

# viaMag

Das Magazin für eine neue Trauerkultur

Q2 2023 download- & teilbar für EUR 0,00

## SOM MEER

### INTERVIEW

MIT MEINER TRAUER

### HEY, BABE

TAKE A WALK ON THE  
WILD SIDE

### LICHT

### PALLIATIV.DETEKTIV

DEUTSCHE PALLIATIVSTIGUNTUNG

### ALLES

IS ANDERSCH





*Düfte sind die  
Gefühle der*  
**Blumen**

Heinrich Heine

## Liebe Leserinnen und Leser,

Eine aufregende Zeit liegt hinter mir. Das Jahr begann mit vielen Vorbereitungen. Mit der Veröffentlichung der Anthologie *"un;erhört Die Liebe & Der Tod"* begann eine neue Phase und wie kann es anders mit neuen Zielen, die natürlich auch mit Vorbereitungen verbunden sind. So viel sei verraten und merk es dir gerne schon vor, es wird eine Online-Lesung geben.

4

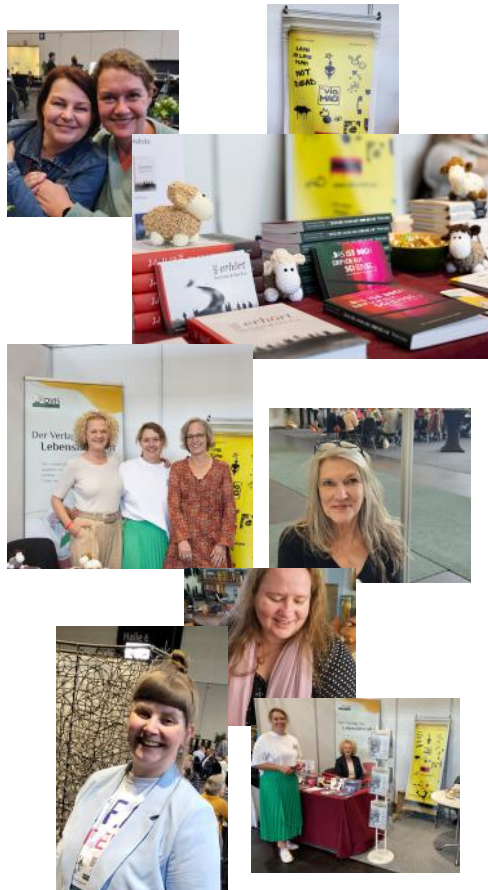
Wer bis dahin nicht warten möchte, dem sei folgendes ans Herz gelegt:

**Ich verlose 3 Exemplare auf unseren sozialen Kanälen. Also halte die Augen offen und mach mit!**

Zeitgleich mit der Veröffentlichung der Anthologie ging es um Leben und Tod – selbstverständlich – auf der Messe in Bremen. An diesem Wochenende waren wir, Nici Friederichsen vom Ovis Verlag und das viaMag Team, Teil dieser schönen und vor allem wichtigen Messe. Nach vielen, vielen Begegnungen – sogar mit Michael Döding, Anthologie-Autor von *"Zusammenkunft von*

*Liebe und Tod an einem Tag im August"* - und großartigen Gesprächen führen wir im positivsten Sinn, total Banane im Kopf mit enormen Eindrücken wieder gen Heimat. Die erste Print-Ausgabe der viaMAG kam super an und ist weiterhin im Shop erhältlich.

Hier einige Eindrücke:

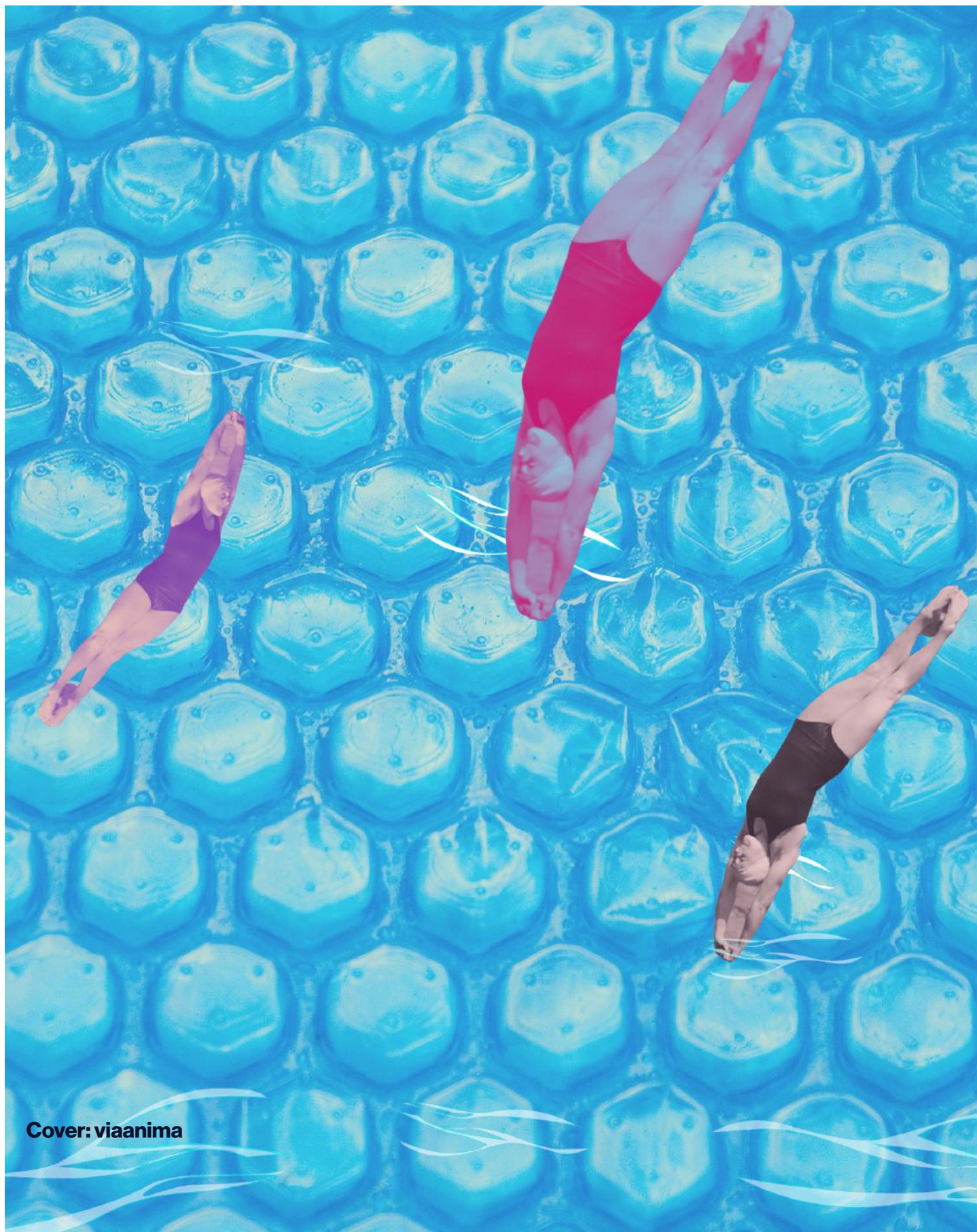


### Loslassen, abschalten, Kraft tanken

Wie immer möchte ich dich weiter ermutigen all deinen Emotionen zu begegnen und entsprechend deinen Bedürfnissen hin und wieder stark oder schwach zu sein und auch glückliche Momente zuzulassen. Nutze auch den Sommer und die damit verbundenen Ferien zum Loslassen, abschalten und zum Kraft tanken. Einfach nur für dich und deine Lieben – es ist wirklich alles O.K., was dir guttut!

Ich hoffe, dir gefällt diese Ausgabe und ich danke dir für deine Treue, dein Interesse sowie fürs Weitersagen und Teilen. Wirklich schön, dass du da bist!

Alles Liebe Bo Hauer



Cover: [viaanima](#)

Das Leben endet — Die Liebe nie

# überhört

DIE LIEBE & DER TOD

*Die Liebe und der Tod sind unerhört grenzenlos in ihrer Forderung nach Ausdruck, und neben der Furcht vor Endlichkeit, die sie in uns auslösen, tragen beide gleichzeitig das Versprechen der Unendlichkeit im Gepäck.*

*In dieser Anthologie widmen sich 46 AutorInnen auf unterschiedlichste Weisen den Themen Liebe, Tod und Trennung – mit der Hoffnung, über alle Grenzen hinweg verbunden zu sein, und dem Mut, den es erfordert, die Endlichkeit zu leben.*



*Ich bin, was ich bin.*

*Die Liebe & Der Tod*



# *Verlosung*

Wir verlosen 3 Exemplare auf unseren sozialen Kanälen

Mach mit und mit etwas Glück ziehen Die Liebe & Der Tod in ihrer charmantesten Weise bei dir ein.

Wir wünschen allen viel Glück!!!



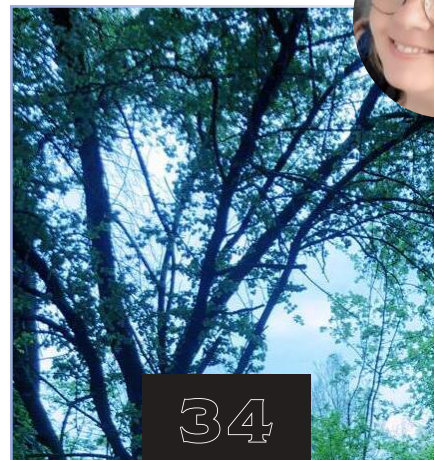
# INHALT



58

## Inspiration INTERVIEW MIT MEINER TRAUER

von Irene Kasapis



34

## Inspiration VOM VERBLASSEN

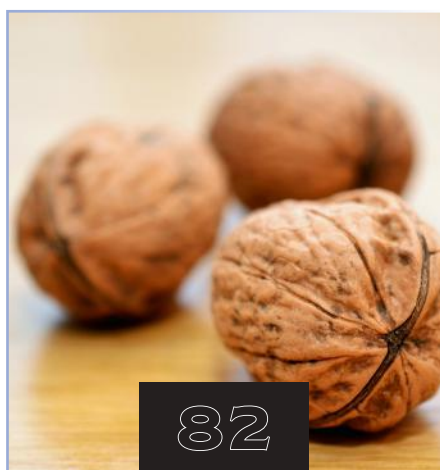
von Constanze Farzaie

8



57

## Poesie NEHME ABSCHIED



82

## Kolumne Zwischen Trauer und Leben DIE WALNUSS

von Jenny Otte



103

## Poesie HALLO ABSCHIED

von Geerald Marten



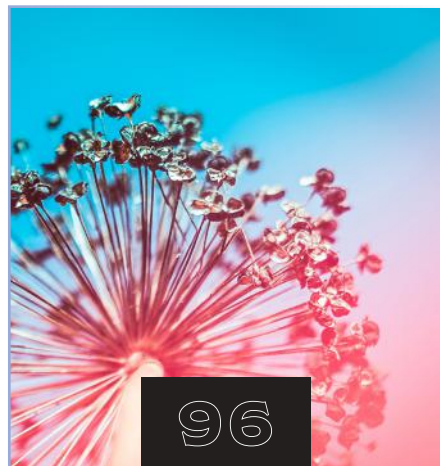




13

## Poesie ALLES ISCH ANDERSCH

von Marion Jaksch



96

## Podcast Palliativ.Detektiv DIE DEUTSCHE PALLIATIVSTIFTUNG

von Chantal Giehl



17

## Kolumne Leid & Freud HEY, BABE TAKE A WALK ON THE WILD SIDE

von Alexandra Kossowski



viaMag



## Haiku Sieh hin..

26



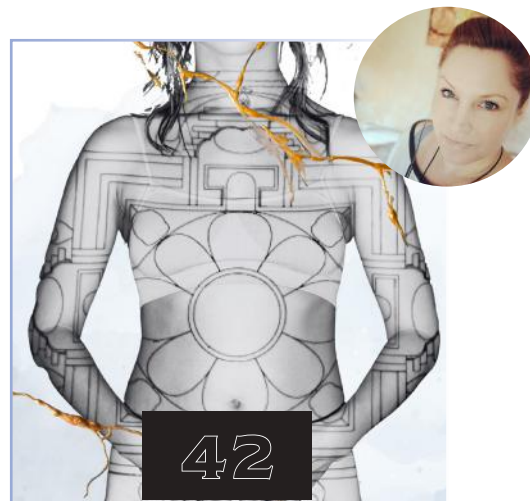
9



68

## Inspiration & Poesi LICHT EINE ZENTRALE METAPHER

von Nora Hille



42

## Kolumne Alexas Sonnen & Sterne WUNDER GESCHEHEN IM HERZEN

von Alexa Tezclaff

## In Jeder Ausgabe

- 04 Editorial**  
von Bo Hauer
- 79 Lass uns verbinden**  
viaMag Newsletter
- 11 Suchen ist doch doof!**  
Finde deine Unterstützung  
im viaanima Verzeichnis
- 27 Hallo Gastautor\*IN**
- 101 Wo du uns findest**  
Auf diesen Plattformen sind wir zu  
finden
- 10 54 Zeig dich**  
und lass dich im viaanima Verzeich-  
nis finden
- 121 Telefonseelsorge**  
Kontakt D-A-CH
- 118 Berühmte letzte  
Worte**  
Elvis Aron Presley
- viaanima  
**106 Lieblinge**  
Entdecke unsere aktuellen Lieblinge  
im viaShop



## Impressum

### Herausgeberin

viaanima UG (haftungsbeschränkt)  
Längenlaicher Str. 57, 82398 Polling  
Tel.: + 49 170 844 56 33  
www.viaanima.com

**Leserservice:** info@viaanima.com

### Geschäftsführung, Redaktion

Boranka Hauer, Kontakt s.o.

### Bildredaktion, Grafik & Gestaltung

Boranka Hauer, Gregor Hauer, Kontakt s.o.

### PR/Kommunikation & Anzeigenkontakt

Kontakt s.o.

© 2019-2023: viaanima® ist eine eingetragene Marke. Vervielfältigung digital, auf Datenträgern oder Nachdrucke, Aufnahme in Online-Dienste im Internet etc., nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung der Redaktion. Entwürfe und Pläne unterliegen dem Schutz des Urheberrechts. Alle Auskünfte, Preise, Maße, Farben und Bezugsquellen ohne Gewähr. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt immer die Meinung der Redaktion wieder.



**SUCHST DU AUCH?**

**SUCHEN IST DOOF!**



**WIR HABEN WAS DU SUCHST**

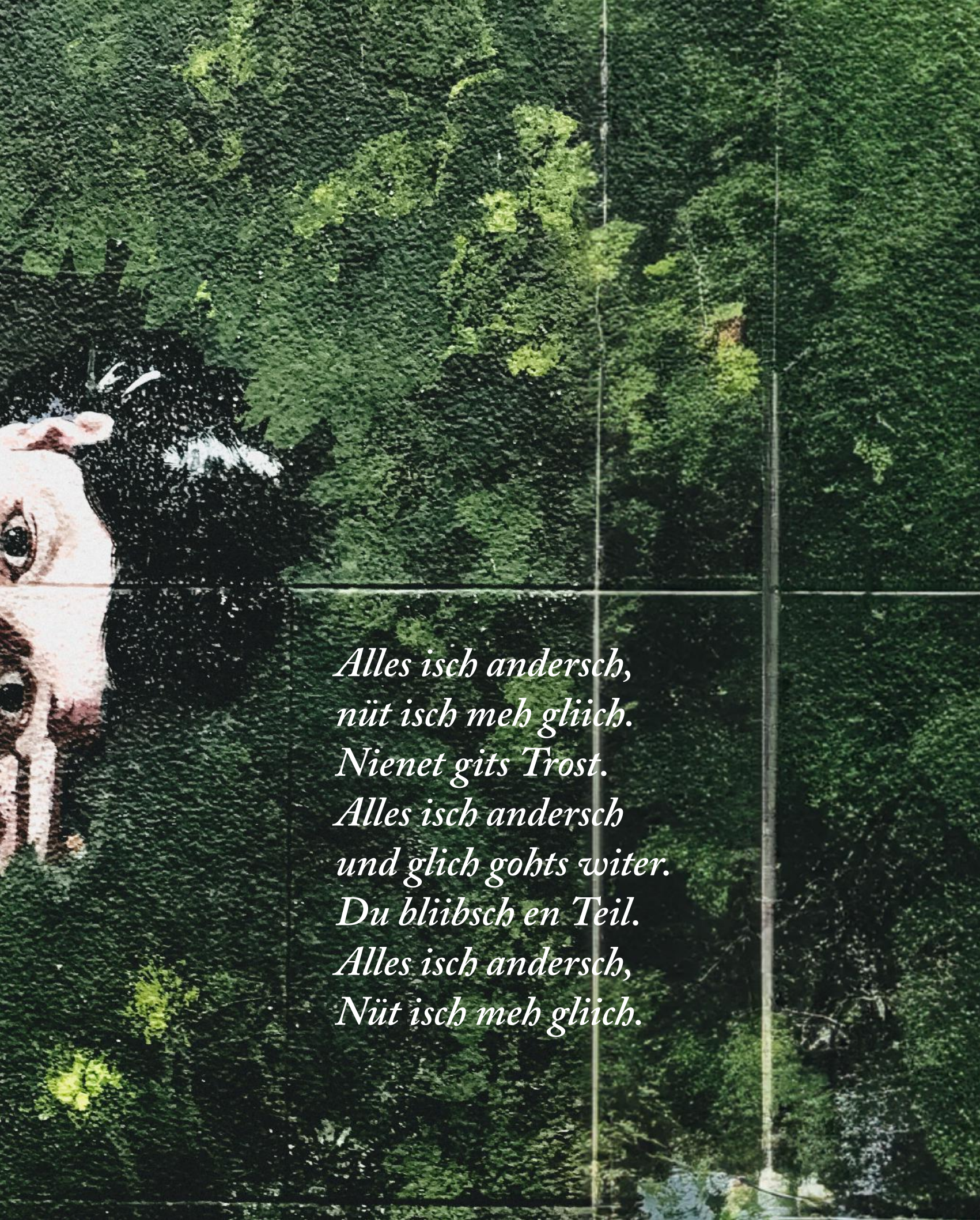
**IM VIAANIMA  
EVERZEICHNIS**

An aerial photograph of a dense, lush green forest. The trees are tightly packed, creating a rich, textured canopy. In the lower-left corner, a small stream or river flows through the forest, its surface reflecting the surrounding greenery. The overall scene is vibrant and natural.

# *Alles isch andersch*

*von Marion Jaksch*





*Alles isch andersch,  
nüt isch meh glich.  
Nienet gits Trost.  
Alles isch andersch  
und glich gohts witer.  
Du bliibsch en Teil.  
Alles isch andersch,  
Nüt isch meh glich.*

*\*Alles ist anders,  
nichts ist mehr gleich.  
Nirgends gibt es Trost.  
Alles ist anders  
und es geht einfach weiter.  
Du bleibst ein Teil.  
Alles ist anders,  
nichts ist mehr gleich.*



**MARION JAKSCH**

**Trauerbegleiterin @Trostquelle und  
Religionslehrerin aus Alterschwil in  
der Schweiz**

*Hinterlasse uns gerne deine Gedanken  
und Erfahrungen in den Kommis* 







Das Leben endet — Die Liebe nie

# Take a walk On the wild Side

18

Builder viaanima



Kolumne Leid & Freud

# HEY BABE

19

von Alexandra Kossowski

Das Leben endet — Die Liebe nie

Letztes Jahr habe ich über die Beisetzung von Henry geschrieben. Es ist gerade mal acht Monate her. Es war auch das letzte Mal, dass ich unsere befreundete Bestatterin gesehen habe, die damals die Beisetzung durchgeführt hat. Henry war ein enger Freund von ihr.

Ich habe Henry's Mutter bestattet, weil unsere Bestatter-Kollegin schwer und langfristig krank war. Noch bevor wir offiziell eröffnet hatten rief sie mich an und fragte, ob ich übernehmen könnte. Es wäre ihr wichtig, dass sie Henry und seine Mutter in guten Händen weiß.

Nun haben wir also letzten Sommer Henry bestattet. Und nun unsere Kollegin und Freundin.

## Die beste Bestatterin Berlins

So nannten sie ihre Freund:innen auf der Abschiedsfeier. Mit ihr erlebte ich meine erste Totenwaschung. Damals machte ich ein Praktikum in der Bestattung.

Ich überlegte, wie wir uns eigentlich kennengelernt haben und erinnere mich: Ich hatte mich gerade selbständig als Trauerbegleiterin gemacht und sie und ihre Kolleg:innen veranstalteten in der Kantine des Berghain einen Abend zu irgendeinem Thema, an das ich mich nicht mehr erinnere. Es war Sommer, sehr warm und wir aßen Wassermelone. Danach saßen wir im Biergarten und ihre Kollegin erzählte von der Möglichkeit ein Praktikum machen zu können.

Ich wollte nie Bestatterin werden, aber es reizte mich einmal hinter die Kulissen zu schauen und besser zu verstehen, was

Trauernde erleben bevor sie zu mir in die Trauerbegleitung kommen.

Ostern im Jahr danach ging es los.

## Klar, deutlich und Karaoke

Wenn ich an sie denke, denke ich an einen super klaren und ehrlichen Menschen. Ich höre noch ihre Stimme, nachdem ich eine weitere Familie für sie begleitet und ihr eine vier-minütige Sprachnachricht mit einem kleinen Bericht geschickt hatte: „Aaaaaaleeeeeex, vier Minuten!!!!!!“ sie lachte über die Länge der Nachricht und gab mir deutlich zu verstehen, dass vier Minuten viel zu lang sind.

Ich glaube ich habe circa dreimal in meinem Leben Karaoke gesungen und zweimal davon mit ihr. Einmal zum ersten Memento Tag irgendwann vor Corona. Ich bin nicht mehr 100%ig sicher, aber mit ihrer tiefen und vollen Stimme sang sie irgendwas Französisches und es klang mega.

Dann nochmal beim Sommerfest im Garten eines anderen Bestatters. Wir sitzen im Gras in der Sonne und sie spricht über ihre Krankheit, die sie gerade losgeworden war. Keto-Ernährung hatten ihr die Ärzte jetzt ans Herz gelegt. Sie zeigt uns die Port-Narbe und wenn ich mich recht erinnere, hatte sie ihr einen Namen gegeben.

Danach sangen wir im Wohnzimmer Karaoke. Im Garten duftete es nach frisch gebackenen Waffeln.

Während Corona hielten wir uns alle voneinander weitestgehend fern, denn als Selbstständige muss immer jemand verfügbar und gesund sein, der das Geschäft am Laufen hält.

Regelmäßig gab es Updates zum Verlauf ihrer Krankheit, die in anderer Form wiedergekommen war. Mir fiel es ehrlich gesagt schwer passende Worte zu finden.

Im ersten Corona-Winter 2019 beerdigten wir gemeinsam einen Pfarrer-Kollegen. Gemeinsam hatten wir uns immer um die Beisetzung von Sternenkindern eines Krankenhauses im Berliner Süden gekümmert. Er verstarb am 2. Sonntag im Dezember, dem Tag des World Wide Candle-Lighting für verstorbene Kinder. Nach seiner Beisetzung am 23. Dezember saßen wir anschließend bei uns im Laden und sie erzählte, dass ihre Werte nicht besser werden. Es ging auf und ab.

Im Spätsommer letzten Jahres erfahre ich von Freund:innen, dass sie begonnen hat ihre Bestattung zu planen, weil es nun keine Therapie mehr gibt. Und dann, Ende Dezember einer ihrer letzten Posts auf Facebook: Dass es ihr gut geht im Krankenhaus und dass sie sterben wird. Aber sie glaubt fest daran und hofft darauf, irgendwann mit einem großen Knall von Energie wieder irgendwo aufzuploppen. Ich denke, wenn jemand irgendwann irgendwo wieder energetisch aufploppt, dann sie.

Ende Januar, es ist ein Freitagmorgen, sehe ich dann die Nachricht auf Facebook die ihre Schwester gepostet hat. Sie ist gestorben. Mit 55.



Das Leben endet — Die Liebe nie



**ALEXANDRA KOSSOWSKI**

**Kolumne Leid & Freud  
Trauerbegleiterin & Coach,  
Heilpraktikerin Psych.**

*Hinterlasse uns gerne deine Gedanken  
und Erfahrungen in den Kommis* 





## Hey Babe, hey Honey

Nun haben wir ihre Abschiedsfeier gefeiert und seit Wochen geht mir der Segensspruch der Pfarrerin, die in Zivil und als Freundin gesprochen hat, nicht mehr aus dem Kopf. Sie liest gute Wünsche vor und immer, wenn sie sagt „**Hey Babe**“ oder „**Hey Honey**“, dann antworten wir alle mit „**Take a walk on the wild side**“.

Es passt so gut. Wie immer auf Abschiedsfeiern, wenn Freund:innen Geschichten aus dem Leben erzählen oder vorlesen erfahren wir noch neue Dinge über den:die Verstorbene:n. Ich lache und weine gleichzeitig.

Mit Böller-Geknalle verlassen wir die Kirche, ein bisschen Punk muss sein. Ich stelle mir vor, wie sie da irgendwo sitzt, von der anderen Seite zu schaut, laut lacht und sich dazu denkt „Wenn Ihr wüsstet, wie es hier wirklich ist...“ Wir, die wir täglich mit Tod und Sterben zu tun haben. Ihre Feier ist gleichzeitig ein Szenetreff der alternativen Bestattungsbranche Berlins.

25


## Bye, Babe

Ich habe viel von Dir gelernt. Und manchmal wusste ich gar nicht wie mir geschieht, dass Du mir so vertraut hast. Du warst bekannt, vielleicht schon berühmt und als Du damals sagtest „Ich weiß doch, wie Du arbeitest, da kann ich ganz beruhigt an Dich abgeben“, da war ich so stolz und habe mich geehrt gefühlt. Bestattung wird für mich immer mit Dir verbunden bleiben. Ich sehe uns noch ganz deutlich bei dem jungen Mann stehen, den wir damals gemeinsam gewaschen und in den Sarg gebettet haben. Wie Du mir alles erklärt und gefragt hast, ob ich überhaupt schon gefrühstückt habe, denn das wäre besser. Ich danke Dir. Und wünsche Dir von ganzem Herzen Deinen Energie-Plopp. Irgendwann, irgendwo.

Und bis dahin:

**Take a walk on the wild Side, babe.**

Das Leben endet — Die Liebe nie



*Sieh hin, genieße.  
Umarme den Augenblick  
Sonnendämmerlicht.*

*von Nora Hille*



**JEDE ERFAHRUNG ZÄHLT**

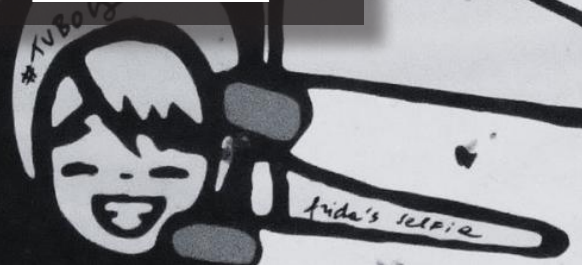
**WAS IST DEINE  
GESCHICHTE?**



**HALLO GASTAUTOR\*IN**

**MELDE DICH**

HIER  
GEHT'S  
WIRKLICH  
NUR UM  
DAS **EINE**



*Ein Pferd kennt deine  
Gedanken, reagiert auf  
deine Gefühle und*





*verbindet sich  
mit deiner Seele*

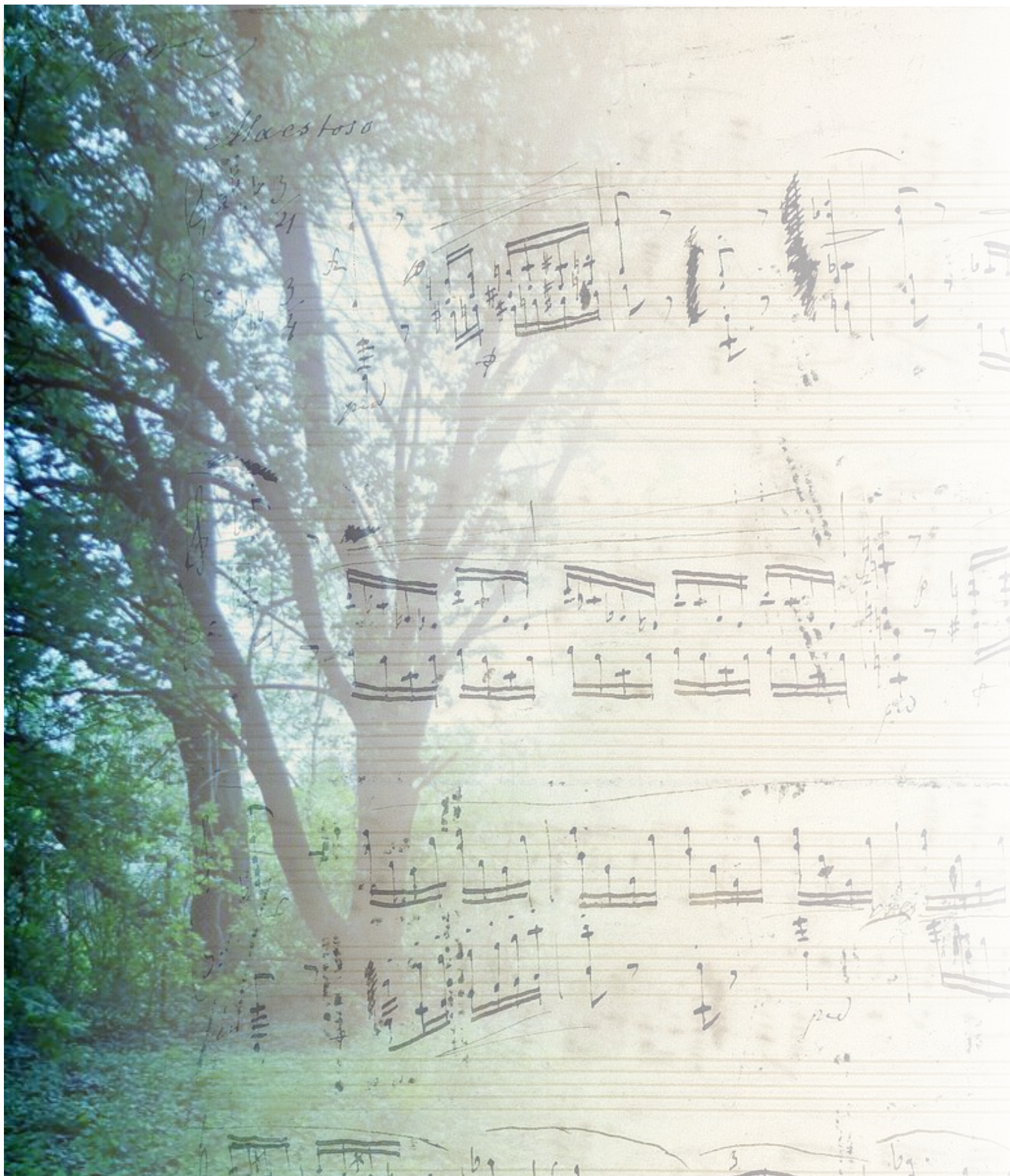
*unbekannt*







Das Leben endet — Die Liebe nie



# *Vom Verbllassen*

*von Constanze Farzaie*

---

*Madame B. oder  
Chopin bis zum Himmel*

Das Leben endet — Die Liebe nie

## ***Die Ressource Musik bis zum Lebensende – Ein Nachruf für meine Mutter***

*Dieser Sommertag im Jahr 2022, ist  
wirklich ein sehr heißer.*

*Die Treppenstufen zum Zimmer werden  
bei jedem Schritt beschwerlicher. Aber  
nicht die brütende schwüle Hitze draußen  
zieht mir jede Kraft aus dem Körper,  
sondern die unausweichliche Tatsache,  
dass dies das letzte Zuhause meiner  
Mutter sein wird.*

*Die Tür zu ihrem Zimmer ist halb offen  
und beim Eintreten treffe ich auf sie,  
eine sehr kleine und zerbrechliche dünne  
Frau. In ihren Augen sehe ich eine tiefe  
Traurigkeit, die nicht über ihre Lippen  
kommt. Ihr Körper wirkt trostlos und sie  
verschwindet fast in ihrem Rollstuhl.*

*Sie verbirgt ihr Gesicht in den Händen  
und in mir wächst der Gedanke, dass  
sie lieber verschwinden möchte, um sich  
selbst und andere nicht mehr sehen zu  
müssen.*

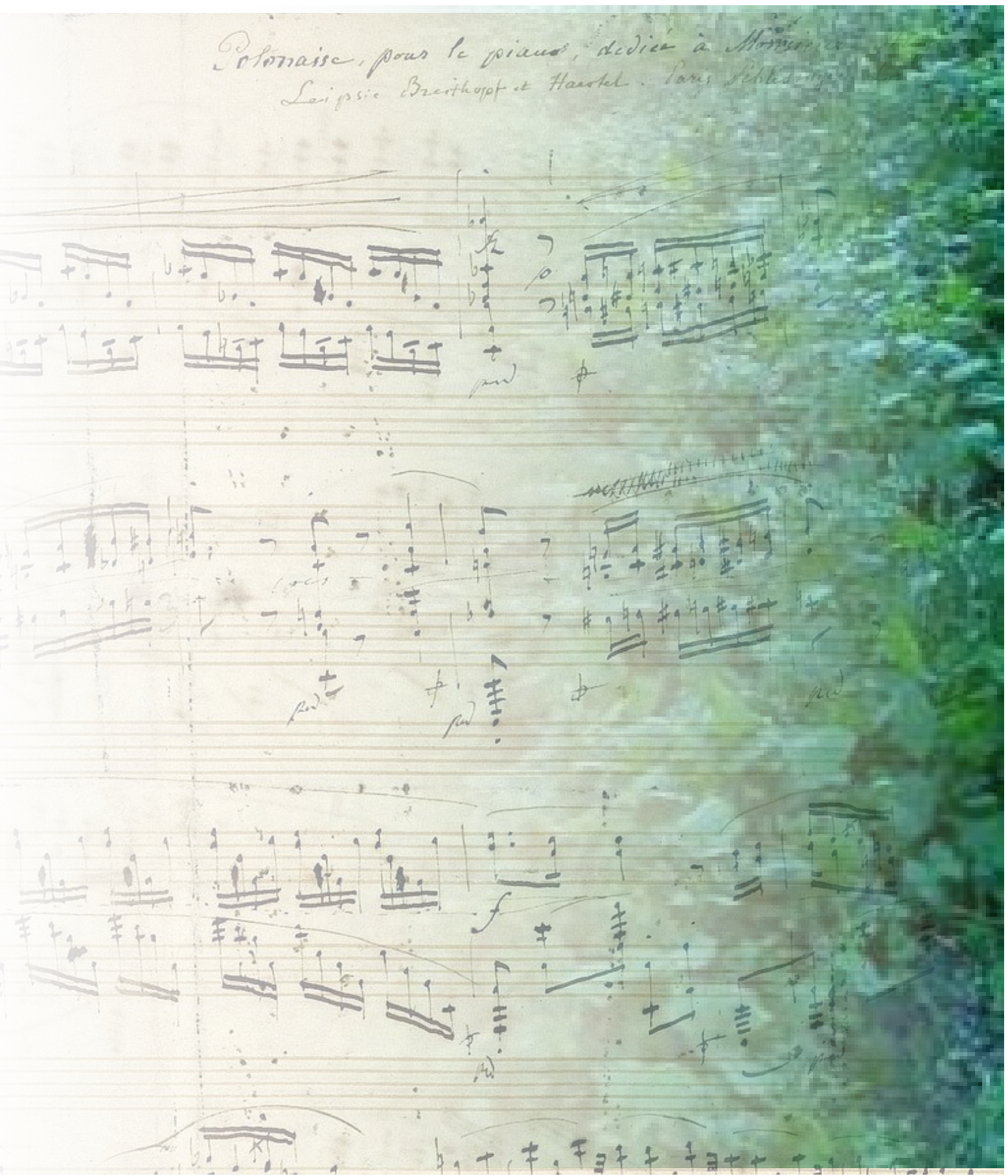
*Ihre Geste stimmt mich sehr  
nachdenklich und zugleich überkommt  
mich eine schwere Traurigkeit.*

Das ist die Frau, die zeit ihres Lebens  
immer einen Handspiegel zur Hand  
haben musste, um ihr Aussehen  
kontrollieren zu können. Eine  
selbstbestimmte und selbstständig  
lebende Frau, fast schon eine Diva. Ihr  
stark ausgeprägter Sinn für Ästhetik und  
ihre Liebe zu den musischen Künsten  
prägten ihren Lebensstil.

### ***Das Radio spielt klassische Musik.***

Die Musik war ihr Lebenselixier, ihre  
Kraftquelle, die ihr in allen Lebenslagen  
half, auch sie selbst zu sein. Sie liebte die  
Dramen in der Oper, denn die ließen sie  
ihre persönlichen Dramen vergessen.  
Daneben die Literatur, die manches  
Mal wichtiger schien als das tägliche  
Brot. Zu ihrem Wertekanon gehörte  
Bildung, Ästhetik und Kultur, dass sie  
als die Grundlage menschlichen Daseins  
betrachtete und sehr stark in unsere  
Erziehung floss, was meine Geschwister  
und mich sehr prägte.

Der zunehmende Verlust ihrer  
Autonomie und der Kontrollverlust  
über sich und ihr Leben macht ihr sehr  
schwer zu schaffen. Sie muss sich, wie  
auf einer Rolltreppe im Schnellgang, auf  
dem Weg in die Tiefe fühlen.



Das Leben endet — Die Liebe nie



Die Auflösung ihrer kleinen Wohnung war für mich ein Abschied auf Raten. Unzählige Gegenstände, Briefe und viele Fotos, die ihre ganze Lebensgeschichte erzählten, glitten mehrmals durch meine Hände und alle hatten eine andere Erinnerung parat.

In mir tauchten die Fragen auf: „Was, zählt am Ende eines Lebens und woran, möchte ich mich erinnern?“. Der Begriff des Loslassens bekam eine ganz neue Bedeutung. Was sollte ich einfach wegwerfen und was aufheben, um Erinnerungen zu sammeln?

Mir wurde dabei sehr bewusst, dass sich Erinnerungen nicht entsorgen lassen.

Meiner Mutter war ihr Abschied vom Leben bewusst und ich konnte ihr Woche für Woche, Tag für Tag zusehen, wie sie immer schwächer wurde und sich dabei ihrem Schicksal stellte. Bis zuletzt hielt sie an ihren Ritualen fest. Die Tageszeitung, die sie mit schwacher Hand noch auf ihr Bett zog oder ihr Notizzettel, auf dem sie mit zittriger Hand wichtige Dinge notierte. Am Ende eines Lebens treten immer die Ur-Grundbedürfnisse eines Menschen

wieder in den Vordergrund. Auch meine Mutter brauchte Zuwendung, Nähe, Annahme, Schutz und Versorgung. Damit schloss sich der natürliche Kreis des Lebens.

An einem Mittwoch in einer stillen Nacht verließ sie die Bühne dieses Lebens für immer und ihr bewegtes Leben fand ein Ende.

Die Trauerfeier war feierlich und sehr berührend. Der Pfarrer fand die richtigen Worte und konnte das Leben meiner Mutter wunderbar beschreiben und würdigen. Ihre geliebte klassische Musik war der tragende Teil, der alles miteinander verband.


Es dauerte einige Zeit, bis ich die Liebe meiner Mutter zu ihrer Musik als das erkannte und verstand, was sie für sie war. Eine enorme Ressource. Die Musik war nicht nur ihre Leidenschaft, sondern ein wichtiger Anker in ihrem Leben. Sie war ihre Retterin und gab ihr immer wieder Trost, auch in extrem schwierigen Lebensphasen.

Möge sie die Musik ewiglich in sich hören.



**CONSTANZE FARZAIE**

**Pädagogin, Konflikttrainerin,  
Rhythmikerin aus Darmstadt**

*Hinterlasse uns gerne deine Gedanken  
und Erfahrungen in den Kommis* 





*„Bach ist Astronom und entdeckt die schönsten Sterne. Beethoven zweifelt das Universum an. Ich versuche nur, die Seele und das Herz des Menschen auszudrücken.“*

*Fredéric Chopin*

*Kolumne Alexas Sonnen & Sterne*

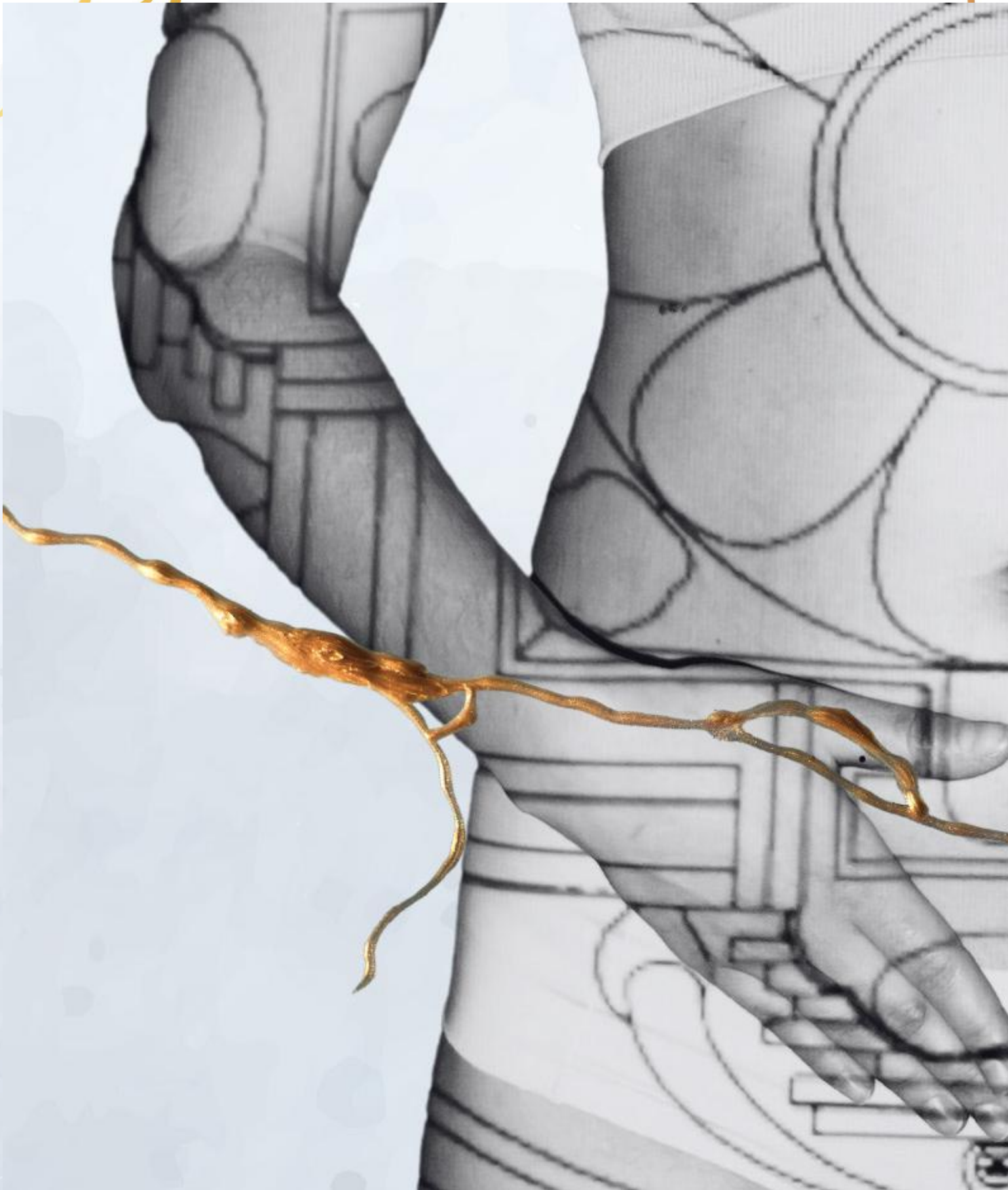
*Wunder geschehen im  
Herzen und werden mit*

*tieferes Vertrauen zu dir  
selbst, nach  
außen getragen!*

43

*von Alexa Tetzlaff*

Das Leben endet — Die Liebe nie





Das Leben endet — Die Liebe nie

*Es gibt da jemand in deinem Leben.  
Der immer, alles für dich tut.  
Immer, für dich da ist und das  
bedingungslos.*

*Sogar, wenn du richtig gemein zu ihm bist.  
Ihn hungern lässt oder drangsaliertest.  
Egal, ob du jeden Tag ganz fürchterlich mit  
ihm schimpfst  
und ihn vielleicht sogar mit Absicht vergiftest.*

46

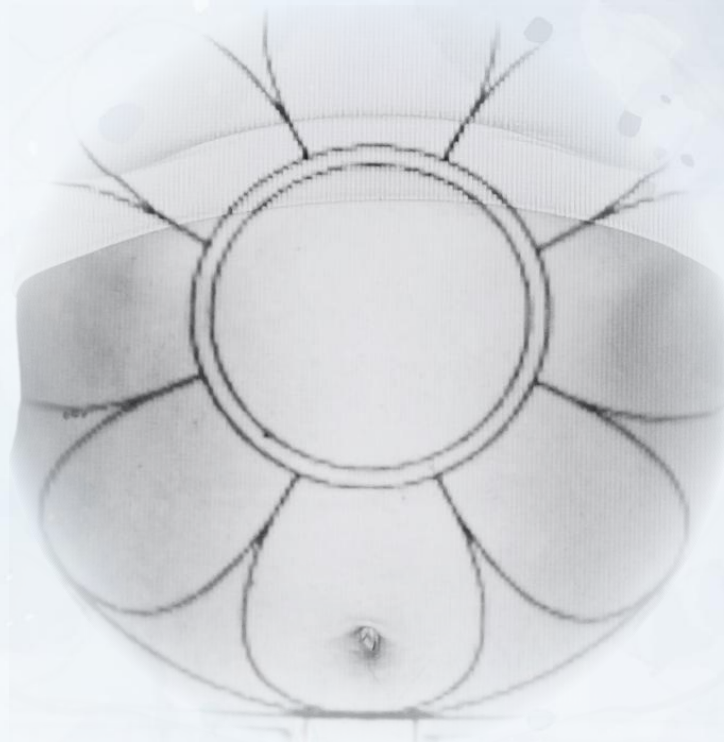
*Er versucht alles und mit jedem Mittel, was ihm zur Verfügung steht,  
dich am Leben zu halten und wenn es nur ganz wenig ist.*

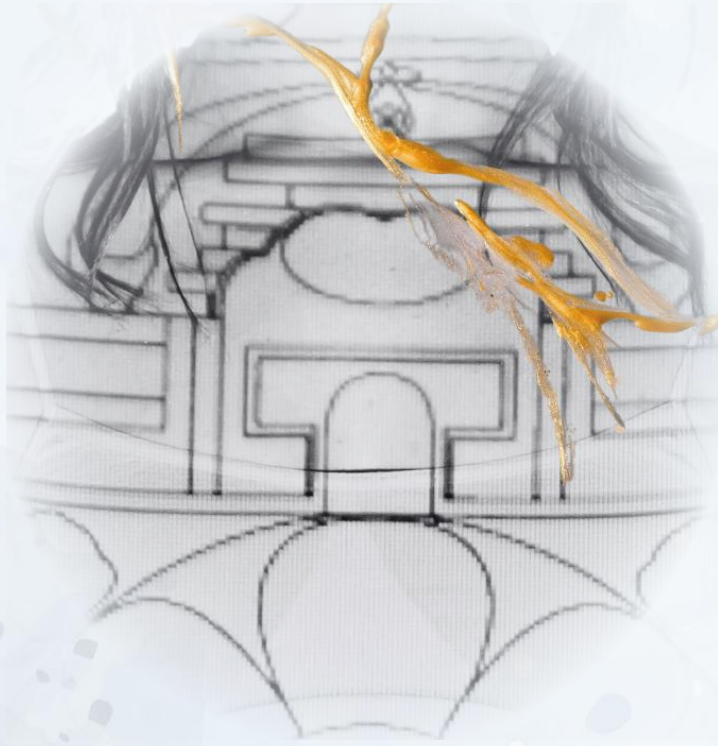
*Auch wenn du das so was von gar nicht respektierst, ehrst oder dankbar dafür  
bist.  
Dafür ihn beschimpfst und vor wirfst, er habe keinen Respekt vor dir und ist ein  
Versager.*

*Diesen einen jemand, haben wir alle vom Zellaufbau bei uns.  
Es ist dein Körper, ein absolutes Wunderwerk.*

*Dein Körper, der mit dir gemeinsam dieses  
Leben rockt und dich komme, was Wolle  
beschützt.*

*Vielleicht sollten wir das viel öfter  
wertschätzen.*







## **Keine Wertschätzung**

Nach 4 Fehlgeburten war es um dieser Wertschätzung zu meinem eigenen Körper nicht mehr so gut bestellt.

Ich fühlte mich von ihm verraten und respektlos behandelt.

**4x „Tada, wir sind schwanger!“**

**4x „Ätsch, doch nicht mehr schwanger.“, und dann die Diagnose,**

**„Auf natürlichen Wege wird das nichts mehr mit einem Kind.“**

Unbewusst oder bewusst quälte ich daraufhin meinen Körper. Er hatte jetzt zu funktionieren, ab sofort übernehme ich die Kontrolle!

So gab ich meinem Körper keine Zeit, sich von meinen Fehlgeburten zu erholen. Sprang in das Workaholic-Arbeitsleben, mit viel Sport und wenig Schlaf, dafür mit Diäten, die es in sich hatten.

Und dass, obschon mein Körper bereits schrie und sich mit stetigen kleinen Verletzungen, Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten und Schmerzen bemerkbar machte.

Ich schimpfte noch mehr mit ihm und stempelte mich am Ende selbst als genetischen Abfall ab.

Es folgte, was folgen musste. Ein Unfall schmiss mich aus meinem Alltag rabiab heraus und zwang mich zur Ruhe. Mein Bein war so was von kaputt und mir blieb nichts anderes übrig, als mich endlich auszuruhen.

Ich verlor dadurch auch noch meinen Job, weil sich die Heilung hinzog und dann lag ich da, in meinem großen Scherbenhaufen meines Lebens.

## *Ein Segen*

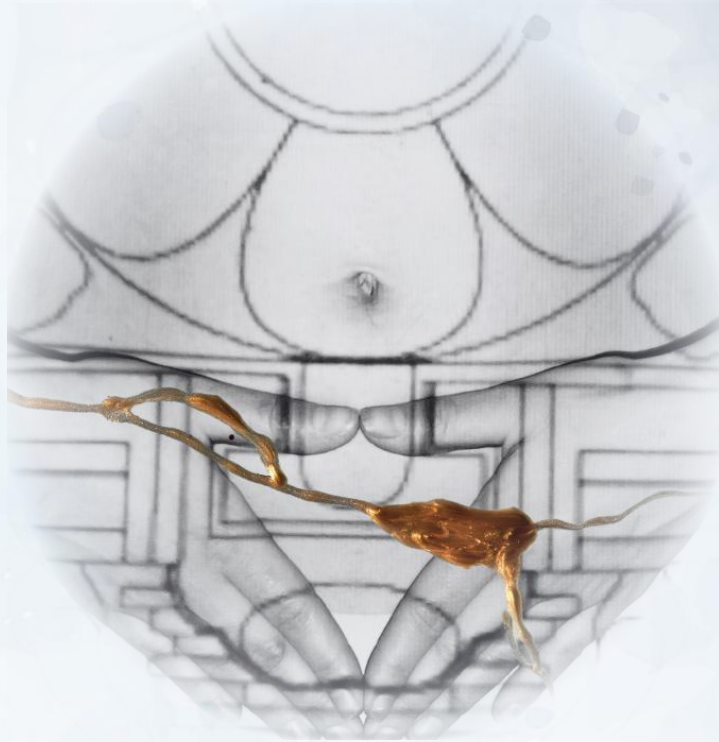
Natürlich schimpfte ich in den Himmel wie ein Rohrspatz und doch war dieser Unfall im Nachhinein ein Segen für mich gewesen.

Ich fing unfreiwillig an, mich mit meiner Trauer auseinander zusetzen, was einen spannenden Prozess auslöste. Durch meine aktive Trauerbewältigung entdeckte ich das Meditieren wieder für mich neu und erinnerte mich an mein Interesse an Reiki.

Step by step nahm ich dadurch Kontakt zu meinem eigenen Körper auf und es entwickelte sich eine Persönlichkeitsentwicklung, die ich nie für möglich gehalten hätte.

Je mehr ich mich mit meinem Körper versöhnte und anfing ihm und mir zu vertrauen, umso deutlicher wurde meine Intuition zu mir selbst. Plötzlich wusste ich, was mir wirklich guttut und fing an zu heilen.

Natürlich nicht innerhalb von ein paar Tagen. Es war und ist immer noch eine lange Reise.



Das Leben endet — Die Liebe nie



**ALEXA TETZLAFF**

**Kolumne Alexas Sonnen & Sterne ganzh. Mentorin nach einer Fehlgeburt, Trauerbegleiterin, Reiki Großmeisterin**

*Hinterlasse uns gerne deine Gedanken und Erfahrungen in den Kommiss* 



Die allerdings mit wundervollen Erfolgen gekrönt wurden. Meine Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten gingen zurück. Mein Heuschnupfen ist nur noch leicht für zwei Monate im Jahr spürbar und nicht mehr, wie zuvor das ganze Jahr. Meine Migräne kommt nur noch ganz selten zu Besuch und ich kann sie mittlerweile sogar ohne Medikamente handeln.

Mein größter Schatz, denn ich durch die Versöhnung zu mir, meinem Körper und ganz besonders mit meiner Gebärmutter erhalten durfte, ist mein kleines Wunder, was heute bereits 8 Jahre alt ist und auf komplett natürlichen Wege zu mir gekommen ist.

Sich bewusst mit der eigenen Trauer auseinander zusetzen, ist ein anstrengender Weg, das lässt sich nicht schönreden. Doch dieser Weg bringt so unfassbar viel Versöhnung zu sich selbst und darf dann ein ganz besonderes Wunder, welches auch immer für einen bestimmt ist, hervorbringen.

***„Denn Wunder geschehen im Herzen und werden mit tiefen Vertrauen zu dir selbst, nach außen getragen!“***

Eine kleine Seelenwellness Übung für dich

Hol dir die den  
Download

**Freebie**

Klick mich

# Heloooo Gebärmutter

- Nimm ein Blatt Papier und Stift
- Leg dich bequem hin
- Reibe deine Hände aneinander, bis sie schön warm sind.
- Platziere nun deine Handflächen an deinen Blasenbereich und spüre, wie die Wärme deiner Hände bis zu deiner Gebärmutter fließt
- Spüre, wie sich dein ganzer Unterleib sich entspannt
- Stell dir selbst jetzt die Fragen, die dir auf dem Herzen liegen:
  - z.B. Was tut mir gut? Was braucht mein Körper? Wie geht es meiner Gebärmutter? Was möchte sie mir mitteilen?

Alle Gedanken, die sich jetzt spontan zeigen, schreibst du auf, verinnerlichst die Worte und im Idealfall kannst du die auch für dich umsetzen. Wende diese Übung regelmäßig an und schreibe mir gerne mal, was du dabei beobachten oder sogar erfolgreich umsetzen konntest.

*Alles Liebe, deine Alexa*



A woman with brown hair tied up, wearing sunglasses on her head and large hoop earrings, covers her eyes with both hands. She has a surprised or shy expression with her mouth open. The background consists of vertical white slats. Two text overlays are present: a yellow banner with a torn edge and a black banner with a torn edge.

**WARUM SO SCHÜCHTERN?**

**ZEIG DICH!**



**LASS DICH FINDEN**

**IM VIAANIMA**

**EVERZEICHNIS**



*Nehme Abschied  
von der Trauer,  
sonst wird die  
Freude dir noch  
sauer*

*Gerald Masten*

Autor aus Oldenburg in Holstein



Das Leben endet — Die Liebe nie



Ob ich morgen leben werde, weiß ich  
freilich nicht.  
Aber daß ich, wenn ich morgen lebe,  
Tee trinken werde, weiß ich gewiß.

Gotthold Ephraim Lessing

Das Leben endet — Die Liebe nie

# **Interview**

## **MIT MEINER TRAUER**

**Meine Trauer hat sich heute schick gemacht**

**von Irene Kasapis**

60

**M**eine Trauer hat sich heute schick gemacht und hat anstatt der blau-weiß geringelten Socken, rot-weiß geringelte Socken an und anstatt der sonst üblichen Jogginghose eine Jeans. Ich bin stumm beeindruckt. Für unser Gespräch trinken wir wie immer Tee.

“Hallo, mein Name ist Irene. Ich bin Autorin und führe heute ein Interview mit meiner Trauer für das viaMag.”

Meine Trauer gähnt und sieht mich mit blitzenden Augen an: “Och Irene, wann bin ich denn endlich dran?” Ich rolle genervt mit den Augen und fahre fort: “Hier bei mir auf der Couch sitzt meine Trauer. Hallo Trauer! Magst du dich kurz vorstellen?”

“Na, das war ja mal die lahmste Einleitung - like ever.” spricht meine Trauer “Haha, vielen Dank. Mache es gerne besser.” fordere ich meine Trauer heraus. “Endlich! Hi! Ich bin Irenes Trauer und ich bin unsichtbar.” Hier macht meine Trauer eine

dramatische Pause. “Warum hast du mir das eigentlich nicht gesagt, bevor ich mich am Friedhof einschließen ließ und mir ein Passant dann helfen musste über die Friedhofsmauer zu klettern?” frage ich meine Trauer. “Das musstest du leider selbst erfahren. Hätte ich dir erzählt, dass ich nur für dich sichtbar bin, hättest du mir nie geglaubt.” “Das stimmt.” antworte ich. Meine Trauer nippt an ihrem Tee und ich nutze die kleine Pause für eine Frage an meine Trauer.

“Was war denn ein Moment -für dich- wo sich etwas in unserer Freundschaft geändert hat? Also im Vergleich zu früher.” “Das war, als ich bei dir eingezogen bin. Da hast du die Tür ganz weit



Das Leben endet — Die Liebe nie

für mich aufgemacht.“ “Naja, du standest da triefend nass und vor Kälte schlotternd vor der Tür. Da hatte ich Mitleid mit dir.“ “Mitgefühl, Irene. Mitleid brauche ich nicht. Ich brauche dein Mitgefühl.“ “Jaja, die Diskussion hatten wir schon öfter. Ich übe das gerade - okay?”

“Okay.“ antwortet mir meine Trauer.

“Und was mir wichtig geworden ist, seitdem wir zusammenwohnen, ist unser Ritual des Teetrinkens, bei dem wir uns unterhalten und auch ich dich noch mal besser kennenlerne.“ Meine Trauer nickt und trinkt noch einen Schluck Tee: “Brr. Der ist jetzt aber kalt geworden.“ “Ich mache gleich

Neuen. Ich möchte noch erzählen, was ich auch noch über dich gelernt habe: dein Job ist es für mich “da” zu sein, du machst keinen Urlaub und wenn wir nicht zusammen sind, triffst du dich mit anderen Trauern und ihr redet über die Menschen, die ihr begleitet.“

“Hast du das jetzt aufgeschrieben?“ fragt mich meine Trauer. “Äh, ja.“ “Mann Irene, ich habe dir doch schon zig Mal gesagt, dass das geheim ist.“ “Aber wieso denn? Ich verstehe das nicht.“ “Na, weil das so klingt, als wären wir eine Gruppe von Irren oder so.“ “Na dann sag doch, wie es ist.“ Meine Trauer seufzt: “Also es ist so, wir die Trauer treffen uns einmal in der Woche fix in einem bestimmten



Wald. Erkennungszeichen ist ein bestimmter Pfiff (der nun wirklich geheim bleibt) und dann gibt es Tee und wir unterhalten uns über die Menschen, mit denen wir befreundet sind und wir tauschen uns darüber aus, wie wir noch besser für diese "da" sein können." "Hat dir da jemand den Tipp gegeben, bei mir ein zu ziehen?" "Nein, das war meine Idee und alle anderen finden die großartig." "Toll. Dann bin ich quasi so etwas wie ein Versuchskaninchen. Das gefällt mir gar nicht." ich verschränke die Arme vor meiner Brust. "Na, na. Du musst nicht gleich beleidigt sein." Meine Trauer nimmt ganz sanft meine Hand und drückt sie. "Das Wichtigste ist, dass wir miteinander sprechen, ich bei dir sein kann

und dass unsere Freundschaft dadurch enger geworden ist". "Das stimmt." antworte ich. "Und als nächstes fahren wir zusammen in den Urlaub. Das wird bestimmt spaßig." "Na, ich bin gespannt." antworte ich zögerlich, da ich meine Trauer am liebsten zu Hause lassen möchte, ich aber weiß, dass das nicht geht. Da wo ich bin, ist auch sie - unsichtbar oder sichtbar – auf jeden Fall fühlbar - für mich. "Ich denke, das reicht für das Interview." "Sollen wir noch gemeinsam unseren Spruch sagen? "Ja."

"Dann auf 3."


1 2 3:

„Danke fürs Lesen!“



**IRENE KASAPIS**

**Autorin aus München, sie schreibt Geschichten aus ihrem Leben mit der Trauer**

*Hinterlasse uns gerne deine Gedanken und Erfahrungen in den Kommis* 







Das Leben endet — Die Liebe nie

Am dunklen  
Himmel  
leuchtet das  
**Licht** am  
hellsten.

68

Andreas Tenzer, deutscher Philosoph

Das Leben endet — Die Liebe nie



# LICHT

## *Eine zentrale Metapher für das Leben*

*von Nora Hille*

70

Das Wort LICHT ist sowohl für mich als Mensch als auch für mein Schreiben ein ganz zentraler Begriff. Häufig wende ich, wenn ich draußen bin, mein Gesicht der Sonne zu und schließe die Augen. Nehme das Licht in mir auf. Diesen warmen, rot-orangen Tanz.

Vermutlich ist LICHT für mich von dieser hohen Bedeutung, weil mir die Finsternis wegen meiner bipolaren Erkrankung nur allzu vertraut ist. Und damit meine ich nicht irgendeine Dunkelheit, sondern die lichtlose, schmerz erfüllte und kaum zu ertragende seelische Finsternis tiefster Verzweiflung bis hin zur Todessehnsucht.

Als ich vor knapp vier Jahren begann, mein Mutmachbuch

über den Umgang mit meiner bipolaren Erkrankung zu schreiben, lautete der Arbeitstitel „Ein gutes Leben“. Nur wenige Monate später entstand das nachfolgende Gedicht „Licht“, das alles vereint, was mich als Mensch ausmacht und wie ich mit meiner Erkrankung umgehe. Ab da war klar, dass LICHT unbedingt im Titel meines Buches vorkommen musste. Und nach einer langen Reise des Schreibens, Überarbeitens und der Verlagsuche wird nun bald meine Buch-Vision, mit der ich anderen Betroffenen, ihren Angehörigen und Freundeskreis Hoffnung schenken, über die bipolare Erkrankung aufklären und diese entstigmatisieren will, tatsächlich Wirklichkeit: Im September erscheint im Verlag Palomaa Publishing mein erzählendes

Sachbuch „Wenn Licht die Finsternis besiegt. Mit bipolarer Erkrankung Leben, Familie und Partnerschaft positiv gestalten.“ mit einem Vorwort von Tina Meffert, Mutmachleute e.V., und einem Nachwort von Hubert Schöttes, Facharzt für Psychiatrie und Leiter Bipolarambulanz Evang. Kliniken Essen-Mitte.

Licht ist ein Versprechen an uns alle.

Egal, wie tief wir gefallen sind, wie verzweifelt oder depressiv wir sind.

Wie lang der Schmerz uns auch schon umklammert, in uns wütet, uns die Luft zum Atmen nimmt.

Ich glaube fest daran:

Das Licht ist möglich.

Das Leben endet — Die Liebe nie

# LICHT

Oft genug im Leben  
- wie andere wohl auch -  
gestolpert, gefallen, gestürzt.  
Hinab ins düstere Schwarz  
der Einsamkeit,  
der verlorenen Hoffnung,  
ja sogar  
der tiefsten Verzweiflung.  
Mit dem Tod verbunden  
als einem möglichen Sehnsuchtsort.

Lichtlose Nächte  
durchschwommen,  
am Leben geblieben.  
Trotz alle dem.

Doch mehr als das nicht.

Oft genug im Leben  
ein fernes Licht erahnt.  
Eine erste Flamme  
der Zuversicht.  
Ein größer werdendes Strahlen.  
Erneut.  
Wieder und wieder.  
Erleuchtet Innenleben,  
weckt die Seele sanft.

Inseln von Licht  
breiten sich aus,  
wachsen.

Verbinden sich  
zum Lichtermeer.  
In mir.  
Um mich.



Das Leben endet — Die Liebe nie

Ein leuchtendes  
Strahlen.

wärmend.  
Entgleiten der Einsamkeit.  
So sanft noch  
dieses erste Licht,  
dieses „ich kann“,

Doch da ist  
Hoffnung, sichtbar.  
Aufkeimend und wachsend.  
Neuer Mut.  
Und eben diese Zuversicht.  
Die trägt.  
Meinen Atem begleitet.  
Diesen neuen Rhythmus.  
Ein „Ja“ zum Leben.  
Voller Kraft und Stärke,  
voller Verheißung.

Kraft durchströmt  
fremde Körper -  
und den meinen.  
Zuversicht  
bahnt sich ihren Weg.  
Hände umfassen einander,

„ich will“,  
„ich werde“.

Zugleich das Versprechen  
an mich selbst  
immer wieder  
die Nächte zu  
durchschwimmen,  
selbst die dunkelsten.

Das Leben endet — Die Liebe nie

Sich an das Licht zu erinnern,  
an eben dieses Licht,  
und an sein Versprechen.

Darum jetzt:  
Ein Sich-Öffnen.  
Dem Licht.  
Der Leichtigkeit.  
Der Zuversicht.  
Dem Leben.

Einen neuen Weg beschreiten.  
Ängsten zum Trotz.  
Denn sie sind Starre,  
Räuber des Lichts.  
Und hier  
eben nicht mehr  
willkommen  
in meinem Leben.

Denn das Licht  
ist erwacht.  
Es strahlt in mir.  
Füllt mich aus.  
Schenkt Wärme  
und ja, genau:  
diese Zuversicht.


Die mich umfängt  
und trägt.  
Oft genug im Leben.

Licht in mir.  
Licht.



**NORA HILLE**

**Autorin, Mental Health  
Erfahrungsexpertin und  
engagierte Aktivistin für die  
Anti-Stigma-Arbeit**

*Hinterlasse uns gerne deine Ge-  
danken und Erfahrungen in den  
Kommis* 



*Dich zu lieben hat unser Leben verändert - dich zu verlieren hat das auch getan. Wir haben dich dein ganzes Leben lang geliebt und werden dich für den Rest unseres Lebens vermissen.*

*Du bist immer in unseren Herzen. Danke für deine Liebe, danke, dass du unser bester Freund, unser Wächter warst.*

*Wir sehen uns wieder am Ende der Unendlichkeit.*

in Erinnerung an alle vermissten Lieblinge und  
an unseren Micky den Weisen 2001 - 2022



ES DAUERT IMMER SO LANGE, BIS ZUR  
NÄCHSTEN AUSGABE, NICHT WAHR?!

WIR KÜMMERN UNS



**GOOD NEWS ONLY!**

**ZUM VIA NEWSLETTER**

UPDATES, EXKLUSIVE AKTIONEN & MEHR

+ EXTRA  
FÜR DICH



HIER  
GEHT'S  
IN DER TAT  
NUR UM  
DAS **EINE**



# Die Walnuss

82





Das Leben endet — Die Liebe nie

**Kolumne Zwischen Trauer und Leben**

# **oder Erinnerungen an Uroma Edith**

**von Jenny Otte**

84

**V**or mir auf der weißen Tischplatte liegt eine Walnuss. Ich habe sie dorthin gelegt. Ich habe sie mir für diesen Text ausgesucht. Manchmal mache ich das, wenn ich schreiben will, aber nicht weiß, worüber ich schreiben könnte. Dann nehme ich mir irgendeinen Gegenstand. Ich betaste ihn, ich betrachte ihn, ich rieche vielleicht daran, erkunde ihn mit meinen Fingern ganz genau und lasse meine Gedanken um diesen Gegenstand kreisen.

## **Heute also die Walnuss.**

Meine Gedanken kreisen um diese Walnuss vor mir auf dem Tisch und mit der Zeit ziehen sie immer engere Kreise, versuchen, dem Kern näherzukommen. Diese Nuss ist hart. Ich mag ihre Farbe und die feinen Rillen in der Schale. Wie feine Falten auf alter Haut. Ich frage mich, ob die Nuss innendrin noch essbar ist oder schon verfault. Schrödingers Walnuss sozusagen.

## **Walnüsse.**

Von allen Nüssen esse ich sie am liebsten, glaube ich. Ich erinnere mich an die Schale mit Nüssen, die bei Uroma Edith immer auf dem Tisch in der Küche stand. Ich liebte Nüsse schon immer und vor allem liebte ich es, bei Oma auf der Sitzbank zu sitzen, Nüsse zu knacken und mir eine nach der anderen in den Mund zu stopfen. Walnüsse. Mandeln, Haselnüsse, Paranüsse liebte ich auch. Doch Paranüsse gab es nur selten und nur wenige. Da musste man bei Uroma immer schnell sein.



bexela vie studio



Uroma Edith. Ich erinnere mich an diese kleine, zarte Frau mit dem dunklen Haar und einer Art Sturheit im Blick, die zu sagen schien *„Wenn du wüsstest, was ich schon alles erlebt und überlebt habe“*.

Und wahrlich, das hatte sie. Im zweiten Weltkrieg (und auch danach) war sie Krankenschwester gewesen. Was muss sie alles gesehen haben. Unzählige Tote, Schwerverletzte. Ich erinnere mich daran, wie sie mir für ein Schulprojekt einmal von einem Bombenalarm erzählte, den sie miterlebt hatte. Sie war damals 19 Jahre alt gewesen. Sie erzählte von der Panik, von Bunkern und schrecklichen Stunden der Angst. Ihre Stimme war beim Erzählen immer leiser und brüchiger geworden. Das Zittern in ihrer Stimme, während sie immer weitersprach, hatte mir Ehrfurcht eingeflößt vor dieser Frau. Ihre erste Liebe starb im Krieg. Ihre zweite war mein Uropa, der während des Krieges in Gefangenschaft war und mit einem Trauma und einem Schussloch in der Wange nach Hause zurückkehrte.

Uroma. In ihr schlummerte eine Kraft, ein Lebenswille. Ein Lebenswille, der erst zu flackern begann, als mein Uropa nach fast 70 Jahren Ehe starb. Ein Lebenswille, der erst verlösch, als sie 92 war und ihr Enkel, mein Vater, im Alter von 42 Jahren starb. Sie hatte so vieles erlebt und überlebt, aber das konnte sie nicht verstehen. Wie ein Enkel vor seiner Großmutter sterben konnte.

Sie war im Leben wie im Sterben: Entschlossen. Sie hörte einfach auf, zu essen und bald darauf starb sie. Uroma. Sie war die gute Seele, die Wächterin über unsere Familie. Jeden Sonntagnachmittag kamen alle bei ihr zusammen. Nach ihrem Tod zerstreuten wir uns wie Asche im Wind.







## **Uroma, du hast alles zusammengehalten. Du fehlst.**

Heute steht in unserem Wohnzimmer genau solch eine Schüssel mit Nüssen wie früher bei Uroma Edith. Omas Schüssel war aus Porzellan und der Nussknacker aus Metall. Kühlem, silbrigem Metall. Unserer ist aus Holz. Ich mag ihn gern. Er fühlt sich wärmer an als das Metall, aber er knackt die Nüsse nicht so gut. Ich brauche zu viel Kraft dafür.

Als Kind konnte ich die richtig harten Nüsse nicht knacken. Oder die runden Haselnüsse, die mir immer aus dem Nussknacker herausrutschten. Dann versuchte Uroma es. Uroma mit ihren schmalen, blassen Händen und den zittrigen Fingern. Auch sie hatte oft nicht genug Kraft.

Einige Nüsse blieben immer ungeknackt. Die ungeknackten Nüsse blieben in der Schüssel liegen. Nie wurden sie weggeworfen, glaube ich. Sie blieben dort. Wochenlang. Monatlang. Vielleicht sogar jahrelang. So kam es mir als Kind zumindest vor ... Als Kind kam mir alles lang vor.

Die Walnuss liegt gut in der Hand. Sie ist nicht zu groß. Genau richtig. In meiner Faust fühlt sie sich gut an. Hart. Haltgebend. Hoffnungsspendend.

Die Schüssel mit Walnüssen bei Uroma Edith in der Küche. Sie verheißt Kindheit, Heimat, ein warmes, wohlige Gefühl. Nirgendwo war ich als Kind an den Wochenenden lieber als bei Uroma Edith in der Küche. In meiner Erinnerung kocht sie Haferbrei für Uropa oder Nudelsuppe für uns. Ich erinnere mich daran, dass ich einmal in der Küche saß, während sie wieder Nudelsuppe kochte. Während ich ihr zusah, versuchte ich, jeden ihrer Handgriffe zu imitieren. Meine Tasse, in der sonst immer Saft war, war mein Topf, so stellte



Das Leben endet — Die Liebe nie



**JENNY OTTE**

**Trauerbegleiterin Schwerpunkt  
Sterben, Tod & Trauer i.  
d.Schule, Yogalehrerin, Autorin**

*Hinterlasse uns gerne deine Ge-  
danken und Erfahrungen in den  
Kommis* 📖



ich es mir vor. Ich beobachtete Uroma und tat es ihr nach. Ich gab Zutaten in meinen Topf (aka meine Tasse), rührte, wenn sie rührte mit meinem Löffel darin herum, würzte, wenn sie würzte und verkostete am Ende stolz meine kalte Suppe, in der die Nudeln natürlich ungekocht und hart waren.

Uroma. Ich erinnere mich an so viele kleine, zarte Momente. Wie du mir Sticken beigebracht hast. Ich erinnere mich an deinen Kosmetikschrank, auf dem die kleinen Utensilien lagen, die ich nie zu berühren wagte. Wie du mir manchmal einen Tropfen deines Parfums hinter die Ohrläppchen gestrichen hast. Ich erinnere mich an Kreuzworträtsel, die wir gemeinsam gelöst haben. An deine Keksschublade und die Schokolade, die du mir heimlich zugesteckt hast.

Ich erinnere mich daran, wie frech du manchmal sein konntest und wie du zu Uropa „Vater“ gesagt hast. An deine Feinstrumpfhosen erinnere ich mich und daran, wie aufmerksam du mir zugehört hast. Ich erinnere mich an deinen Geruch nach Seife und gestärkter Wäsche und Lebenserfahrung. An deine lustigen Geschichten, die du immer und immer wieder voller Freude erzählt hast und daran, wie du mich immer durch die Hintertür ins Haus gelassen hast. Ich erinnere mich an deine Weihnachtsteller mit Süßigkeiten, die wir alle bekommen haben. Egal wie oft wir dir erklärten, dass wir kein Marzipan mochten, jedes Jahr lag wieder welches darauf.

## **Ich erinnere mich an dich, Uroma. Das beruhigt mich.**

Diese Schüssel mit Nüssen bei Uroma Edith. Ich frage mich, wo sie heute, nach ihrem Tod ist. Ich wüsste es gern. Sie hat so viele meiner schönsten Kindheitserinnerungen gesehen. Und wer weiß, was noch.



A close-up photograph of several walnuts on a light-colored wooden surface. One walnut in the foreground is in sharp focus, showing its characteristic wrinkled, brown shell. Two other walnuts are visible in the background, one to the left and one to the right, both of which are out of focus. The lighting is soft and warm, highlighting the textures of the wood and the walnuts.

**Ich erinnere mich  
an dich, Uroma. Das  
beruhigt mich.**





# DIE DEUTSCHE PALLATIVSTIFUNG

97

DER PALLIATIV.DETEKTIV  
IM INTERVIEW  
MIT ELKE HOMANN

# PALLIATIV .DETEKTIV

VON CHANTAL GIEHL

## WAS MACHT EIGENTLICH DIE DEUTSCHE PALLIATIVSTIFTUNG?

In dieser Podcastfolge geht es um die Deutsche PalliativStiftung. Elke Hohmann, die Geschäftsführerin der Deutschen PalliativStiftung, erzählt uns im Interview wie die Stiftung entstanden ist und welchen Zweck und Ziele sie verfolgt.

Die Stiftung hat sich 2010 gegründet, da es zu diesem Zeitpunkt noch einige Baustellen in der Palliativversorgung gab. Es gab zum Beispiel noch nicht das Hospiz- und Palliativgesetz. Ziel der Stiftung ist die Unterstützung des flächendeckenden Ausbaus der Palliativversorgung, vor allem im ambulanten Bereich. Auch die Aufklärung, Förderung von Projekten und Verbreitung der Themen Sterben, Tod und Trauer in der Gesellschaft wird bei der Deutschen PalliativStiftung großgeschrieben. Es gibt zum Beispiel die „Move in den Mai“-Aktion um mehr Bewusstsein für diese Themen zu schaffen.

Des Weiteren gibt es auch eine Vorsorgemappe in der du alle Dokumente findest, um rechtlich auf der sicheren Seite zu sein.

Die Vorsorgemappe und auch die Pfllegetipps kannst du dir kostenlos im Büro in Fulda oder im Büro in Berlin abholen – wenn das zu weit weg ist kannst du sie dir auch nach Hause bestellen oder digital herunterladen.

Für weitere Informationen und Wissenswertes rund um die Palliativversorgung schau gerne auf meinem Instagram-Profil @palliativ.detektiv vorbei.



**CHANTAL GIEHL**

**Podcast  
Palliativ.Detektiv - Der  
Palliativversorgung auf der Spur**

*Hinterlasse uns gerne deine Gedanken  
und Erfahrungen in den Kommiss*



Das Leben endet — Die Liebe nie



*Ich behandle keine Sterbenden,  
sondern Lebende, die bald  
sterben werden.*

*Gottschling, 2017*



**WO SEID IHR?**

**MOMENT,**

Das Leben endet — Die Liebe nie

We are  
here  
for you

MUSST NICHT SUCHE



BETTER TOGETHER



# Hallo Abschied

Wenn du dem Alten  
den Abschied winkst,  
winkt dieselbe Hand schon  
einen Gruß dem Neuen





**Gerald Marten**

Autor aus Oldenburg in Holstein



Das Leben endet — Die Liebe nie

# SUMMER

106

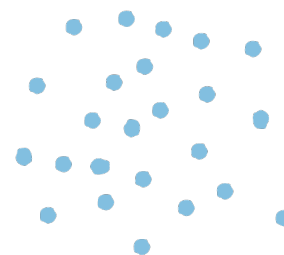




# SUM MER

Das Leben endet — Die Liebe nie

# Hier geht's wirklich nur um das Eine!



## viaMag QX

Freue dich auf die 20. Ausgabe – viaMAG QX

Hier ist sie, die erste gedruckte viaMAG. Magazine gibt es en masse und es gibt DIE viaMAG. Unlimitiert emotional und eine feste Stimme für mehr Toleranz und Enttabuisierung der Trauer sowie Entstigmatisierung psychischer Belastungen und Erkrankungen. Es geht ums Leben vor, mit, nach Krankheit, Abschied, Sterben, Tod, Trauer, eben wirklich allen Emotionen, die das Leben mitbringt und auch ausmacht. Es wird persönlich und ja, auch emotional mit unseren All Time Favorites.

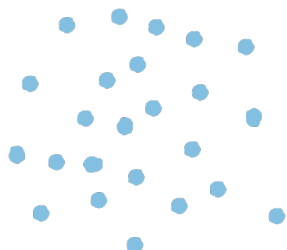
Hier geht's wirklich nur um das Eine – versprochen!

108



## viaMag QX

€ 7,50 inkl. 19% MwSt.



# viaMag

Das Magazin für eine neue Trauerkultur

viaMag

QX 2023 viaanima - Geschichten über die Liebe

QX

TIERLIEBE  
*Es ist immer  
zu früh*

LICHTPUNKTE  
*Der Brief*

PODCAST  
*Palliativ.  
Detektiv*

INSPIRATION  
*Was von  
Dir bleibt*

*Kaze no denwa*

INSPIRATION  
*Die Gemeinschaft*

POESIE  
*Licht* *Der Wunsch  
nach Ewigkeit*

109



pexels ganin

# reisebegleiter

## Unisex Bomberjacke Pepita oder Happy

XS-2XL  
€ 55,00 - 57,00 inkl. 19% MwSt.



111

New



New



New



## Reisebecher mit Griff Green Cactus

Mit weiteren Motive erhältlich

€ 26,50 inkl. 19% MwSt.

Das Leben endet — Da Licht nie







pixels.ru/nova

# sommerbegleiter

114



## Bio Jeanstasche Stripes & Sunglasses oder Fun

j€ 33,50 inkl. 19% MwSt

## Futternapf NJOM NJOM

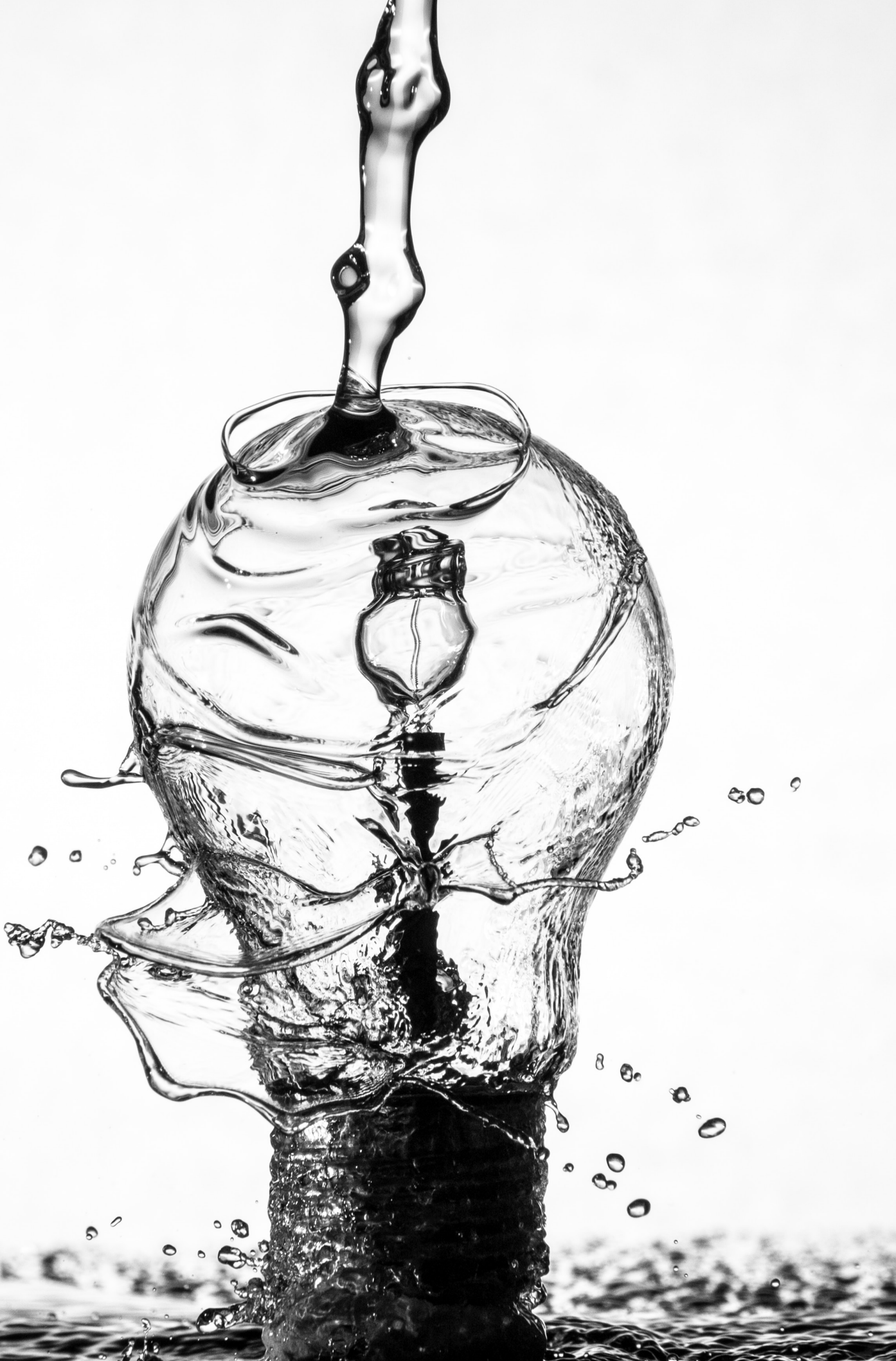
In 2 Größen erhältlich und natürlich auch für  
Miezen geeignet

€ 26,50 - 29,50 inkl. 19% MwSt





Pittaway unsplash



# leitfäden

## Inhale – Exhale

### Leinwandbild

In 4 verschiedenen Größen

€ 33,00 - 73,00 inkl. 19% MwSt.

### Gerahmtes Poster

In 4 verschiedenen Größen

€ 29,95 - 82,95 inkl. 19% MwSt.



117



## 5-4-3-2-1 Methode

In 3 verschiedenen Farben

### Poster

€ 14,50 - 22,00 inkl. 19% MwSt.

### Mit Aufhängern

€ 29,50 - 44,00 inkl. 19% MwSt.



Das Leben endet — Du nicht nie

berühmte

# LETZTE WORTE

”

Ich hoffe, dass  
ich mich morgen  
besser fühle

118

Elvis \* 8. Januar 1935 in Tupelo, Mississippi; † 16. August 1977 in Memphis, Tennessee. war ein US-amerikanischer Sänger, Musiker und Schauspieler. Er wird als 'King of Rock 'n' Roll' oder einfacher als "The King" bezeichnet.

Elvis letzten Worte sind berührend und dazu bezeichnend für uns Menschen. Wir kommen meist gar nicht auf die Idee, dass unsere Zeit begrenzt ist. . Einfach niemand, auch nicht der King hat eine Garantie auf ein Morgen, ein bis später oder ein wenn ich zu Hause bin. .



## Elvis Aron Presley

Das Leben endet — Die Liebe nie



# HIER KÖNNTE **DEIN** ANGEBOT STEHEN!

\*für Nonprofits kostenlos

**MELDE DICH** [INFO@VIAANIMA.COM](mailto:INFO@VIAANIMA.COM)

120

# Hello

viaMAG Website +  
Verzeichnis  
10K Besucher\*Innen/  
Monat

viaMAG digital

8K Leser\*Innen/  
Ausgabe

viaanima & **via  
MAG**

**DAS MAGAZIN FÜR EINE NEUE TRAUERKULTUR**

ANTHOLOGIE



**EXCLUSIVE**







viaMa

**“ DIESE APP KANN LEBEN RETTEN! ”**

**Krisen Kompass**  
DIE APP ZUR SUIZIDPRÄVENTION

Kostenloser Download unter [krisenkompass.app](https://krisenkompass.app)



Apple



Google

viaMag



HIER HÖRT EIN MENSCH

TELEFON SEELSORGE



121

[WWW.TELEFONSEELSORGE.AT](http://WWW.TELEFONSEELSORGE.AT)



**Bedrückt?**

Ein Gespräch hilft.

Anonym und vertraulich. Rund um die Uhr.

Beratung per Mail/Chat: [www.143.ch](http://www.143.ch)



Die Dargebotene Hand

Spendenkonto 30-14143-9

Das Leben endet — Die Liebe nie



UND TROTZ MEINER TRAUER BRACHTE  
ER DAHIN MICH, DASS ICH LACHTE,  
SO GESETZT UND GRAVITÄTISCH  
HERRSCHT' AUF MEINER BÜSTE ER.

SPRICH, WELCH' STOLZEN NAMEN  
FÜHRST DU IN DER NACHT  
PLUTON'SCHEM HEER?  
SPRACH DER RABE: „NIMMERMEHR.“

EDGAR ALLEN POE, DER RABE

# überhört

DIE LIEBE & DER TOD

*Die Liebe und der Tod sind unerhört grenzenlos in ihrer Forderung nach Ausdruck, und neben der Furcht vor Endlichkeit, die sie in uns auslösen, tragen beide gleichzeitig das Versprechen der Unendlichkeit im Gepäck.*

*In dieser Anthologie widmen sich 46 AutorInnen auf unterschiedlichste Weisen den Themen Liebe, Tod und Trennung – mit der Hoffnung, über alle Grenzen hinweg verbunden zu sein, und dem Mut, den es erfordert, die Endlichkeit zu leben.*





*Ich bin, was ich bin.*

*Die Liebe & Der Tod*



# viaMag

Das Leben endet - Die Liebe nie

Vielen Dank für Dein Interesse

Die nächste viaMag erscheint am

22. September 2023

Sag gerne weiter, dass es uns gibt  
und teile diese viaMag mit deinen Freund\*innen ❤️