Rezensionen von Buchtips.net

Susanne Jung: Besser leben mit dem Tod oder Wie ich lernte Abschied zu nehmen

Buchinfos

Verlag:	Klett-Cotta Verlag (weitere Bücher von diesem Verlag zeigen)
Genre:	Biografie
ISBN-13:	978-3-608-94745-8 (bei Amazon.de bestellen)
Preis:	12,10 Euro (Stand: 22. August 2025)

Obwohl er unabdingbar zum Leben dazugehört, befassen sich die Wenigsten von uns ernsthaft mit dem Tod. Er wird tabuisiert und verdrängt, obwohl er uns ohne Ausnahme bevorsteht. Vermutlich einer der Gründe, warum er die Hinterbliebenen immer wieder besonders schmerzhaft trifft und so manchen aus der Bahn wirft.

Susanne Jung schreibt über den Tod und das Thema Abschied nehmen. Der Schutzumschlag des Buches ist schlicht gehalten. Er zeigt ein weißes Kissen auf weißem Grund, eine einzelne rote Rose. Friedlich und liebevoll wirkt dieses bescheidene Motiv und steht damit eigentlich im krassen Kontrast zum Thema an sich. Immerhin wird durch den Tod eine Person aus unserem Leben gerissen; für so manchen bricht dadurch eine Welt zusammen. Andere sind erleichtert, weil eventuell ein langer Leidensweg beendet wurde. Doch egal ob so oder so, ohne einen adäquaten Abschied fällt die eigentliche Trauerarbeit schwer. Ohne Akzeptanz ist sie unmöglich.

Ebenso schlicht wie das Umschlagmotiv ist der Schreibstil der Autorin. Das allerdings nur im Sinne von sehr gut nachvollziehbar, denn tatsächlich vermittelt Susanne Jung den Inhalt ihres Buches auf niveauvolle Art. Sie gestaltet ihn sehr praxisbezogen. Nicht unbedingt philosophisch-anspruchsvoll, dafür aber ebenso anrührend wie achtungsvoll, verständnisvoll wie kritisch. Denn die Autorin weiß, wovon sie schreibt. Nicht nur, weil sie selbst mehr als einen schmerzhaften Verlust erlitt. Auch weil sie einen Beruf ausübt, der nicht ganz gewöhnlich ist. Ursprünglich lernte sie, wie man Bilderrahmen vergoldet. Über eine ehrenamtliche Sterbebegleitung kam sie im Laufe der Jahre jedoch in ein Bestattungsinstitut. Was sie dort erlebte, war nicht das, was sie sich unter einem würdigen Abschied vorstellte. Und so machte sie sich einige Jahre danach als Bestatterin selbstständig.

Von ihren eigenen Erfahrungen mit den Themen Sterben und Abschied, über ihren Umgang damit, erfahren LeserInnen eingangs des Buches. Offen erzählt Jung von Erlebnissen und Verlusten, jahrelanger Verdrängung und Trauerbewältigung. Nach ihren Ausführungen dazu, wie sie Bestatterin wurde, widmet sie sich dann Todesfällen, die andere erlebt haben. Sie schreibt vom Abschied von einem Kind, das nie leben durfte. Von einem Jugendlichen, der sich das Leben nahm. Von einem Mann, der durch seinen letzten Willen seiner Witwe fast die Möglichkeit zum Abschiednehmen nahm. Von einem Witwer, der innerlich mit seiner Frau starb. Von einer Organspenderin. Das ist nur ein kleiner Ausschnitt aus Jungs Erfahrungsschatz, der mittlerweile über 800 Bestattungen umfasst, die aber natürlich nicht alle in dem Buch erwähnt werden. Was jedoch erwähnt wird, sind bürokratische Hürden, die es nicht nur im Rahmen individuell gestalteter Bestattungen zu nehmen gilt. Unaussprechliches, das ausgesprochen werden sollte. Gefühle, die zugelassen werden sollten. Und Jungs Wünsche für Veränderungen der hierzulande geläufigen Sterbe- und Bestattungskultur.

Einfühlsam geht sie auf den Unterschied zwischen Verstorbenen und Toten ein. Das mag für den einen oder anderen seltsam klingen. Dass es ihn tatsächlich gibt, weiß ich jedoch aus eigener Erfahrung und kann nur bejahen, was die Autorin dazu schreibt. Ihre Überlegungen, warum der Tod in den letzten Jahrzehnten dermaßen distanziert in Angriff genommen und zunehmend tabuisiert wurde, sind nachvollziehbar logisch. Jung hebt hervor, wie wichtig es ist, die Möglichkeit für einen bewussten Abschied anzubieten, unterstreicht aber auch die Bedeutsamkeit, diese Möglichkeiten als Betroffener zu nutzen. Ihre Anschauung des Lebens und (untrennbar damit verbunden) des Lebensendes vermittelt sie, trotz der Omnipräsenz des Todes, ebenso sensibel wie sachlich und durch alle kurzen Kapitel hindurch durchweg lebendig. Empathisch und unaufgeregt offenbart sich so Stück für Stück eine versöhnliche Fürsprache für ihn, mehr jedoch noch für das bewusste Leben.

Besser leben mit dem Tod oder Wie ich lernte Abschied zu nehmen ist ein sehr persönliches Buch, das ich gerne weiterempfehle und für das ich die volle Punktzahl vergebe. Es wirkt tröstlich und informativ. Nicht nur für diejenigen, die gerade selbst einen Todesfall beklagen, sondern auch für jene, die sich mit der eigenen Endlichkeit

auseinandersetzen. Dass Susanne Jung tatsächlich mehr als eine konventionelle Bestatterin ist, durfte ich beim Abschied eines Freundes erleben. So sensibel, wie sie dabei die Hinterbliebenen begleitete und tröstete, so vermittelt sie in ihrem Buch tatsächlich, dass Abschied nehmen gelernt sein will und man besser lebt, wenn man den Tod nicht verdrängt - einfach weil er zu unserem Leben gehört.

Copyright ©, 2013 Antje Jürgens (AJ)

10 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Ati
[14. Mai 2013]