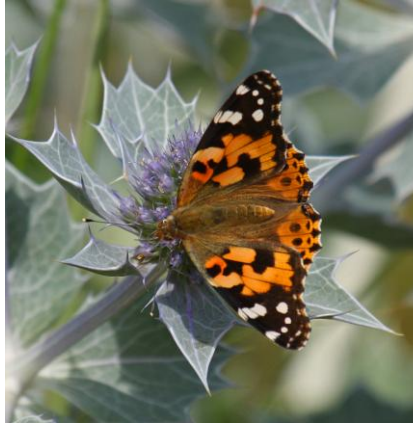


Hospiznachrichten



Hospizverein
Lütjenburg e.V.

***Heft 3
März 2013***

Gib mir ein Zeichen,
wenn ich etwas für Dich tun kann,
wenn Du Zuspruch brauchst,
ein offenes Ohr, eine helfende Hand,
wenn Du mit mir reden willst
oder mit mir schweigen,
wenn Du eine Schulter brauchst,
an die Du Deinen Kopf lehnen kannst
oder einen Arm, der Dich hält,
oder einfach nur einen Menschen in Deiner Nähe,
gib mir ein Zeichen.

Verfasser unbekannt

Inhalt

Liebe Leserinnen und Leser,	3
Gedanken zum alten Brunnen im Kloster Maulbronn.....	4
Über unsere Arbeit in den letzten einundeinhalb Jahren	8
Mein weißer Engel	11
„Unser Trauer-Café“	13
Textstück aus dem „Kleinen Prinzen“ von Saint-Exupery.....	14
Alles hat seine Zeit.....	14
Meine erste Betreuung.....	16
Interesse am Hospiz „war bewegend“	18
Himmlischer Bote	20
Vom 7. Hospiz- und Palliativtag Schleswig-Holstein.....	21
Leben – unser Anfang ist der Beginn unseres Endes.....	28
Intensiv leben, mit Gleichmut und heiter sterben	28
Worte von Khalil Gibran	30
Der Weg zum Grab.....	31
Kurzbericht über eine Urlaubsreise mit Trauernden.....	32
Göttliche Gnade.....	34
Winterpsalm	35
Pflegestützpunkt im Kreis Plön	36
Palliativnetz östliches Holstein (PÖH) e. V.	37
Im Jahr 2012 hatte der Hospizverein 76 Mitglieder,	38
davon 26 aktive und 51 Förderer.	38
Ich seh´ ein Land	40

Liebe Leserinnen und Leser,

seit Erscheinen unseres 2. Heftes ist mehr als ein Jahr vergangen. Lange haben wir überlegt, ob es einen Schwerpunkt für die Hospiznachrichten 3 geben könnte. Dabei sind wir auf das Thema „Hoffnung“ gekommen, „Hoffnung - und was uns sonst noch Kraft gibt“.

Hoffen können ist ein großes Geschenk für alle Menschen. Die Hoffnung verlässt auch den Kranken nicht – *sie stirbt zuletzt* – wie der Volksmund sagt.

Wenn ein schwer kranker Mensch die Hoffnung auf Heilung aufgibt, braucht das keine Verzweiflungstat zu sein:

Es bleiben immer noch Hoffnungen z. B., dass man „sein Haus gut bestellt hat“, dass die Angehörigen den Abschied verkraften können, dass das Sterben leicht wird, dass es ein Leben nach dem Tod gibt.

Wir Begleitenden hoffen, dass wir die rechten Worte und Gebärden finden, dass unsere Nähe hilfreich ist für die Kranken, die Familie, die Pflegekräfte. Wir hoffen aber auch darauf, dass wir so wie wir sind angenommen werden, dass wir auch Fehler machen dürfen, dass uns diese verziehen werden.

Was stärkt uns außerdem? – Darüber erfahren Sie mehr in verschiedenen Artikeln dieses Heftes.

Außerdem halten wir Rückblick auf die vergangenen 1 ½ Jahre, bieten Ihnen Gedichte und Texte an, die wir wertvoll finden.

Am Ende des Heftes finden Sie Hinweise auf Beratungsstellen.

Wieder haben uns einige Firmen durch Inserate bei der Finanzierung unserer Zeitschrift geholfen. Deshalb können wir sie kostenlos verteilen. Ein herzliches Dankeschön an diese Sponsoren.

Helga Sielmann - Januar 2013



Gedanken zum alten Brunnen im Kloster Maulbronn

Ein alter Klosterbrunnen aus meiner Kindheit in Süddeutschland kommt mir häufig in den Sinn.

Drei unterschiedlich große Steinschalen, nach oben sich verjüngend, übereinander angeordnet um eine Achse, die die Quelle birgt, auf kräftigem Sockel.

Sein Platz ist unter ehrwürdigem Gewölbe in der Brunnenstube des gotischen Kreuzgangs.

In seinem berühmten Gedicht hat Conrad Ferdinand Meyer sehr treffend einen ganz ähnlichen Brunnen in Rom beschrieben:

*Aufsteigt der Strahl und fallend gießt
Er voll der Marmorschale Rund,
Die, sich verschleiernd, überfließt
In einer zweiten Schale Grund;
Die zweite gibt, sie wird zu reich,
Der dritten wallend ihre Flut,
Und jede nimmt und gibt zugleich
Und strömt und ruht.*

Bis in unsere Tage füllt das Wasser der Quelle die Brunnenschalen, und jede gibt aus ihrer Fülle an die anderen.

Dieser alte Brunnen kann Sinnbild für unser Leben sein. Unser Leben in der menschlichen Gemeinschaft, das durch Geben und Nehmen seinen besonderen Reichtum entfaltet.

Dieses Leben, das in seinen hellen und dunklen Zeiten, in seinen fruchtbaren und steinigen Landschaften, so sehr vom Zufluss innerer und äußerer Quellen (Kraftquellen!) abhängig ist.

Wir alle haben in unserer Seele Zauberfähigkeiten, welche unser ureigenes, ganz persönliches Erleben in Quellen der Kraft umwandeln können. Diese Kraftquellen erscheinen so vielfältig und unterschiedlich, wie wir Menschen verschieden sind!

Da ziehen beglückende Bilder vor meinem inneren Auge herauf:
eine eisige Winternacht, in der der Vollmond das schwarze Meer in flüssiges Silber zu tauchen scheint...

ein sehr früher, duftender Sommermorgen im Garten...

mächtige Bach-Organklänge in der alten Lütjenburger Kirche...

ein wunderbar gelingendes Konzert, gemeinsam mit Chor und alten Instrumenten, das ich zuhörend oder mitwirkend erleben darf...

ein warmer, sonnendurchfluteter Wald im Hochsommer...

das märchenhaft unwirkliche Abendlicht über dem großen Binnensee in Behrendorf, vom Holzsteg aus, umgeben vom Duft der Heckenrosen...

die strahlend wachen, zugewandten Augen meines kleinen Nachbarfreundes, Malte..

mein kleiner, schwarzer Hund, der im frischen Schnee voller Lebenslust tobt und Purzelbäume schlägt...

und schließlich mein Glauben an Gott als Quelle und Sinn für unser Leben.

Jedoch müssen wir erleben, dass uns der Zugang zu unseren Quellen zeitweise nicht möglich ist, so, als wären sie verstopft; wir haben diese Quellen oft auch vergessen.

Die Dichterin, Astrid Lindgren, drückt das in „Ferien auf Saltkrokan“ so aus:

Weshalb

weshalb kann man nicht

das ganze Leben hindurch

die Fähigkeit bewahren,

Erde und Gras und

rauschenden Regen

und Sternenhimmel

als Seligkeiten zu erleben?

Vielleicht haben wir uns an solcherlei kleine und große Wunder in der Natur mit den Jahren so selbstverständlich gewöhnt, dass wir abgestumpft

sind und nicht mehr mit offenen Augen und staunenden Herzen wahrnehmen, wie wir das als Kinder noch konnten.

Auch kennen wir alle die schweren Zeiten innerer Dürre:
endlos sich dehrende graue Winterwochen, alles Leben wie erstarrt.

Bittere Verlust- Erfahrungen.

Immer wieder schmerzvolles Sterben und Tod um uns herum.

Wir fühlen uns abgeschnitten, abgetrennt vom Leben und seinen Quellen.

Kehren wir zurück zum alten Klosterbrunnen:

seine Quelle ist auch noch nach Jahrhunderten bis heute nicht versiegt.

Immer weiter spielen die Wasser mit den Steinschalen das Spiel vom ewigen Geben und Nehmen.

Dieses Bild kann Mut machen und Hoffnung wecken:

ich will und kann solche dürrer Wüstenzeiten aushalten und durchstehen.

Wenn meine Brunnenschalen leer sind (um beim Bild zu bleiben!), muss ich nicht immer weiter funktionieren; ich könnte ohnehin nur meine eigene elende Leere weitergeben.

In solchen Durst-Zeiten sind Schwachseindürfen, Hilfe annehmen, sich beschenken lassen angesagt.

Das kennen wir auch vom Weg der Trauer!

Und irgendwann eines Tages ist plötzlich die Verbindung zur Quelle wieder freigelegt. Das lebendige Wasser füllt übersprudelnd meine leeren Brunnenschalen. Ich kann wieder aus dem Vollen schöpfen und meine Mitmenschen an meinem inneren Überfluss teilhaben lassen.

Getröstet und dankbar fühle ich mich mit hineingenommen in den Kreislauf von Geben und Nehmen, von Werden und Vergehen.

Karin-Brigitta Wieland

Ambulante Krankenpflege Lütjenburg

Seit dem 01.01.2011 versorgt die Ambulante Krankenpflege Lütjenburg mit dem Inhaber Christian Pittelkow pflegebedürftige, kranke und alte Menschen in der Region Lütjenburg.

Zu den bereits bestehenden Leistungsstrukturen wie

- die grundpflegerische Versorgung
- die hauswirtschaftliche Unterstützung
- die Durchführung ärztlicher Verordnungen
- und die 24h Rufbereitschaft

werden zunehmend demente Menschen, die in ihrer Alltagskompetenz stark eingeschränkt sind, versorgt.

Ein besonderes Anliegen ist dem Pflegedienst die Versorgung auf der palliativ-medizinischen Ebene. So verfügt der Pflegedienst über vier Palliativ-Care-Fachkräfte, die die Versorgung Sterbender in ihrer Häuslichkeit, ihrer gewohnten Umgebung ermöglichen können. Die Kooperation mit dem Palliativnetz östliches Holstein bietet hierfür die Basis fachlicher Versorgung.

Über unsere Arbeit in den letzten einundeinhalb Jahren

Im Juni 2011 erschienen die Hospiznachrichten Heft 2. Ich möchte versuchen, einiges aus unserer Arbeit innerhalb dieser 1 ½ Jahre zu skizzieren:

Wir wurden für Begleitungen weiterhin vor allem in das SeniorenCentrum am Nil gebeten, sehr selten in private Haushalte. Im Jahr 2011 wurden 27 Menschen von uns begleitet, im Jahr 2012 waren es 21.

Die Begleitung in der Trauer beginnt einen immer größeren Raum einzunehmen, vor allem seit wir im Februar 2011 das monatliche Trauer-Café

eröffnet haben. Dem ist ein eigener Artikel in diesem Heft gewidmet. Frau Mechthild Rathje, die als freiberuflich tätige Trauerbegleiterin arbeitet, teilte sich nicht nur mit unseren Mitarbeiterinnen die Einladung ins Trauer-Café, sie leitete 2012 auch über ein $\frac{3}{4}$ Jahr eine geschlossene Trauergruppe.

Es fanden weiterhin Seminare, Supervisions- und Gruppenabende statt. Im Oktober 2011 richtete unser Verein den Kreis-Hospiztag aus.

Neu für mich war die Organisation eines Benefiz-Konzertes. Es fand am 4.9.2011 im Saal des Hotels Hohe Wacht statt. Es sang für uns und die gute Sache das „Quartett komplett“ und bereitete den über 100 Besuchern einen vergnüglichen Abend und dem im Bau befindlichen Hospiz eine Spende von rund 1400 €, auch dank zahlreicher Sponsoren.

2011 bestand unser Verein **5 Jahre**. Wir haben dieses Ereignis als kleines Jubiläum an unserem Sommerfest gefeiert. Die Aktivitäten, die zur Gründung zunächst einer Hospiz-Gruppe der Kirchengemeinde, dann zum selbständigen Verein führten, begannen schon im Februar 2003, also vor **10 Jahren**. Zwölf von den jetzigen aktiven Mitgliedern und fünf von den Fördermitgliedern sind demnach schon **10 Jahre** dabei!

An öffentlichen Themen-Abenden boten wir an: „Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung“ mit RA Schamerowski, eine Buchvorstellung von Dr. Onnasch „Trauern mit Leib und Seele“, zusammen mit dem Uganda-Verein, „Fragen rund um die Beerdigung“ mit Bestattungsunternehmer Jansen, Vorstellung des stationären Hospizes Kieler Förde durch die Leiterin Frau Weerts.

Sie wurden sämtlich fast ausschließlich von unseren aktiven Mitgliedern besucht. Es wäre schön, wenn wir Anregungen von den Lütjenburger Bürgern erhielten, worüber sie informiert werden möchten, was sie mehr interessieren würde als die von uns angebotenen Themen.

Am 24. Februar 2012 wurde endlich das stationäre Hospiz in Kiel-Moorsee festlich eröffnet. Am 25.2. strömten die Besucher zum Tag der offenen Tür (s. Zeitungsartikel).

Erwähnen möchte ich auch den 8. Hospiz- und Palliativtag unseres Landesverbandes in der Stadthalle Neumünster zum Thema „Hoffnung“. Die Rede, die Frau Bischöfin Bärbel Wartenberg-Potter dort gehalten hat, dürfen wir dankenswerter Weise in diesem Heft abdrucken. Da sie in ganzer Länge ein Heft für sich füllen würde, haben wir uns erlaubt, sie zu kürzen.

Wir haben zum ersten Male ein zweitägiges Seminar zusammen mit Pflegekräften aus dem Senioren-Centrum gemacht über den achtungsvollen Umgang mit demenzkranken Menschen (den Grundkurs Validation nach Richard).

Am 1.11. veranstalteten Mitarbeiter/innen des Palliativnetz östliches Holstein (PöH) e.V. einen Abend in der „Alten Schmiede“ in Lütjenburg, um die Arbeit des Palliativ-Care-Teams vorzustellen (die Kontakt-Adressen sind in diesem Heft aufgeführt). Es wurde dabei wieder auf die Notwendigkeit von Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht hingewiesen. Dies war eine gut besuchte öffentliche Veranstaltung!!!

Nun einige Neuigkeiten über unsere Mitarbeiterinnen:

2011 wurden Swantje Dyck und Kerstin Seraphin mit der Ausbildung fertig. Mit ihnen haben wir zwei jüngere Mitarbeiterinnen gewonnen die sich gleich engagiert für die Arbeit in unserem Verein mit einsetzen. Leider muss Kerstin aus familiären Gründen jetzt wieder etwas kürzer treten, bleibt unserem Verein aber als Förderer erhalten.

Von einer aktiven Mitarbeiterin im Besuchsdienst mussten wir für immer Abschied nehmen: Frau Ruth Thode starb am 30.Juli 2012.

Im September 2012 hat Frau Karin-Brigitta Wieland ihre Ausbildung zur Trauerbegleiterin abgeschlossen.

Im Oktober bei der Mitgliederversammlung des deutschen Hospiz-und Palliativverbandes in Berlin wurde unsere 2.Vorsitzende, Annesybill Breyer, - die ja bereits im Landesvorstand aktiv ist, - in den Bundesvorstand gewählt als Vertreterin für dieses Ehrenamt. Darauf ist unser kleiner Ortsverein sehr stolz.

Für 2013 erhoffen wir uns vor allem, dass sich Menschen bei uns melden, die eine Ausbildung zur Hospizbegleiterin, zum Hospizbegleiter machen möchten. Denn es ist der Gang der Welt, dass die Menschen, die vor 10 Jahren angefangen haben, hier die Hospizarbeit aufzubauen, allmählich „in die Jahre“ kommen, wie man so sagt. Es wäre schön, wenn sich rund 10 Interessierte aus Lütjenburg und Umgebung für einen neuen Ausbildungsgang zusammenfänden. Dann könnte wieder ein Kursus hier in Lütjenburg stattfinden.

Helga Sielmann

Mein weißer Engel

Führt mich um die Welt

Er lässt mich schweben über Ozeane

Aus Riesenstädten zieht er für mich

Ein Kreuz bis an den Himmel

Als Zeichen für die Bürden dieser Welt

Er zeigt mir ihre Schönheit dann

Auf gelben Ginsterfeldern und

lässt für mich Lavendel blüh`n und duften

Auf fernen Inseln in samtgrünen Meeren

Zeigt er mir dunkle Menschen Voodoo

Tanzen

und schwebt mit mir zurück ins Eis der

kühlen Fjorde wo ich Geschichten

von der blonden Sigrun höre

Ich darf die Welt in meinen Armen halten
Für einen kurzen Augenblick glückhafter
Kraft
Und dann erschöpft in grauer Einsamkeit
Und Bitternis die Hände falten

Bis an den Abgrund führt er mich
Er lässt mich in das Chaos sehen
Ein Korn bin ich das eine Weltsekunde
tanzt
Und wieder Samen wird in dunkler Erde

Mein weißer Engel zeigt mir so den
Kreislauf
und hält die Welt in Harmonie
um die ich mich nicht sorgen muß

*Anne de Bouffleur
(entnommen aus „Engel, Engel“ 2002 bei Langen Müller, S. 23/24)*

„Unser Trauer-Café“

Seit nunmehr 1 ½ Jahren lädt der Hospizverein Lütjenburg an jedem 4. Sonntag des Monats Gäste ein. Willkommen sind Trauernde, die Angehörige, Freunde oder andere ihnen nahestehende Menschen verloren haben und ihre Trauer zum Ausdruck bringen wollen. Dies offene Angebot macht es möglich, auch Trauernde zu erreichen, die sich sonst scheuen, Beratung und Hilfe anzunehmen. Unser Angebot ist kostenlos und es bedarf keiner Anmeldung.

Durch den Umbau des alten Pastorats Plöner Straße 2 zur Stadtbücherei ist ein heller, großzügiger Anbau als Lese-Café entstanden. Der Hospizverein nutzt diesen Raum sonntags für sein Trauer-Café.

Bei Kaffee und Tee, selbst gebackenem Kuchen und Keksen, an die Jahreszeit angepasst geschmückten Tischen wird jeder Gast herzlich begrüßt. Mit einem kurzen besinnlichen Text wird das Kaffeetrinken eröffnet; die Kerzen vor jedem Gedeck geben dem Gast die Möglichkeit, für seinen Verstorbenen ein Licht anzuzünden. In behutsamen Gesprächen entsteht eine gelöste Atmosphäre, die sicher auch mit befreienden Tränen begleitet werden darf. Die Begegnung wird nach zwei Stunden mit einem kurzen Text abgeschlossen.

Auf Wunsch kann sich der Gast auch mit einer Trauerbegleiterin zurückziehen oder ein Vier-Augen-Gespräch für die folgende Woche vereinbaren.

Besonders Alleinstehende nehmen diesen gedeckten Tisch dankbar an, weil sie oft das Empfinden haben, es lohne sich nicht, für sich zu Hause eine stimmungsvolle Mahlzeit vorzubereiten.

Aus Begegnungen im Trauer-Café sind Verbindungen entstanden, die sich als tragfähig erweisen. Man trifft sich inzwischen an anderen Orten und plant gemeinsame Unternehmungen.

Trauern hat vielfältige Erscheinungsformen – weinen – klagen – versteinern – verstummen. All diese Formen verstehen wir. Wir sind ehrenamtlich tätig, jedoch ausgebildet und mit einem Schatz an Lebenserfahrung gesegnet. Daher wissen wir, dass jede/jeder Trauernde Zeit und eine andere Ansprache braucht.

Sie sind uns an jedem 4. Sonntag im Monat willkommen in der Zeit von 15 bis 17 Uhr im Trauer-Café des Hospiz-Vereins Lütjenburg in der Plöner Straße 2 – gegenüber der Kirche.

Annesybill Breyer

Textstück aus dem „Kleinen Prinzen“ von Saint-Exupery

„Hast Du Angst vor dem Tod?“ fragte der kleine Prinz die Rose. Darauf antwortete sie:

„Aber nein. Ich habe doch gelebt, ich habe geblüht und meine Kräfte eingesetzt, soviel ich konnte. Und Liebe tausendfach verschenkt, kehrt wieder zurück zu dem, der sie gegeben. So will ich warten auf das neue Leben und ohne Angst und Verzagen verblühen.“

(entnommen der Zeitschrift „Erziehungskunst“ Heft 11/ 2012, Seite 9)

Alles hat seine Zeit

Alles hat seine Zeit

Sprich nicht von der Schönheit der Natur,

wenn ein Schwerbehinderter,

innerlich und äußerlich gefesselt

durch Einschränkungen und Schmerzen,

hilfesuchend nach deiner Hand tastet.

Sag nicht am offenen Grab: „Es ist besser so“,
denn alle, die einen geliebten Menschen verlieren,
sind erst auf dem Weg
zu dieser tröstenden Erkenntnis.

Berichte einem pflegebedürftigen Menschen,
der in der Enge seiner Situation und Wohnung
auf deinen Besuch wartet, nicht endlos
von deinen frohen und schönen Erlebnissen.
Sie füllen die Zeit, aber nicht sein Herz.

Argumentiere nicht mit „Gottes Gerechtigkeit“,
wenn ein Verzweifelter immer wieder „warum“
in die Nacht eines Schicksalsschlages schreit.

Bleib einfach an seiner Seite
und erbete stellvertretend für ihn Zuversicht.

Verbreite bei dem, dessen Leben
sich unaufhaltsam der Schwelle des Todes nähert,
keine Hoffnungen aufs Gesundwerden.

Sie hindern den Sterbenden und die, die ihn lieben, daran,
Ja-Sagen zu lernen und Abschied zu nehmen.

Alles hat seine Zeit:

Das Hoffnungwecken und Lichtanzünden,
das Ermutigen, ein befreiender Scherz.

Das Öffnen des Fensters, um hinauszuschauen,

und die Einladung zu einem gemeinsamen Spaziergang.

Aber auch das Dableiben, ohne auf die Uhr zu schauen,

Tränen trocknen und Verzweiflung aushalten,

das Miterleben bedrohlicher Ängste

und das Eingeständnis der eigenen Rat- und Hilflosigkeit.

Gudrun Born

*(Quelle: Noch einmal sprechen von der Wärme des Lebens. Hg. v. M. Voss-Eiser
© Kreuz Verlag in der Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2012)*

Meine erste Betreuung

Im Zuge meiner Ausbildung zur Hospizhelferin musste ich ein 4-wöchiges Praktikum absolvieren.

Mir wird eine Bewohnerin in einem Seniorenheim zugewiesen. Die Stationsleiterin und eine Pflegerin stellen mir Frau B. vor. Frau B. ist dement. Normalerweise werden die Bewohner /innen mit ihrem Nachnamen angesprochen, doch Frau B. reagiert am Besten auf ihren Spitznamen. Wenn ich sie anspreche, soll ich Blickkontakt halten. Besuch erhält sie nur von ihrem amtlich zugewiesenen Betreuer.

Mein erster Besuch alleine:

Mit gemischten Gefühlen trete ich in ihr Zimmer. Frau B. sitzt auf ihrem Bett. Ich begrüße sie und stelle mich mit meinem Vornamen vor und überreiche ihr eine kleine Blume. Fr. B. wiederholt meinen Namen, hat ihn aber gleich wieder vergessen. Ich setze mich vor sie und frage, ob sie die Blume selber pflegen kann. Antwort: weiß ich nicht. So sitze ich nun vor ihr. Was nun? Ich halte ihr meine geöffneten Hände entgegen. Keine Reaktion. Nur immer la-la, la-la. Nach geraumer Zeit nimmt sie aber meine Hand. Ich streichele sie. Nach ca. einer $\frac{3}{4}$ Std. verabschiede ich mich und frage, ob ich wieder kommen darf. Ja.

Zu Hause frage ich mich, wie komme ich an sie ran.

Ich besorge mir Bilder aus ihrer alten Heimat. Als ich sie ihr zeige, kommt keine Reaktion. Bei meinem nächsten Besuch bringe ich einen kleinen Ball mit und wir spielen. Wir gehen auf dem Flur untergehakt spazieren, bei schönem Wetter auch nach draußen. Frau B. genießt es, wenn man sie in den Arm nimmt und streichelt. Sie spricht nicht, aber sie kann noch einige Volkslieder mitsingen. Bei einem Besuch halte ich sie im Arm, streichele sie und flüstere ihr ins Ohr: B ich hab dich ganz doll lieb. Sie sieht mich an und antwortet: das weiß ich doch. – Welch ein Gefühl ! –

Zwischenzeitlich hat Frau B. einen Rollstuhl. Wenn immer möglich gehen wir nach draußen. Essen kann sie nicht mehr alleine, bei allen sanitären Sachen benötigt sie Hilfe.

Was mir auffällt: die Pfleger/innen werden nie ungeduldig mit ihr. – Danke.

Ich besuche Frau B. jetzt seit ca. zwei Jahren wöchentlich. Sie baut immer mehr ab. Ob sie mich erkennt kann ich nicht sagen. Sie genießt aber die Streicheleinheiten, die ich ihr gerne bis an ihr Ende geben möchte.

Helga Hanusch

Zum Engel der letzten Stunde

Den wir so hart den Tod nennen,

wird uns der weichste, gütigste Engel zugeschickt,

damit er gelinde und sanft

das niedersinkende Herz

vom Leben abpflücke

und es in warmen Händen

und ungedrückt

aus der kalten Brust

in das hohe, wärmende Eden trage.

Sein Bruder ist der Engel der ersten Stunde,
der den Menschen zweimal küsst,
das erste Mal,
damit er dieses Leben anfangen, das er weinend begann;
das zweite Mal,
damit er droben ohne Wunden aufwache
und in das andere Leben lächelnd komme.

Jean Paul

Interesse am Hospiz „war bewegt“

800 Besucher am Tag der offenen Tür in Kiel, Radewisch 90
Aus: KN Nr. 49 2012,



(Generalplanung: Dipl.-Ing. E. Schneekloth und Partner, Lütjenburg)

Neumeimersdorf. Damit hatte Geschäftsführer Horst Schober nicht gerechnet: Mehr als 800 Besucher kamen zum Tag der offenen Tür, schauten sich die neuen Räume des Hospizes Kieler Förde (KB berichtete) an

und spendeten allein an diesem Tag 4400 Euro. „Dieses Interesse war für uns bewegend“, sagte Schober.

Fünf Stunden war der Neubau in Neumeimersdorf geöffnet, „und wir hatten massenhaft Führungen“, sagte Schober. Einige der Besucher seien selbst betroffen, andere hätten sich ein Bild vom Hospiz gemacht, weil sie im näheren Umfeld mit dem Thema in Berührung gekommen seien, bilanzierte er. Über die Jahre sei das Hospiz bekannter geworden und hätte nicht mehr den Ruf einer „Sterbeeinrichtung für ältere Menschen“, sagte er. Denn ins Hospiz werden schwerstkranke Menschen jeden Alters vermittelt, bei denen eine Heilung ausgeschlossen ist, die zu Hause nicht mehr versorgt werden können und eine sehr intensive Betreuung brauchen. „Das nostalgische Bedürfnis, die letzte Lebensphase im Kreise seiner Lieben zu verbringen, ist in manchen Wohnungen und von berufstätigen Angehörigen nicht zu realisieren“, sagte er.

Dass das Hospiz diesen Rahmen bieten kann, davon weiß der ehrenamtliche Mitarbeiter Lothar Bouillon zu erzählen. Sein Sohn starb 2010 an einem seltenen Tumor im Hospiz (dem Vorgängerhospiz in den gepachteten Räumen der St. Anschar-Schwesternschaft), vier Monate wurde er dort gepflegt. „Es war wie eine große Familie, jeder war für jeden da. Ich war dabei, als mein Sohn eingeschlafen ist, dann haben sie das Bett mit Blümchen geschmückt, die Atmosphäre war toll“, sagt er. Seitdem hilft er im Hospiz, „um das wiederzugeben, was wir hier erfahren haben“.

Die Besucher waren sehr beeindruckt: „Es ist schön, dass alle Zimmer unten liegen und man von dort aus in den Garten kann“, meint Anke Straßner. Sie habe allerdings von einem älteren Herrn gehört, dass das Hospiz schwer per Bus zu erreichen sei.

Für die 4400 € Spenden werde nun eine gemütliche Sitzecke für das Wohnzimmer angeschafft, kündigte Schober an. Am Dienstag beziehen die ersten Gäste (so nennt man die Hospiz-Patienten) einige der 16 Zimmer. „Einen Tag der offenen Tür wird es dann nicht mehr geben, aber einzelne Führungen in kleinen Gruppen“, so Schober.

(Mehr Infos unter www.hospiz-kiel.de) Bericht: Karin Dreyer

Himmlischer Bote

Nicht Feind
sollst du mir sein,
mich nicht
aus voller Blüte reißen.
Auch kein Verfolger,
der mich vor den Kadi zerrt.
Nicht teuflisch,
grausam mich
in Finsternis zu stürzen.

Freund
sollst du sein,
die Hand mir gütig reichen.
Erlöser auch,
befreien mich
von Schmerz und Not.
Und milder Richter dort,
wo ich gefehlt.
Geleiten sollst du mich
und weisen mir den Platz
in deinem Himmel.

*Katrin Wehmeyer-Münzing
(entnommen aus „Engel, Engel“ bei Langen Müller 2002, S.199)*

Vom 7. Hospiz- und Palliativtag Schleswig-Holstein

- Auszüge aus der Rede von Bischöfin i.R. Bärbel Wartenberg-Potter, gehalten in Neumünster am 5. Mai 2012 -

(Dort, wo sich eine Punktreihe befindet, ist ein Stückchen Vortragstext weggelassen. Die Wortwahl ist original geblieben.)

Über unseren doppelten Ursprung- Hoffnung am Ende

1. Der Philosoph Ernst Bloch beginnt sein großes Werk „Das Prinzip Hoffnung“ mit diesen Fragen: „Wer sind wir? Wo kommen wir her? Wohin gehen wir? Was erwarten wir? Was erwartet uns?“ Das sind Lebensfragen, mit denen Sie es in Ihrem Beruf und Ihrer Tätigkeit als Hospizgruppen zu tun haben – und jeder Mensch in seinem/ihrer eigenen Leben. Gibt es am Ende unseres menschlichen Lebens Hoffnung? Welche Hoffnung? <...> Am heutigen Tag frage ich mich auch: Gibt es eine *gemeinsame* Hoffnung, die die Menschen in der Hospiz- und Palliativmedizin mit denen teilen, die sie in Krankheit und Sterben begleiten? Die sie miteinander bewegt?

Eins ist klar: Hoffnung kann man niemanden einreden. Man kann sie nicht wie eine Medizin verschreiben. Dennoch ist Hoffnung ansteckend und eine Kraft, die Menschen zu großartigen Taten und engagiertem Dasein bewegt hat.

Hoffnung am Ende: Ich bin der festen Überzeugung, dass man Hoffnung am Ende *nur* haben wird, wenn man sie schon im bisherigen Leben kennengelernt hat. <...> Das liegt in der Natur der Sache <...>

Es gibt hoffnungsfrohe Menschen. Sie tragen eine Gewissheit und eine Lebensbejahung in sich. Woher? Warum? Das können sie oft selbst nicht sagen. Andere haben die Hoffnung auf ihrem Lebensweg verloren. Die meisten von uns haben an beidem Teil, zu Zeiten an diesem, zu Zeiten an jenem, unsere je eigene Mischung.

Viele Menschen denken: „Mit dem Tod ist alles aus.“ Ihre Vorstellungskraft reicht nicht über den Tod hinaus. Oder ihre Vernunft verbietet es ihnen.

Gefragt, ob und was denn nach dem physischen Tod noch kommen soll, kommen viele Menschen in Verlegenheit. Sprachlosigkeit und Scham sind groß. Man weicht gerne aus. Die Fragen werden aus dem normalen Leben ausgeklammert.

2. In unseren westlichen Gesellschaften leben viele Menschen mit einem recht eindimensionalen Realitätsverständnis: Es zählt, was man zählen, sehen und begreifen kann, <...> was sichtbare oder messbare Erscheinungsformen hat. Selbst die Seele ist zum vermessbaren Objekt geworden durch die Psychoanalyse.

Dieses Weltverständnis ist tief in unserer Kultur verankert. Es ist das Erbe der Aufklärung: der Glaube an die Vernunft in einer messbaren Wirklichkeit. Gott als Urheber des Lebens und Lenker der Welt, so wie ihn sich frühere Generationen und auch heute noch viele Menschen vorstellen, ist mithilfe der Naturwissenschaften immer mehr aus der Wirklichkeit hinaus gedrängt worden. Man kann die Welt offenbar ohne die ‚Hypothese Gott‘ erklären.

Wir werden alle in dieses Weltbild hineinerzogen und leben aus den Kernsätzen der Aufklärung: „Mensch, gehe heraus aus jeder selbstverschuldeten Unmündigkeit. Denke selbst! Lass dir weder von religiösen noch staatlichen Autoritäten etwas überstülpen.“ Das ist eine Art Glaubenssatz für uns moderne Menschen geworden. Daran muss sich alles ausweisen. Auch, was wir über Krankheit und Tod sagen.

3. Ich spreche heute zu Ihnen als eine Vertreterin der christlichen Religion und zugleich als eine Frau, die auch mit den Gedanken der modernen, naturwissenschaftlich und aufklärerisch geprägten Welt groß geworden ist.

Lange Jahre habe ich mich im Theologiestudium damit herumgeschlagen, auf die Zweifel des Rationalismus Antworten zu finden. Ich erinnere mich an einen Tag, an dem ich mit einer Kommilitonin vor einem kritischen Text

saß und wir uns beide verzweifelt angeschaut haben und fragten: „Können wir denn noch weiter zu Gott beten? Und wie?“

Der Zweifel gehört zum Theologiestudium und er verlässt einen auch danach nie ganz. Es gibt eben Gewissheiten, die kann man nicht *haben* wie eine Briefmarkensammlung. Gemäß des Rates der Aufklärung habe ich irgendwann begonnen, *selbst zu denken*, gerade auch als Frau und feministische Theologin. Je älter ich werde, desto gewisser werden mir manche Einsichten: zum Beispiel, dass das Leben, wie es die Rationalisten und auch die meisten Naturwissenschaftler definieren, auf Krücken geht: es fliegt nicht, es singt nicht, es tanzt nicht, es träumt nicht. Und glaubt an nichts, nichts Transzendentes.

Dennoch: die Frage, wie sich Vernunft und Glaube zu einander verhalten, will immer wieder neu beantwortet werden <...>

Ich stelle mir Gott als kraftvolle Anwesenheit vor, die die Welt ins Dasein gerufen hat und das Leben durchwaltet und erhält. Als Mose am brennenden Dornbusch Gott nach dem göttlichen Namen fragt, antwortet Gott: „ICH WERDE DA SEIN.“ Kein Namen also. Auch kein Bild. Eine bildlose Gottheit. Ich sehe Gott als Geistkraft, RUACH im Hebräischen, mit der ich sogar spreche. Viele geben den Erfahrungen der Transzendenz Namen. Auch ich kann vom ‚Ursprung des Lebens‘, ‚Quelle des Lichtes‘, ‚Hort der Gerechtigkeit‘ sprechen.

Ich sehe einen ‚Gottesfunken‘ (logos) ¹ in allem Geschaffenen. Die christliche Tradition spricht von Gott *auch, aber nicht ausschließlich*, wie von einer Person: Vater, Mutter, HERR, Jehova, Ewige, Lebendiger.

Und ich glaube, dass Jesus von Nazareth der Mensch war, wie Gott ihn haben will. Er lehrt mich Mitleidenschaft mit allem, was lebt, Gerechtigkeitsdenken, Vergebung, Feindesliebe, Gewaltlosigkeit. An einen alten Mann mit Bart, wie ihn sich Michelangelo in der Sixtinischen Kapelle vor-

1 Im Prolog des Johannesevangeliums und in der gesamten Theologie des Johannes wird von diesem ‚Logos‘ gesprochen, der oft mit ‚Wort‘ übersetzt wird, aber ein viel größeres Bedeutungsfeld hat im Sinne einer schöpferischen, gestaltenden Macht.

gestellt hat, der auch noch willkürlich Schicksale zuteilt, glaube ich eher weniger.

Beweisen kann man das alles nicht, nicht nach dem geltenden, alles dominierenden naturwissenschaftlichen Paradigma/Denkmodell der Neuzeit. Man kann *auch nicht* begründen, warum man Vertrauen in das Leben haben sollte. ‚Vertrauen‘ ist eine der Bedeutungen des Wortes, das in der Bibel meist mit ‚glauben‘ übersetzt wird. Ein Grundverhalten. Ein Urvertrauen.<...>

Die Arbeit im Hospiz und in der Palliativmedizin ist nicht normaler Alltag. Da kann man diesen Fragen nicht ausweichen.

Am Krankenbett, am Sterbebett sind die Kranken in einer existentiell einmaligen Situation. Sie wollen wissen, was ihre ÄrztInnen und die, die sie pflegen, denken.

Zugleich erleben Sie, die Begleitenden, dass etwas Besonderes geschieht, dass die Kranken und Sterbenden einen besonderen Weg gehen, der die Zurückbleibenden oft in Erstaunen versetzt, zuinnerst trifft, ja sogar tröstet und stärkt. Das erzählen alle, die diese Arbeit tun. Oft lassen die Sterbenden uns mit Fragen zurück, die uns in unserer Existenz ‚in Frage stellen‘. Als ob sie uns damit helfen wollten.

4. Wenn es um Krankheit und Sterben geht, haben die meisten *ein ganz bestimmtes Bild* vor Augen: Wenn ein Mensch am Ende seines Lebensweges angekommen ist, ist das der tiefste Punkt seiner Existenz. Der Tod löscht alles aus, was gewesen ist. Für viele ist der Tod ein Gang ins Nichts, ins Dunkel. Sie blicken zurück und sehen - mit ihren Außenaugen - dass ihr Leben sich wie ein Bogen gewölbt hat vom Anfang, von Geburt an: sie beginnen ihren Weg durch den Zufall der Zeugung. Sie sind bei der Geburt Mängelwesen, es mangelt ihnen an Lebenswissen. Während sie heranwachsen, müssen sie alles Lebenswichtige lernen. Kinder in unserer Gesellschaft werden als defizitäre Noch-nicht-Menschen gesehen. Irgendwann erreichen sie den Höhepunkt des Lebens, den Zenit. Der Lebensbogen ist jetzt bis zu seinem höchsten Punkt gespannt.

Dann beginnt schon der Abstieg, das Alter: Der Bogen senkt sich. Alles nimmt ab, die Fähigkeiten zu hören, zu sehen, zu tanzen, zu denken, zu lieben, zu arbeiten. Alte Menschen verlieren vor sich selbst und anderen an Wert. Der Gesellschaft sind sie zu nicht mehr viel nütze. Und schließlich treten sie ihrem ärgsten Feind gegenüber, dem Tod. Der Lebensbogen endet im Grab. Auch viele ChristInnen deuten ihre Existenz mit diesem Bild, auch wenn sie über das Grab hinaus hoffen.

5. Man kann auch anders auf unsere menschliche Existenz blicken, mit den inneren Augen. Mit dem inneren Auge können wir eine doppelte Herkunft sehen: Wir kommen aus dem Schoß unserer Mutter - und aus dem Schoß Gottes. Wenn wir denn aus dem Schoß Gottes kommen, dann beginnt unser Lebensbogen nicht zuallererst „unten“, als Mängelwesen, sondern wir haben einen göttlichen Ursprung, der „oben“ beginnt in der Fülle des Lebens.<...>

Es ist genau die umgekehrte Bewegung wie im ersten Bild: Wir steigen seit der Geburt in das Leben *hinunter*. Unser Lebensbogen beginnt am oberen Ende eines offenen U. Indem wir in das materielle Leben treten, entfernen wir uns zugleich von unserem Ursprung. Was die Außenaugen als den Zenit des Lebens ansehen, ist, mit den inneren Augen gesehen, zugleich der Punkt der größten Entfernung vom göttlichen Ursprung.

Und in der Tat ist für viele Menschen die Zeit ihrer größten Selbstentfaltung auch die Zeit der größten Entfernung von Gott. Je mehr sie aus der eigenen Kraft schöpfen im realen Leben, umso weniger kommt Gott in ihrem Leben vor. *Sie haben das geheime Wissen über ihren doppelten Ursprung einfach vergessen.*

Aber wir haben etwas mitgenommen bei unserer Ankunft in der physischen Welt. Ein Erbe. Wir haben nicht nur die Gene unserer Eltern, sondern auch ein Wissen, eine Ahnung, einen göttlichen Funken in uns, von Gott, der/die Ursprung der Liebe, der Empathie, der Gerechtigkeit ist.<...>

6. Mit dem inneren Auge gesehen haben Kindsein und Altwerden einen völlig anderen Stellenwert: Kinder und alte Menschen sind auf ihrem Le-

bensbogen näher bei Gott. Sie kommen aus Gottes Fülle. Sie gehen dahin zurück, woher sie gekommen sind.<...>

Im Johannesevangelium heißt es:

„Im Anfang war der logos, der ‚Gottesfunke‘, die göttliche Wirkmacht, und der ‚Gottesfunke‘ war bei Gott und Gott war der Gottesfunke. Derselbe war im Anfang bei Gott. Alle Dinge sind durch ihn gemacht, und ohne ihn ist nichts gemacht, was gemacht ist.“

Joh1,1-3

Den Gottesfunken tragen wir alle in uns, jede und jeder <...> und alle Geschöpfe, wie klein oder kräftiger dieser Funke auch ist!

Im Tod kehren wir zum Ursprung zurück. Der Dichter Ludwig Uhland schrieb über den Tod eines Kindes:

**Du kamst, du gingst mit leiser Spur,
ein flücht'ger Gast im Erdenland;
woher? Wohin? Wir wissen nur:
aus Gottes Hand in Gottes Hand.**

Und das kann über jedes Leben, auch das älteste, gesagt werden.

7. Kann man es lernen, so abschiedlich zu leben?

Dieses Gedanken-Bild von den doppelten, spiegelbildlichen Lebensbogen, der doppelten Herkunft, habe ich zum ersten Mal in einer Osterpredigt gehört². Es hat mich tief ergriffen, ja österlich froh erregt. Nicht dass es so neu wäre. Es kommt ja auch in anderen Denkwelten vor. Es ist nur neu gefasst, neu aufgetaucht im Lichte von Ostern.

Noch einmal anders stellt sich mir der Tod meiner beiden Kinder vor vielen Jahren dar. Im Lichte des Gedankens vom doppelten Ursprung sind sie nicht mehr Unvollendete mit ihren wenigen Lebensmonaten. Sie sind Frühvollendete, die dem Herzen Gottes immer nah geblieben und nur zurückgekehrt sind in die Fülle Gottes.

² An Ostersonntag 2012 in St. Augustinus in Lübeck durch Pastor Friedrich Fallenbacher

Die Begleitung meines 90jährigen Mannes erscheint mir in einem anderen, einem österlichen Licht. Ich sehe ihn auf seinem Weg zurück zum Ursprung. Seine Schwächen und Altersmühen haben dadurch eine andere Würde. Ich selbst stehe vor den Anstrengungen des Begleitens mit größerem Respekt und größerer Liebe und kann geduldiger teilen und ertragen, was ertragen werden muss.

Der doppelte Ursprung ist *ein Bild für alle*, die es mit kranken und alten Menschen zu tun haben. Unsere Ungeduld wird konfrontiert mit dem Wissen, dass dieser Mensch auf diesem besonderen Weg ist, uns voraus, gewürdigt durch die größere Nähe zum Ursprung des Lebens.

Es umgibt sie etwas, das ich ‚Glanz der Ewigkeit‘ zu nennen versucht bin. Dieser ‚Glanz der Ewigkeit‘, den das innere Auge zu sehen vermag, wird zu einem Schutzmantel, der sie vor Ungeduld, Vernachlässigung, Verachtung, Verzweckung schützt.

Ja, dieses Bild könnte in uns, die sie begleiten, so etwas wie ebenbürtige Solidarität mit diesen WeggenossInnen wecken. Wir sehen uns dann selbst mit ihnen auf diesem Weg. Es weckt in uns mehr Respekt und Ehrfurcht.

Wir können auch selbst die Hoffnung haben, einmal, in diesen Schutzmantel eingehüllt, in Würde unseren Lebensweg zu Ende gehen zu können.

Der Umgang mit Menschen in Krisen und auf dem Weg zu ihrem Ende lehrt uns immer besser verstehen, den Weg als Ganzes zu bedenken, nicht erst, wenn's an Sterben geht. Wir können lernen, abschiedlich zu leben vom ersten Atemzug an. Wenn wir uns an unseren doppelten Ursprung erinnern.

So ermutige ich mich selbst immer wieder und heute Sie, das innere Auge zu öffnen, offen zu halten. Uns einzulassen auf dieses Sehen mit dem inneren Auge, das uns inmitten der harten Realität von technischer Medizin, Forschung, Zeitmangel, und auch Schmerzen und Sterben den Blick der Ehrfurcht und Liebe offen hält und wir uns nicht beirren lassen.

Eine andere Art von Gewissheit und Hoffnung steht dann mit am Sterbebett. Vielleicht kann ein Mensch dann leichter gehen, zurück zum Ursprung. Und wir können unsere Arbeit als Begleitende besser, menschlicher und getroster tun.

***Leben – unser Anfang ist der Beginn unseres Endes
Intensiv leben, mit Gleichmut und heiter sterben***

Dessen waren sich die Leute im Mittelalter noch sehr wohl bewusst. Auch die Menschen der Antike, z. B. die Vertreter der Stoa, hielten das Sterbenlernen, die „ars moriendi“, für eins der wichtigsten Ziele des Lebens. Der Osten hat viele Bücher über die Kunst des Lebens und Sterbens hervorgebracht.

In seinem Buch „Das Ende ist mein Anfang“ erzählt Tiziano Terzani, - u. a. Spiegelkorrespondent in Asien, geboren 1938 in Florenz, gestorben im Sommer 2004 in Orsigna bei Florenz nach langem Krebsleiden, - seinem Sohn in Gesprächen, die durch Heiterkeit und Leichtigkeit gefallen, die Geschichte seines bewegten und intensiv gelebten Lebens.

Aus dem Prolog: „Ich bin jetzt sechsunsechzig und mein Leben, die große Reise, geht zu Ende. Ich bin an der Endstation angekommen. Aber ohne Trauer, fast mit Schmunzeln...Sieh dir die Natur an, von dieser Wiese aus, sieh sie dir genau an, hör ihr zu. Der Kuckuck; all die zwitschernden Vögel in den Bäumen – wer die wohl sind? Die Grillen im Gras, der Wind, der durchs Laub streicht. Ein einziges großes Konzert mit einem eigenen Leben, das von dem Tod, auf den ich warte, vollkommen unberührt bleibt. Die Ameisen krabbeln weiter vor sich hin, die Vögel singen ihrem Gott ein Lied, und der Wind weht wie eh und je... Deshalb bin ich so heiter. Mein Kopf ist frei, ich fühle mich wunderbar. Nur dieser Körper fault vor sich hin und ist inzwischen überall leck. Das Einzige, was bleibt, ist, sich von ihm zu lösen und ihn seinem Schicksal zu überlassen, dem Schicksal der Ma-

terie, die zerfällt und wieder zu Staub wird. Ohne Angst, denn es ist doch die natürlichste Sache von der Welt...“

„Was ist es, was uns vor dem Tod so ängstigt?

Was uns vor Angst erstarren lässt, wenn wir an den Augenblick des Todes denken, ist die Vorstellung, dass in dem Moment alles, woran wir hängen, verschwindet. Zunächst einmal der Körper. Was für eine ungeheure Bedeutung haben wir ihm zugemessen. Denk doch nur, wie wir mit ihm wachsen, wie wir uns überall mit ihm identifizieren. Das ist doch zum Lachen! Sieh dir an, wie ich jetzt aussehe! Nur noch Haut und Knochen, die Beine geschwollen, der Bauch rund wie ein Ballon!

...Wir sind nicht dieser Körper. Aber was sind wir dann? Wir glauben all das zu sein, was wir mit dem Tod zu verlieren fürchten. Unsere Identität, alles, was zu uns gehört. Der Grund, warum wir solche Angst vor dem Tod haben, ist, dass wir plötzlich auf alles verzichten müssen, woran unser Herz hängt, unseren Besitz, unsere Wünsche....Nur wenn du schon im Leben lernst zu sterben, wie es die Weisen der Vorzeit gelehrt haben, dann gewöhnst du dich daran, dich mit diesen Dingen nicht zu identifizieren und zu erkennen, was für einen absolut begrenzten, vorübergehenden Wert sie haben...

Und wenn du im Laufe des Lebens zu begreifen beginnst, dass du nicht diese Dinge bist, dann trennst du dich allmählich davon, dann lässt du sie los. Dann lässt du auch das los, was dir am teuersten ist.

Der andere wesentliche Punkt im Leben eines Menschen ...ist das Verhältnis zu seinem Verlangen. Das Verlangen ist unsere große Triebfeder...Was sind das für Bedürfnisse, denen du dich nicht entziehen kannst? Das Verlangen in unserer Konsumgesellschaft geht oft nach nutzlosen, banalen und lächerlichen Dingen...Jedes Verlangen ist eine Form von Sklaverei. Je heftiger du verlangst, je mehr begrenzt du dich. Bis dein Verlangen so stark ist, dass du nichts anderes mehr denken und tun kannst...

Der Tod ist wirklich das einzig Neue, was mir noch passieren kann, denn er ist etwas, was ich noch nie gesehen, noch nie erlebt habe. Nur bei den

anderen...Ständig werden unendlich viele Menschen geboren und sterben, und die Erfahrung von Geburt, Leben und Tod ist allen Menschen gemein. Warum macht das Sterben uns bloß solche Angst? Wo das doch alle getan haben!

...Wenn du es dir genau überlegst – und das ist ein schöner Gedanke, den natürlich schon viele angestellt haben --, ist die Erde, auf der wir leben, ein riesiger Friedhof. Ein immenser Friedhof all dessen, was gewesen ist...Dieser immense Friedhof aber, die Erde, ist wunderschön! Mit all den Blumen, die darauf wachsen, mit all den Ameisen und Elefanten, die darüber laufen. Er ist die Natur!

Wenn du das so siehst, dass du wieder Teil von all dem wirst, dann ist das, was von dir bleibt, vielleicht dieses unteilbare Leben, diese Kraft, diese Intelligenz, die du Gott nennen kannst,...auch wenn sie etwas ist, was unser Denken nicht fassen kann, vielleicht der große Geist, der alles zusammenhält.“

(aus: Tiziano Terzani: „Das Ende ist mein Anfang“, zusammengestellt von Maria Metternich im 1. Rundbrief der Hospiz-Initiative Wilhelmshaven-Friesland 2008; telefonisch Erlaubnis zum Abdruck erhalten am 21. 11. 2012)

Die Wechselfälle des Lebens sind nicht deine Widersacher, sondern deine Verbündeten. Lerne, sie anzunehmen, auch wenn du sie als störend empfindest. Das Annehmen ist die höchste Form der Liebe. Es ist das endgültige „Ja“ zur geheiligten Erfahrung des Lebens.

Tibetische Weisheit.

Worte von Khalil Gibran

Fülle die Lampe mit Öl und lasse sie nicht verlöschen; und stelle sie neben Dich, damit ich lesen kann, was Dein Leben mit mir in Dein Gesicht geschrieben hat. Bringe den Wein des Herbstes. Lass uns trinken und das Lied der Erinnerung an das sorglose Säen im Frühling und das achtsame Neigen des Sommers und die Belohnung der Ernte des Herbstes singen.

Komm nah zu mir, Geliebte meiner Seele, das Feuer wird kalt und flüchtet sich unter die Asche.

Umarme mich, denn ich fühle mich einsam, die Lampe ist dunkel und der Wein, den wir gepresst haben, schließt unsere Augen. Lass uns einander ansehen, bevor sie sich schließen.

Der Weg zum Grab

Den Weg zum Grab begehen

Als inneren Vertrauensweg

Die gemeinsamen Erfahrungen nochmals anschauen

Um sie besser loslassen zu können

Den Weg zum Grab beschreiten

Als inneren Heilungsweg

Die Tränen reichlich fließen lassen

Um den Schmerz behutsam zu verwandeln

Den Weg zum Grab begehen

Als inneren Versöhnungsweg

Den ungelösten Fragen und Konflikten nicht ausweichen

Um sie dem Erbarmen Gottes anvertrauen zu können

Den Weg zum Grab beschreiten

Als inneren Hoffnungsweg

Die Dankbarkeit spüren und ausdrücken

Um in eine tiefere Verbundenheit hineinzuwachsen

Verfasser unbekannt

Kurzbericht über eine Urlaubsreise mit Trauernden

zum Ostseebad Rerik/Mecklenburg vom 24. 11.12 bis zum 1.12.12

In eine düstere Zeit großer Erschöpfung und Traurigkeit nach dem Tod eines geliebten Menschen traf mich das Angebot einer Trauerreise wie der Blitz.

Ich beschloss, mich anzumelden, mir einige besondere Ferientage zu gönnen.

Meine erwachsene Tochter allerdings konnte meinen Entschluss nicht verstehen und riet mir fürsorglich von einer Trauerreise ab.

Tatsächlich werden Trauerreisen seit einiger Zeit von erfahrenen Trauerbegleitern angeboten, in ganz unterschiedlicher Art...so zum Beispiel als Segelreisen, Wellness-Reisen, Wanderreisen...und immer häufiger angenommen.

Sinn und Ziel solcher Reisen kann es zum einen sein, Menschen nach dem einschneidenden Verlust eines liebsten Angehörigen Mut zu machen, endlich einmal wieder eine Reise zu wagen; nun zwar ohne den geliebten Begleiter - dennoch nicht einsam - sondern in einer Gemeinschaft mit anderen, die ähnliche Verlust- Erfahrungen betrauern. Weiter, zu spüren, ja zu erleben, dass sie nicht allein sind mit ihrem Schmerz, sondern durch kompetente Trauerbegleiter sich unterstützt und verstanden fühlen können. Und schließlich vielleicht ein ganz neues Sich-Einlassen auf lange gestorben geglaubtes Erleben von Freude, Neugier, Kraft, Wohlgefühl und Hoffnung.

Diese Rerik-Tage zusammen mit liebenswerten, verständnisvollen Menschen jedenfalls haben sichtbar allen Teilnehmern wohl getan.

Das Ostseebad Rerik ist ein unmondäner, überschaubarer kleiner Ort, aus dessen Mitte das uralte Kirchlein aufragt; landschaftlich sehr malerisch gelegen zwischen Haff, der weitgeschwungenen Bucht mit Hunderten von

Schwänen und der offenen Ostsee mit Steilküste, Wäldchen und hübschen Stränden.

Die liebevolle Planung der beiden Trauerbegleiterinnen aus Kiel und Lübeck umfasste Erholungsmöglichkeiten für Körper, Geist und Seele. Von den sehr angenehmen Appartements in einem AWO - Feriendorf, ganz dicht am Wasser, über die köstliche Buffet-Versorgung, Schwimm- Massage- und Sauna-Angebote bis hin zu den täglichen Fußmärschen am Haff entlang, zu Zielen wie Kirche, Museum (mit sehr guten Führungen), Gesteins erkundung am Strand und Besuch eines Dolmengrabes...viel frische Luft, eisigkalter Seewind und keine Langeweile!

Jeder nahm teil sofern er konnte und wollte; und als fast täglicher Treffpunkt bewährte sich dann das kleine Kunst-Cafe im Ort mit besonderen Käsekuchen-Spezialitäten und großen Tonschalen mit Cappucino. Hier fanden intensive und ungeplante Gespräche untereinander statt.

Sehr wichtig als Stützgerüst oder auch Ritual waren unsere täglichen morgendlichen Meditationsrunden zur Begrüßung des Tages und die abendliche Trauerrunde im Gruppenraum um eine themenorientierte Mitte. Auch dieses freiwillig, wenn es für den Einzelnen richtig war! Die gute, vertrauensschaffende Atmosphäre hat hilfreiche, aufbauende Gesprächsrunden möglich gemacht. Traurigkeit und Fröhlichkeit waren mit in der Runde.

Dankbar haben wir am Samstag vor dem 1. Advent Abschied genommen und jeder hat sich nun wieder auf seinen eigenen Weg gemacht.

Vielleicht fühlt sich durch diese Zeilen der eine oder andere Trauernde ermutigt zu einer solchen Auszeit?

Für Auskünfte rufen Sie gerne unsere Hospiz-Nummer auf dem grünen Faltblatt an (Mobilbox!) - wir melden uns, wenn sie nicht vergessen, Ihre Telefonnummer aufzusprechen!

Karin-Brigitta Wieland

Göttliche Gnade

Es ist eine göttlich Gnade, gut zu beginnen.
Es ist eine größere Gnade, auf dem guten Weg zu bleiben
Und den Rhythmus nicht zu verlieren.
Aber die Gnade der Gnaden ist es, sich nicht zu beugen
Und, ob auch zerbrochen und erschöpft,
Vorwärts zu gehen bis zum Ziel.

Das Marschgepäck reduzieren,
Frei werden vom Ballast unnötiger Ziele,
Sorgen zusammenbündeln auf ein erträgliches Maß.
Die Erleichterung spüren,
Wenn du keinem mehr etwas nachtragen musst.
Die Last der alten Erfahrungen auf die Müllhalde kippen,
Dich neuen Erfahrungen öffnen.

Das, was du wirklich brauchst, passt in den winzigsten Beutel.
Humor bedrückt nicht, er stützt dir den Rücken.
Liebe ist federleicht,
Hat für dich kein Gewicht in der offenen Hand.
Zärtlichkeit musst du nicht tragen, sie trägt dich.

Nein, - bleibe nicht stehen.
Es ist eine göttliche Gnade, gut zu beginnen.
Es ist eine größere Gnade, auf dem guten Weg zu bleiben
Und den Rhythmus nicht zu verlieren.
Aber die Gnade der Gnaden ist es,
Sich nicht zu beugen,
Und, ob auch zerbrochen und erschöpft,
Vorwärts zu gehen bis zum Ziel.

Helder Camara

Winterpsalm

Es ist jetzt nicht die Zeit,
um zu ernten.

Es ist auch nicht die Zeit,
um zu säen.

An uns ist es,
in winterlicher Zeit uns
eng um das Feuer zu scharen
und den gefrorenen Acker
in Treue geduldig zu hüten.

Andere vor uns haben gesät.
Andere nach uns werden ernten.

An uns ist es,
in Kälte und Dunkelheit
beieinander zu bleiben und,
während es schneit, unentwegt
wach zu halten die Hoffnung.

Das ist es.

Das ist uns aufgegeben
In winterlicher Zeit.

Lothar Zenetti (1926)*

Pflegestützpunkt im Kreis Plön

Wir beraten Sie!

- *Individuell – unabhängig – kosten-
frei* -



Unsere Pflegestützpunkte finden Sie landesweit in Schleswig-Holstein

Kontakt:

Pflegestützpunkt im Kreis Plön

Heinrich-Rieper-Straße 6 - 24306 Plön

Telefon: 04522 - 74 33 11

Email: pflegestuetspunkt@kreis-ploen.de

Website: www.kreis-ploen.de

Website: www.Pflege.schleswig-holstein.de

Ihr Pflegestützpunkt wurde nach § 92 c SGB XI eingerichtet. Er wird von den Pflege- und Krankenkassen, dem zuständigen Kreis und dem Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit finanziert, um eine individuelle, unabhängige und kostenfreie Information und Beratung zu gewährleisten.

In den KN vom 6.12.2012 war zu lesen, dass Frau Adamczewski und Frau König vom Pflegestützpunkt neuerdings mit dem Chef des Jobcenters, Herrn Kerssen, in dem Projekt „Alltagshilfe“ kooperieren. Frau Petra Rink betreut den Einsatz von bisher 6 Alltagshelfern für Unterstützung im Haushalt, beim Einkaufen, für die Begleitung zu Arzt- und Amtsbesuchen sowie für leichtere pflegerische Einsätze.

Wer Alltagshilfe braucht oder anbieten möchte, kontaktiert Frau Birthe Willsch, Tel. 04342 - 71570. *(Ergänzung durch die Redaktion)*

Palliativnetz östliches Holstein (PÖH) e. V.

Lebensqualität am Lebensende in Ihrem Zuhause

Gemeinsam getragenes
Leid kann zu
einer Brücke werden,
die alles Trennende
überwindet.

(Irmgard Erath)

Kontakte:

Palliativnetz östliches Holstein e. V.

Janusallee 1 - 23714 Bad Malente

Geschäftsstelle: Sabine Schmitz,

Tel. 0163 - 782 79 30

Fax: 04523 – 88 36 89

Email: poeh@gmx.de

Website: www.poeh-ev.de

Palliativ-Care-Team: Vera Hennig, Birgit Stender

Fachkräfte für Palliativ-Care und Koordinatorinnen

Tel. 94523 - 88 36 87

Fax: 04523 - 88 36 89

***Im Jahr 2012 hatte der Hospizverein 76 Mitglieder,
davon 26 aktive und 51 Förderer.***



Am 30. Juli 2012 starb unser aktives Mitglied Frau Ruth Thode. Sie überlebte ihren Mann nur wenige Wochen – für die große Familie und den Freundeskreis sind das sehr schmerzliche Verluste. Ihnen gilt unser Mitgefühl.

Ich habe an Ruth stets ihre Fröhlichkeit, ihren Lebensmut, ihre positive Einstellung bewundert. Sie war eine starke Frau!

Ihre Familie hat unseren Verein mit einer großzügigen Spende bedacht, weil sie in der Todesanzeige darum bat, statt Kränzen und

Blumen für die Verstorbene lieber eine Spende für unseren Hospizverein zu überweisen. An dieser Stelle noch einmal ganz herzlichen Dank dafür.

Helga Sielmann

Ich seh´ ein Land

Ich seh´ ein Land mit neuen Bäumen.

Ich seh´ ein Haus aus grünem Strauch.

Und einen Fluss mit flinken Fischen.

Und einen Himmel aus Hortensien seh´ ich auch-

Ich seh´ ein Licht aus Unschuld weiß.

Und einen Berg, der unberührt.

Im Tal des Friedens geht ein junger Schäfer,

Der alle Tiere in die Freiheit führt.

Ich hör´ ein Herz, das tapfer schlägt

In einem Menschen, den es noch nicht gibt,

Doch dessen Ankunft mich schon jetzt bewegt,

Weil er erscheint und seine Feinde liebt.

Das ist die Zeit, die ich nicht mehr erlebe.

Das ist die Welt, die nicht von unsrer Welt.

Sie ist aus fein gesponnenem Gewebe

Und Freunde, glaubt und seht: sie hält.

Das ist das Land, nach dem ich mich so sehne,

Das mir durch Kopf und Körper schwimmt,

Mein Sterbenswort und meine Lebenskantilene,

Dass jeder jeden in die Arme nimmt.

Hanns Dieter Hüsch

(aus „das Schwere leicht gesagt“, tvd-Verlag Düsseldorf 1991)

Impressum:

Herausgeber:

Hospizverein Lütjenburg e.V.

Redaktion:

Helga Hanusch, Helga Sielmann,
Karin-Brigitta Wieland, Christine Zipfel

Text:

Verantwortlich für die Texte sind die
jeweils angegebenen Verfasser

Layout:

Dieter Wimmer
Titelfoto: Lothar Sielmann

Druck:

Verlagsdruckerei J. M. Klopp,
Inh.: Dipl. Ing. Jörg Beyschlag

Bankverbindung und Spendenkonto:

Hospizverein Lütjenburg e.V.
KtoNr.: 717 5000 BLZ 213 900 08
VR Bank Ostholstein Nord-Plön eG