

NEU! mit dem kleinen **Weltverbesserungskalender**

ENGEL

magazin

www.engelmagazin.de

Österreich € 3,75 - Schweiz sfr. 10,00
Frankreich € 6,75 - Belgien € 5,90 - Italien € 6,75
Spanien € 6,75 - Portugal (cont.) € 6,75



Ausgabe März / April 2016
DEUTSCHLAND € 5,00

DOREEN VIRTUE

Deine Träume
sind der Schlüssel
zum **Glück**

LOUISE HAY

Mal die **Freude**
in dein Herz!

JANA HAAS

Wenn die
Seele
zurück zur
Erde will

ANJA LAUCKNER

Trotzdem
leben!

WILLIAM PAUL YOUNG

Es geht nicht
ohne **Gott**

ELIZABETH GILBERT

Warum **DU**
deine beste
Freundin bist!



Und
wieder ein
**liebvoller
Engel-Gruß**
zum
Verschicken

PASCAL VOGGENHUBER

Muss ich **alle** Menschen lieben?



Ein junges Ehepaar erlebt das Sterben. Er hat Krebs. Aber **ANJA LAUCKNER** und ihr Mann hadern nicht mit dem Schicksal, trauern nicht dem verlorenen Glück nach. Sie akzeptieren das Unabwendbare. Sie machen aus den eineinhalb Jahren, die ihnen noch bleiben, die schönste Zeit ihres Lebens. Innig, heiter, voller menschlicher Weisheit und tiefer Liebe. Was die Autorin Anja Lauckner über den Tod schreibt, wird zu einer der außergewöhnlichsten Liebesgeschichten der letzten Jahre, die wir für Sie ausgesucht haben. Ein einmaliges Bekenntnis zum Leben, trotzdem leben.

Trotzdem
leben

Die Autorin Anja Lauckner heute.
Vier Jahre nach dem Tod ihres
Mannes. „Ich habe mich in
den Mann verliebt, den ich auf
der kurzen Strecke vor dem
Ende noch einmal ganz
anders erlebte“



Bei einer kleinen Wanderung mit seiner Familie: Kai Lauckner ist von der schweren Krankheit gezeichnet. Vier Monate vor seinem Tod: Nach einem Traumurlaub am Gardasee machte Anjas Mann ein Selfie am Brenner. Die pure Lebensfreude auf einem Abschiedsfoto



VON ANJA LAUCKNER

Die meisten Menschen glauben, dass man mit dem Trauern anfängt, nachdem ein Mensch gestorben ist. Kai und ich haben es anders gemacht, wir haben zusammen das Trauern begonnen, nicht auf die letzte Sekunde gewartet. Denn wer weiß, wann sie kommt und was dann ist. Wir haben die Zeit, die uns blieb, genutzt, um einander zu lieben und zu spüren und miteinander zu sprechen. Diese Liebe und dieses Zutrauen zueinander, dieses Gemeinsame ist etwas Großartiges, das einem auf der letzten Strecke und danach sehr hilft. Kai und ich haben intensiv darüber gesprochen und uns versucht vorzustellen, wie es sein würde, wenn er nicht mehr da wäre.

Ein bösartiger Tumor also. Krebs. Magenkrebs, ziemlich groß. Weit fortgeschritten. Dr. Hübner nickte, mit hochgezogenen Augenbrauen. „Der Tumor ist nicht nur sehr groß, sondern auch schon mit der Bauchdecke verwachsen. Wir können Sie behandeln, Herr Lauckner, doch heilen können wir Sie nicht. Wir können Ihnen aber Zeit verschaffen.“ Zeit verschaffen – was sollte das? Wir hatten alle Zeit der Welt. Kai war vierunddreißig, ich neunundzwanzig, wir hatten ein kleines Kind, dachten sogar an ein zweites. Soeben hatten wir erfahren, dass er kein alter Mann werden würde. Dass eine gemeinsame Zukunft unwahrscheinlich war. Oder nur noch sehr kurz.

Als Kai und ich 2004 heirateten, waren wir schon seit zehn Jahren zusammen. Wir lernten uns in meinem Heimatort Wernesgrün im Vogtland kennen, da war er neunzehn und ich vierzehn Jahre alt. Nur fünf Jahre Unterschied, aber zu dem Zeitpunkt in Wahrheit ein Wahnsinnsabstand, ich war ja noch ein Schulkind, neunte Klasse. Habe ich ihn geliebt? Wenn ich ehrlich bin: Nein, ich glaube nicht. Ich habe ihn sehr gemocht, aber Liebe war es nicht. Was Liebe ist, habe ich erst verstanden und tatsächlich in mir gespürt, als Kai krank wurde. Ich habe mich in den Mann verliebt, den ich auf der kurzen Strecke vor Ende seines Lebens noch einmal ganz anders erlebt habe und der damit auch mich verändert hat. Ich liebe den Mann, der mir gezeigt hat, wie der Tod ist. Und der alles gegeben hat, um diese gemeinsame letzte Zeit zur schönsten unseres Lebens werden zu lassen.

Auch unser Sohn Nils, im August gerade vier Jahre alt geworden, sollte es wissen. Darüber hatten Kai und ich uns natürlich schon kurz nach der Diagnose Gedanken gemacht. Nils fand es komisch, dass sein Vater eine Krankheit

hatte, die wie ein Tier heißt, mehr hatte er dazu nicht zu sagen. Als er das erste Mal erlebte, wie schwer es Kai fiel, auch nur einen halben Löffel Pasta zu essen, brach er in Tränen aus. Der Magen war so krank, dass er rausgenommen werden musste.

Wir haben unsere Tiefpunkte gehabt, vollkommen klar, mal habe ich geweint, mal Kai. Aber wir haben die Situation akzeptiert. Letztlich haben wir beide sehr schnell erkannt: Es gibt keinen anderen Weg als den, der uns bevorsteht. Das Ende ist unausweichlich. Also lass uns die Zeit, die noch bleibt, nutzen für das Leben. Wir haben von Anfang an versucht, dem Leben nicht schon im Voraus nachzutruern, sondern es zu leben, jeden Tag. Kais Gewicht sank stetig. So ging es nicht weiter. Dr. Hübner schlug vor, ihn zunächst auf die Palliativstation des Klinikums einzuweisen, damit er dort so weit zu Kräften käme, dass man mit der Chemotherapie beginnen könnte. Auch wenn es manchem seltsam vorkommen mag, aber für mich wurde die „Palli“, wie wir sie bald nannten, geradezu ein Lieblingsort. Über Ostern ging ich in Urlaub, ich machte Urlaub auf der Palli. Das Wetter war traumhaft, eben richtiges Urlaubswetter. Kai und ich saßen viel auf dem Balkon, schauten in die Bäume, tranken Cappuccino, redeten ein bisschen oder hielten einander nur an den Händen. Es war wunderschön, eine innige, heitere Zeit. Es war todtraurig, aber es war vor allem schön. Wir hielten zusammen und waren uns nahe.

Kai war stolz auf mich. Ihm gefiel, dass ich bei Ärzten und Pflegern so beliebt war, dass ich mit allen gut zu-rechtkam. Einmal sagte er zu mir: „Weißt du eigentlich, dass dich jeder hier mag? Wegen deiner Art. Das finde ich toll, dafür liebe ich dich. Und für deine Kraft, mir immer wieder den Arsch zu retten.“ Ja, so war's. Wir tauschten die Rollen. Er wurde schwächer, kraftloser. Ich dagegen wuchs über mich selbst hinaus, ich übernahm jetzt die Führung.

Früher war ich ganz anders. Im Grunde lebte ich mein Leben immer nach den Vorstellungen anderer. Ich versuchte, so zu sein, wie andere Menschen mich haben wollten. Allen wollte ich es recht machen, in erster Linie meiner Mutter. Meinen Weg habe ich erst durch diese Erfahrung gefunden. Ich mochte Kai sehr gern, aber mehr war es eigentlich nicht. Deswegen bin ich, so wahnsinnig es auch klingen mag, dankbar, dass alles so gekommen ist. Das Entscheidende war meiner Ansicht nach, dass wir beide diese Katastrophe so genommen haben, wie sie war. Wir haben die Krankheit und das Sterben in

Bitte umblättern ▶

► Fortsetzung von Seite 39

unser Leben integriert. Das hat unserem Leben eine ganz neue, man kann schon sagen, höhere Qualität gegeben.

Ich war so unglaublich froh und erleichtert. Und stolz. Kai hatte enorm viel geschafft, wir beide waren einen Riesenschritt weiter. Eigentlich viele Schritte. Es ging aufwärts, wir hatten beide wieder Lust am Leben bekommen – und aneinander. Die Sozialarbeiterin und Kai besprachen, wie es weitergehen sollte. Die Wiedereingliederung in den Beruf könnte ab Januar stattfinden, also noch rund drei Monate Erholungszeit und dann der langsame Einstieg.

Am 26. Oktober stand eine Routine-Computertomografie für Kai an. Der Radiologe rief uns in sein Besprechungszimmer und schaute sich die Bilder an. „Wie geht es Ihnen denn eigentlich, Herr Lauckner?“ – „Danke, gut. Keine Beschwerden.“ – „Hm, wirklich nichts?“ – „Nein, nichts.“ Der Arzt runzelte die Stirn und starrte noch mal auf das Computerbild, das von Kais Bauchraum angefertigt worden war. „Also, ich sehe hier zwei Flecken. Zwei Flecken auf der Leber. Das könnten Metastasen sein.

Blieb noch die eine Frage, die wichtigste Frage, wenn das Todesurteil gesprochen ist. Die Frage, die jeder Mensch mit einer solchen Diagnose stellt: „Wie lange noch?“ Und Dr. Hübner gab wie immer die ehrliche Antwort: „Ich weiß nicht, wie viel Zeit Ihnen noch bleibt. Niemand weiß es. Wir geben unser Bestes. Mehr kann ich nicht sagen.“

Am Sonntagnachmittag lag er im Wohnzimmeressel. Er atmete schwer, und schließlich kullerten ihm die Tränen über die Wangen. „Anja, ich komme irgendwie klar damit, dass ich krank bin. Auch damit, dass ich sterben muss. Aber was ich nicht schaffe, ist, den Gedanken zu ertragen, dass ich euch hier zurücklassen muss. Allein. Ich wollte mich doch immer um euch beide kümmern. Und jetzt musst du bald alles allein stemmen. Darum mache ich mir die größten Sorgen, dass es einfach zu viel wird für dich.“

Kai war ein Mann der Tat, mit Worten hatte er's nicht so. Deshalb begann auch nach der Hiobsbotschaft Ende Oktober Kais aktive Phase: Er trieb sich in Baumärkten herum, plante, organisierte und werkelte bei uns zu Hause wie ein Verrückter. Jetzt ging es für ihn darum, alles noch zu regeln, die letzte Zeit zu nutzen, um möglichst viel fertigzustellen, perfekt zu hinterlassen.

Im Februar buchten wir unseren Urlaub, den letzten. Es sollte ein Familienurlaub sein, ganz klar. Schließlich, an

einem Montagnachmittag, fiel die Entscheidung: Wir fahren an den Gardasee, in ein Traumresort. Eine Freundin war gerade zu Besuch. Er stellte den Kuchen auf den Tisch und sagte beiläufig: „Na, Anja, das wird dann ja wohl unser letzter gemeinsamer Urlaub werden.“ Ich lachte: „Stimmt, das wird er wohl sein. Dann soll es auch unser bester werden.“ Die Freundin war schockiert.

Doch zunächst mal verbrachten wir beide allein ein langes Wochenende in Wien. Wir lagen in der warmen Nachmittagssonne auf den Liegestühlen, mit einer Tasse Kaffee auf dem Beistelltischchen oder dem Abendcocktail, auch wenn es noch längst nicht Abend war. Machte doch nichts. Wir hielten uns an den Händen und dösten. Oder sprachen über die Zukunft. Schmiedeten Pläne. Versuchten uns vorzustellen, was wir noch gemeinsam erleben würden. Und wie es sein würde, wenn ich allein wäre. Und wie es für ihn sein würde.

Insgesamt gab es bei Kai ab Juli nur noch Phasen von extremer Aktivität oder von extremer Müdigkeit. Wohnzimmer streichen in der Morgendämmerung oder wie im Koma auf der Couch liegen. Offenbar gab es keine Mitte mehr zwischen solchen Zuständen, es existierte nur noch entweder – oder. Der Sommer 2011 war schön warm, ziemlich heiß sogar. Ein Vorteil der Wärme war immerhin, dass wir etliche Stunden im Garten und im Freibad genossen. Wir wollten so viel Zeit wie möglich miteinander verbringen, unausgesprochen war uns bewusst, dass nicht mehr viel Spielraum übrig blieb. Trotzdem fühlten wir uns nicht unter Druck. Kais Tod war die unausweichliche Konsequenz seiner Krankheit. Dass das nicht zu ändern ist, haben wir schon sehr früh begriffen. Und so seltsam es klingen mag: Diese Klarheit bewirkte auch eine gewisse Erleichterung bei uns.

Kai überlegte dauernd, wie er mir und Nils eine Freude bereiten könnte – als kleinen Ausgleich dafür, dass wir mit ihm so viel mitmachen mussten. Das stimmte mich unendlich froh, und mir wurde so leicht ums Herz, so friedlich. Dass wir solche Momente erlebten, verdanken wir vor allem unserem offenen Umgang mit der Krankheit und dem Sterben. Weil wir beide immer wussten, wohin unser Weg führen wird und dass es kein anderes Ziel geben wird als das Ende von Kais Leben. Das macht auf eine ganz besondere Art frei.

An dem Abend setzten wir uns auf die Hollywoodschaukel. Ich hatte Kerzen angezündet, der nächtliche, mild erleuchtete Garten sah wunderschön aus. Als wir so in der Schaukel lagen und der Himmel über uns ganz nah war, da stellte ich mir vor, wie ich in nicht allzu ferner Zeit ►



allein hier liegen würde und Kai wäre dort oben. „Kai, hast du Angst? Fürchtest du dich vor dem Sterben und vor danach, vor dem Totsein?“ Er drehte den Kopf zu mir, drückte mir einen Kuss auf die Nase und meinte dann ganz entspannt: „Nein, Angst habe ich keine. Gar keine.“ Kleine Pause. „Aber dass ich euch verlassen muss, dass ihr allein zurückbleibt: Das macht mir zu schaffen. Ziemlich.“

Zur Arbeit ging ich nicht mehr, seit Kai auf der Palli war. Mein Chef hatte sofort von sich aus gesagt: „Bitte, Anja, Arbeit spielt doch jetzt gar keine Rolle. Nehmen Sie sich die Zeit, die Sie für Kai brauchen. Es gibt jetzt wichtigere Dinge als die Arbeit.“ So lebte ich in einer seltsamen Zeitblase, wenn ich dort auf der Palli war. Wir befanden uns irgendwie außerhalb des normalen Lebens. Ich merkte, wie sich Kai weiter entfernte, wie die andere Welt ihm schon näher war als diese. Wir nahmen voneinander Abschied, indem wir so eng zusammen waren.

Montag, 26. September: Kai ließ sich von einem Atemzug zum nächsten immer mehr Zeit. Ich schob Kai wieder zurück in sein Zimmer, die Außenwelt mit den tirilierenden Vögeln und den vielen anderen Geräuschen schien mir nicht mehr das Richtige für ihn zu sein. Gegen meine Gewohnheit fuhr ich dann abends noch mal zu Kai. Das milde Licht der Abendsonne strahlte herein, es war ein Frieden ohnegleichen. Und alles war erfüllt von Liebe. So wie in diesem Moment habe ich Kai nie vorher geliebt. Es ist rätselhaft: Wie kann sich die Liebe in solchen Tagen noch einmal steigern, auf eine ganz andere Ebene gelangen? Auf den Gipfel des Möglichen? Ich weiß es nicht. Ich weiß nur, dass ich nicht mehr und nicht intensiver lieben kann, als ich es in diesem Moment gefühlt habe. Ich spürte die Liebe zwischen uns, auch wenn Kai schon dabei war zu gehen. Ich glaube, er blickte noch einmal zurück.

Manchmal schaue ich in das Büchlein, das wir beide verfasst haben, als klar war, dass er sterben würde. Es ist kein Buch mit tiefsinnigen Gedanken, sondern mit Arbeitsanleitungen. Kai erklärte mir alles Mögliche in Haus und Garten ganz genau, damit ich später allein klarkommen würde. Oft, wenn wir zusammensaßen, sagte er mittendrin: „Ach, Anja, das musst du auch noch wissen. Schreib dir mal auf ...“ So, als ob er für längere Zeit verreisen würde. Auch das war eine Möglichkeit, sich mit dem Tod zu beschäftigen, auf einer sehr konkreten Ebene. Ihm tat das gut. Mir auch. ☺

Anja Lauckner wird 1980 in Wernesgrün im Vogtland geboren. Nach dem Schulabschluss zieht sie für eine Ausbildung zur Werbekauffrau nach Oberfranken, ihre Jugendliebe Kai folgt ihr. Mit der Geburt von Nils im August 2005 scheint das Glück der kleinen Familie perfekt. Als Ärzte bei Kai 2009 ein Magenkarzinom diagnostizieren, beginnt für Anja eine ebenso herausfordernde wie prägende Zeit, die sie in ihrem Blog „Lebensbilder – Tage wie diese“ verarbeitet. Ermutigt vom Feedback Tausender Leser erzählt sie nun die ganze Geschichte eines Kampfes gegen den Krebs, den sie verloren und dennoch gewonnen hat. Anja Lauckner lebt und arbeitet in Bayreuth.



Aktuelles Buch:
„Schwarz steht mir einfach nicht“
Verlag: Ludwig

**Mehr Informationen
zu Anja Lauckner:**
anja-lauckner.de