hilft zu leben.  
Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
an keinem wie an einer Heimat hängen,  
der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,  
er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten!  
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise  
und traulich eingewohnt,  
so droht Erschlaffen!  
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,  
mag lähmender Gewohnheit sich entrafen.  
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
uns neuen Räumen jung entgegen senden:  
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden.  
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!  
(Hermann Hesse)

### Ich habe Angst vor dem Tod.

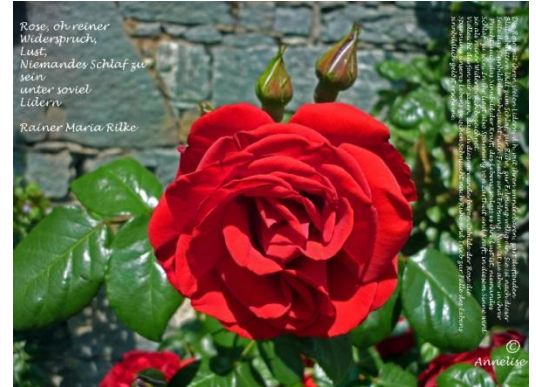
Beim Einschlafen denke ich manchmal:  
Was wird mit mir sein, wenn ich nicht mehr  
aufwache.  
Ich denke mir oft,  
dass ich vor der Geburt  
von meiner Mutter umgeben war,  
in ihrem Leib, ohne sie zu kennen.  
Dann brachte sie mich zur Welt,  
und ich kenne sie nun und lebe mit ihr.  
So, glaube ich  
sind wir als Lebende von Gott umgeben,  
ohne ihn zu erkennen.  
Wenn wir sterben,  
werden wir ihn erfahren,  
so wie ein Kind seine Mutter,  
und mit ihm sein.  
Warum soll ich den Tod fürchten?  
Carl Zuckmayer

### Herbst

Die Blätter fallen, fallen wie von weit,  
als welkten in den Himmeln ferne Gärten:  
sie fallen mit verneinender Gebärde.  
Und in den Nächten fällt die schwere Erde  
aus allen Sternen die Einsamkeit.  
Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.  
Und sieh die andere an: es ist in allen.  
Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen  
unendlich sanft in seinen Händen hält.  
Rainer Maria Rilke

### Die Erste

Deine letzte Stunde  
wird  
die erste absolute sein  
Verlass dich auf das  
nackte Nein  
das sie bejaht  
Rose Ausländer



### Von guten Mächten...

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

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 aufgeschreckten Seelen  
das Heil, für das Du uns geschaffen hast.

Und reichst Du uns den schweren Kelch, den bitteren,  
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 woll'n 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.



Nun höre ich aber, dass Sie wirklich krank seien! Wie sehnlich ich einer tröstenden Nachricht von Ihnen entgegensehe, brauch' ich Ihnen doch wohl nicht zu sagen; und ich hoffe es wohl auch gewiss, obwohl ich es mir zur Gewohnheit gemacht habe, mir immer in allen Dingen das Schlimmste vorzustellen. Da der Tod (genau zu nehmen) der wahre Endzweck unseres Lebens ist, so habe ich mich seit ein paar Jahren mit diesem wahren, besten Freund des Menschen so bekannt gemacht, dass sein Bild nicht allein nichts Schreckendes mehr für mich hat, sondern recht viel beruhigendes und tröstendes! Und ich danke meinem Gott, dass er mir das Glück vergönnt hat, Mir die Gelegenheit (Sie verstehen mich) zu verschaffen, ihn als den Schlüssel zu unserer wahren Seligkeit kennenzulernen. Ich lege mich nie zu Bette, ohne zu bedenken, dass ich vielleicht (so jung als ich bin) den andren Tag nicht mehr sein werde – und es wird doch kein Mensch von allen, die mich kennen, sagen können, dass ich im Umgange mürrisch oder traurig wäre - , und für diese Glückseligkeit danke ich alle Tage meinem Schöpfer und wünsche sie von Herzen jedem anderen Mitmenschen.

Wolfgang Amadeus Mozart  
Brief an seinen Vater vom 4. April 1787

Meine liebe kleine Schwester, ich danke dir für deine lieben Worte. Weisst Du, dass es dir gar nicht leid zu tun braucht, dass du nicht selbst die Kraft hattest, dir zu helfen? Denn kein Mensch kann sich selber helfen. Die Welt ist zwar voller Leute, die sich das einreden, aber es gelingt ihnen allen so wenig, wie Münchhausen es gelang, sich an seinem eigenen Schopfe aus dem Sumpfe zu ziehen. Jeder kann immer nur den andern, der im gerade *zunächst* im Sumpfe steckt, beim Schopfe fassen und vor dem Versinken bewahren. Dies ist der „Nächste“ von dem die Bibel redet. Diese ganze mechanisch-unmögliche gegenseitige Halterei ist freilich erst dadurch möglich, dass die grosse Hand von oben alle diese haltenden Menschenhände selber bei den Handgelenken hält. Von ihr her und nicht von irgendeinem gar nicht vorhandenen „Boden unter den Füßen kommt allen diesen Menschen die Kraft“ zu halten und zu helfen.

*Es gibt kein Stehen, nur Getragenwerden.*

Franz Rosenzweig an seine Schwester

RAINER MARIA RILKE



PRAXIS SEELENWEG  
Lebensberatung Medialität Reiki  
www.seelenweg.ch

**ROSE, OH REINER  
WIDERSPRUCH,  
LUST,  
NIEMANDES SCHLAF ZU  
SEIN  
UNTER SOVIEL  
LIDERN**



Ich bin dem Sinn dieses Grabspruchs nachgegangen und habe folgende Erklärung gefunden:

### ***Erläuterung zum Grabspruch***

***Die Rose mit ihren vielen Lidern, d. h. mit ihren wunderbaren, zart duftenden Blütenblättern lädt zum Schlaf, zur Ruhe, zur Erlösung völlig ein. Sie ist nach dieser Seite das Sinnbild der Sehnsucht nach Friede und Erlösung. Nun ist sie aber in ihrer Pracht auch das Sinnbild der Kraft, des Lebens; sodaß es ihre Lust ist, niemandes Schlaf zu sein. In ihr liegt also Spannung von Zartheit und Kraft; in diesem Sinne wird sie als reiner Widerspruch bezeichnet. Vielleicht darf man sagen, daß in diesem wunderbaren Gebilde der Rose die Spannung unseres Lebens zwischen Sehnsucht nach Ruhe und Trieb zur Fülle des Lebens sinnbildlich gelöst erscheine".***  
***(Willi Nef im Schweizer Rosenblatt 12/1971)***



Das Leben Herman Schäfers  
sagt uns:

Die Zeit, die vorbei ist, habt  
ihr nicht.

Die Zeit, die kommt, ist euch nicht  
sicher.

Allein der Augenblick der Gegen-  
wart ist wert.

Die wichtigste Stunde ist immer  
die Gegenwart, der bedeutenste  
Mensch ist immer der, der dir  
gerade gegenübersteht,  
das notwendigste Werk ist immer  
die Liebe.

Jenni