

A photograph of a calm lake with a misty background. In the foreground, there is a stack of three dark, smooth rocks balanced on top of each other. The water is still, and the sky is overcast. The text is overlaid on the left side of the image.

Loslassen

– GEDANKEN ZUM TOD

TEXT UND FOTOGRAFIEEN VON THOMAS RIST



Vorwort

Der Schmerz des Verlustes durch den Tod eines lieben Menschen ist wahrscheinlich der größte Seelenschmerz, den ein Mensch erfahren muss. Dieser Schmerz wiegt sicherlich erheblich schwerer als die Trennung von einem geliebten Partner. Denn mit dem Tod verschließt sich endgültig die Tür.

Dieses Büchlein bietet Impulse an, wie man mit dem Thema Tod und dem 'Loslassen lernen' eines lieben Menschen umgehen kann. Es sind meine Gedanken, Gefühle und Inspirationen, alles was mich durch meine Lebenserfahrungen im Umgang mit Loslassen, Tod und Trennung geprägt haben.

„...weine nicht, ich bin nicht tot, ich wandle nur durch neue Räume ...“
(frei nach Michelangelo)

Fotos & Texte | © Thomas Rist www.himmlische-fotografie.de
Korrektorat | Petra Möller www.wort-muse.de
Gestaltung | Anne Gerber www.annegerber.de

Ach atme ein ...

Ich atme ein, ich atme aus. Wir werden geboren, nehmen unseren ersten Atemzug ein. Wir sterben, und atmen unseren letzten Atemzug aus. Dazwischen liegt unser Leben. Und Leben heißt, sich zu bewegen. Das Gegenteil dazu wäre Starre, Stillstand und steht für den Tod.

Wir Menschen fürchten wohl nichts mehr als den irdischen Tod. Und doch ist dieser Normalität, ihm kann kein Mensch dauerhaft entgehen. Was ist der Tod? Wie gehen wir damit um? Was geschieht mit dem Körper? Was ist mit der Seele? Viele Fragen wirft der Tod auf und in den verschiedenen weltlichen und religiösen Traditionen gibt es unzählige, unterschiedliche Ansichten dazu.

In erster Linie geht es um den Verlustschmerz eines geliebten Menschen. Jemand der bisher da war, ist nun nicht mehr. Es fühlt sich an, als bräche unter uns der Boden weg, als wären wir nun im freien Fall, immer in Richtung Abgrund. Chaos in unseren Emotionen, wie der Ohnmacht, der Angst, des tiefen Seelenschmerzes.

