



Laura Zech
Andreas Hirsch

Ich bleibe ein Teil von Dir

Ein liebevolles Erinnerungs- und
Rituale-Buch für verwaiste Eltern
und alle, die um ein Kind trauern

 edition
riedenburger

In diesem liebevoll gestalteten Trauerbuch erzählt der kleine Engel seinen Eltern eine Geschichte: Es ist die Geschichte der Taube Jonne. Jonne hat ihr Kind verloren und kann seither nicht mehr fliegen. Auf mutmachende und mitreißende Art und Weise kämpft sie sich zurück ins Leben, lernt zu lachen und darf natürlich auch weinen. Vielleicht schafft sie es am Ende sogar wieder zu fliegen...

Wer nach dem Verlust eines Kindes jeglichen Halt verloren hat, wird von den kraftvollen Aquarellen in Jonnes Dialog mit ihrem kleinen Engel hineingezogen. Der heilsame Weg beginnt dabei ganz am Anfang und nimmt uns mit auf eine Reise, bei der der Trauer echte Flügel wachsen können und gleichzeitig wieder Raum für Licht und Hoffnung im Leben entsteht.

Durch vielfältige, kreative Rituale dürfen traurige Große zusammen mit Jonne innere Kraft und Zuversicht finden. Dies gelingt am besten durch die aktive Weiterarbeit mit bunten Farben und die gefühlsstarke Einbettung der Rituale in den Alltag.





Dieses Buch ist für



von



Für Katrin und Christian
In Gedenken an Niklas

Wenn du niemals ein Kind in dein Herz lässt,
wird dir der schlimmste Schmerz
sicher nicht widerfahren.

Aber auch die größte Freude
wirst du sicher nicht erleben!



Inhalt

Liebe Mama, lieber Papa!	6	Aufräumen	52
Liebe traurige Große!	11	Schuld	57
Wieder ein grauer Tag ...	13	Warum?	60
Das große Loch	16	Tröstesuppe mit Trauerklößchen	64
Was „GUT“ bedeutet	23	Die Treppe zum Himmel	66
„Weißt du noch damals, als ...“	26	Weihnachten	69
Tränen	31	Geburtstag	70
Keine Tränen	35	Der schlimmste Tag	73
Du bist nicht allein	40	Ganz normale Tage	74
Haltet die Welt an	45	Hoffnung	79
Engelstauben	49	Liebe Mama, lieber Papa!	80
Vergessen	50	Liebe traurige Große, die ihr mit meinen Eltern verbunden seid!	82

Liebe Mama, lieber Papa!

Ich bin nicht weg, ich bin nur nicht mehr hier! Merkt euch das und erzählt es auch allen anderen, die mich vermissen.

Ihr wollt wissen, wo ich bin? Tut mir leid, aber das kann ich euch nicht verraten. Vielleicht sitze ich ja auf einem Stern. Also nicht auf irgendeinem Stern: auf dem schönsten, hellsten und funkelndsten Stern, den es gibt, natürlich. Von dort aus kann ich euch sehen, auch ihr könnt mich sehen. Ihr müsst nur ganz genau hinschauen.

Aber nicht so, wie ihr das immer macht, mit den Augen. Nein, mit euren Herzen müsst ihr gucken, dann seht ihr mich. Und wenn ihr's ein bisschen geübt habt und ganz gut könnt, spürt ihr mich sogar.

Um mich müsst ihr euch keine Sorgen machen, mir geht es gut! Für euch ist es sehr schwer, ihr wisst das ja alles nicht ... Ich würde euch euren Schmerz und eure Trauer so gerne nehmen, nur das kann ich nicht – das kann wohl niemand. Es wird wahrscheinlich auch nie aufhören, weh zu tun.

Ich wünsche mir, dass ihr irgendwann einen Weg findet, dass es anders wird.

Mit diesem Buch will ich euch ein bisschen helfen.

Eben, damit es anders wird.

Vielleicht seid ihr einfach nur leer, unsagbar traurig, wütend oder ihr versteht die Welt nicht mehr und schon gar nicht, was passiert ist.

Was auch immer ihr fühlt oder tut, es ist richtig! Niemand kann wissen, was in euch vorgeht. Denkt nicht darüber nach, was andere Leute sagen oder denken könnten, denn sie haben keine Ahnung.

Lacht, wenn ihr wieder lachen könnt! Bitte verbietet euch das nicht, ich habe so gern mit euch gelacht.

Haltet euch fest aneinander, auch wenn jeder von euch seinen eigenen Weg gehen muss. Egal, wohin er euch führt, ihr werdet immer durch mich verbunden bleiben.

Ihr habt mir immer so schöne Geschichten vorgelesen, wisst ihr noch? Jetzt will ich euch einmal eine Geschichte erzählen.

Es ist die Geschichte von einer Taube, die Hoffnung bringt. Sie heißt Jonne.

Sie gibt sich nicht auf, sie wird aktiv und tut etwas.

Damit ihr versteht, was auch ihr tun könnt, will ich euch einige Symbole meines Buches erklären.

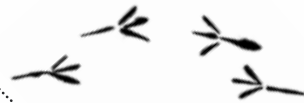


Schreibt etwas, drückt euch mit Worten aus.



Werdet kreativ, zeichnet, malt, drückt euch mit Farben aus. Pastellkreide und Buntstifte sind geeignet.

Geht auf andere zu, bleibt nicht allein.



Geht nach draußen, sperrt euch nicht ein.



Recherchiert im Internet, in Büchern, wo auch immer.



Versucht zur Ruhe zu kommen, denkt an euch und macht, was euch guttut.



Sucht nach Fotos, schaut sie euch bewusst an.

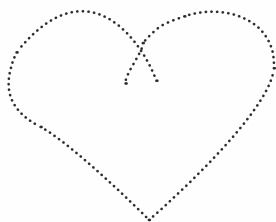


Hier kann jemand was für euch tun: vorbeikommen, unterstützen, Mut machen ...



**Na los, blättert um und seht, was die Taube
Jonne erlebt: wie sie weint und wie sie
lacht. Gebt nicht auf, tut es für mich!**

**In ewiger Liebe,
euer kleiner Engel**



Liebe traurige Große!

Seht ihr mich auf dem schönsten, hellsten und funkelndsten Stern, den es gibt? Von dort aus kann ich euch sehen, auch ihr könnt mich sehen.

Wenn ich euch sehr fehle, kennt ihr meine Mama und meinen Papa sicher auch sehr gut, oder? Könnt ihr mir einen Gefallen tun? Ich weiß nämlich nicht, ob sie mich im Moment sehen oder spüren können. Sie sind so unsagbar traurig, dass ich Angst habe, sie kommen nie mehr aus diesem Loch heraus. Ich weiß schon: Ihr seid selbst traurig. Vielleicht seid ihr auch unsicher, wisst nicht, was ihr machen oder sagen könnt. Aber bitte geht doch auf die beiden zu. Sie selbst können möglicherweise diesen Schritt zu euch nicht tun. Versucht dabei, sie nicht zu „trösten“ oder zu beschwichtigen. Sie dürfen für eine Weile trostlos sein.

Haltet den Schmerz mit ihnen aus!

Doch nun lest erst einmal meine Geschichte. Sie handelt von der Taube Jonne, die ihr Kind verloren hat. Ich habe diese Zeilen für meine Eltern aufgeschrieben. Aber ich kann mir vorstellen, dass sie euch ebenso Hoffnung und Kraft bringen können. Denn Jonne gibt niemals auf, auch wenn die Tage noch so grau sind. Sie wird aktiv und tut etwas.

Ihr wollt wissen, wie sie das macht? Worauf wartet ihr? Fangt an zu lesen und lasst euch von Jonne mit auf eine hoffnungsvolle Reise nehmen. Ich wünsche euch viel Kraft!

Euer kleiner Engel





Wieder ein grauer Tag ...

Fliegen? Das kann die Taube Jonne nicht mehr, ihre Flügel sind ihr zu schwer geworden. Alles ist ihr zu schwer geworden, ihr Leben. Heute liegt sie einmal wieder im Bett – viel zu lange. Sie schläft und schläft; am besten ist es, wenn sie schläft. Manchmal kann sie aber nicht schlafen, dann ist es noch schlimmer. Noch schlimmer? Nein, doch nicht, noch schlimmer geht es gar nicht, es ist immer schlimmer. Jonne vermisst ihren kleinen Engel so, so sehr! Sie kann nicht glauben, dass sie ihn für immer verloren hat.

„Jonne! Jonne! Na los, jetzt steh schon auf! Wenn du den ganzen Tag im Bett liegst und dich vergräbst, komm ich doch auch nicht zurück!“

Wer war das? Es klang wie Jonnes kleiner Engel. Aber der konnte es doch nicht sein, er war doch nicht mehr hier, oder? Es könnte ein so schöner Tag sein. Ein ganz normaler Tag wäre ein so schöner Tag. Das war Jonne bisher gar nicht bewusst. Für Jonne gibt es seit ‚diesem Tag‘ keine schönen, normalen Tage mehr. Es wird auch keine mehr geben, denkt sie. Sie hätte auch überhaupt nicht den Mut dazu, einen normalen Tag zu verbringen. Alles ist ihr zu schwer. ‚Schwermüt‘ ist ein komisches Wort, aber es passt jetzt zu ihr. Solange man schwermütig ist, kann man einfach nichts Schönes, Normales machen. Das braucht man gar nicht zu versuchen. Punkt. Aus. Ende.

„Doch, doch, Jonne, probier‘s einfach mal. Mach was Schönes! Weißt du noch, was wir immer so gern zusammen gemacht haben? Vielleicht komm ich dann mit ...“



„Geh‘ mal wieder
an einen unserer
Lieblingsorte! Wo waren
wir denn immer gerne
zusammen? Vielleicht
bin ich ja dort ...“



„Reise in Gedanken an
den Ort und beschreibe
ihn ganz genau.“

„Jonne, es ist ok, wenn du mal
länger liegenbleibst. Aber bitte
probier‘ s einfach. Steh‘ auf.“

Das große Loch

Als Jonne es dann endlich schafft, ihre Füße sacht auf den kalten Boden zu setzen, steht sie schon wieder vor diesem riesengroßen schwarzen Loch. Davor steht sie immer wieder, auch wenn sie woanders hingeht. Vielleicht gibt es viele solcher Löcher oder das Loch läuft immer hinter ihr her. Die Taube weiß es nicht, es ist ihr auch egal. Sie selbst ist nicht hineingefallen, aber eigentlich ihr ganzes Leben, ihre Liebe, ihr Herz ...

Was soll sie jetzt nur tun? In den meisten Dingen sieht sie keinen Sinn mehr. Und was das Schlimmste ist? Es ist so still geworden. So still, dass ihr die Stille viel zu laut ist.

Und sie hat Zeit, sie hat unendlich viel Zeit. Jonne weiß gar nicht, wie so ein wahnsinnig langer Tag zu Ende gehen soll. Wahrscheinlich sollte sie doch mal weggehen von diesem verdammten Loch. Für die Taube ist das aber nicht so einfach. Schließlich fliegt sie nicht mehr, sie ist vielmehr wie ein schwerer Trauerkloß, der nur gaaaaanz langsam rollen kann. Und wenn sie doch einmal die Kraft hat, sich ein Stück weit wegzubewegen, überfällt sie das schlechte Gewissen. Dann vermisst sie das verfluchte Loch. Scheinbar zieht es sie wie an einer unsichtbaren Leine hinter sich her.

„Jonne, komm schon, lass mal los und geh ein Stück weg. Ich weiß doch, dass du mich nicht vergisst. Keine Sekunde, die wir miteinander verbracht haben, wirst du je vergessen! Auch wenn du Erinnerungen nicht immer abrufen kannst. Das Band der Liebe, das seit meinem ersten Herzschlag zwischen uns gespannt ist, ist doch immer noch da! Du spürst es, es kann nicht reißen.“

Und so kommt es, dass Jonne sich tatsächlich überlegt, etwas zu tun. Sie hat eine Idee.



Sie könnte sich eine Route suchen, die sie immer wieder entlangläuft, um sich an ihren kleinen Engel zu erinnern. Vielleicht durch den Wald, wo es so gut riecht. Oder an einen kleinen Weiher, an dem sie das Wasser plätschern hört. Vielleicht fällt ihr auch ein schönes Bänkchen ein, von dem aus sie einen tollen Blick nach oben hat. Ab und zu geht eine andere liebe Taube mit ihr.

Auf diesem Weg wird Jonne immer wieder Zeichen von ihrem kleinen Engel finden: ein Herz aus Stein oder einen kleinen Schmetterling, der sie begleitet ...

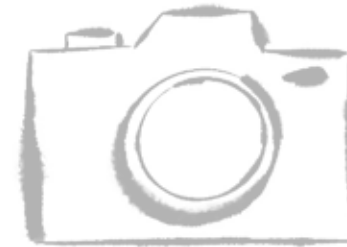
Ab und zu fotografiert sie diese kleinen Zeichen oder nimmt sie mit und sammelt sie in einer Schatzkiste.



Und wenn sie wieder nach Hause kommt, macht sie sich einen guten Tee und sieht sich ein paar Fotos an.



Wunderbare Fotos sind das. Jonne sagt:
„Die besonders schönen kannst du hier einkleben. Nimmst du meine schönen Farben für die bunten Rahmen?“



Laura Zech ist verheiratet und Mutter von zwei Söhnen. Durch den frühen Tod ihrer Eltern sind Schicksal, Tod und Trauer schon lange fester Bestandteil in ihrem Leben.

Als aber das Unfassbare passierte und ihr kleiner Neffe mit gerade einmal zweieinhalb Jahren plötzlich verstarb, merkte sie, dass bisher erlernte Bewältigungsmechanismen nicht mehr griffen. Da sie kaum Literatur gefunden hat, die ihre Gefühle auf den Punkt brachten, begann sie, selbst zu schreiben. Entstanden ist ein gefühlsvolles Buch, in dem Trauer und Schmerz Raum haben. Es soll gleichzeitig Mut und Hoffnung geben – nicht nur betroffenen Eltern, sondern allen, die um ein Kind trauern.



Andreas Hirsch ist freischaffender Künstler und Designer. Nach seinem Studium in Augsburg und Portugal arbeitete er für mehrere Werbeagenturen und für ein großes Verlagshaus. Er war bei innovativen Start-Ups tätig und arbeitete mehrere Jahre als Designer bei Apple in Kalifornien. 2020 machte er sich selbstständig mit seinem eigenen Studio. Für die edition riedenburg illustrierte er bereits das Kinderbuch „Genial im Schlaf“. www.hirschandreas.de



Nicole Baumann-Kolonovics
Heike Wolter
Birgit J. Tomayer (Illustrationen)
**Leben mit unserem
Sternenkind**

Eine einfühlsame Geschichte
und liebevolle Rituale für
Sternenkind-Familien

Reihe „Rituale für Familien“, Band 1

Paperback, 17 x 17 cm
ISBN 978-3-99082-047-6

edition riedenburg, Salzburg
im Buchhandel

Wenn ein Baby vor oder nach der Geburt stirbt, gibt es kaum Erinnerungen. Die gemeinsame Zeit war schließlich viel zu kurz. Gerade das erschwert die Trauer und schmerzt unerträglich. Dieses liebevoll illustrierte Bilderbuch hilft Familien dabei, Sternenkinder im Alltag sichtbar zu machen. So erhalten auch verstorbene Babys ihren festen Platz in der Familie. Denn nicht ohne sie, sondern mit ihnen weiterzuleben ist ein wichtiger Teil der Trauer und für alle Zeiten von Bedeutung.

In der einfühlsamen Geschichte im ersten Teil dieses Buches werden von Omis und Opis Bäume gepflanzt, damit Sternenkind Tilda wachsen kann. Steine gehen auf Reisen, um dort zu bleiben, wo die Sehnsucht zu Liebe wird, und Blätter werden gesammelt, um dem Sternenkind zu sagen, dass es von allen geliebt wird.

Anschließend werden Familien, Angehörige und Begleitpersonen dazu eingeladen, in sich hineinzuspüren und eigene Wege der Trauerbewältigung zu finden. Die vorgestellten Rituale ermutigen Kinder und Erwachsene gleichermaßen zum Gestalten ganz persönlicher Ausdrucksformen. Denn was könnte schöner sein, als den eigenen kleinen Stern besonders hell in der Familie leuchten zu lassen.



Heike Wolter
Regina Masaracchia

Lilly ist ein Sternkind

Das Kindersachbuch zum Thema
verwaiste Geschwister

Reihe „Ich weiß jetzt wie!“, Band 11

Paperback, 17 x 19 cm
ISBN 978-3-902647-11-5

edition riedenburg, Salzburg
im Buchhandel

Wenn das neugeborene Geschwisterchen stirbt, ist die Trauer unermesslich groß. Doch wie können Eltern, Großeltern und andere Erwachsene kleinen Kindern das Unbegreifliche begreiflich machen?

Im Gedenken an ihre verstorbene Tochter Lilly und als Hilfe für andere Betroffene hat Heike Wolter das Kindersachbuch „Lilly ist ein Sternkind“ verfasst. Es ist als Band 11 der Kindersachbuchreihe „Ich weiß jetzt wie!“ erschienen, deren Begründerin Regina Masaracchia auch dieses Buch feinfühlig und stimmungsvoll illustriert hat.

„Lilly ist ein Sternkind“ enthält eine farbig gestaltete Bildergeschichte über Lillys frohe Erwartung und ihren traurigen Abschied, die je nach Ausführlichkeit des Vorlesens sowohl für Kinder ab zwei Jahre als auch für ältere Kinder geeignet ist. Anschließend gibt die Autorin in einem Sachteil hilfreiche Tipps im Trauerfall. Ein Glossar mit häufig verwendeten Begriffen sowie nützliche Adressen ergänzen das Buch.

Empfohlen vom VEID, Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland e.V.



Verena Herleth
Vergebliches Warten
Familie Vogel und der Abschied für immer

Reihe „MIKROMAKRO“, Band 1
Paperback, 21 x 15 cm
ISBN 978-3-903085-40-4



Verena Herleth
Cato, der Seelenträger
Das Bilderbuch zum Leben der Seelen

Reihe „MIKROMAKRO“, Band 3
Paperback, 21 x 15 cm
ISBN 978-3-99082-001-8



Anna-Maria Böswald, Verena Herleth
Trotzdem großer Bruder
Katerkind Ludlu besucht sein
Sternengeschwisterchen

Reihe „MIKROMAKRO“, Band 6
Paperback, 21 x 15 cm
ISBN 978-3-99082-028-5

edition riedenburg, Salzburg | im Buchhandel

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Laura Zech, Andreas Hirsch (Illustrationen)

Ich bleibe ein Teil von Dir

Besonderer Hinweis:

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorinnen noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Eine Haftung der Autorinnen bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen.

Markenschutz

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

1. Auflage	März 2021
© 2021	edition riedenburg
Verlagsanschrift	Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet	www.editionriedenburg.at
E-Mail	verlag@editionriedenburg.at
Lektorat	Dr. Heike Wolter, Regensburg
Satz und Layout	edition riedenburg
Herstellung	Books on Demand GmbH
ISBN 978-3-99082-062-9	