




EIN SOMMER MIT BALU

von Mama
für Marie, Max
und Jacob,
aufgeschrieben im
Frühjahr 2018 
Bilder: © kissy_cross
(instagram)

Eine Geschichte
vom Lieben
und Loslassen



Mit einem Vorwort von
Dr. phil. Sylvia Brathuhn,
Bundesvorsitzende Frauenselbsthilfe nach Krebs

und einem Nachwort von Hildegard Kusicka,
Psychoonkologin

Vorwort

LIEBE LESER*INNEN,

Die Diagnose Krebs setzt den Alltag außer Kraft und ist eine Zäsur im individuellen Lebensstrom. Der betroffene Mensch und auch seine Mitmenschen werden plötzlich in die Situation versetzt, die eigene Sterblichkeit als reale Möglichkeit erfassen zu müssen, unabhängig davon, wie die Erkrankung verlaufen wird. Das ist eine Situation, auf die wir Menschen (in der Regel) nicht vorbereitet sind. Plötzlich versiegt unsere Alltagssprache. Worte, die bisher leicht von den Lippen gingen, werden sperrig und unaussprechbar: später, irgendwann, vielleicht, mal sehen, Sterben, Tod, Trauer...

Die Erkrankung Krebs betrifft auch Eltern, unabhängig davon, wie groß oder wie klein die Kinder sind. Wie soll den Kindern gesagt werden, dass Mama oder Papa an Krebs erkrankt sind? Wie können Eltern offen und ehrlich sein, ohne zu ängstigen und zu verstören? Die Autorin, selbst Mutter dreier Kinder, hat auf wunderbare und einfühlsame Weise eine Geschichte verfasst, die aufzeigt, dass es möglich ist, dem Sterben, dem Tod sowie der damit einhergehenden



**Dr. phil. Sylvia
Brathuhn,
Bundesvorsitzende
Frauenselbsthilfe
nach Krebs e.V.**

Trauer Ausdruck zu geben, und Kindern auf diese Weise eine Möglichkeit des Umgangs mit ihren Fragen, ihren Unsicherheiten, ihrem Schmerz und ihrer Hoffnung zu schenken. Die Worte sind einfühlsam, ohne zu beschönigen, sind trostvoll, ohne zu verschleiern.

Die vorliegende Broschüre zeigt auf eindrucksvolle Weise, was Selbsthilfe zu leisten imstande ist. Die Autorin selbst ist aktive Teilnehmerin der NetzwerkStatt Krebs. Ein Zusammenschluss von jungen, an Krebs erkrankten Menschen und ihren Angehörigen unter dem Dach der Frauenselbsthilfe nach Krebs (FSH), Deutschlands ältester und größter Krebsselfhilfeorganisation.

Die NetzwerkStatt Krebs ermöglicht es, jungen und jüngeren Erkrankten für einander da zu sein, ihre individuellen Potenziale und Ressourcen zu erkennen und gemeinsames Wachstum und Entwicklung – auch mit einer schweren Erkrankung – erleben zu können. Die enge Verbindung von FSH und NetzwerkStatt Krebs ermöglicht es, allen Betroffenen sich in der Gemeinschaft zu entfalten, dabei voneinander zu lernen und die gemeinsamen Erfahrungen als ein Geschenk zu erleben, das bleibend und prägend ist:

„Ich glaube daran, dass all das, was ihr mit Balu erlebt habt, erhalten bleibt“.

Die Falkenfamilie hatte einen wunderschönen, gemütlichen Schrebergarten. Er sah beinahe aus wie ein verwunschener Zaubergarten, so grün und zugewachsen war es dort im Sommer.

Es gab auch Himbeersträucher und einen alten Kirschbaum. Die Kirschen daran waren allerdings sehr sauer und Jacob verzog immer ganz lustig das Gesicht, wenn er davon probierte.

Marie hatte sogar ein eigenes Beet in diesem Garten. Es war mit Steinen umrandet und bildete die Form eines Herzens. Jedes Jahr versuchte sie, dort Sonnenblumen zu pflanzen. Das klappte aber meistens nicht so gut, weil das Beet im Schatten eines alten großen Apfelbaumes stand und



nicht allzu viel Sonne auf das Beet schien.

Wenn Papa sich im Sommer an den Grill stellte, roch es im ganzen Garten nach leckerem Essen. Die Falkenfamilie setzte sich dann zusammen an den Tisch, und auch Jacob war schon so groß, dass er Bratwurst essen durfte.

Es war ein sehr schöner Grillplatz, denn wenn man aufstand, musste man nur ein paar Meter gehen und war schon im Sandkasten oder bei dem großen Trampolin.

An einem Sommerabend, als Marie und Max gerade Seifenblasen gemacht hatten und sich nun im Gras sitzend ausruhten, lernten sie auch einen kleinen gelben Schmetterling

kennen. Sie gaben ihm den Namen „Balu“.

Balu saß einmal auf Maries Schulter, und Marie wollte ihn dann streicheln. Aber Mama erklärte, dass man Schmetterlinge nicht streicheln darf, weil ihnen das wehtun könnte.

Immer wenn die Falkenfamilie in diesem Sommer im Garten war, sahen sie Balu. Sie hatten sogar fast das Gefühl, dass Balu sie beobachtete und gerne mit ihnen gespielt hätte. Aber es ist schwierig für einen Schmetterling, mit einem Menschen zu spielen. Deshalb flog Balu ihnen nur hinterher und begleitete sie, wenn sie zum Beispiel mit dem Lauf- und dem Fahrrad die Straße vor dem Garten entlangfuhren.



Manchmal sahen Marie und Max wie Balu auf einer blauen Blume saß. Und einmal, da saß er auf einer Erdbeere, und er sah aus, als würde er daran riechen und am liebsten reinbeißen wollen.

An einem schönen Sommertag, mitten im Juli, bemalten Max und Marie den schmalen Gehweg gerade mit bunter Kreide.

Marie malte ein rosa Schloss, in welchem all ihre Kuscheltiere wohnen sollten. Das Schloss musste ganz schön groß sein, denn Marie hatte sehr viele Kuscheltiere.

Und Max malte ein paar Kartoffeln. Er malte ganz oft Kartoffeln. Aber das glaubten nur die Erwachsenen. Tatsächlich waren das Wolken, oder Teiche oder Dinosaurier, die sich





noch in einem Ei befanden und noch schlüpfen mussten.

Max stand gerade auf, um sich eine andere Kreidefarbe zu holen, als er Balu neben einem kleinen Stein am Wegesrand entdeckte.

„Guck mal, Marie“, rief er verwundert, und gemeinsam knieten sie sich vor Balu hin und schauten ihn mit großen Augen an.

„Balu bewegt sich ja gar nicht“, wunderte sich Marie. Und Mama kam hinzu, besah den kleinen gelben Schmetterling und stellte betroffen fest: **„Nein, der Schmetterling bewegt sich nicht mehr. Er lebt nicht mehr. Er ist gestorben“**.

Die Falkenkinder waren ganz erschrocken.

„Warum ist das denn passiert, Mama?“ Marie war traurig und es

kullerten Tränen ihre Wange hinunter.

Es ist sehr schwierig zu verstehen, dass Balu nun nie wieder auf dieser Erde leben wird. Das ist für Kinder schwer zu verstehen und sogar für Erwachsene schwer zu verstehen.

Marie und Max weinten ganz viele Tränen. Es ist gut zu weinen, wenn man traurig ist. Manchmal passiert es, dass Menschen zwar traurig sind, aber nicht weinen können. Dann kann es passieren, dass sich die Tränen im Bauch zu einem Klumpen ansammeln und das ist kein schönes Gefühl. Deswegen ist es meistens besser, wenn man alle Tränen weint,

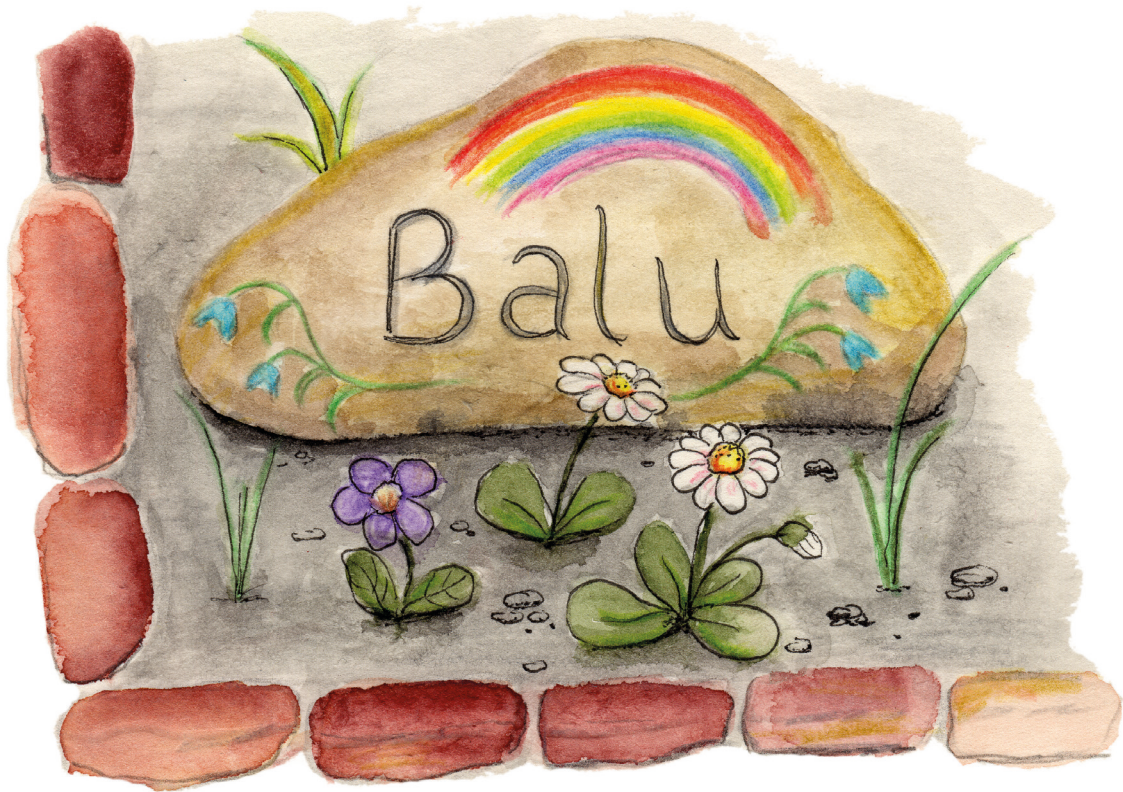
die geweint werden wollen.

Die Beiden weinten also so viel, bis ihre Tränen erstmal alle waren. Das war gut, denn jetzt war auch wieder ein wenig Platz für etwas anderes als Traurigkeit.

Marie war zwar immer noch sehr traurig, sie war aber auch ein klein wenig neugierig, was genau mit Balu passiert war.

Mama erklärte, dass Balu vermutlich schon alt gewesen sei. Und wenn man ganz ganz alt ist, stirbt man irgendwann. Da ist es egal, ob es ein Schmetterling, ein Mensch oder eine Blume ist. Alles, was lebt, muss irgendwann sterben.

Selten passiert es auch, dass jemand sterben muss, obwohl er noch gar nicht alt war. Zum Beispiel, wenn



jemand ganz doll krank ist oder einen ganz schlimmen Unfall hat.

Marie und Max fanden, dass das ziemlich traurig war. Und das war es auch.

„Wo ist Balu denn jetzt?“, fragte Max.

Mama überlegte: **„Das ist schwierig zu beantworten. Niemand weiß genau, was nach dem Tod passiert. Manche Leute glauben, dass man nach dem Tod dem lieben Gott begegnet. Und manche Leute wissen auch nicht genau, was sie glauben sollen und suchen noch nach einer Antwort auf die Frage.“**

„Ich wünschte, ich hätte Balu nie kennengelernt“, schluchzte Marie. **„Dann wäre ich jetzt nicht so traurig.“**

Mama reichte ihr ein Taschentuch und Marie schnäuzte ihre Nase.

„Ich kann verstehen, dass du traurig bist.“

Mehr sagte Mama erstmal nicht und hielt Maries Hand ganz fest. Weil jeder Mensch auch mal traurig sein darf.

„Was machen wir denn jetzt mit Balu?“, wollte Max wissen. Mama schlug vor, ihm eine schöne Ecke am Rand eines Beetes zu suchen und ihn dort zu begraben.

Marie bekam große Augen. **„Aber wenn er dann aufwacht und ganz alleine ist und nicht weiß, was passiert ist?“**

Mama erklärte, dass das nicht passieren würde.

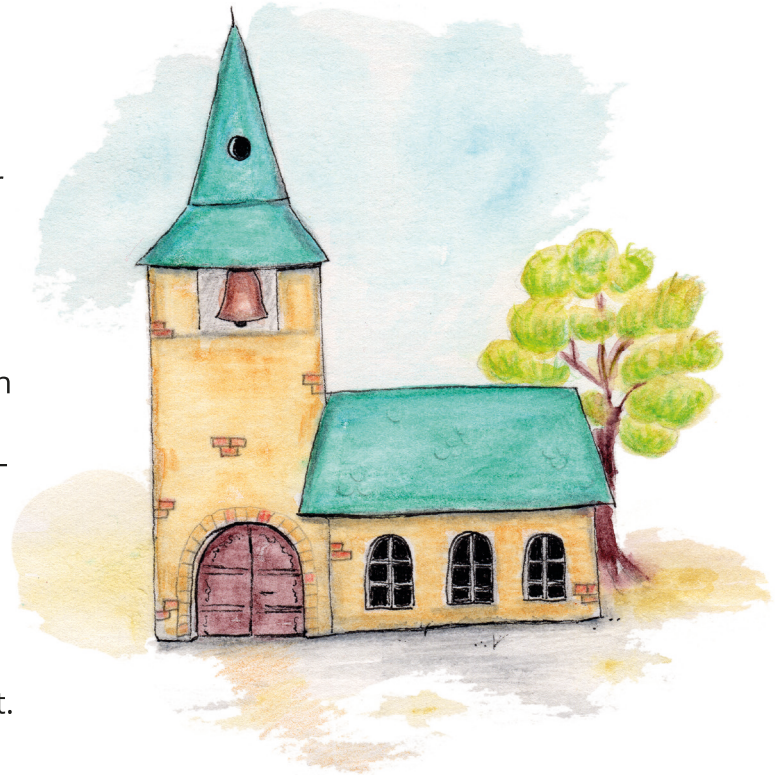


Wenn das Herz von einem Menschen oder einem Tier aufgehört hat zu schlagen und dieses Lebewesen gestorben ist, dann hat die Seele den Körper verlassen und ist woanders. Bei Gott zum Beispiel. Oder irgendwo anders im Universum. Der Körper ist dann nur noch eine leere Hülle, die Seele hat den Körper verlassen.

Die Seele ist das, was den Menschen ausmacht. Alles, was ein Mensch denkt, was er erlebt hat und alle Gefühle, die ein Mensch hat, gehören zu seiner Seele. Die Seele kann nie sterben.

Wir Menschen wissen aber auch nicht genau, wohin die Seele gehen wird, wenn der Körper gestorben ist.

Für die meisten Menschen (auch für die Erwachsenen) ist das



sehr schwer zu verstehen.

„Ist Balu denn jetzt beim lieben Gott?“, wollte Marie wissen.

„Das weiß ich auch nicht genau“, sagte Mama. **„Aber viele Menschen glauben, dass die Seele nach dem Tod zum lieben Gott geht.“**

Es gibt eine Menge schöner Kirchen, in denen sich Menschen versammeln, um gemeinsam Lieder zu singen und zu beten. Das gibt vielen Menschen Kraft.

Zu Weihnachten sind Kirchen besonders schön. Das wissen auch Marie und Max, denn an Weihnachten war die Falkenfamilie schon einige Male in der Kinderkirche, und es war dort sehr lustig gewesen.

Zu jeder Kirche gehört auch ein

Pastor. Der gibt vor, welche Lieder während des Gottesdienstes gesungen werden und er betet mit den anderen Menschen zusammen.

Mit dem Pastor kann man auch sprechen, wenn man Fragen über Gott hat. Er beantwortet die Fragen dann, so gut er kann.

Aber man muss ihm nur das glauben, was sich für einen selber gut und richtig anfühlt. Alles weiß ein Pastor nämlich auch nicht.

Jeder Mensch glaubt an etwas anderes.

Manche Menschen glauben zum Beispiel, dass sie nach ihrem Tod noch als Schutzengel die Menschen auf der Welt begleiten können.

Und manche Menschen glauben,

dass nach dem Tod einfach gar nichts ist. Vielleicht haben diese Menschen noch nicht genug Phantasie, um sich etwas vorzustellen. Aber auch das ist in Ordnung. Jeder darf an das glauben, woran er glauben möchte.

Und man darf sich auch umentscheiden, wenn man plötzlich an etwas anderes glauben möchte.

„Ich glaube daran, dass all das, was ihr mit Balu erlebt habt, erhalten bleibt“, sagte Mama.

Sie meinte damit, dass alle Momente, in denen Max und Marie mit Balu gespielt und sich mit ihm gefreut hatten, in ihren Herzen gespeichert sind und dort für alle Zeiten erhalten bleiben.

Und Balu, so glaubte Mama, wird nun an einem Ort sein, an dem er sich noch an die drei Geschwister der Falkenfamilie erinnern kann.

Daran, wie Jacob ihn einmal versuchte aufzuessen. Das war natürlich nicht böse gemeint von Jacob. Jacob war noch ein Baby und wusste es einfach nicht besser. Und der Schmetterling war ihm auch nicht böse deswegen.

Und Balu konnte sich sicher daran erinnern, wie er Marie und Max beim Burgen bauen im Sandkasten beobachtet und wie er sich darüber gefreut hat, als er an der Erdbeere roch.

Balu wird nun irgendwo sein, wo er **sich an all dies erinnern kann. Und er wird die Falkenkinder auch von dort, wo er jetzt ist, weiterhin**

ganz doll liebhaben können. Da war sich Mama ganz sicher. Aber wo genau dieser Ort ist, das wusste Mama nicht.

Das ist ganz schön viel gewesen für die Kinder der Falkenfamilie. Marie sprang noch etwas auf dem Trampolin herum, aber Mama sah in ihrem Blick, dass sie jetzt ganz schön viel nachdenken musste. Marie dachte immer ganz schön viel nach. Und das war auch gut so, denn so war Marie einfach. Und Marie ist gut, so wie sie ist. Manchmal allerdings bekam sie vom vielen Nachdenken Kopfschmerzen. Das war dann nicht so schön für Marie.

Max piekste derweil mit seinem Stock Löcher in die Erde und sah auch ein wenig traurig dabei aus. Er

wusste aber wohl nicht so genau, was er nun machen sollte. Eigentlich wollte er am liebsten jetzt weiterspielen. Und das war in Ordnung so, denn man kann auch gleichzeitig traurig sein und etwas Schönes machen.

Jacob war noch zu klein, um zu verstehen, dass Balu gestern noch da war, aber heute nicht mehr. Und dass er auch morgen nicht mehr im Garten herumflattern wird und dass er ihn nie wieder sehen wird.

Plötzlich fing es an zu regnen. Mama und Papa sprangen von ihren Sitzen auf und brachten schnell die Grillsachen in Sicherheit, damit diese nicht nass werden konnten.

Jacob freute sich und versuchte, die Regentropfen zu fangen. Marie krabbelte schnell aus dem Trampolin heraus und nahm Max bei der Hand. **„Max komm, wir stellen uns unter den Apfelbaum, da kommt der Regen noch nicht hin.“**

Und so standen die Falkenkinder unter dem Apfelbaum. Der Himmel hatte sich ganz zugezogen und es regnete in Strömen. Die Wolken sahen ganz dunkelblau aus und der Regen tropfte auf die Sandburg, die Marie und Max im Sandkasten gebaut hatten.

An einer Stelle im Himmel zog sich plötzlich die Wolkendecke auseinander und die Sonne blitzte zwischen den Wolken hervor. Einen kurzen Moment später sah man am Himmel

einen wunderschönen Regenbogen. **„Na sowas“**, schmunzelte Mama und musste lächeln. **„Das ist bestimmt Balu, der euch einen Gruß sendet.“**

„Stimmt das auch wirklich?“, fragte Marie.

„Ich weiß es nicht“, sagte Mama. Die Wissenschaftler in der heutigen Zeit haben noch nicht alles erforschen können, was zwischen Himmel und Erde stattfindet. Aber Mama fand die Idee schön, dass Balu von dort, wo er ist, Grüße an die Falkenkinder senden konnte. Und man darf ja schließlich an das glauben, woran man glauben möchte.

„Dann...“, verkündete Marie, **„werde ich immer an Balu denken, wenn ich einen Regenbogen am Himmel sehe und uns Balu**

wieder einen Gruß sendet.“

Und so machten die Falkenkinder das. Immer, wenn sie einen Regenbogen am Himmel sahen, dachten sie an den kleinen gelben Schmetterling, den sie in diesem Sommer so sehr in ihr Herz geschlossen hatten.

Sie waren zwar noch oft traurig, dass Balu nicht mehr da war. Aber sie waren auch sehr glücklich darüber, dass sie diesen lustigen, kleinen Schmetterling kennenlernen durften. Denn sie waren sich sicher, dass die Freundschaft, die zwischen Balu und den Falkenkindern bestanden hatte, in ihren Herzen weiterleben konnte. **Denn das, was man im Herzen besitzt, kann niemals sterben.**

ENDE



NACHWORT

Diese Kinderbroschüre wurde von der Autorin für Marie, Max und Jacob geschrieben.

Kinder lieben Geschichten. Sie sind symbolhaft, erzählen in Bildern von Gefühlen und Erfahrungen und ermöglichen eine kindgerechte Auseinandersetzung mit unterschiedlichsten Themen. Die gemeinsame, gemütliche Zeit beim Vorlesen schafft Nähe, Geborgenheit und Harmonie. Im Vorlesen und gemeinsamen Betrachten der Bilder können Kinder ihren Gedanken und Assoziationen freien Lauf lassen.

Geschichten sind gleichzeitig auch ein Spiegel der eigenen Emotionen. Freude, Freundschaft, Liebe, Angst, Wut und Tod, Ausgeliefertsein – das alles wird in der Geschichte von Balu behandelt. Ideale Anknüpfungspunkte für kleine Zuhörer, um mit Mama und Papa – oder auch mit den Großeltern – darüber zu sprechen, was sie beschäftigt: „Wo ist Balu denn jetzt?“, „Aber wenn er dann aufwacht und ganz alleine ist und nicht weiß, was passiert ist?“

Das Thematisieren ihrer Ängste versetzt Kinder in die Lage, zu lernen mit diesen umzu-



**Hildegard Kusicka,
Bundesvorstands-
mitglied,
Frauenselbsthilfe
nach Krebs e.V.**

gehen. Offenheit schafft Vertrauen und Sicherheit. Eltern möchten ihre Kinder schützen, sprechen nicht gerne über die Krebserkrankung und manchmal versuchen sie, die Krankheit zu verheimlichen. Ein nahezu unmögliches Unterfangen, da eine Krebserkrankung zwangsläufig zu Belastungen und Veränderungen in der Familie führt und Kinder sehr sensibel ihr Umfeld, die Stimmung und jede noch so kleine Veränderung wahrnehmen. Unausgesprochenes führt auch bei Kindern zur Verunsicherung, zur Entwicklung von Ängsten bis hin zu Schuldgefühlen.

Die Autorin hat mit ihrer Broschüre einen schönen Weg gefunden, mit ihren Kindern ins Gespräch zu gehen, Veränderungen zu erklären und sie nicht mit ihren Sorgen und Ängsten allein zu lassen. Mit Aufrichtigkeit ist es ihr gelungen, ihre Kinder gut zu informieren, ihnen Raum für ihre Fragen und Sorgen zu geben und sie aktiv in die veränderte Situation mit einzubeziehen, ohne sie zu überfordern. Diese Broschüre macht keine falschen Versprechungen, sondern unterstützt, einen Umgang mit Unsicherheit und Ängsten zu finden.

Mein Wunsch ist dahingehend gerichtet, dass die Geschichte von Balu ihren Weg in all die Hände findet, die sie benötigen, um mit einem schweren Thema etwas leichter umgehen zu können.

Dank an die Autorin.

Weiterführende Informationsquellen

www.netzwerkstattkrebs.de/home/leben/privatleben/umgang-mit-kindern/

Website mit Tipps zum Umgang mit Kindern bei Krebserkrankung der Eltern

www.uct-frankfurt.de/fuer-patienten/informationen-zum-thema-krebs.html

-> Ratgeber -> „Wahrheit braucht Mut. Mit Kindern über Krebs sprechen – wenn Eltern an Krebs erkranken“ von Bianca Senf
(Broschüre auf Deutsch, Englisch und Türkisch zum Download mit ausführlichen Informationen zum Umgang mit Kindern bei Krebserkrankung der Eltern, inkl. Gespräche über den Tod)

www.domino-trauerndekinder.de

Trauergruppen für Kinder und Jugendliche

„Mit Kindern trauern: Geschichten, Rituale und Gebete“ von Edda Reschke

Buch mit vielfältigen Anregungen für kreative weltliche und religiöse Abschiedsrituale

„Der Baum der Erinnerung“ von Britta Teckentrup

Bilderbuch (Ein alter Fuchs schläft für immer ein, durch die Erinnerungen seiner Freunde wächst ein schöner großer Baum)

Zu den Autorinnen

Mandy Falke und Kirsten Schmidt waren beide an Brustkrebs erkrankt.

Mandy ist eine 33jährige Psychologiestudentin mit drei kleinen Kindern, für die sie während ihrer Erkrankung diese Geschichte geschrieben hat.

Kirsten kommt aus der Nähe von Hannover. Sie hat Freude am Illustrieren und beweist ihr großes Talent darin.

Über Instagram, wo sie unter den Namen @mandyfal und @kissy_cross aktiv sind, haben die Beiden sich kennengelernt und durch das Zusammenspiel von Text und Zeichnungen diese Geschichte erschaffen.



Impressum

Herausgeberin

Frauenselbsthilfe nach Krebs
Bundesverband e.V.; NetzwerkStatt Krebs
Thomas-Mann-Str. 40 · 53111 Bonn

Verantwortlich

Dr. phil. Sylvia Brathuhn

Druck: www.wirmachendruck.de

Nachdruck/Übernahme einzelner
Abschnitte nur mit Genehmigung der
Herausgeberin (und der Autorinnen)
Bonn, im November 2019

Bildrechte

Kirsten Schmidt



Ihr möchtet die Frauenselbsthilfe oder die NetzwerkStatt unterstützen?

Mit Eurer finanziellen Unterstützung setzen wir uns gezielt für junge Menschen mit Krebserkrankung ein. Natürlich seid Ihr auch herzlich willkommen, ehrenamtlich mitzuarbeiten. Es gibt viele interessante Aufgabenbereiche.

Gerne könnt Ihr für ein spezielles Projekt spenden. Wir freuen uns auf ein Gespräch mit Euch. Wir sind gemeinnützig anerkannt und übersenden gerne eine Spendenbescheinigung. Die Spende ist steuerlich absetzbar.

SPENDENKONTO

DE68 6602 0500 0007 7348 00

KONTAKT

mail@netzwerkstattkrebs.de

www.netzwerkstattkrebs.de

Denn das, was man im Herzen
besitzt, kann niemals sterben.

