

Newsletter August 2024

Ein herzliches Hallo an euch,

wie sieht das Leben nach dem Tod aus? Haben wir dazu eine Vorstellung? Und wenn ja, hilft sie uns in Zeiten der Trauer? Dazu möchte ich in diesem Monat in meinem Beitrag schreiben. Und ich biete am Dienstag, 13.08.2024 ein Webinar dazu an und lade alle zum Austausch zu diesem Thema ein. Mehr dazu in der Rubrik „Die nächsten Termine“.

Eine schöne und empathische Dokumentation zu Trauer in Familie und als Witwe, und was ich – trotz der Trauer - daraus machen kann, findet ihr in der Rubrik „Medien“. Ich finde die Doku schön gemacht und sehr Mut-spendend, dass das Leben gut und schöpferisch weiter gehen kann und darf.

Viel Spaß beim Lesen bzw. Anschauen und sommerliche Grüße an euch alle

Matthias Kopp

Wie geht das Leben nach dem Tod weiter? Und hilft mir diese Vorstellung in Zeiten der Trauer?



Neulich sagte eine Klientin zu mir: „ich gehe sehr gerne mit meinen Enkeln auf den Friedhof zum Grab meines Mannes. Meine Enkel haben einen so leichten Umgang mit dem Tod ihres Opas. Sie schicken eine Kusshand in den Himmel und wünschen lautstark ihrem Opa alles Gute zum Geburtstag und sind sich sicher, dass er auf einer Wolke sitzt und herunter blickt. Es ist immer so leicht und anregend, wenn ich mit ihnen auf dem Friedhof bin. Gerne würde ich auch so unbeschwert mit dem Tod meines Mannes umgehen können und ein festes Bild davon haben, dass mein Mann im Himmel ist und von dort aus zuschaut.“

Für eine andere Frau, mit der ich vor einiger Zeit sprach, stellte sich das Bild ganz anders dar: für sie wären ihre Eltern seit deren Tod einfach tot. Es gäbe hier nichts zu zweifeln. Für sie gäbe es auch kein Leben nach dem Tod. Vielmehr müsse sie mit dem Verlust und Tod der beiden klar kommen.

Um es vorweg zu nehmen: für mich sind beide, und eigentlich alle Vorstellungen, wie es nach dem Tod weiter geht, völlig in Ordnung. Jeder Mensch ist individuell und hat seine eigene, für ihn gültige Wirklichkeit und Vorstellungen.

Wichtiger für mich (als Mensch und als Trauerbegleiter) ist die Frage, ob die Vorstellung, wie es nach dem Tod weiter geht, wo der verstorbene Mensch jetzt ist bzw. „lebt“, viel entscheidender. Dazu gibt es bestimmt keine eindeutige Antwort.

Aber es gibt verschiedene Ansätze und Antworten. Dazu möchte ich am Dienstag, 13.08.2024 um 19:00 Uhr den „Raum auf machen“. Ich biete ein kostenloses Webinar per Zoom an, in dem ich kurz in das Thema einführe, aber dann vor allem den Austausch unter uns ermöglichen möchte. Vielleicht, oder ziemlich sicher, lernen wir neue Wege und Perspektiven von uns gegenseitig kennen, die uns in unserer Trauerbewältigung vielleicht helfen und unsere Sichtweisen und unsere Sicht auf die Welt erweitern können. Ich freue mich auf euch.

Herzliche Grüße an euch

Matthias Kopp

Medien

SWR – Dokumentation aus der Reihe „Friederike klopft an!“

Folge 3: Carla - stärker als der Tod

Wie können Menschen aus einem schweren Schicksalsschlag Mut und Kraft schöpfen? Carla verliert ihren Mann nach dem frühen Krebstod. Mit 50 Lebensjahren hängt sie ihren sicheren Job an den Nagel und eröffnet ein Hotel in Rheinland-Pfalz. Sie zeigt der Moderatorin Friederike Kempter, wie aus Trauer innere Stärke erwachsen kann.

Hier der Link zur Sendung : <https://www.ardmediathek.de/video/friederike-klopft-an/folge-3-carla-staerker-als-der-tod-s02-e03/swr/Y3JpZDovL3N3ci5kZS9hZXgvczE3MzU2OTg>

Die nächsten Termine

Webinar am Dienstag, 13.08.2024, 19:00 – 20:30 Uhr, online

Thema "Wie stellen wir uns das Leben nach dem Tod vor? und wie kann das bei der Trauerbewältigung helfen?"

Die Weltreligionen bieten verschiedene Sichtweisen über das Leben nach dem Tod an, also

Vorstellungen und Konzeptionen, was mit den Menschen passiert, wenn sie gestorben sind. Und dazu gibt es persönliche Vorstellungen, die daran angelehnt sein können oder nicht. Diese Bilder können dabei helfen, die Trauer zu verarbeiten und in Frieden und Ruhe zu kommen. Aber sie können auch abschrecken.

Was es an verschiedenen Vorstellungen zum Leben nach dem Tod gibt und wie bzw. ob wir diese Vorstellungen in unserer Trauerbewältigung einsetzen, dazu gehen wir ins Gespräch. Zu Anfang mache ich einen kleinen inhaltlichen Impuls zum Thema.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Hier der Link zum kostenfreien Webinar am Di, 13.08.2024 um 19:00 Uhr:

<https://us02web.zoom.us/j/81320928592?pwd=ElalijKL1zwlCDixtpGJaggOraKvhs.1>

Falls ihr nur telefonisch teilnehmen könnt, dann sind dies die Einwähldaten:

Schnelleinwahl mobil: +49 69 5050 0951, Meeting-ID: 813 2092 8592, Kenncode: 955533)

Euch von Herzen alles Gute und liebe Grüße

Matthias Kopp



P.S. Du kennst jemanden, die oder der meinen Newsletter auch gerne lesen würde? Dann empfehle meinen Newsletter gerne weiter.

P.S.S. Du möchtest Unterstützung in Form von Einzelbegleitung?

Für ein persönliches 1:1 Coaching: Buche ein kostenloses 30-minütiges Kennenlerngespräch mit mir. Hier ein Link zu meinem Kalender: <https://tidycal.com/matthiaskopp/30-minuten-kennenlerngesprch>

Wege durch die Trauer

Lebens- und Trauerbegleitung

Matthias Kopp

Qualifizierter Trauerbegleiter

Certified Clarity® Coach

Mail info@matthiaskopp.com

Oberer Steinberg 16 – 97688 Bad Kissingen

Phone +49 (0)152 38992489

Web www.matthiaskopp.com