

Angela Garner

Wie
verabschiede
ich mich
von meinem
geliebten Tier

Tierseelen ins Licht
begleiten

Aquamarin Verlag



Angela Garner

Wie verabschiede ich mich von meinem geliebten Tier?

Tierseelen ins Licht begleiten

Angela Garner

Wie verabschiede
ich mich
von meinem
geliebten Tier?

Tierseelen ins Licht begleiten

Aus dem Englischen von
Astrid Ogbeiwi



Aquamarin Verlag

Deutsche Ausgabe:

1. Auflage 2021

© Aquamarin Verlag GmbH

Vogelherd 1 • D-85567 Grafing

Originaltitel:

When It's Time to Say Goodbye

Preparing for the Transition of Your Beloved Pet

© 2021 by Angela Garner

Findhorn Press • One Park Street • Rochester, Vermont 05767 Findhorn Press ist
ein Imprint von Inner Traditions International

Dieses Werk wurde vermittelt durch die

Literarische Agentur Thomas Schlück GmbH, 30161 Hannover

Übersetzung aus dem Englischen: Astrid Ogbeiwi

Umschlaggestaltung: Annette Wagner

ISBN Printausgabe 978-3-89427-900-4

ISBN eBook 978-3-96861-281-2



*Dieses Buch ist dem Andenken an
meine liebe Mutter Eva May gewidmet,
die zu früh starb, um ihre drei Töchter aufwachsen zu sehen.
Wir werden uns ihrer immer mit Liebe erinnern.*

Inhalt

Vorwort

Einführung: Worum es in diesem Buch geht und für wen es gedacht ist

Teil Eins: Vorbereitung auf den Verlust eines Tieres

1 - Herz und Geist auf den Verlust vorbereiten

2 - Mit der Tierärztin über das Lebensende sprechen

3 - Ressourcen für die Vorbereitung

4 - Ressourcen für die Vorbereitung

5 - Die Frage der Euthanasie bei

Verhaltensauffälligkeiten

6 - Den richtigen Zeitpunkt für den Abschied finden

7 - Ängste und Emotionen bewältigen

Teil Zwei: Der Übergang

8 - Euthanasie

9 - Der natürliche Tod eines Tieres

Teil Drei: Den Tod Ihres geliebten Tieres bewältigen

10 - Die Versorgung der sterblichen Überreste Ihres Tieres

11 - Den Verlust durch andere Formen der Trennung bewältigen

12 - Eine Geschichte zur Überbrückung

13 - Trauerbewältigung nach dem Verlust eines Tieres

14 - Schuldgefühle beim Verlust eines Tieres

15 - Wut beim Verlust eines Tieres

16 - Schockierende innere Bilder

Teil Vier: Selbstfürsorge beim Verlust eines Tieres

17 - Selbstfürsorge im Trauerprozess

18 - Wann professionelle Hilfe ratsam ist

19 - Rückschläge und die Vorbereitung auf
schmerzliche Termine und Jahrestage

Teil Fünf: Weitere Aspekte beim Verlust eines Tieres

20 - Kinder und die Trauer um ein Tier

21 - Trauernde Tiere trösten

22 - Phänomene beim Verlust eines Tieres

23 - Gedanken über die Eigenschaften Ihres Tieres

24 - Herz und Heim für ein neues Tier öffnen

Zum Abschluss: Auf dem Weg zu innerem Frieden und
Akzeptanz

Epilog: Einen anderen Menschen in der Trauer um ein
Tier unterstützen

Ressourcen

Danksagungen

Über die Autorin

VORWORT

Es ist mir eine Freude, das Vorwort zu diesem ganz besonderen Buch zu schreiben, sowohl als Tierärztin wie auch als Tierhalterin, die die Herausforderungen der Trauer um ein Tier durchlebt hat.

Mit dem Verlust eines Tieres müssen wir als Tiermedizinerinnen und Tiermediziner regelmäßig umgehen, ganz gleich wie eng die Bindung war. Die meisten Tierärzte haben eine pragmatische Einstellung zum Tod: Manche halten sich emotional zurück, andere tragen ihr Herz auf der Zunge, aber auf irgendeiner Ebene werden wir alle berührt.

Die Halterinnen und Halter in dieser manchmal schwierigen Zeit zu unterstützen, kann nicht minder beängstigend sein. Viele von uns haben im Studium nie Trauerbegleitung gelernt, wobei sich dies heute im veterinärmedizinischen Studienplan zum Glück geändert hat. Allerdings kann es eine Herausforderung sein, die Trauer wirklich zu „verstehen“, bis wir uns eines Tages gezwungenermaßen auf der anderen Seite des Behandlungstischs befinden. Leider ist der Verlust eines Tieres, sei es nun durch Einschläfern, Krankheit oder Unfall, für alle Beteiligten sowohl unvermeidlich als auch erschütternd.

Als ich mich von meinem ständigen Begleiter verabschieden musste, der zwölf Jahre an meiner Seite gewesen war (meinem treuen Laufpartner, meinem stets abrufbereiten spätabendlichen Schutzpatron, der mir bedingungslose Liebe geschenkt und meine Geheimnisse gehütet hat), verstand ich endlich den Begriff „gebrochenes Herz“. Er hieß Frisby, und für mich war er der beste Hund der Welt. Als ich mich zum ersten Mal als Halterin statt als Tierärztin, als Klientin statt als Therapeutin, als verzweifelte Mutter statt als distanzierte Expertin verabschieden musste, tat ich dies auf der anderen Seite des Behandlungstischs. Frisby verließ diese Welt im Sonnenschein, mit dem Kopf auf meinen Knien, umringt von Menschen, die ihn liebten. Auf der anderen Seite des Behandlungstischs war ich stolz darauf, dass ich Tierärztin bin.

Der Tod hinterlässt einen Schmerz, den niemand heilen kann;
Liebe hinterlässt eine Erinnerung, die niemand nehmen kann.

Anonym

In ihrem Buch geht Angela Garner auf einige schwierige Themen ein, über die oft nicht gesprochen wird, die vielen aber vertraut sein werden. Besonders ergreifend ist der Abschnitt, wie wir Kindern über die Trauer um ein Haustier hinweghelfen können. Dieses Buch ist ein unverzichtbarer Begleiter für alle, die sich um Tiere kümmern oder mit Tieren arbeiten, und liefert ein breites Rüstzeug an Fertigkeiten, die Sie in schweren Zeiten begleiten und unterstützen. Es werden eine Reihe von Aktivitäten angeboten, die Betroffenen in verschiedenen Problembereichen helfen. Dieses Buch wird für alle unentbehrlich sein, die mit einem Verlust konfrontiert sind – vor, während und nach einem Trauerfall.

Die Inhalte basieren auf Angela Garners professioneller Erfahrung als Trauerbegleiterin nach dem Verlust eines Haustiers und wurden in jahrelanger Arbeit in der Unterstützung von Menschen mit Verlusterfahrungen entwickelt. An geeigneten Stellen werden sie um ganz persönliche Geschichten ergänzt.

*Victoria M. Nicholls, Veterinärmedizinerin BSc (Hons),
BVetMed, Cert AVP (EM), Cert AVP (ED), BAEDT, MRCVS*

EINFÜHRUNG

Worum es in diesem Buch geht und für wen es gedacht ist

Die Arbeit an diesem Buch beginne ich mit Trauer im Herzen, nicht aus eigenem Anlass, sondern weil eine gute Freundin heute vor dem Verlust ihres schönen Golden Retrievers steht. Sie setzt sich ganz wunderbar für alle Tiere ein, und weil ihr so viel an ihnen liegt, erweist sie ihrem geliebten Hundefreund einen letzten Akt der Güte und lässt ihn „einschläfern“, bevor er leiden muss.

Mit über fünfzehn Jahren hat er für einen Retriever ein hohes Alter erreicht. Er hat meine Freundin durch den Schock und die Trauer nach dem plötzlichen und unerwarteten Verlust ihres Mannes begleitet und ihr in dunklen und einsamen Zeiten Nähe und Wärme geschenkt. Während ich schreibe, fällt mein Blick auf meinen kleinen Hund neben mir, und wie alle liebenden Hunde-Hüterinnen und Hüter – hoffe ich, dass wir noch viele gemeinsame Jahre vor uns haben. Aber ich weiß, dass höchstwahrscheinlich eines Tages ich es sein werde, die den Mut zu einer der schwersten Entscheidungen aufbringen muss, vor der Hüterinnen und Hüter von Tier-Begleitern stehen.

Vielleicht befinden Sie sich in einer ähnlichen Situation wie meine Freundin oder haben womöglich bereits ein geliebtes Tier verloren. Wenn ja, dann ist dieses Buch für Sie. Ob der Verlust noch ganz kurz oder schon längere Zeit zurückliegt, dieses Buch wird Sie sanft durch den Trauerprozess um ein geliebtes Tier hindurchführen. Gemeinsam werden wir uns anschauen, was es heißt, ein Tier zu lieben und schließlich zu verlieren, wie dies verarbeitet werden kann und vor allem, wie Sie auf der anderen Seite wieder herauskommen und an Ihr Leben anknüpfen können. Um die Trauer führt kein Weg herum; wir können sie nicht umgehen. Wir trauern, weil wir lieben, und wir müssen in den vielen Drehungen und Wendungen, die unsere Lebensreise für uns bereithält, unseren Weg finden. Dieses Buch

wurde geschrieben, damit Sie diesen Prozess nicht alleine durchstehen müssen. Dies ist wichtig, denn Trauer als solche kann ein starkes Gefühl der Einsamkeit mit sich bringen, auch wenn Sie von anderen Menschen umgeben sind. Dann kommt es Ihnen womöglich so vor, als ob niemand Sie wirklich versteht.

Gemeinsam nähern wir uns den Ängsten und Bedenken, die im Vorfeld des Todes eines Haustiers sehr häufig auftreten. Wir werden Möglichkeiten kennenlernen, mit den Sorgen und den Unwägbarkeiten des bevorstehenden Verlusts eines Tieres umzugehen, damit Sie verstehen können, was passiert, was getan werden kann und welche Vorgehensweise die beste ist. Die Idee dahinter ist, nichts unversucht zu lassen, damit alle kniffligen Bereiche im Zusammenhang mit dem Tod eines geliebten Tiers zumindest ansatzweise abgedeckt sind.

Dieses Buch bietet Unterstützung – nicht mit einer Vielzahl plakativer Botschaften, sondern indem es sagt, wie es ist: Es ist in Ordnung, dass Sie so empfinden, wie Sie es jetzt tun, was immer dies sei; indem es Ihnen versichert, dass der Kummer zwar manchmal unüberwindlich scheint, Sie ihn aber überstehen können und werden.

Dieses Buch möchte Ihnen helfen, das Wesentliche im Leben Ihres Tieres zu erkennen und im Gedächtnis zu behalten. Wertschätzung für die Liebe zu entwickeln, die Sie zu ihm verspürt, und auch für die Loyalität und Zuneigung, die Sie im Gegenzug dafür erhalten haben – ganz besondere Geschenke. Zu verstehen, dass solche Liebe niemals verloren ist und das, was Sie zusammen erlebt haben, etwas bedeutet; es war echt und bleibt echt, und zwar noch sehr lange.

Zuletzt sollen Sie wissen, dass es über Ihren Schmerz und Ihr Leid hinaus Hoffnung gibt. Ihr geliebter Tiergefährte, Ihre geliebte Tiergefährtin wird immer zu Ihrem Leben dazugehören – von jetzt an nur in anderer Weise, nämlich in den warmen und kostbaren Erinnerungen, in denen Ihre gemeinsamen Zeiten anklingen.

Wie das Buch funktioniert

„Zeit heilt alle Wunden“, sagen die Leute oft. Aber mitten in der schmerzhaften Trauer, die der Verlust eines Haustiers mit sich bringen kann,

hilft Ihnen dies wenig. Dieses Buch enthält Handlungsmöglichkeiten, die Sie mit einfachen Vorschlägen und Ideen sanft durch die verschiedenen „Jahreszeiten“ der Trauer führen und Ihnen helfen werden, jeden Teil des Prozesses an- und durchzugehen.

Sie können das Buch von vorne bis hinten durchlesen oder ganz nach Bedarf hier und da „hineinschnuppern“. Zunächst können Sie vielleicht den Abschnitt „Vorbereitung auf den Verlust eines Haustiers“ gebrauchen. Womöglich haben Sie aber auch bereits einen Verlust erlitten und fühlen sich daher zum Abschnitt „Vom Umgang mit der Trauer“ hingezogen. Sie können einfach immer die Teile herausgreifen, die für Sie gerade passen, und in anderen später nachschlagen, falls und sobald sie auf Ihrer Reise durch die Trauer relevanter werden.

Im gesamten Buch werden verschiedene Aktivitäten angeboten, und auch hier rate ich Ihnen, mit denen zu arbeiten, zu denen Sie sich hingezogen fühlen. Es gibt keinerlei Druck, irgendetwas anderes zu tun als das, was sich für Sie richtig anfühlt, und dies wissen Sie selbstverständlich selbst am besten.

Bei der Beschäftigung mit Fragen des Lebensendes ist es wichtig, alle Aspekte zu beachten, auch die praktischen. Dies gilt insbesondere bei der Vorbereitung auf den Verlust eines innig geliebten Tier-Begleiters. Deshalb werden Sie feststellen, dass ich solche Dinge an manchen Stellen detailliert bespreche. Alles, was in Ihrer individuellen Situation nicht relevant ist, können Sie außer Acht lassen. Wahrscheinlich merken Sie, dass im Abschnitt „Vorbereitung auf den Verlust eines Tiers“ ein starker Schwerpunkt auf dem Tierwohl und der Unterstützung für die Menschen liegt, die sich um die Tiere kümmern. Die praktischen Abschnitte sind nicht „weichgespült“; sie sind so angelegt, dass sie ohne Umschweife auf den Punkt kommen, aktuelle Bedürfnisse ansprechen und die Dinge in einer möglicherweise verwirrenden Zeit klarer machen.

Über die Trauer um den Verlust eines Tieres können wir nicht sprechen, ohne an die Beziehung zwischen Mensch und Tier zu denken. Alle, die sich irgendwann einmal um ein Tier gekümmert und es geliebt haben, ganz gleich, wie klein oder groß es war, werden wissen, dass eine tiefe und wichtige Verbindung, ein Band entstehen kann. Dies gilt auch für Arbeits- und Nutztiere.

Als Beleg dafür möchte ich einen Dokumentarfilm erwähnen, den ich vor

Jahren gesehen habe und in dem es um die US-Amerikanischen Soldaten geht, die bei ihrer Rückkehr aus dem langjährigen Vietnam-Konflikt ihre geliebten Hundepartner zurücklassen mussten. Durch die Intensität der Arbeit in diesem Kriegsgebiet war ein so tiefes und dauerhaftes Band zu ihren Hunden entstanden, deren Sinne und erhöhte Wachsamkeit ihnen viele Male das Leben gerettet hatten, dass sie auch nach über zwanzig Jahren noch um diese tapferen Tiere trauerten. Ich persönlich bin der Meinung, dass die besondere Beziehung, die wir zu anderen Arten haben, gewürdigt und gefeiert werden muss, und dass wir ihren Verlust deshalb als so schmerzlich empfinden, weil wir uns um sie sorgen und sie lieben.

Sie werden auch bemerken, dass ich lieber von „Hüterin und Hüter“ als von „Halterin oder Halter“ spreche. Dies tue ich in dem Versuch, eine passendere Beschreibung für die Rolle der Personen zu finden, die geliebte Tier-Begleiter versorgen und beschützen. Auch „Tierpflegende“ oder „Tiereltern“ wären eine Möglichkeit, aber um der Einheitlichkeit willen bleiben wir bei „Hüterinnen und Hütern“.



Teil Eins

Vorbereitung auf den Verlust eines Tieres

1

Herz und Geist auf den Verlust vorbereiten

Bei der Versorgung eines älteren Hundes mache ich bei mir selbst die Erfahrung, dass ich ihn genauer beobachte und es eine unterschwellige Anspannung gibt, die früher nicht da war. „Warum hat er sein Frühstück nicht aufgegessen?“, höre ich mich zu meinem Mann sagen, da unser kleiner Hund immer so einen guten Appetit hatte. Oder: „Hinkt er? Braucht er mehr Ergänzungsfutter für die Gelenke?“ Jede Kleinigkeit wird sofort der Tierärztin vorgestellt.

Neulich fragte ich unsere sehr liebe Tierärztin bei der Nachuntersuchung nach der Entfernung einiger Hautwucherungen, ob sie seine Gesundheit noch viele Jahre würde erhalten können. Sie lächelte wissend und sagte: „Ich weiß, Sie möchten, dass er ewig lebt.“ So geht es vielen Menschen.

Hinter der Sehnsucht nach einer langen, glücklichen und gesunden Zeit miteinander steht natürlich das Wissen, dass irgendwann ein Verfall kommen und unser geliebtes Haustier sterben wird – entweder plötzlich, wie bei unserem vorherigen Hund, oder durch Einschläfern, vielleicht nach einem allmählichen Nachlassen von Gesundheit und Beweglichkeit. Ich möchte innerlich gut vorbereitet sein, damit ich, wenn die Zeit zum Abschiednehmen gekommen ist, dafür sorgen kann, dass die abschließenden Momente seines Lebens so friedlich wie möglich verlaufen.

Wie bereiten wir uns auf einen solchen Verlust vor? Zunächst einmal indem wir daran denken, indem wir wissen, zugeben und schließlich akzeptieren, dass es irgendwann passieren wird.

Mein Mann und ich sprechen offen darüber. Viele Gespräche über all das, woran wir denken müssen, leiten wir mit der Formulierung ein: „Wenn Rufus‘ Zeit gekommen ist ...“ Wir bereiten uns mit dem Verstand vor, wohl wissend, dass unser Herz viel länger brauchen wird, um nachzukommen.

Auf der positiven Seite aber nehme ich mir mehr Zeit für Rufus. Ich mache

langsamer, damit ich seine kleinen Eigenheiten, die ich sehr vermissen werde, wenn er einmal nicht mehr da ist, bewusster wahrnehmen und wertschätzen kann. Bei unseren Spaziergängen lasse ich ihn bestimmen, wo es langgeht, und wenn er partout nicht in den Regen hinauswill, dann muss er nicht. Dies alles gehört zum Prozess der Dankbarkeit für sein Leben – seinen wunderbaren Charakter und unabhängigen Geist – und der Vorbereitung auf seinen Übergang. Wir müssen alle unseren eigenen Weg durch diese Zeit finden.

Bevor wir uns den vielen praktischen Fragen zuwenden, die mit der Vorbereitung auf den Verlust eines Haustiers verbunden sind, kommt hier eine persönliche Geschichte, die zeigt, wie sehr die Betroffene damit zu kämpfen hatte, den unvermeidlichen Verlust ihres Familienhundes zu akzeptieren:

Unsere kleine Familienhündin Ares, benannt nach dem griechischen Gott Mars, kam zu uns, als ich im Teenageralter war. Heute bin ich siebenunddreißig und lebe in England, aber es fällt mir immer noch schwer, mir ein Leben ohne Ares vorzustellen, weil sie in Italien, wo ich herkomme, eine solche Konstante in unserer Familie war. Ich betrachte Ares wie eine Schwester, die immer da ist. Als ich jung war, waren wir meistens zusammen, denn sie kam überallhin mit und fuhr sogar auf meiner Vespa! Sie war immer ein sehr zugewandter und liebevoller Hund. Sie ist wie ein Stück von meiner Seele.

Inzwischen ist die kleine Hündin neunzehn, blind und nach dem Angriff eines Rottweilers vor etlichen Jahren auch wackelig auf den Beinen. Vor drei Jahren hat Ares eine Demenz entwickelt. Sie lebt immer noch zu Hause bei meinen Eltern und wird nie alleingelassen; für meine Eltern ist ihre Pflege keine Pflicht, denn für uns gehört sie zur Familie. Wir glauben, dass Ares mit ihren Einschränkungen zurechtkommt, denn sie kennt das Haus in- und auswendig und weiß alle Wege. Aber während sie mich 2016 bei meinem Besuch zu Hause in Italien noch erkannt und begrüßt hat, ist die Demenz nun fortgeschritten, und als ich das letzte Mal kam, hat sie mich nicht mehr erkannt. Ich glaube, diesen allmählichen Verfall mitanzusehen, hilft mir, mich daran zu gewöhnen, dass sie nicht unsterblich ist.

Letzten August war sie allerdings sehr krank, und der Gedanke, sie zu verlieren, war einfach zu viel. Mit dem Tod umzugehen, fällt mir sowieso

schwer, und der Tod meiner Großmutter im letzten Jahr macht mir immer noch zu schaffen. Obwohl ich Ares nur ungefähr fünfmal im Jahr sehe, wenn ich meine Familie in Italien besuche, bringt mich die Aussicht, sie zu verlieren, doch zur Verzweiflung.

Mir ist klar, dass Ares unser Leben tiefgreifend verändert hat. Nachdem sie zu uns kam, sind wir als Familie gewachsen und eine andere geworden. Wir hatten früher schon Hunde gehabt, aber Ares' Ankunft fiel in die Zeit, als ich erwachsen werden musste. In den schwierigen Jahren der Pubertät war ich manchmal wütend auf sie, und deshalb habe ich jetzt Schuldgefühle. Ich wünschte, ich wäre toleranter gewesen.

Mein Großvater hatte eigentlich nicht gewollt, dass ein Hund ins Haus kommt, aber als die kleine Ares auftauchte, behandelte er sie wie ein Enkelkind und wurde ein anderer Mensch. Ich kann erkennen, wie sie uns geholfen hat, uns mit unseren familiären Problemen auseinanderzusetzen. Wir sind uns alle nähergekommen und toleranter geworden.

Heute fühle ich mich besser auf ihren Tod vorbereitet als noch vor einem Jahr, aber wenn ihre Zeit kommt, wird es immer noch sehr schwer, auch für meine Eltern und meinen Großvater, denn alle lieben sie abgöttisch. Inzwischen dreht sich das Familienleben um die Pflege von Ares, da wir ihr Ende kommen sehen. Wir hoffen alle, dass sie im Schlaf geht. Aber wenn sie eingeschläfert werden muss, dann möchte ich zu Hause sein – um mich von Ares zu verabschieden, aber auch um meinen Vater zu unterstützen, dem vor dieser Vorstellung graut.

Nun wollen wir uns den praktischen Aspekten der Vorbereitung auf Ihren Verlust zuwenden.