

Und jetzt zeigst du uns, wie Sterben geht

Ein Buch einer Zimmerwalderin

WALD – Im in Kürze erscheinenden Buch von Julia Kalenberg «Und jetzt zeigst du uns, wie Sterben geht» beschreibt die Autorin, wie sie sich selbst in dieses Thema hineinbegeben hat, und möchte damit Wichtiges dazu weitergeben und teilen.

Als wir Kinder waren, brachte uns unser Vater viele nützliche Dinge bei. Er zeigte uns, wie man einen Kastendrachen bastelt oder ein Modellflugzeug, wie man ein Fahrrad flickt oder einen Stock schnitzt, um damit eine Wurst über dem Feuer zu braten. Als er bewundernswert gelassen mit seinem eigenen Ende umging und es uns dadurch ebenso erleichterte, dachte ich plötzlich: «So, und jetzt zeigst du uns, wie Sterben geht.»

«Wir haben zusammen eine halbe Stunde geweint...», erinnert sich Julia Kalenberg als sie ihren Vater, damals wegen COVID-19 mit einer Sondergenehmigung alleine, im Spital besuchte. Ihr Vater habe sein Ende schon vor sich gesehen, für sie war es damals ein Schock, als er zu ihr sagte: «Weisst du, ich kann gehen.» – «Und ich kann dich begleiten», waren ihre Worte nach dieser denkwürdigen halben Stunde. Ihren Vater beim Sterben zu begleiten war nur deshalb möglich, weil sie vorher schon von anderen Menschen in offenen Gesprächen darüber lernen durfte.

Das Buch ist geboren

Das Erste, was auf Julia Kalenbergs Visions-Poster fürs Buch in der Mitte gestanden habe, war eine Skizze von einem Buch: «Zeig du uns, wie sterben geht». Wie aus der Mitte einer Blume heraus sind daraus etliche Gedankenblätter entstanden und umgesetzt worden, bis das Buch nun, nach zweieinhalb Jahren, geboren ist – mit fast demselben Titel.



Julia Kalenberg begleitete ihren Vater und lernte von ihm. | Foto: zvg/Daniela Haldemann

«Ich möchte mit dem Buch den vielen Menschen, die mir ganz offen begegnet sind und die mich an ihrer Geschichte haben teilhaben lassen, danke sagen. Ich hoffe, dass es andere ermutigt, sich mehr mit dem Sterben auseinanderzusetzen und dadurch mehr Leichtigkeit in ihr Leben einzuladen. Es gibt einem die Gelegenheit, den letzten Weg auf Erden mitgestalten zu können und ihn nicht nur erdulden zu müssen.»

Danke, Papa!

«Dieser kleine Gipsengel ist schon geleimt worden, weil er einmal auf den Boden gefallen ist», erzählt Julia Kalenberg. Nachdem ihr Vater gestorben war, wurde ein bisher mehr oder weniger einfach herumstehender kleiner Gipsengel ihr treuer Buch-Schreib-Begleiter. «Ich hatte plötzlich das Gefühl, meinen Vater darin zu sehen, zu fühlen.» Ebenfalls eine treue Begleitung bot ihr während der Schreibzeit ihr hauchdünner «Lieblings-Kaschmir-Schal». «Ich fühle mich immer wieder liebevoll von meinem Vater ummantelt, wenn ich den Schal um

mich lege.» Mit dem Schal über sich durfte ihr Vater zuhause friedlich einschlafen.

Sterben lernen heisst leben lernen

Zu Beginn des Schreibens habe sie sich gefragt, ob sie sich mit dem Thema auch im beruflichen Kontext zeigen wolle. «Julia privat und Julia business – ich bin zum Schluss gekommen, dass ich das gar nicht trennen möchte», erzählt die Buchautorin. Julia Kalenberg ist beruflich häufig mit Führungspersonen zusammen, veranstaltet für sie Workshops, Leadershiptrainings und begleitet sie in Coachings. In der Führungsfunktion sei es wichtig, sich ganz zu zeigen, auch die Verletzlichkeit und nicht nur «businessmässig» hinzustehen.

Nachdem sie über ihre Arbeit am Buch auf der Social Media Plattform «LinkedIn» geschrieben habe, sei ein interessanter Austausch zustande gekommen. Einige äusserten den Wunsch, offen über das Thema Sterben reden zu können. Und da schliesst sich Kalenbergs Kreis wieder: Es sei eben auch in der Geschäftswelt

wichtig, dem Thema Platz zu geben, wenn es gewünscht ist. Gefühle zeigen, sich einfülen kann sich positiv auf das Miteinander am Arbeitsplatz auswirken. Es gibt einen neuen oder anderen Zusammenhalt untereinander, es erlaubt, auf einer anderen Ebene auf jemanden zuzugehen. «Ich wünsche den Leserinnen und Lesern den Mut, über dieses wichtige Thema zu reden. Einfach machen, nicht zu viel überlegen! Das Schlimmste ist, wenn man hinterher bereut, nicht darüber gesprochen zu haben.»

Priska Iseli

INFO:

Die Buchvernissage und Lesung findet am 1. März in der Buchhandlung Stauffacher in Bern statt.



SCAN ME

Weitere Informationen
und Ticketverkauf:



Julia Kalenberg begleitet seit 1997 Teams und Einzelpersonen bei ihrer Entwicklung (v. a. Führungstrainings, Teamworkshops, Coachings, Mentaltrainings, Vorträge). Sie ist Referentin am Institut für KMU der Uni St. Gallen sowie aktives Mitglied bei Business & Professional Women, ist verheiratet, hat zwei Kinder und wohnt in Zimmerwald.