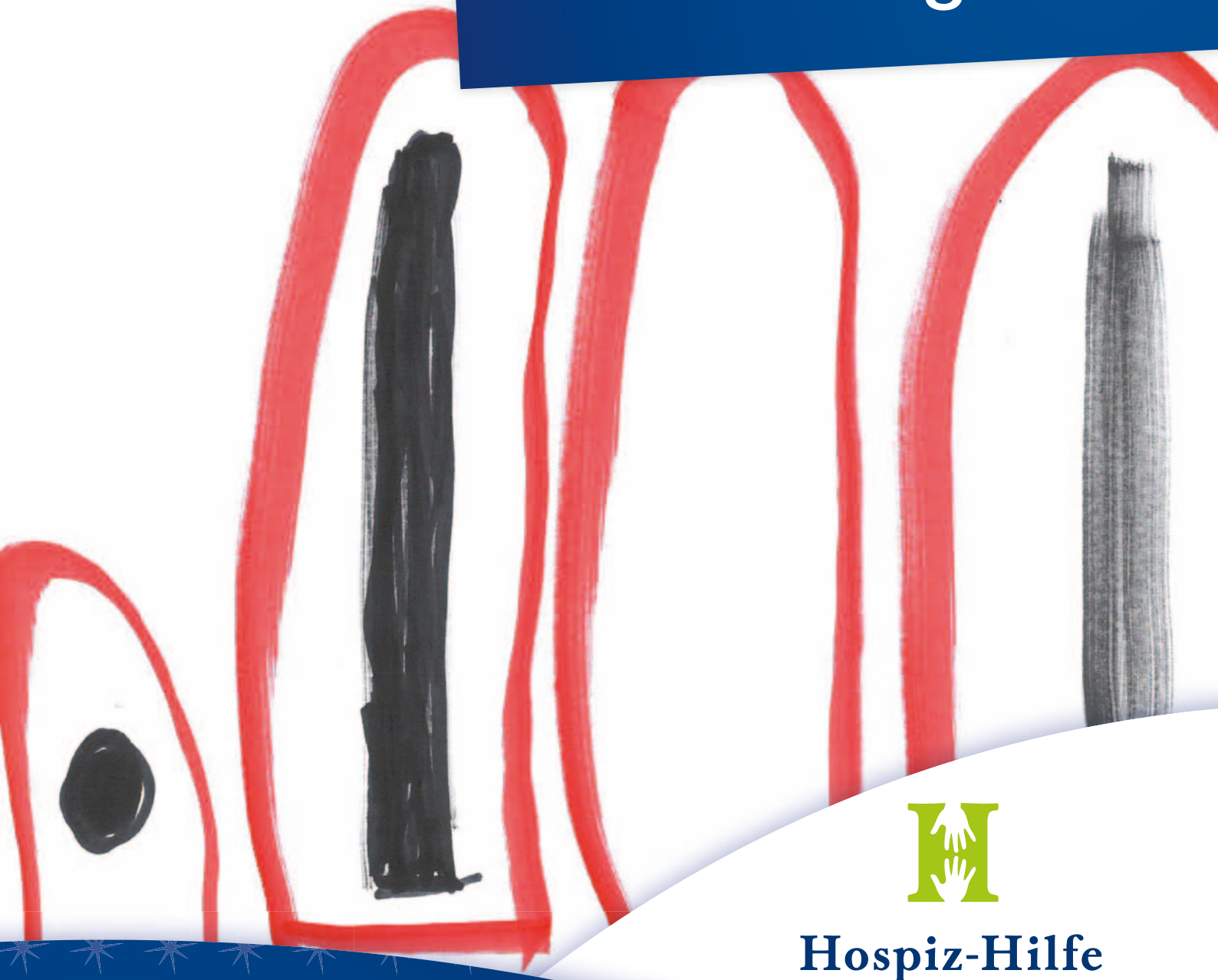
Jahrgang 4, Heft Dezember 2016

AndersARTig



Hospiz-Hilfe
MEPPEN

Die Meppener

Hospiz-Zeitung

Trauergruppe Verwaiste Eltern

Selbsthilfegruppe aus Haselünne begeht zehntes Jubiläum

Seite 11

Alles reine Glaubenssache?

Leben und Tod im Islam, Judentum und Christentum

Seite 17

…Und die Welt steht still

Konzerteinladung: Letzte Lieder und Geschichten von Menschen im Hospiz

Seite 26

Leitgedanken

AndersARTig – oder:

Liegt im Anderen, im Fremden, im Neuen, im Zukünftigen die Chance meines Wachsens, wenn ich zulasse, dass es oder er oder sie mir vertraut wird?

Nur auf ein Wort – einen anderen Gedanken

Jetzt

um wirklich
zu werden

braucht es
eine
Vision

viele Träume
verrückte Ideen
und eine gewisse Beharrlichkeit

was leicht aussehen mag
ist Ergebnis harter Arbeit
vieler Gedanken

ist Frucht des Gebetes
Tanz des Lassens
Zärtlichkeit des Seins

was
sich
ergibt

ist
weil es
war

und ist
weil es
sein wird

Andrea Schwarz

Für hospizliche Unterstützung und Beharrlichkeit allen großen Dank! Für hospizliche Vision und Wachstum am ganz anderen allen Mut und Kraft!

Ihre Dr. Carmen Breuckmann-Giertz
Vorsitzende der Hospiz-Hilfe Meppen e. V.

Gesichter aus der Hospiz-Hilfe: Irmgard Wobken

Mein Name ist Irmgard Wobken und seit Dezember 2015 darf auch ich mich zu den Gesichtern der Hospiz-Hilfe Meppen zählen. Ich bin 42 Jahre alt, verheiratet und wir wohnen zusammen mit unseren elfjährigen Zwillingen in Haren Altenberge.

Meine Krankenpflegeausbildung habe ich im Ludmillenstift in Meppen abgeschlossen und dort zehn Jahre gearbeitet. Bis im Dezember 2015 war ich im Hümmling Hospital Sögel auf der Intensivstation beschäftigt. Die Arbeit hat mir immer viel Freude gemacht. Dabei ging es einerseits um die medizinische Versorgung, aber da war auch der intensive Kontakt zu den Menschen und deren Familien in Krisensituationen. Das war abwechslungsreich, bereichernd und oft herausfordernd.

In den letzten Jahren hatte ich immer öfter das Gefühl, es fehlt etwas, vor allem, wenn die Menschen im Sterben lagen. Weitergeholfen hat mir die Beschäftigung mit dem Lebenswerk von Cicely Saunders. Sie hat in den 1960er Jahren das Konzept des völligen Schmerzes oder Leids definiert, das „total pain-Konzept“. Dieses Thema sprach mich während meiner Palliative Care-Weiterbildung ganz besonders an.

Inhaltlich beschreibt das Konzept die vier Dimensionen von Schmerzen oder Leid. Dazu gehören: körperlich, seelisch, sozial und spirituell. In der Medizin ist der Umgang mit Schmerzen und Leid oft ein sehr körperorientierter. Die Ursache, Intensität und Behandlung von Schmerzen, Übelkeit oder anderen Symptomen wird erforscht und soweit wie möglich behoben. Das ist wichtig, aber nicht ausreichend, um ein vollständiges Bild des Leids und der Situation des Betroffenen zu erfassen. Die vier verschiedenen Ebenen beeinflussen sich gegenseitig und können gleichermaßen wichtig sein.

1977 formulierte Cicely Saunders unter dem Begriff Palliative Care Basisprinzipien zur ganzheitlichen Begleitung. Sie betont dabei die Wichtigkeit der ehrenamtlichen Helfer neben einem professionellen Team. Und genau das ist mir deutlich und wichtig geworden in meiner Arbeit bei der Hospiz-Hilfe Meppen e. V.

Während andere Institutionen die körperlichen Symptome beheben, können wir uns in der Hospiz-Hilfe um soziale, spirituelle und seelische Probleme kümmern. Hier kann und darf ich zusammen mit vielen engagierten Ehrenamtlichen den Mensch in seiner Persönlichkeit und mit seiner ganz individuellen Biografie begleiten und unterstützen. Ich freue mich, dass ich zusammen mit einem großen Netzwerk und vielen Hospizlern dem sterbenden Menschen und seinen An- und Zugehörigen zur Seite sein kann, um ein möglichst würdevolles Abschiednehmen zu ermöglichen.

„Sie sind wichtig, weil Sie eben Sie sind. Sie sind bis zum letzten Augenblick Ihres Lebens wichtig, und wir werden alles tun, damit Sie nicht nur in Frieden sterben sondern auch bis zuletzt Leben können.“

Cicely Saunders

NeuARTiges auf der Landes- und Bundesebene: Politik würdigt und fördert hospizliche Entwicklung

Die Geschichte der Hospizarbeit in Deutschland entwickelt sich mittlerweile seit etwa 25 Jahren. Unzählig viele Sterbende und ihre Angehörigen durften erfahren, in den letzten Wochen, Tagen oder Momenten ihres Lebens nicht alleingelassen zu werden, sondern geschützt und begleitet zu sein. Wenn dieses wertvolle Engagement einer „Kultur der Sorge“ weiterhin Wachstum und Entfaltung erfahren soll, weil der Mensch bis zum Schluss zählt und dessen Würde auch in Zukunft der Maßstab gesellschaftlichen Wirkens und Handelns sein soll, ist es unabdingbar – im Kleinen wie im Großen – von Zeit zu Zeit innezuhalten, sich in seinem Tun kritisch zu reflektieren, sich zur Echtheit und Tragfähigkeit der eigenen Motivation zu befragen und schließlich neu auszurichten.

Woher kommen wir? Wo stehen wir? Wohin wollen wir?

Hospizliches Engagement sieht sich ganz wesentlich getragen von seinen Wurzeln, also von dem Bewusstsein der Gründerin hospizlicher Arbeit, Cicely Saunders, die die Begleitung eines Sterbenden unter den Maßstab höchster Achtung vor dem Leben des Einzelnen stellte: „Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben. Und wir werden alles tun, damit du nicht nur in Frieden sterben, sondern leben kannst bis zum Schluss.“

Diesem Leitgedanken bis heute verpflichtet, stellte dann das Jahr 2015 in dieser jahrelangen Entwicklung bundesweit eine entscheidende Markierung der Befragung und reflektierten neuen Ausrichtung dar, weil die Hospizarbeit in Verzahnung mit der palliativmedizinischen und -pflegerischen Versorgung auf politischer Ebene konzentrierte Aufmerksamkeit erhielt. Es wurde deutlich, dass es unter den sich verändernden gesellschaftlichen Bedingungen zu fragen gilt, was es an angepassten oder erneuerten Strukturen braucht, um Sterbende und Trauernde auch zukünftig gut begleiten zu können. Im Dezember 2015 wurden weitere Weichen gestellt.

Welche Netzwerke, Strukturen und Sicherheiten braucht hospizliche Arbeit?

Begleitendes auf Bundesebene

Die veränderte Gesetzeslage auf Bundesebene, die im Dezember 2015 in Kraft getreten ist, hat eine deutliche Absage an die geschäftsmäßige Förderung der Selbsttötung artikuliert und mit dem neuen Hospiz- und Palliativgesetz (HPG) zugleich eine weitere Stärkung der hospizlich-palliativen Arbeit erreicht.

Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe betont: „Mit dem Hospiz- und Palliativgesetz und der Entscheidung des Deutschen Bundestags, geschäftsmäßige Angebote der Beihilfe zur Selbsttötung zu verbieten, haben wir wichtige Schritte getan, um die menschliche Würde auch in der letzten Lebensphase zu schützen. Jeder Mensch soll die Gewissheit haben, am Lebensende gut betreut und versorgt zu werden. Mein besonderer Dank gilt daher allen haupt- und ehrenamtlichen Helfern in der Hospiz- und Palliativversorgung in Deutschland, die sich mit viel Einsatz engagieren, Stütze, Trost und Hilfe geben.“ Prof. Winfried Hardinghaus, Vorstandsvorsitzender des Deutschen Hospiz- und PalliativVerbands (DHPV) ergänzt: „Mit den beiden Gesetzen sind zwei äußert wichtige Entscheidungen zur Sterbebegleitung getroffen worden, denn sie vereinen die klare Absage an organisierte und gewerbliche Formen der Beihilfe zum Suizid und die Stärkung der zugewandten hospizlichen Begleitung und palliativen Versorgung.“

Wichtige Kernbereiche des HPG, die sich auf die hospizliche Arbeit auswirken, sind u. a. die qualitative Sicherung zur Weiterentwicklung der Begleitsituationen für Sterbende und Trauernde, eine weitere finanzielle Unterstützung des ehrenamtlichen Engagements, das bislang in weit größerem Umfang die Vereine getragen, diese aber mitunter an die Grenzen der Fördermöglichkeiten gebracht haben, sowie die qualitative Stabilisierung der hauptamtlichen Koordinatorinnen als zentrale Schnittstelle der Organisation gelingender und umfassender Begleitung aller Betroffenen sowie An- und Zugehörigen.

Was ist gute Sterbebegleitung auch in Zukunft?
Wen und was braucht es dafür?

Sterbende zu begleiten, ist ein Geschehen menschlicher Zuwendung im bewussten Wechsel zwischen Nähe und Distanz in dem expliziten Bewusstsein, dass der Sterbende Lebender bleibt bis zum Schluss und als solcher in seiner Autonomie und unter Achtung all seiner psycho-sozialen, physischen und spirituellen Bedürfnisse geschützt bleibt.

Sich mit dem Weg der Sterbebegleitung auseinanderzusetzen, braucht angesichts dieses hohen Maßstabs Kopf, Herz und Hand, das heißt: ein umfangreiches Wissen – in Kopf und Herz –, zuverlässige Menschen in haupt- und ehrenamtlichen Netzwerkstrukturen sowie Unterstützung und Förderer auf den verschiedenen Bühnen gesellschaftlichen Geschehens, um daran mitzuwirken, dass die Hospizler auch zukünftig Wort halten können in den Sprachlosigkeiten der Trauer und Verzweiflung angesichts des Todes.

Bewegt, um zu bewegen

Um das tun zu können, braucht es nicht zuletzt Bewusstsein und Bereitschaft zur Bewegung, um sich zum einen der Andersartigkeit jedes Einzelnen in einer Begleitung und zum anderen der Entwicklungsnotwendigkeit des großen Ganzen regelmäßig neu zu stellen, denn: Bewegte Zeiten brauchen Bewegung – innen wie außen. Ein Beispiel für diese Fähigkeit der Bewegung und Gestaltungsfähigkeit im hospizlichen Einsatz als Antwort auf gesellschaftliche Veränderungen sind schon in diesem Jahr entwickelte erste Projekte zur Vorgabe des HPG, die Kooperation zwischen stationären Einrichtungen und hospizlicher Arbeit noch gezielter zu gestalten. In Zeiten des demographischen Wandels und der damit einhergehenden wachsenden Zahl an Menschen, die ihren Lebensabend in stationären Einrichtungen und Heimen verbringen, gilt es nämlich, die gelingende Begleitung am Lebensende auch dort weiter auszubauen und zu stabilisieren. Weitere bewegte und bewegende Antworten werden zukünftig außerdem zu entwickeln sein, beispielsweise im interkulturellen Bereich der Begleitung von sterbenden und trauernden Menschen mit Migrationshintergrund oder in der Begleitung von demenziell erkrankten Menschen und ihren Angehörigen.

Anlässlich des Welthospiztages am 8. Oktober 2016 forderte der DHPV daher unter dem Motto „Hospiz- und Palliativversorgung. Stärken. Ausbauen. Vernetzen.“, die im HPG vorgesehenen Verbesserungen in der Versorgung schwerstkranker und sterbender

Landes- und Bundesebene

Menschen weiterhin zügig umzusetzen, insbesondere bezogen auf die auszubauenden Kooperationen zwischen stationären Einrichtungen und ambulanter Hospizarbeit gemäß dem erneuerten Gesetz zur Gesundheits- und Versorgungsplanung für die letzte Lebensphase. „Denn nur mit einem gut ausgebauten Angebot können wir sicherstellen, dass wir am Lebensende für alle Menschen da sind, die uns brauchen, unabhängig von Krankheit, Wohnort und Geldbeutel“, so Prof. Hardinghaus.

Das einzig Stetige bleibt der Wandel.
Begleitendes auf Landesebene

Für erweiterte Aufgabenfelder braucht es erweiterte Strukturen. Damit die wachsenden Bedarfsanfragen an hospizliche Arbeit im Spannungsbogen zwischen allen betroffenen Altersstufen, allen Tätigkeitsfeldern von Sterben, Tod und Trauer und dem Bedarf präventiver Aufklärung und individueller Begleitung gewährleistet werden können, haben sich auch auf der Landesebene in Niedersachsen die Netzwerkstrukturen neu sortiert.

Zukünftig arbeitet auf Landesebene zum einen der Hospiz- und Palliativverband Niedersachsen e. V. (HPVN, früher LAG) als Zusammenschluss der mehr als 15.000 Mitglieder niedersächsischer Hospizarbeit in rund 130 Hospizvereinen und -verbänden unter der neuen Leitung von Gert Klaus mit Sitz in Celle sowie zusätzlich der Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen e. V. unter Leitung von Ulrich Domdey, ebenfalls mit Sitz in Celle. In Trägerschaft vom HPVN, der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin, dem Betreuungsnetz für schwerkranke Kinder sowie vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung stellt der Stützpunkt eine übergeordnete Netzwerkstruktur dar mit dem Ziel, eine Bündelung und Übersicht über sämtliche Angebote, Formen und Wege hospizlicher Begleitung in Niedersachsen zu geben und weiterzuvermitteln an alle interessierten Bürgerinnen und Bürger, Verwaltungseinrichtungen, Politik, Leistungsanbieter und Akteure in der Hospizarbeit und Palliativversorgung.

Weil Vielfalt zugleich Klarheit braucht, ist es das Ziel, Doppelstrukturen abzubauen und bisher getrennt oder parallel wahrgenommene Aufgaben zusammenzuführen und koordinierende Unterstützung zu leisten, Kompetenzstrukturen zu vermitteln und am planvollen Ausbau der Versorgungsstrukturen in der niedersächsischen Hospiz- und Palliativversorgung mitzuwirken. Dieses erfolgt insbesondere durch die strukturelle und inhaltliche Weiterentwicklung der Hospiz- und Palliativversorgung in Niedersachsen unter Einbeziehung vorhandener Institutionen und Organisationen. Ein besonderer Schwerpunkt werden die Belange des Ehrenamtes sein.

Danke!

Ein besonderer Dank gilt in diesem Jahr Frau Brüggemann und dem fleißigen Team vom Paulus-Café des Vitus-Werkes. Mit viel Liebe bereiten Sie seit nunmehr vier Jahren immer im Januar unsere Tische für den Neujahrsempfang vor, decken ein köstliches Frühstück ein und bewirten uns mit viel Liebe, Umsichtigkeit und großer Achtsamkeit.

Wir dürfen uns an gedeckte Tische setzen – eine so wertvolle Geste der Einladung an das Leben! Allen Helfern im Team und der Organisatorin Frau Brüggemann: DANKE.

Presseerklärung des DHPV zur Veröffentlichung der „Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland“

Jeder Mensch hat ein Recht auf ein Sterben unter würdigen Bedingungen

Nationale Charta-Strategie fordert bedarfsgerechte Begleitung am Lebensende als Menschenrecht – Handlungsempfehlungen der Öffentlichkeit vorgestellt

Berlin, 17. Oktober 2016. Die aus der „Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland“ hervorgegangenen Handlungsempfehlungen zur Umsetzung im Rahmen einer Nationalen Strategie werden heute in Anwesenheit von Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe in Berlin der Öffentlichkeit vorgestellt. Drei Jahre liegen zwischen der Auftaktveranstaltung „Von der Charta zur Nationalen Strategie“ im Jahr 2013 im Deutschen Bundestag und der Präsentation des Maßnahmenkatalogs, an dem 50 gesundheitspolitisch relevante Institutionen und Organisationen in einem Konsensus-Prozess mitgewirkt haben.

„Zentrales Anliegen des Charta-Prozesses und der erarbeiteten Handlungsempfehlungen ist vor allem eine in ganz Deutschland bedarfsgerechte und für alle Betroffenen zugängliche Hospiz- und Palliativversorgung mit hoher Qualität, die den Bedürfnissen schwerstkranker und sterbender Menschen und der ihnen Nahestehenden wirklich gerecht wird“, erklärte Prof. Dr. Winfried Hardinghaus, Vorsitzender des Deutschen Hospiz- und PalliativVerbands.

„Knapp ein Jahr nach Verabschiedung des Hospiz- und Palliativgesetzes ist es nun dringend geboten, die erforderliche qualitativ hochwertige Hospiz- und Palliativversorgung in Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen, weiteren Wohnformen und in der häuslichen Umgebung auch finanziell abzusichern“, unterstreicht Prof. Dr. Lukas Radbruch, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin. Ziel der Nationalen Strategie sei es, dass jeder Mensch am Ende seines Lebens unabhängig von der zugrundeliegenden Erkrankung, seiner persönlichen Lebenssituation oder seinem Lebensort bei Bedarf eine entsprechende Hospiz- und Palliativversorgung und Begleitung erhalte.

„Das wiederum geht nicht ohne eine auf wissenschaftlicher Grundlage und Qualitätssicherung beruhende Hospiz- und Palliativversorgung. Nur unter Berücksichtigung dieser drei zentralen Punkte können alle Beteiligten zum Wohle der Betroffenen zusammenwirken“, so Dr. Martina Wenker, Vizepräsidentin der Bundesärztekammer.

Im Kontext der Nationalen Strategie geht es darum, die Bedürfnisse und Rechte schwerstkranker und sterbender Menschen noch stärker in die politischen Entscheidungsprozesse und die Gesellschaft zu integrieren. Um dies umzusetzen, bedarf es eines gemeinsamen Vorgehens von Politik, Zivilgesellschaft und Gesundheits- und Sozialsystem sowie der Überwindung von Interessensgegensätzen im Rahmen einer solchen Nationalen Strategie.

Zum Hintergrund

Im September 2008 begann unter der Trägerschaft der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP), des Deutschen Hospiz- und PalliativVerbands (DHPV) und der Bundesärztekammer (BÄK) der Charta-Prozess. Im Jahr 2010 wurde die „Charta zur Betreuung schwerstkranker und sterbender Menschen in Deutschland“ von über 50 Organisationen und Institutionen am Runden Tisch konsentiert.

Landes- und Bundesebene

Sterben, Tod und Trauer als Teil des Lebens zu begreifen, dies im gesellschaftlichen Bewusstsein zu verankern und allen Menschen in Deutschland ihren individuellen Bedürfnissen entsprechend einen gerechten Zugang zu einer würdevollen Begleitung und Versorgung am Lebensende zu ermöglichen – darum geht es im Rahmen der Umsetzung der Charta in einer Nationalen Strategie.

Über 17.000 Institutionen und Einzelpersonen haben inzwischen die Charta unterzeichnet und damit bekundet, dass sie deren Ziele und ihre Umsetzung unterstützen – darunter auch zahlreiche Persönlichkeiten und Institutionen aus der Politik. Die beeindruckend große Resonanz und Unterstützung stimmt zuversichtlich für die bundesweite gemeinsame Verwirklichung der Charta-Ziele.

Zu den Trägerorganisationen des Charta-Prozesses

Die Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP) steht als wissenschaftliche Fachgesellschaft für die interdisziplinäre und multiprofessionelle Vernetzung: Knapp 5.400 Mitglieder aus Medizin, Pflege und weiteren Berufsgruppen engagieren sich für eine umfassende Palliativ- und Hospizversorgung in enger Zusammenarbeit mit allen Beteiligten. Gemeinsames Ziel ist es, bei schwerer Erkrankung für weitgehende Linderung der Symptome und Verbesserung der Lebensqualität zu sorgen – in welchem Umfeld auch immer Betroffene dies wünschen.

Der Deutsche Hospiz- und PalliativVerband e. V. (DHPV) vertritt die Belange schwerstkranker und sterbender Menschen. Er ist die bundesweite Interessenvertretung der Hospizbewegung sowie zahlreicher Hospiz- und Palliativeinrichtungen in Deutschland. Als Dachverband der überregionalen Verbände und Organisationen der Hospiz- und Palliativarbeit sowie als selbstverständlicher Partner im Gesundheitswesen und in der Politik steht er für über 1.000 Hospiz- und Palliativdienste und -einrichtungen, in denen sich mehr als 100.000 Menschen ehrenamtlich, bürgerschaftlich und hauptamtlich engagieren.

Die Bundesärztekammer (BÄK) ist die Spitzenorganisation der ärztlichen Selbstverwaltung; sie vertritt die berufspolitischen Interessen der Ärztinnen und Ärzte in der Bundesrepublik Deutschland. Als Arbeitsgemeinschaft der 17 deutschen Ärztekammern wirkt die Bundesärztekammer (BÄK) aktiv am gesundheitspolitischen Meinungsbildungsprozess der Gesellschaft mit und entwickelt Perspektiven für eine bürgernahe und verantwortungsbewusste Gesundheits- und Sozialpolitik.

November 2015: Gruppe 13

Neun Frauen und zwei Männer begegnen sich zum ersten Mal im Kloster Thuine. „Vorbereitungskurs Sterbe- und Trauerbegleitung, Gruppe 13“, so ist das Treffen überschrieben. Bis April 2016 kommen wir nun regelmäßig von Freitag bis Sonntag zusammen.

Was erwartet uns? Bin ich, sind wir dem Thema gewachsen? Wie kommen wir als Gruppe mit diesem Thema zurecht? Herzlich werden wir begrüßt, Antonia Gruber und Manfred Hillmann stellen sich vor, da weicht schon einiges von der Befangenheit. „Leben ist gestaltbar, und der sterbende Mensch ist ein lebendiger Mensch“, so führt uns Manfred ein. „Wollen wir uns duzen?“ Aber sicher! Atmosphärische Entspannung pur. Der Beginn ist geschafft.

So geht es weiter, fünf Wochenenden erleben wir einfühlsames Herangehen verbunden mit gründlicher Wissensvermittlung im gegenseitigen Verstehen und wohltuendem aufeinander Achtgeben.

August 2016, die Gruppe kommt wieder zusammen, nicht im Kloster, sondern informell, privat. Der Kurs ist geschafft. Die meisten von uns haben die Einführungsgespräche hinter sich, einige begleiten schon im Auftrag der Hospiz-Hilfe Menschen, die begleitet werden möchten.

Was kommt auf uns zu – Erwartung ist das Gefühl des Moments – sind wir den zukünftigen Aufgaben gewachsen? Erste Erfahrungsberichte werden ausgetauscht. Die Vertrautheit, die wir gemeinsam im Kloster erlebt haben, stellt sich sofort wieder ein. Wir sind die „Gruppe 13“, wir sind in der Hospiz-Hilfe Meppen angekommen

Marlies Gebben, Maria Herrmann, Sylvia Janzen, Heinz Kappen, Christa Kässens, Astrid Meyer-Bergmann, Monika Müller, Helene Ostermann, Christa Overkamp, Angelika Specken, Fritz Georg Schnorr

**Sie kennen den Weg,
gehen ihn aber nicht selbst.
Sie bleiben am Rand stehen,
zeigen anderen den Weg:
die Wegweiser.
Sie kennen den Weg nicht,
gehen ihn aber mit anderen.
Sie wandern treu zur Seite,
auch durch die dunkle Nacht:
die Wegbegleiter.
Wer Sterbenden Geleit gibt,
kriegt vieles mit.**

Petrus Ceelen

Juni 2016: Jahresausflug

Das Thema unseres jährlichen Ausfluges lautete „Pilgern auf unseren Hospizbegleiter-Spuren“. Nicht wissend, wo uns der Nachmittag hinführen würde, haben wir uns in Meppen bzw. Haselünne getroffen, um gemeinsam mit dem Bus weiterzufahren. Die Spannung war groß, sodass während der Fahrt heftig gerätselt wurde, wo es hingehen mag…

Nach halbstündiger Fahrt hatten wir das Ziel erreicht – das Heimathaus in Freren. Dort wurden wir von Herrn

Regional

Kollenberg in Empfang genommen, einem Mitarbeiter des Heimatvereins Freren, der sich gemeinsam mit uns auf den Pilgerweg nach Thuine machte. Nachdem uns Kathrin Plas begrüßt hatte, pilgerten wir los. Begleitet wurden wir außerdem von Irmgard Wobken mit einem Versorgungsfahrzeug voller Getränke. In kleinen Gruppen oder auch alleine folgten wir nun unseren Spuren der Hospizarbeit. Es ergaben sich viele nette Gespräche, die Möglichkeit zum Austausch, aber auch stille Momente der Einkehr. Herr Kollenberg hatte viele Geschichten bezüglich des Weges parat und berichtete von den Hollandgängern, die diesen Weg zu früheren Zeiten nutzten.

Beeindruckend waren die verschiedenen Überraschungen der Hospizler, die den Weg mitgestaltet haben. An dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön meinerseits an alle Impulsgestalter zu unserem Jahresthema „Lebenswerte“ aus den ZeitRaum-, Hospiz macht Schule- und ambulanten Begleiter-Treffen. So lautete zum Beispiel ein Impuls „Herzlichkeit“, dazu war eine Waldhütte mit gehäkelten Herzen versehen, die von unserem ZeitRaum-Team liebevoll gestaltet wurde. Bei dieser ersten Pause wurden wir zur Stärkung mit selbstgebackenem Kuchen versorgt. Es wurden Texte gelesen und gemeinsam gesungen.

Weiter ging es durch einen herrlichen Laubwald zu einem Hünengrab, das in seiner Art einzigartig ist und durch Herrn Kollenberg ausführlich erklärt wurde. Auch hier gab es wieder einen Impuls zum Wert „Fürsorge“ seitens der ambulanten Hospizbegleiter. Es wurden Liedtexte verteilt und mit Gitarrenbegleitung gesungen.

Beschwingt und leichten Fußes pilgerten wir weiter. Auch wenn der Wettergott es nicht immer gut mit uns meinte, tat dies der Stimmung keinen Abbruch. Beim nächsten Stopp ging es um das Verlassen und Geführt werden. Paarweise gesellten wir uns zusammen. Jeder konnte nachempfinden, wie es ist, mit geschlossenen Augen geführt zu werden. „Vertrauen“, unser letzter Impuls, der von den Hospiz macht Schule-Begleitern vorbereitet wurde. Mein Gefühl dabei war es, mit sanfter Hand geführt sicher den vorgegebenen Weg absolvieren zu können, gehalten, aber auch gelassen zu werden. Wechselweise legten wir so ein Stück des Weges zurück. Anschließend hat jeder über sein Empfinden gesprochen und uns wurde eine Geschichte aus der Hospiz macht Schule-Projektwoche vorgestellt.

Kurze Zeit später erreichten wir unsere letzte Station. So langsam zeichnete sich der Horizont des Thuiner Kirchturms ab, schnell wurde uns klar, das werde unser Ziel sein. So war es dann auch. Wir gingen ins Haus St. Anna, in dem die meisten Meppener Hospizler ihre Ausbildung absolvierten, und somit war der Bogen zum Tagesmotto gespannt. Allen noch in bester Erinnerung, gab es den berühmten Kräuterquark mit anschließender Ofensuppe, was uns allen wie immer hervorragend schmeckte.

Ich denke, jeder hat diesen so schön vorbereiteten Nachmittag genossen, hat sich seinen Spuren des Lebens hingeben und bestimmt auch neue Kraft schöpfen können.

Sabine Schnellen, Kathrin Plas

August 2016: 10 Jahre Trauergruppe „Verwaiste Eltern“

Für gewöhnlich sind Jubiläen Anlass zu ausschweifenden, fröhlichen, bis tief in die Nacht andauernden Festivitäten. Dass man auch anders feiern kann, erfuhren die Teilnehmer aus der Trauergruppe „Verwaiste Eltern“ zusammen mit Angehörigen, Kindern und Freunden am Speicherbecken in Geeste. Die Gruppenleiterinnen Kerstin Bloms und Rita Lingers hatten mit Ansgar Maul einen sowohl besinnlichen als auch geselligen Nachmittag vorbereitet, an dem viel erzählt, aber eben auch geweint und gelacht wurde.

Es ist schon merkwürdig. Da gibt es in unserem Hospiz-Verein eine Gruppe, die sich im vierwöchigen Rhythmus trifft, und man hört eigentlich nur ganz selten etwas darüber. Und ohne dass man darüber nachgedacht hätte, aber mit genau dieser Feststellung trifft man Kernpunkte, die in der Gruppe verankert sind: Verschwiegenheit und Schutz.

Dennoch hat sich jetzt eine beherzte Mutter bereit erklärt, von ihren Erfahrungen aus den gemeinsamen Gruppenabenden zu berichten. Wie sie selbst sagt, habe sie sich dafür entschieden, weil sie auch anderen verwaisten Eltern, Müttern oder Vätern Mut machen möchte, den ersten Schritt in die Gruppe zu wagen.

Frau A. hat mir in einem Gespräch diesen Einblick gewährt: In der Trauergruppe sind Menschen, die ihre Kinder in den verschiedensten Altersstufen verloren haben. Sie trauern um Kinder, die bei einer Fehlgeburt ihr Leben verloren haben genauso wie um Kinder, die bereits erwachsen waren. Denn es kommt nicht auf das Alter an, sondern auf die Beziehung, die zum Kind entwickelt wurde und die nun keinen Ort mehr findet.

Im alltäglichen Leben reagieren Angehörige, Freunde und Bekannte sehr oft mit Unverständnis, wenn die eigene Trauer ausgesprochen wird. Nicht selten hört man „Du kannst doch noch weitere Kinder haben“ oder „Jetzt musst du aber einmal Frieden damit machen“ und ähnliche vielleicht gut gemeinte Ratschläge. Nicht gelebte Trauer aber kann allmählich Schatten auf die Partnerschaft und bisher gute Freundschaften werfen und das ganze Leben und die Zukunft infrage stellen.

Der schwerste Schritt ist wohl der, sich trotz der inneren Verzweiflung ein Herz zu fassen und sich bei einer Gruppenleiterin zu melden, denn man hat doch gelernt, dass man alleine mit diesen Erlebnissen fertig werden muss. Dort aber findet die eigene Not manchmal zum ersten Mal seit langer Zeit wieder ein offenes Ohr. Gemeinsam wird entschieden, wann der richtige Zeitpunkt für den Einstieg in die Trauergruppe ist.

Mit Herzklopfen fährt man zum ersten Gruppenabend, um festzustellen, dass sich schon nach kurzer Zeit alle Ängste in Luft auflösen. Denn hier ist ein Ort, wo die Trauer und das Gedenken an das verstorbene Kind verstanden und willkommen sind. Wer berichten möchte, was ihn gerade bewegt, tut das. Aber man kann auch einfach nur da sein, schweigen und den anderen zuhören. Keiner braucht anderen etwas zu beweisen. Alle Gespräche bleiben im Raum, absolute Verschwiegenheit schafft Vertrauen und Wertschätzung. Von Zeit zu Zeit werden besondere Themen besprochen, um die Perspektiven der eigenen Trauer zu beleuchten und zu erweitern. Schwierige Fragen wie „Kann ich je wieder vertrauensvoll ein Kind bekommen?“ werden gemeinsam erörtert. Wie lange jemand in der Gruppe bleiben möchte, bleibt ganz allein dem Teilnehmenden überlassen. Das alles hilft, den schmerzlichen Verlust besser tragen zu können und ihm einen Ort im Leben zu geben. Und gerne wiederzukommen.

Frau A. bedauere, dass in unserer Gesellschaft so wenig Raum für Trauer sei, denn so schwer Zeiten des Abschiedes auch sein mögen, so sehr machen sie auch bewusst, wie kostbar das Leben eigentlich sei. Sie fürchte, dass die Menschen viel zu sehr dem schnellen Glücksmoment nachjagen und dabei die wahren Freuden übersehen. Mit großer Dankbarkeit blicke sie daher auf die Gruppenleiterinnen, die durch ihr Engagement die Gruppe ins Leben gerufen haben und auf einfühlsame Weise kontinuierlich weiterführen. Herzlichen Dank an Kerstin Bloms und Rita Lingers.

Susanne Klaußner in Absprache mit Frau A.

September 2016: Fahrt nach Wilhelmshaven

Pünktlich starteten wir zur Wilhelmshavenfahrt, checkten im Hotel ein und gingen zum Angelika Reichelt Kinder- und Jugendhospiz Joshuas Engelreich. Dort erwartete uns Kim Gesine Friedrichs. Sie hatte die Aufgabe, uns die Arbeit des Hospizes und die Einrichtung zu zeigen und zu erläutern. Angelika Reichelt hat das Hospiz ins Leben gerufen. Als großherzige Spenderin ermöglichte sie den Erwerb und Umbau des Gebäudes.

Ein Junge namens Joshua verbrachte viel Zeit in einem Erwachsenen-Hospiz, um in der Nähe seiner Familie sein zu können. Dort starb er auch. Er hatte sich ein Kinder- und Jugendhospiz in der Nähe gewünscht, damit die Familie nicht so weit fahren müsste. Da es sein Traum war, hat man seinen Namen genommen.

Das Kinder- und Jugendhospiz nimmt unheilbar kranke Kinder ab Säuglingsalter und junge Erwachsene bis 24 Jahre auf. Es bietet Platz für acht schwerstkranke Gäste mit ihren Familien, Angehörigen oder Freunden. Für die Familien stehen acht Appartements zur Verfügung. Ein großzügiger Garten bietet viel Raum für Spiel und Spaß, aber auch ruhige Plätze zur Erholung. Es gibt sogar eine Rollstuhlschaukel – für Rollikinder ein besonderes Erlebnis.

Weiterhin gibt es im Haus Musik- und Spielzimmer mit einer großen Klangorgel (diese durften wir ausprobieren – herrlich!), ein Pflegebad, einen Familien-Whirlpool, ein Multimedia-, Snoezelen-, Kreativ- und Bastelzimmer sowie einen Abschiedsraum.

Es ist sehr schön, dass die ganze Familie betreut wird und sich erholen kann. Die Angebote kann jeder für sich oder die ganze Familie zusammen wahrnehmen, z. B. Ausflüge mit dem Wattmobil, Rollfietstouren, Relaxen am Strand oder Ponyreiten.

Der Abschiedsraum ist sehr hell und freundlich. Jede Familie kann ihn durch eigene Gegenstände individuell für sich und das verstorbene Kind gestalten. Ebenso kann der Sarg individuell gestaltet werden. Das Bett ist mit einer Kälteplatte ausgestattet, sodass das verstorbene Kind noch bis zu drei Tage aufgebahrt bleiben kann. Somit ist ein geschützter Rahmen geschaffen, um in Ruhe Abschied zu nehmen. Wenn das Kind verabschiedet wird, stehen alle Mitarbeiter mit Kerzen Spalier.

Einmal im Jahr findet eine Gedenkfeier statt, zu der die Familien eingeladen werden. Für jedes verstorbene Kind wird ein Vogelhäuschen in einem extra dafür gestalteten Bereich im Garten aufgehängt. In dieses Vogelhäuschen kann noch ein Abschiedsbrief gelegt werden.

Die Eltern können von ihren Kindern einen Hand- bzw. Fußabdruck machen und diesen gerahmt und mit Namen und Geburtsdatum versehen an die Flurwände hängen. Wenn das Kind dann verstorben ist, wird der Bilderrahmen während der Gedenkfeier an die Eltern übergeben. Als Erinnerung wird eine Feder mit Namen an die Stelle aufgehängt.

Jede Familie kann das Hospiz bis zu vier Wochen pro Jahr nutzen. In der letzten Lebensphase gibt es keine zeitliche Eingrenzung. Das Hospiz möchte, dass Gäste und Familien einen kostenfreien Aufenthalt haben. Die Kranken- und Pflegekassen übernehmen 95 % der Kosten für die erkrankten Kinder. Weitere Angebote, beispielsweise Freizeit und Entspannung für Eltern, werden nicht übernommen. Somit muss die Finanzierung aus Spendengeldern geleistet werden.

Mit all diesen neuen Informationen haben wir uns auf den Weg zurück ins Hotel gemacht, wo wir den Abend mit gutem Essen, Trinken und netten Gesprächen beenden konnten.

Nach dem sehr reichhaltigen Frühstück am Samstagmorgen wartete Dr. Tanja M. Brinkmann auf uns. Unser Thema des Workshops lautete wertschätzende Kommunikation. Für die Vorstellungsrunde lagen Stimmungskarten auf den Tischen. Jeder durfte sich eine oder zwei Karten aussuchen, zum Beispiel:

- Welche Stimmungskarte haben Sie sich ausgesucht?
- Was machen Sie in der Hospizarbeit?
- Wie kam es dazu, dass Sie sich zu der Fortbildung angemeldet haben?
- Wann ist Ihnen das letzte Mal eine Kommunikation nicht so gut gelungen?

Somit waren wir schon ganz im Thema wertschätzende Kommunikation. Wir haben sehr viel über Bedürfnisse und Gefühle gesprochen. Es gibt verschiedene Kategorien für Bedürfnisse:

- Ich-bezogene und soziale Bedürfnisse, z. B. Abenteuer, Friede, Ritual, Sinn, Verstehen
- Soziale Bedürfnisse, z. B. Anerkennung, Liebe, Respekt, Wertschätzung
- Ich-bezogene Bedürfnisse, z. B. Alleinsein, Ehrlichkeit, Ruhe, Wachstum, Weiterentwicklung
- Körperliche Bedürfnisse, z. B. Atmen, Essen, Trinken, Sicherheit

Die „gewaltfreie Kommunikation“ sagt, dass man selbst für die Bedürfnisse verantwortlich ist und nicht andere. Es gibt nur erfüllte oder nicht erfüllte Gefühle. Als Kleingruppe durften wir Sätze aufschreiben, die uns in der Hospizarbeit herausfordern und schwierig sind, wie z. B.

- Warum muss ich so viel Leid ertragen?
- Wann hört Trauer auf?
- Wie lange dauert es noch, bis ... stirbt?

Mit unserem neu erarbeiteten Wissen über Bedürfnisse und erfüllte oder nicht erfüllte Gefühle konnten wir Trauergespräche als Rollenspiel zu den gestellten Fragen führen. Frau Dr. Brinkmann hat uns in die Rolle der Trauernden, Trauerbegleiter und Beobachter eingeteilt. Anschließend wurden die Gespräche von allen Beteiligten besprochen.

Als Fazit können wir mitnehmen, dass es nicht leicht ist, eine wertschätzende Kommunikation zu führen. Aber es lohnt sich, diese zu üben. Viele kleine und große Schwierigkeiten im Gespräch könnten leichter zu lösen sein.

Nach der Abschlussrunde haben wir uns wieder auf den Heimweg gemacht. Ein herzliches Dankeschön an Kathrin für die gute Planung und Organisation und ein herzliches Dankeschön an die Fahrer, die uns sicher und gut wieder nach Hause gebracht haben.

Hier noch zwei Buchtipps:

Marshall B. Rosenberg: Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. Thesen und Annahmen der gewaltfreien Kommunikation.

Roland Kachler: Ein neuer Ansatz in der Trauerarbeit. Meine Trauer wird dich finden.

Oktober 2016: Matinee zum Welthospiztag im hASETOR Kulturkino mit der Künstlerin Petra Afonin

Es ist nie genug: begleiten – gehen – zurückbleiben

Was ist nie genug? Alles: Mein Einsatz, mein Umsorgen, meine Mitbringsel, meine Anrufe, meine Telefonate. – Es ist nie genug. „Wann kommst du wieder? Ich bekomme hier keinen Besuch. Wann hast du mal wieder Zeit für mich?“ Das schlechte Gewissen rührt sich. Ich leiste nicht genug. Es ist einfach nie genug.

Erkennen Sie sich wieder? Stehen Sie auf der einen oder auf der anderen Seite? Nöte gibt es hier wie dort. Der Pflegende will seiner Verantwortung ganz und gar gerecht werden. Der kranke, hilfsbedürftige oder sterbende Angehörige möchte sich anlehnen, möchte die Sicherheit spüren, umsorgt und nicht vergessen zu sein. Sein Appell: „Schau her, ich bin noch da!“ Das ist eindringlich. Da gibt es viele Bedürfnisse auf beiden Seiten.

Petra Afonin fordert dazu auf, diese Dinge zum Thema zu machen, sie auszusprechen, sie beim Namen zu nennen. Es geht um Abschied. Es geht um Krankheit. Es geht um Sterben. Es geht um Überforderung und Bedürfnisse der Beteiligten. Darf man diese Dinge auch mit Humor behandeln? Man darf!

Zunächst wollen sie noch im Halse stecken bleiben, die Lacher, doch dann dürfen sie frei heraus. Frei und befreiend! Petra Afonin sitzt als „Vorlesetante“ auf einem Hocker, in der Hand ein Buch mit geheimnisvoll anmutendem Umschlagbild. Sie liest die Geschichte von Ramona, dem Mädchen, das ihn sich vorstellt, den Lebensabend. Wie mag er wohl sein?

Der begleitende Pianist erweckt die Bilder zum Leben. Seine Finger bringen die Tasten zum Sprechen, heiter und beschwingt erzählen sie von der Jugendzeit, bewusster und eindringlicher bewegen sie sich in Richtung des letzten Lebensabschnittes. Bevor der Lebensabend kommt, berichtet Ramona, habe ich noch viel zu tun. Ich muss zur Schule gehen. Es folgen Beruf, Kinder, viel Arbeit und Mühe. Doch dann ist er endlich da, der langersehnte Lebensabend. Befreit von allen Verpflichtungen darf ich ihn genießen. Eine Zeit voller Licht, heiter und unbeschwert, lädt dazu ein, nur noch schöne Dinge zu tun. Am Ende des Tages setze ich mich an den reich gedeckten Lebensabend-Brottisch. Wenn ich dann vieles vergesse, nennt sich das Lebensabend-Dämmerung.

Das Buch wird beiseitegelegt. Wir wenden uns der Realität zu. Irgendwann drehen sich die Gespräche nur noch um Krankheiten und Ärgernisse. Der Vater erzählt von seiner Zahnprothese, seinen Einlagen, die er nun benötigt. Sie kann als Tochter ruhig mal hinschauen. An einer bestimmten Stelle verursachen sie Wundsein, die Einlagen. Ist das alles noch witzig? Es kommt darauf an, wie wir damit umgehen. Es ist eben das Leben. Humor ist ein Ventil, das sich bestens dafür eignet, alles ein wenig heiterer sehen zu können. Vor dem Auftritt habe sie sich eingesungen, verrät uns die Künstlerin. Die Tonleiter wurde nicht mit dem üblichen „Lalala“ geübt, sondern mit den Silben „Na-sen-schleim-haut-ent-zün-dung“.

Die Zuschauer werden nun auf ein Lied vorbereitet, das gar nicht lustig ist. „Erschrecken Sie nicht. Es wird laut und böse. Ich singe Ihnen den Fragebogen des medizinischen Dienstes vor, der abzuarbeiten ist, wenn eine Pflegestufe beantragt wurde.“

Monoton und eindringlich tönt es:
„Wie alt sind Sie und wieviel wiegen Sie?“
„Können Sie sich noch selbständig waschen?“
„Tragen Sie Einlagen?“
„Können Sie Ihre Gefühle benennen?“
„Können Sie...? Können Sie...? Können Sie...?“

„Nennen Sie mir zehn Tiere.“
Angestrengt, immer leiser werdend, fast verzweifelt kommt die Antwort.
„Schaf, Ziege, Hund, Katze, Huhn.....Huhn..... Huhn...Huhn.“

Ach, diese Not! Man hat sich doch so gut vorbereitet, will alles richtig machen und macht auch vieles richtig. Wer möchte schon eine Pflegestufe sein? So kommt man der Krankenkasse sehr entgegen. Die Angehörigen sind fassungslos und raufen sich die Haare.

Wir sind doch so gut erzogen. Die Verse in den Poesiealben aus Kindertagen zeugen davon. „Üb’ immer Treu und Redlichkeit...“ – „Wenn du noch eine Mutter hast...“ – „Mach den Eltern keine Sorgen...“

Am Ende regt sich bei der Mutter im Altenheim (nein, eigentlich heißt es ja heute fast nur noch „Seniorenresidenz“) doch noch ein nie gekanntes Selbstbewusstsein. Schließlich hat sie nach dem Tod des Ehemannes zum ersten Mal ihr eigenes Konto. Also nimmt sie sich Freiheit, sich zu wehren: „Ich will kein püriertes Essen.“ „Ich will die Schunkellieder am bunten Seniorenabend nicht mitsingen.“ „Wie geht’s uns denn? – Ja geht’s noch???“

Petra Afonin hat in überzeugendem Ton den richtigen Nerv getroffen. Sie hat nichts ausgelassen. Sie hat es gewagt, uns herauszufordern. Zum Lachen, zum Weinen, zum Nachdenken.

In mir wird es noch lange nachhallen, dieses Theatererlebnis der besonderen Art. Es endete mit dem Gebet: „Erhalte mir die Lachfalten an den Tränensäcken.“

Gertrud Berth

Trauer unter der Haut – Wie Körperkunst im Trauerprozess unterstützen kann

Auf Hannahs Oberarm kann man in den Sternenhimmel blicken. Die Haut scheint sich an dieser Stelle zu öffnen und gibt den Blick frei in einen dunklen Raum voll hell leuchtender Punkte, dazwischen das Sternenbild des Großen Wagens. „Wenn ich irgendwann nicht mehr da bin, bin ich auf diesem Stern“, hatte Hannahs Großmutter ihr eines Abends gesagt, als beide die Sterne am Himmel betrachteten. Da war Hannah noch keine zehn Jahre alt und ihre Großmutter wusste bereits, dass sie unheilbar erkrankt ist. Zehn Jahre später sind Hannahs Erinnerungen an ihre Großmutter noch sehr präsent und der Moment unter dem Sternenhimmel als Tattoo auf ihrem Oberarm verewigt. „Durch das Tattoo denke ich jeden Tag an sie. Sie ist jetzt so immer bei mir, gibt mir Kraft. Ich kann sie nicht mehr verlieren.“

Das Bedürfnis, Erinnerungen und Lebensereignisse in Form von Bildern, Symbolen und Texten unter die Haut zu stechen, ist kein neumodischer Trend. Erste Tätowierungen gab es schon vor etwa 5000 Jahren, damals noch manuell mit in Farbe getunkten Holznadeln und kleinen Hämmern unter die Haut gebracht. Ein Tattoo kann auch heute noch ein rituelles oder sakrales Symbol sein, es gibt Hinweise auf die (Stammes-) Zugehörigkeit, persönliche Ansichten, wichtige

Regional

Ereignisse und Personen oder dient als Schmuck. Immer jedoch ist es ein Mittel, etwas zu zeigen, auszudrücken, sichtbar zu machen, aber auch sein Leben lang zu bewahren, denn ein Tattoo verschwindet nie und lässt sich auch mit modernen Methoden nur sehr kostspielig und aufwendig entfernen.

Wenn ein geliebter Mensch stirbt, kann es ein Bedürfnis sein, die Erinnerungen wach zu halten, die tiefe Verbindung zu diesem Menschen sichtbar zu machen oder diesen einschneidenden Lebensabschnitt auf der eigenen Haut zu verewigen. In meiner Abschlussarbeit für die Weiterbildung zur Trauerbegleiterin habe ich mich mit der Frage auseinandergesetzt, welche Rolle Tätowierungen im Trauerprozess spielen. Welche Bedeutung hat die Tätowierung für den Trauernden oder die Trauernde? Verändert sie die Beziehung zur verstorbenen Person? Hilft sie vielleicht sogar bei der Trauerverarbeitung und öffnet den Blick für das eigene Leben?

Im Rahmen meines Projektes habe ich sieben Frauen und Männer interviewt und fotografiert, die sich in Erinnerung an eine verstorbene Person tätowieren ließen. Jedes Tattoo ist dabei so einzigartig wie die Geschichte dahinter: Namen der verstorbenen Cousine, die wie eine Schwester war, und des ungeborenen Kindes, das aufgrund einer schweren Erkrankung nicht leben konnte. Ein Arrangement aus Symbolen der Vergänglichkeit in Erinnerung an die Mutter oder eine Zeile aus dem Lied, das an die Cousine erinnert, die sich das Leben genommen hat.

So verschieden die einzelnen Geschichten auch sind – alle Interviewten machten deutlich, dass die Tätowierung für sie eine besondere Art der Verbindung zum Verstorbenen darstellt. Als hilfreich und beruhigend beschrieben viele, dass die Erinnerung an die verstorbene Person nicht mehr verschwinden kann, dass er oder sie immer da sein wird, sie immer begleiten wird, nicht vergessen werden kann. Der Entschluss, sich tätowieren zu lassen, wurde als eine Möglichkeit beschrieben, aktiv mit der eigenen Trauer umzugehen. Dabei kann das Tätowieren selbst ein heilsames und lösendes Ritual sein, in dem der oder die Verstorbene einen würdigen Platz erhält und man sich selbst wieder aktiv dem Leben zuwenden kann. Alle Interviewten beschrieben, dass das Tätowieren die Art der Trauer verändert hat, dass der Schmerz danach weniger wurde, die schwere Zeit überwunden war.

Manchmal geht die Motivauswahl auch über die Erinnerung hinaus und zeigt einen direkten Bezug zum eigenen Leben. „I keep having dreams“ ist eine Zeile aus einem Lied, das Johanna und ihr Freund gerne zusammen hörten. Als er sich nach wiederkehrenden depressiven Phasen das Leben nahm, fiel sie zunächst in ein tiefes Loch. Die Liedzeile auf dem Arm erinnert sie nun immer wieder an ihre eigenen Träume und Wünsche, die mit seinem Tod nicht verloren gingen, die sie immer noch verwirklichen möchte.

Das Tattoo ist eine Möglichkeit, Erinnerungen zu bewahren und das eigene Leben im Blick zu behalten, gleichzeitig aber auch offen und sichtbar mit Tod und Trauer umzugehen. Beides sind Themen, die viele Menschen bewegt, für die die Familie, die Freunde oder die Gesellschaft oft keine Worte finden. Ich würde mir daher wünschen, die Geschichten und Bilder meines Projektes in einem belebten öffentlichen Raum ausstellen zu können. Es darf dort Kaffee, Tee, Bier oder Wein getrunken werden. Man darf laut reden über Tod, Sterben und Trauer. Und über das Leben. Es darf diskutiert, gelacht und geweint werden. Zusammen mit Fremden, Freunden, Arbeitskollegen, Kindern und Jugendlichen, mit der Familie oder alleine.

Einblick

„…das Leben der kommenden Welt“: Wohin gehen wir nach dem Tod, was bleibt?

„Was kommt nach dem Tod?“ – Eine Frage, die viele Menschen und somit auch viele Christen bewegt. Dabei fallen selbst solchen Christen Antworten schwer, die regelmäßig im so genannten „Großen Glaubensbekenntnis“ sprechen: „Wir erwarten die Auferstehung der Toten und das Leben der kommenden Welt.“ Eine Spur, auf der sich besser verstehen lässt, was damit gesagt ist, um solche Aussagen dann im Vertrauen wirklich zu den unsrigen werden zu lassen (ohne, dass damit aller Zweifel und alles Suchen erledigt wären!), bietet das Leben Jesu von Nazareth: Wir bekennen im gleichen Glaubensbekenntnis von Jesus, dass er „wahrer Gott und wahrer Mensch“ ist: Gott selbst ist in unvergleichlicher Weise in diesem Menschen gegenwärtig gewesen; Gottes Liebe ist sozusagen in ihn eingeströmt wie in ein vollkommen offenes Gefäß.

Und durch Jesus wurde diese Liebe weitergegeben: durch Wort und Tat. Das zeigt sich bis zum Ende des irdischen Weges Jesu am Kreuz. Er hört nicht auf zu lieben, nicht einmal angesichts des Unrechts, das er erleidet. Solche Liebe lässt Gott nicht im Tod, sondern schenkt in der Auferweckung unzerstörbares Leben. So hat Jesus als Christus, als Gesandter und Gesalbter Gottes uns Hoffnung geschenkt, dass auch unser Leben sich einst vollenden wird wie das seine. Das Kreuz ist eben nicht Endpunkt eines Weges, auch wenn es erst einmal so scheint. Das Zeichen des Todes wird durch Gott zum Zeichen des Lebens.

Der Glaube an das „Leben der kommenden Welt“: Er ist also im Kern Hoffnung darauf, dass einmal die ganze Wirklichkeit, soweit sie sich dafür öffnet, in Jesu endgültiges Heil-Sein einbezogen und bei Gott sein wird. Dieses „Sein bei Gott“ bezieht sich aber auch schon auf das Leben vor dem Tod. Gottes Reich des Lebens in Fülle ist bereits angebrochen; es ist nicht mehr aufzuhalten durch die „Macht der Sünde und des Todes“. Das bedeutet: Das Gute an unserer menschlichen Wirklichkeit ist in Jesus Christus bereits gerettet, mag es auch noch so klein, schwach und bedroht erscheinen. Und wir Menschen sind eingeladen, einander aus offenem Herzen zu geben, was das Leben mehrt, vorbehaltlos zu lieben und so Hass, Streit und Gewalt zu überwinden. Der Glaube an das „Leben der kommenden Welt“ will den Blick gerade auf das Hier und Jetzt lenken: auf die Menschen und die Schöpfung, vor allem in Situationen, wo es zunächst mehr um den Tod als um das Leben geht.

Wie dieses „Leben der kommenden Welt“ oder „der Himmel“, wie wir auch oft sagen, dann genau in Vollendung aussieht, was also dann letztlich bleibt? Dafür findet die Bibel viele Bilder, die uns eine „Seh- und Denkhilfe“ sein können. Eines davon ist das vom Festmahl, zu dem alle eingeladen sind – was für ein Hoffnungsbild gerade in diesen Tagen, in denen uns Gewalt und Ungerechtigkeit so belasten: „Der Himmel ist die Möglichkeit der Geschöpfe, ein Fest zu feiern, ohne den Tod zu brauchen, … Er ist die Befreiung vom Zwang des Nutzens, von der Nötigung, andere Geschöpfe zu Mitteln machen zu müssen, um die eigene Identität erhalten zu können … An die Stelle des tödlichen Gebrauchens tritt die Freude am nutzlosen Dasein, und die dunkle, zwingende Materie wird ganz zum Ort der Freiheit.“

Gottfried Bachl

Einblick

Wo endet die Reise? Der Blick des Islam auf den Tod

Die Menschen, Tiere, Pflanzen, kurz gesagt alle Lebewesen auf dieser Welt eint ein Schicksal. Das Leben, das irgendwann in den Tod mündet. Auch wenn diese beiden Begriffe untrennbar miteinander vereint sind, verspürt der Mensch gegensätzliche Gefühle, wenn es um diese Begriffe und ihre Bedeutungen geht. Das Leben wird als mehrheitlich positiv und lebenswert wahrgenommen und in vielen Liedern in vielen Ländern dieser Welt besungen. Das Verhältnis zum Tod ist allerdings ein anderes. Die Menschen sprechen ungern darüber, Erfahrungen aus dem eigenen Umfeld lösen manchmal ungewollte Reaktionen vom Weinen bis zur tiefen Trauer aus. Aber ist das Leben, welches wir mit der Geburt starten und auch jedes Jahr auf den Punkt genau feiern, wirklich das einzig positive oder kann der Mensch dem Tod auch etwas abgewinnen und bei der Trauerfeier vielleicht die Trauer streichen?

Die meisten Menschen auf der Welt gehören den drei großen Weltreligionen an, welche einen genauen Plan davon zu haben scheinen, was auf die Menschen im Jenseits wartet. Im Islam, der zu den genannten Weltreligionen gehört, gibt es auch eine genaue Vorstellung, wohin die Reise des Menschen nach dem Tod führen wird. Das Verhältnis zwischen Leben und Tod wird im Islam dadurch geprägt, dass das Leben als Prüfung oder Bewährungsprobe aufgefasst wird. Die Prüfung des Menschen besteht darin, sich an die Pflichten und Verbote, die durch Koran und Sunna (prophetische Tradition) hervorgehen, zu halten und dadurch das Paradies als Lohn nach dem Tode zu ergattern. Dieser Gedanke, dass im Jenseits der Lohn des Lebens auf den Menschen wartet, beeinflusst auch das Leben und die Handlungen des Menschen. Es liegt eine Art System vor, das einmal zwischen gläubig und ungläubig und „gläubig, aber Sünder“ unterscheidet. Die, die nicht an den Islam glauben, erwartet nach dem Leben die ewige Strafe in der Hölle. Aber hier gibt es auch Unterscheidungen, denn nach dem Tod beginnt für die Menschen das Grableben, das bis zum jüngsten Tag andauert und als Bestrafung für die Sünden fungiert.

Dieses Grableben ist für die Muslime auch der Ort der Abstrafung ihrer Sünden. Doch hier gibt es den Umstand, dass durch dieses Grableben das Verhältnis zwischen guten Taten und Sünden bereinigt werden kann, sodass am Ende ein Übergang ins Paradies, ohne ein Abbüßen in der Hölle, möglich sein könnte. Das Grableben ist in vielen Aussagen des Propheten genauestens beschrieben und stellt die erste Station nach dem Tod dar.

Das Grableben endet mit dem Tag des Jüngsten Gerichts. An diesem Tag erstehen alle Menschen, die jemals auf der Erde gelebt haben auf und die Erde gleicht einer weißen Landschaft ohne Berge, Flüsse oder sonst etwas, was an das Leben auf der Erde erinnert. Dann wird den Menschen eine Art Tatenregister vorgelegt, in dem ihre guten Taten und Sünden aufgelistet sind. Wer dieses Tatenregister in die rechte Hand bekommt, hat mehr gute Taten als Sünden. Wer es in die linke Hand bekommt, hat dementsprechend mehr Sünden begangen als gute Taten. Danach folgt die Abrechnung, wo der Mensch vor Allah steht und alle seine guten Taten und Sünden noch einmal bezeugt. Die Menschen, die sich das Wohlgefallen Allahs ergattert haben, werden diese Abrechnung nicht durchlaufen. Nach der Abrechnung wird jede kleinste gute Tat und jede kleine Sünde berechnet und gegeneinander aufgewogen. Wessen gute Taten bei dieser Waage die Sünden überwiegen, der darf dann endgültig ins Paradies eintreten. Wessen Sünden hier überwiegen oder wer nicht an Gott geglaubt hat, wird dann entweder zum abbüßen oder auf ewig in die Hölle eintreten. Diese Entscheidung wird dann deutlich, wenn der Gang über die Sirat-Brücke ansteht. Wer in die Hölle muss, wird in den Abgrund fallen und wer ins Paradies eintreten darf, wird diese Brücke schnell überwinden.

Abschließend kann also gesagt werden, dass es für die Muslime lohnenswert und erstrebenswert ist, sich in ihrem Leben in den Dienst der guten Taten zu stellen. Denn dann können auch die Ängste oder Sorgen, die mit dem Tod in Verbindung stehen, besser verarbeitet und somit das Leben wieder lebenswert werden.

Nasuh Bellikli

Über den Autor: Nasuh Bellikli

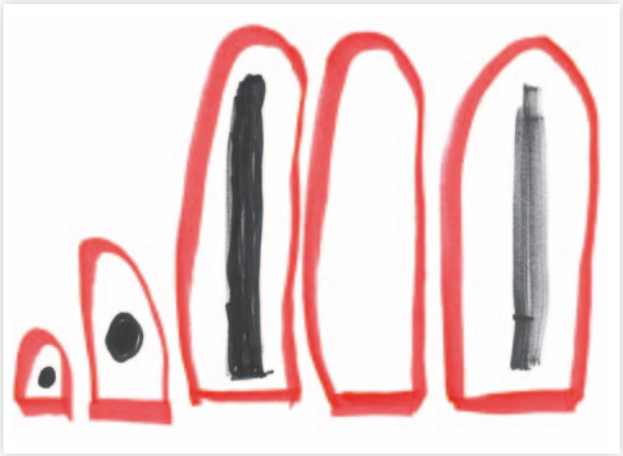
Er ist Student der Islamischen Theologie, Religionspädagogik und Geschichte in Osnabrück und zugleich ehrenamtlich tätig als Jugendvorstand in der Fatih-Moschee in Papenburg, Jugendkoordinator der Moscheejugenden der Region Oldenburg sowie Co-Vorstandsvorsitzender des DITIB Landesjugendverbands Niedersachsen-Bremen.

Lamberts Himmel

Lambert, Trisomie 21, 55 Jahre, lebte vor einigen Jahren in einem Wohnheim der Behindertenhilfe in Meppen. Er sah aus wie ein Mensch, der das Down-Syndrom hat. Er war ein freundlicher angenehmer Mensch und spielte in seiner Freizeit mit seinem Gruppenleiter besonders gern Basketball.

Eines Tages begann er eine seltsame Frage zu stellen. Sie lautete: „Wie sieht der Himmel aus?“ Seine Gruppenleiterin wusste zunächst keine Antwort und als er sie immer wieder neu und beharrlicher stellte, wandte sie sich an den Theologen in der Einrichtung, denn der war ja schließlich der Experte. Aber dieser Seelsorger mochte auch nicht so recht einem Menschen mit einer Beeinträchtigung erklären, was Theologen darunter verstehen, daher fragte er zurück: „Wie sieht denn Lambert selbst den Himmel?“ Nun – Lambert konnte nicht gut sprechen und daher erübrigte sich diese Frage. Und so schlug der Seelsorger vor, ein anderes Mittel zu wählen: das Malen. Es hatte sich nämlich herausgestellt, dass Lambert tatsächlich gerne im Rahmen seiner Möglichkeiten zeichnete.

Und so kam schließlich Folgendes dabei heraus: Lambert malte zunächst von rechts nach links ein langes gotisches Fenster auf einem großen, weißen Bogen im DinA3-Format. Das Fenster war in einem kräftigen roten Farbton mit einem breiten schwarzen Balken in der Mitte. Daneben entstand ein weiteres Fenster. Die Mitte blieb jedoch weiß. Daneben malte er ein weiteres Fenster, wieder mit einem breiten schwarzen Strich. Schließlich entstanden ein kleineres Fenster mit einem schwarzen Punkt und zuletzt ein noch kleineres mit einem kleinen schwarzen Pünktchen. Nachdem er so fertig geworden, behauptete er, dass sei sein Himmel.



Als er das Bild erklären sollte, kam schließlich heraus, dass das große Fenster mit dem schwarzen Strich seine verstorbene Mutter darstellen sollte. Das zweite große Fenster mit dem schwarzen Strich sein verstorbener Vater. Das kleine Fenster mit dem schwarzen Punkt der verstorbene Hund und das ganz kleine Fenster mit dem schwarzen Pünktchen sein verstorbener Kanarienvogel. Und das dritte große Fenster mit der weißen Mitte sein Platz war, der für ihn bestimmt war.

Am nächsten Tag ging seine Gruppenleiterin mit ihm auf den Friedhof seiner Eltern. Er zeigte mit dem ausgestreckten Zeigefinger auf das Grab und behauptete, dass er bald genau zwischen seinen begrabenen Eltern zu liegen käme.

Lambert sollte Recht behalten. In der darauffolgenden Nacht verstarb er. Er war ganz friedlich eingeschlafen. Er hatte seine Unruhe verloren und seinen Himmel gefunden. Alle, die ihn in seinem Zimmer besuchten und sich von ihm verabschiedeten, spürten den tiefen Frieden, der von ihm ausging. Er hatte seinen Himmel, seinen Platz gefunden. Darum konnte er gehen.

Sein Gruppenleiter, der mit Lambert Basketball gespielt hatte, bedauerte sehr, dass er an dem Todestag keine Gelegenheit gefunden hatte, mit Lambert ein letztes Mal zu spielen, weil er keine Zeit hatte...

Sterben, Tod und Trauer – eine jüdische Perspektive

Medizinische Fortschritte innerhalb der letzten Jahrzehnte haben Situationen geschaffen, die nicht bedacht wurden, als die Torah Basis für das Jüdische Gesetz wurde. So gibt es nicht eindeutig geregelte Situationen, die mit den Prozessen des Todes und des Sterbens zusammenhängen. Wenn es um eine Krankheit im Endstadium, um lebenserhaltende Maßnahmen oder um das Thema Organspende geht, sollte der Rat eines in jüdischer medizinischer Ethik erfahrenen Rabbis gesucht werden.

Ein jüdischer Patient hat auch bei der Diagnose einer Endkrankheit grundsätzlich die Pflicht, eine Behandlung zu akzeptieren, die sein Leben verlängert. Der Mensch ist von Gott zum Leben geschaffen. Darum muss alles getan werden, das Leben des Menschen zu erhalten. Leben zu bewahren, steht vor dem Erhalt der „Lebensqualität“. Hier ist die Meinung allerdings geteilt, wenn für eine sterbende Person keine Heilung mehr möglich ist. Jeder einzelne Fall ist, wenn möglich im Gespräch mit dem Rabbi, gemäß dem Glauben und den Wünschen der sterbenden Person und der Familie zu bedenken.

Ein sterbender Jude kann jederzeit um die Anwesenheit eines Rabbis bitten, um mit ihm zu beten und die Zeremonie des traditionellen Sündenbekenntnisses durchzugehen. Nach Möglichkeit spricht der fromme Jude in der Stunde seines Todes das traditionelle Sündenbekenntnis aus dem Jom-Kippur-Gottesdienst (Viddui) und das Glaubensbekenntnis („Schma Israel“).

Die Juden glauben an ein Leben nach dem Tod und vor allem an Gottes Gericht, das jeden Menschen einmal erwartet. Entsprechend ehrfürchtig gehen sie mit ihren Toten um und betrauern sie nach seit Jahrtausenden gepflegten Traditionen.

Der Tote wird auf den Boden gelegt, da er nun zu Erde werden soll. Dann kommt die „heilige Gemeinschaft“ (Chevra Kadischa), ehrenamtlich Tätige der jüdischen Gemeinde. Der Leichnam wird gewaschen und bekommt ein weißes Totenhemd angezogen. Außerdem wird ihnen der Gebetsumhang um die Schultern gelegt, nachdem dessen Schaufäden abgeschnitten wurden. Diese Fäden, die dazu dienen an Gott und die rituellen Gebete zu erinnern, braucht der Tote nun nicht mehr.

Bis zur Beerdigung soll der Leichnam keinen Augenblick allein sein. Mindestens ein Wächter (Schomer) hält stets Totenwache. Beerdigt wird der Verstorbene in Deutschland in einem einfachen, ungehobelten Holzsarg. In Israel hingegen legt man den Leichnam in ein großes Tuch gewickelt in die Erde, so wie es auch im Islam Brauch ist. Eine Feuerbestattung ist nicht gestattet.

Die Trauerzeit ist unterteilt in mehrere Phasen. In den ersten sieben Tagen, der Shiw’a, bleiben die nahen Angehörigen (Eltern, Kinder, Geschwister) zu Hause. Sie gehen auch nicht zur Arbeit. Sie sollen es sogar vermeiden, ihre Schuhe anzuziehen. Um mit der trau-

ernden Familie zu beten und sie zu trösten kommen jeden Tag während der Schiw´a Gemeindemitglieder und Verwandte.

Der Besuch bei den Trauernden und die Beileidsbekundungen sind eine heilige Pflicht aller Verwandten, Bekannten und Nachbarn. Eine Kerze brennt für den Toten, man sitzt auf dem Boden oder auf niedrigen Stühlen. Spiegel und spiegelnde Oberflächen werden abgedeckt, um nicht von Belanglosigkeiten abgelenkt zu werden. Kosmetik und Baden sind in dieser Zeit nur im begrenzten Maß akzeptiert. Rasieren, Frisieren oder Make-up sind verboten. Nach der Schiw´a wird das Trauergewand ausgezogen.

In den ersten 30 Tagen nach dem Tod des Familienmitgliedes verzichten die Trauernden auf Vergnügungen wie Tanz, Theater, Kino und Fernsehen - sie besuchen auch keine Hochzeiten. Bis zum ersten Jahrestag werden öffentliche Feiern gemieden. Erst am ersten Jahrestag des Todes wird traditionell der Grabstein aufgestellt. Man versammelt sich noch einmal auf dem Friedhof und zu Hause brennt den ganzen Tag eine Kerze für den Verstorbenen.

Ein Gedanke hinter jüdischen Trauerbräuchen ist, dass ein jeder gleich nach seinem Sterben vor Gottes Gericht steht. Daneben existiert eine ganz andere, ebenfalls biblisch begründete Vorstellung, nämlich dass alle Toten zusammen am jüngsten Tag auferstehen. Gott lässt an diesem Tag aus den Gebeinen alle Menschen lebendig werden, weshalb Grabstätten nicht, wie im Christentum üblich, nach einigen Jahrzehnten aufgegeben und eingeebnet werden.

Holger Berentzen

Sterben in Haft

Wenn vom Sterben in einer Haftanstalt die Rede ist, dann fallen mir zuerst die Suizide in den Gefängnissen, insbesondere in der Untersuchungshaft, ein. Für Inhaftierte häufig der letzte Ausweg, sich das Leben „zu nehmen“, das ihnen vorher nie jemand „gab“. Das Sterben zuvor wird kaum wahrgenommen, es ist ein Leiden im Verborgenen, manchmal gibt es Anzeichen, häufig eben nicht. Für jede Anstalt mehr als unangenehm, die Kriminalpolizei untersucht vor Ort, die Anstaltsleitung überlegt vielleicht, was falsch gelaufen ist. Der Tote wird danach so schnell wie möglich zur Obduktion gebracht, Angehörige – soweit bekannt – informiert, Ort für die Beerdigung und Zuständigkeit für die Kostenübernahme geklärt. Falls es Angehörige trifft, manchmal das erste Lebens-, nein Todeszeichen seit langen Jahren. Das war es dann. Was bleibt, ist zunächst ein leerer Haftraum, in den zunächst auch kein anderer Inhaftierter einziehen möchte. Es könnte ein Fluch darüber hängen. Was bleibt, ist zudem Sprachlosigkeit. Manchmal freilich wird auch ein Seelsorger informiert, es wird versucht Trauer zu bewältigen, mit Bediensteten und Inhaftierten ins Gespräch zu kommen. Dennoch bleibt eine gewisse Sprachlosigkeit dort, wo der Tod spricht. Mancherorts kommt es zu Ritualen, die diese Sprachlosigkeit überwinden helfen, wie etwa eine kleine Andacht auf dem Flur oder ein Gedenkgottesdienst in der Kirche.

Einblick

Wenn vom Sterben in einer Haftanstalt die Rede ist, dann fallen mir aber auch die vielen Todesfällen von Angehörigen ein, deren Sterben zu begleiten den Inhaftierten aus Sicherheitsgründen verwehrt oder nur auf manchmal unzumutbare Weise angeboten wird: Hand- und Fußfesselung, zwei begleitende Beamte, nein danke! Oder die Todesnachricht kommt lange nach der Beerdigung. In zweifacher Weise ist das problematisch. Sterbebegleitung bei Angehörigen heißt Abschiednehmen. Und das braucht Zeit. Zeit, die der Inhaftierte nicht hat – oder die ihm nicht gegeben

werden kann, warum auch immer. Sterbebegleitung heißt aber auch alles zu besprechen, was noch offen ist. Und gerade bei Inhaftierten, die ihre sterbenden Angehörigen zum Teil schon Jahre nicht mehr gesehen oder gesprochen haben, ist noch vieles offen: Konflikte, Streitereien, zum Teil Gewaltanwendungen, Fragen, Wut, Aggressionen. Das versöhnende Gespräch ist nicht (mehr) möglich. Und das belastet. Lässt Schuldgefühle aufkommen: was habe ich meiner verstorbenen Mutter nur alles angetan, was ich nie mehr gut machen kann. Der Inhaftierte bleibt allein damit. Oder er findet eine Gesprächspartnerin oder einen Gesprächspartner vom sozialen oder psychologischen Dienst oder der Seelsorge. Auch hier können Rituale hilfreich sein, ein Teelicht, ein Gebet (in der Anstaltskirche), gemeinsames Schweigen, miteinander sprechen.

Wenn vom Sterben in einer Haftanstalt die Rede ist, dann fällt mir aber auch der demographische Wandel ein, der auch in Haftanstalten spürbar ist. Die Inhaftierten werden älter, anfälliger, kränker und sterben häufiger in Haftanstalten. In diesen starben zwar schon immer Inhaftierte, wenn sie nicht vorher in letzter Minute begnadigt oder anderswie vorzeitig entlassen oder „enthaftet“ wurden. In Krankenhäuser verlegt, auf Palliativstationen. Manche wollen dies gar nicht. Draußen gibt es niemanden, drinnen ist ihre Heimat geworden. Und es werden künftig mehr werden. Die Anstalten, die eher für 25- bis 35-jährige gesunde Häftlinge konzipiert sind, mit Werkbetrieben und Sportmöglichkeiten („Muckibuden“), werden mehr und mehr mit Menschen konfrontiert werden, die sich auf den Tod vorbereiten. Sei es als Sicherungsverwahrte, die für sich auch nach 40 Jahren Haft keine Perspektiven mehr sehen, sei es für 80-jährige Inhaftierte, die an Krebs erkrankt sind oder einen Schlaganfall erlitten haben. Die Bediensteten sind hierfür nicht immer ausreichend vorbereitet. Die Anstalten haben diese Entwicklung zum Glück im Blick und stellen sich darauf ein. Nicht nur baulich. Bisher sind allein die Seelsorger darauf vorbereitet, Sterbende zu begleiten. Aber in Haft ist das wieder anders als in Freiheit. Bisher gibt es keine Zutrittsmöglichkeiten für Angehörige in einen Haftraum. Oder es gibt keine Angehörigen. Das Sterben ist noch einsamer als draußen. Manchmal sterben Menschen in Haft so unerwartet, so plötzlich, dass selbst Seelsorger sie nicht begleiten konnten. Und es gibt danach Rituale, die helfen das Sterben zu verarbeiten. Künftig werden es mehr Sterbende sein. Und man wird sich auch mehr Gedanken machen müssen über das Sterben in Haft, das Umgehen mit dem Sterben und dem Sterbenden, dem Toten und den Hinterbliebenen, dem Erinnern statt dem Vergessen.

Thomas Gotthilf, Simeon Reininger

Hospizverein Lingen

Der Lingener Hospiz e. V. gehört seit 1996 zu den über 1.000 ambulanten Hospizgruppen in Deutschland. Er war einer der ersten im Emsland. Derzeit arbeiten drei hauptamtliche Koordinatorinnen und 45 aktive Ehrenamtliche für den Verein. Unser Verein steht für ein Lebensverständnis, das den Tod als Teil des Lebens versteht. Das Verständnis für die Endlichkeit des Lebens und die daraus resultierende Natürlichkeit des Sterbens vermitteln unsere ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter in einer umfassenden Hospizarbeit.

Der Lingener Hospiz e. V. ist ein ambulanter Hospizverein, d. h. begleitet werden Sterbende, Schwersterkrankte und deren Angehörige im häuslichen Umfeld, im Alten- oder Pflegeheim, im Krankenhaus oder auf der Palliativstation durch ehrenamtliche Hospiz- oder Familienbegleiter. Den Wunsch vieler Menschen, zuhause sterben zu dürfen, nehmen wir sehr ernst und unterstützen dieses Bedürfnis nach unseren Möglichkeiten.

Für alle Hospizmitarbeiter ist auch „das innere Hospiz“ eine wichtige Art und Weise der Auseinandersetzung mit der letzten Lebensphase eines Menschen. Hierbei muss sich jeder Einzelne die ganz persönlichen Fragen stellen: Wie lebe ich und wie möchte ich sterben? Welchen Sinn haben Leben und Tod für mich? Woher bekomme ich meine Kraft, um diese Arbeit immer wieder mittragen zu können? Die Mitarbeiter werden in internen Gruppenkursen und Weiterbildungen darauf vorbereitet, sich ganz dem zu Begleitenden und seinen Angehörigen zu widmen, um nicht eigene Ängste, Gedanken und Fragen in den Abschied des Sterbenden zu tragen. Um diese gesellschaftlich bedeutsame Arbeit überhaupt leisten zu können, bedarf es vieler engagierter Personen.

Einen weiteren entscheidenden Bereich der Hospizbewegung bildet die Trauerbegleitung. Der Tod eines geliebten Menschen kann unser Selbstverständnis, unsere Identität zutiefst erschüttern. Plötzlich fehlt das „Du“, die „zweite Hälfte“ von einem selbst. Hier stehen dann ehrenamtliche Trauerbegleiter behutsam den Angehörigen zur Seite. Den Hinterbliebenen wird die Möglichkeit geboten, in Einzelgesprächen über den Verlust zu reden oder sich in Trauergruppen mit anderen Menschen auszutauschen. Die Vermittlung professioneller Hilfe spielt hierbei ebenfalls eine tragende Rolle. Unsere geschulten Trauerbegleiterinnen unterstützen auch Kinder und Jugendliche im Trauerfall.

Auch die Öffentlichkeitsarbeit gehört zu den Hauptaufgaben unseres Vereins. Zu ihr gehören diverse Veranstaltungen wie Vorträge, Konzerte und Veröffentlichungen in den Medien, damit andere Anschauungen von Leid, Sterben, Tod und Trauer ermöglicht werden können.

Die Begleitung und alle anderen Angebote des Lingener Hospiz e. V. sind kostenfrei.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.lingener-hospiz.de oder unter 0591 831647.

Bücher und Medien

Das Jahr magischen Denkens

Autorin: Joan Didion | **ISBN:** 3-546-00405-1

Es handelt sich hier um ein autobiografisches Buch. Joan Didion, eine bekannte amerikanische Schriftstellerin und Journalistin, beschreibt ihren Umgang mit dem plötzlichen Tod ihres Mannes John.

Das Leben ändert sich schnell.
Das Leben ändert sich in einem Augenblick.
Man setzt sich zum Abendessen, und das Leben,
das man kennt, hört auf.

Dies sind die ersten Worte, die sie wenige Tage nach Johns Tod niederschreibt und die fast mantraartig immer wieder wiederholt werden, genauso wie ihre starken Gefühle Schwankungen unterlegen sind. Didion gibt einen Einblick in ihre Gedanken, Gefühle und Handlungen im ersten Jahr nach dem Tod ihres Mannes. Als zusätzliche Belastung begleitet sie auch die schwere Erkrankung ihrer Adoptivtochter, was aber nicht im Zentrum des Buches steht. Mit einer sehr präzisen, reflektierten und weltmännischen Sprache stellt sie ihr Ringen um Akzeptanz des Geschehenen in den Vordergrund. Sie beschäftigt sich intensiv mit den Umständen des Todes, analysiert sie nüchtern und minutiös, versucht so real zu begreifen. Gleichzeitig hält sie insgeheim an magischen Ritualen und dem irrationalen Glauben fest, John wird irgendwann wiederkommen – ein Gefühl, dass zum Beispiel verhindert, dass sie seine Schuhe entsorgen kann, er braucht doch etwas zum Anziehen, wenn er wieder da ist. Die Betrachtung ihrer Trauer geschieht im Buch auf mehreren Ebenen – der Gefühlsebene, der Sachebene (sie beschäftigt sich mit Trauertheorien, Psychologie, Trauer in der Geschichte, medizinischen Aspekten von Trauer …) und der Beziehungsebene und gibt so einen sehr gut lesbaren, berührenden und sprachlich ansprechenden Einblick in ganz individuelle Trauerprozesse.

Empfehlenswert ist das Buch für alle, die gerne Romane und Autobiografien lesen, die lieber von Lebensgeschichten als aus Sachbüchern lernen, die sich an einem intellektuellen Sprachstil nicht stören, die Zeit zum lesen haben (denn das Buch möchte man einfach nicht mehr aus der Hand legen) und die sich nicht vor tiefen Gefühlen scheuen.

Anja Lindig

Wie man unsterblich wird: Jede Minute zählt.

Autorin: Sally Nicholls | **ISBN:** 3446230475

Das Buch erzählt die Geschichte von einem krebskranken Jungen, der noch viel zu viel erleben will, bevor er sterben muss. Das Buch erweckt Lebensfreude und Heiterkeit, aber auch Traurigkeit. Es zeigt wundervoll, dass das Leben einmalig ist und so viele Chancen bietet. Der Protagonist, ein 11-Jähriger schreibt die Geschichte in Tagebuchform und regt zum Weinen und besonders zum Lachen an.

Empfehlenswert, weil das Buch Spaß macht und an die Herrlichkeit des Lebens erinnert. Das Buch ist nicht geeignet, weil die Realität manchmal anders aussieht und kranke Kinder nicht die Chance haben oder hatten ihre Träume zu leben.
Für Kinder ab 12, unbedingt auch für Jugendliche und Erwachsene empfehlenswert.

Leb wohl, lieber Dachs

Autorin: Susan Varley | **ISBN:** 973-3-219-11528-4

Dieses Bilderbuch erzählt vom Sterben und Tod des alten Dachses und seinen Freunden, die nun ohne ihn weiter leben müssen.
In vielen Gesprächen erinnern sich seine Freunde daran, was der Dachs ihnen alles beigebracht hat, etwa die Krawatte zu binden, zu backen, Schlittschuh zu laufen oder eine Maulwurfskette aus Papier zu basteln. Die Erinnerung an dieses gemeinsame Tun wird ihnen zu einem Schatz und am Ende bleibt Dankbarkeit für die gemeinsam verbrachte Zeit.

Empfehlenswert für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter (auch ohne einen aktuellen Todesfall im persönlichen Umfeld).

Empfehlenswert, weil

- es den Tod als zum Leben dazugehörig benennt,
- es den Versuch wagt, das Sterben zu beschreiben und dies gleichzeitig als einen Traum beschreibt, so dass auch andere Träume denkbar sind,
- es viele Gefühle benennt und so sprachfähig macht
- die Kerngedanken des Textes in bunten, auch lustigen Bildern illustriert.

Ute Gryczan

Greifen Sie zu

Er ist ganz in schwarz gekleidet, trägt seinen schwarzen Hut tief in das Gesicht gezogen und seine dunkle Sonnenbrille als Markenzeichen. Ich sehe einen Mitschnitt des Live-Konzerts von Udo Lindenberg, das dieser vor einiger Zeit in der Empfangshalle des Atlantic Hotels in Hamburg präsentierte. Udo Lindenberg wird begleitet von seinem Panikorchester, langjährigen Wegbegleitern, und stellt immer wieder Freunde aus alten und neuen Zeiten vor. Was muss das für ein tolles Gefühl sein, nach so vielen Jahren im Musik-Business mit Freunden gemeinsam auf der Bühne

zu stehen und gemeinsam Musik zu machen, denke ich, als ich plötzlich höre, wie Herr Lindenberg in der ersten Zeile seines Refrains singt „Nimm dir das Leben." Habe ich das richtig gehört? Kann es sein, dass Udo Lindenberg in diesem Lied dazu auffordert, mit dem Leben Schluss zu machen? Ich möchte es nicht glauben und gehe zugunsten von Herrn Lindenberg davon aus, dass ich mich verhört habe und warte auf die Wiederholung des Refrains, um genau hinzuhören.

„Nimm dir das Leben, lass es nicht mehr los. Alles was du hast, ist dieses eine bloß. Nimm dir das Leben und gib`s nie wieder her, denn wenn man es mal braucht, dann findet man`s so schwer."

Es ist ganz anders, als ich zunächst annahm. Udo Lindenberg fordert nicht auf, das Leben zu beenden, sondern es zu intensiv zu spüren, Chancen zu ergreifen und einzutauchen in ein großes Abenteuer.

„Greif`s dir mit beiden Händen, mach`s wieder stark und groß." Nach dem Konzert finde ich heraus, dass Udo Lindenberg dieses Lied für einen alten Freund geschrieben hat, dem er in einer Krise Mut zusprechen wollte.

Mich hat Udo Lindenberg mit diesem Text in seinen Bann gezogen und ich überlege, wann ich zuletzt mein Leben in die Hand genommen habe und eine Chance ergriffen habe, mein Leben zu bereichern? Ich habe vor einiger Zeit begeistert „ja" gesagt, als sich mir die Möglichkeit bot, Mitglied im Vorstand der Hospiz-Hilfe Meppen e. V. zu werden. Es macht mir Spaß, mich ehrenamtlich für etwas einzusetzen und dabei von anderen Menschen begleitet zu werden, die sich genau wie ich für dasselbe Thema begeistern und aus diesem ideellen Ziel jede Menge Energie ableiten und Motivation schöpfen. „Greif dir das Leben mit beiden Händen" – mit diesen Worten möchte ich Sie begrüßen und mich mit wenigen Worten vorstellen: Ich bin 40 Jahre alt, Meppenerin, Rechtsanwältin, seit knapp 2 Jahren glückliche Besitzerin meines Golden-Retriever „Henry" und… ja, natürlich: Fan von Udo Lindenberg.

Ich freue mich auf die bevorstehenden Aufgaben und darauf, Sie alle nach und nach persönlich kennenzulernen. Bis es soweit ist, verbleibe ich mit herzlichen Grüßen.

Ihre Marina Hülsebus

Ausblick

…Und die Welt steht still – Letzte Lieder und Geschichten von Menschen im Hospiz

Großes Konzert in der Lingener Bonifatiuskirche am 2. November 2017

„Freunde sagen, es sei mein bislang fröhlichstes Projekt“, berichtet Stefan Weiller, der sich eigene Vorurteile eingestehen musste, als ein journalistischer Auftrag ihn zu seinem ersten Gang in ein Hospiz führte. „Doch da wehte nicht der befürchtete Schleier des Todes“, erinnert er sich. „Es war dort licht und freundlich, die Tür zum Zimmer der Frau, die ich besuchen sollte, stand offen. Und aus ihrem Raum klang ein Schlager.“

Weiller sprach mit der Hospiz-Bewohnerin auch über Musik, über die Bedeutung einzelner Lieder auf ihrer Lebensreise. Und ahnte dabei, dass nicht nur in ihr, sondern in vielen Menschen innerlich das abgelegt sein könnte, was der Schauspieler und Sänger Jan Josef Liefers zum Titel seiner Lebenserinnerungen machte, einen „Soundtrack meines Lebens“. So kam Weiller auf den Gedanken, auch andere auf ihrer letzten Station in diesem Erdenleben zu ihrem Verhältnis zur Musik zu befragen. Über einen Aushang am Schwarzen Brett bot er sich als Gesprächspartner an. Wer reden wollte, musste ihn einladen.

Natürlich kam bei seinen Begegnungen mit Sterbenden auch die Musik zur Sprache, die auf ihrer Beerdigung gespielt werden sollte. Aber darum ging es Weiller nicht – höchstens dann, wenn klar war, dass die Familie auf dem Friedhof eine vermeintlich pietätvollere Musik auswählen würde als der oder die Verstorbene selbst. So berichtet er von einer Sterbenden, die sich nach guter, alter Beerdigungstradition aus New Orleans eigentlich eine Second-Line-Band wünschte. Weil die Verwandtschaft damit überfordert war, will er ihr bei einer Aufführung von …Und die Welt steht still – Letzte Lieder und Geschichten von Menschen im Hospiz“ in Bayern ihren Wunsch erfüllen. Posthum. […]

Als zentrale Erzählstimme hatte Weiller früh die Schauspielerin Hansi Jochmann im Sinn, auch wegen ihres Vermögens, „zwischen Zerbrechlichkeit und extremer Stärke“ zu changieren. Denn Sterbende erwarten nicht ausnahmslos als Häuflein Elend ihr letztes Stündlein; viele im Hospiz erlebte Weiller als unerwartet stark. „Die wollen nicht aufgefangen werden“, sagt er. „Die fangen eher selber auf.“ *(Hamburger Abendblatt, 20. November 2013)*

Zu diesem Kunstwerk „…Und die Welt steht still – Letzte Lieder und Geschichten von Menschen im Hospiz“ laden der Lingener Hospizverein e. V., die Meppener Hospiz-Hilfe e. V. sowie die Kath. Stadtpastoral Lingen am 2. September 2017 um 19.30 Uhr ganz herzlich in die Bonifatiuskirche in Lingen ein. Froh darüber, mit dem Journalisten Stefan Weiller einen Ausnahmekünstler begrüßen zu dürfen, der es sich zum ausdrücklichen Anliegen gemacht hat, auch in der emsländischen Hospizarbeit die Stimmen derer, die als Sterbende in unserer Gesellschaft so oft selbst keine mehr haben, mit uns wach zu halten und in ganz neuer, kunstvollwürdigender Weise zum Klingen zu bringen, dürfen wir einen berührenden Abend voller Lebensmelodien und Stimmkraft erwarten.

Für „…Und die Welt steht still – Letzte Lieder und Geschichten von Menschen im Hospiz“ führt Projektinitiator Stefan Weiller seit nunmehr drei Jahren Interviews mit Menschen, die stationär oder ambulant hospizlich in den verschiedenen Regionen Deutschlands begleitet werden. Auf Einladung sammelt Weiller Lebenslieder und dazugehörige Geschichten von Menschen, die in unserer emsländischen Region hospizlich begleitet werden. Die Eingangsfrage lautet: „Welche Musik ist Ihnen kostbar und welche Erinnerung verbin-

den Sie damit?“ Im Zentrum des gemeinsamen Gespräches steht stets die Frage nach Lebensqualität, die in jeder Lebensphase möglich ist.

In den Aufführungen zwischen choreografiertem Konzert, Theater, Lesung und Video-Installation werden Geschichten und Lieder als musikalische Vermächtnisse versammelt, die nach dem Wunsch manches Gesprächspartners mitunter auch auf der Beerdigung gespielt werden sollen. Aber das Projekt trägt keinesfalls den Charakter einer Trauerfeier, sondern ist in vielen Passagen leicht und heiter, aber auch ernst und immer wahrhaftig.

Trauer, Dankbarkeit, Angst, Heiterkeit, Zuversicht, Schmerz, Alltagserleben, Ausnahmezustände, Trost – „…Und die Welt steht still“ vereint scheinbar widersprüchliche Gefühle und erzählt vom nahen Tod, aber vor allem vom Leben.

Termine

Termine 2017

Montag | 9. Januar | 19.00 - 20.30 Uhr
Begleitertreffen zum Thema „AndersARTig“
mit Irmgard Wobken
Meppen
weitere Termine: 06.03., 08.05., 03.07., 09.10., 06.11.

Samstag | 21. Januar | 9.30 Uhr
Neujahrsfrühstück
Gemeindehaus Propstei St. Vitus, Meppen

Montag | 6. Februar | 19.00 Uhr
Trauerbegleitertreffen
Wo wollen wir hin? Wie wollen wir das Trauerbegleitungsangebot gestalten?
Büro Burgstraße/ZeitRaum

Tag??? | ??? April | 19.00 Uhr
Themenabend: Sterben, Tod und Trauer im Judentum
Gemeindehaus St. Vitus, Meppen

Dienstag | 13. Juni | 13.00 - 19.00 Uhr
Jahresausflug: Wir machen uns auf den Weg mit der Frage „Wie andersARTig bin ICH?“
Kräuterhof Clusorth-Bramhar

Samstag | 2. September | 19.00 Uhr
…Und die Welt steht still – Letzte Lieder und Geschichten von Menschen im Hospiz
mit Stefan Weiller
Bonifatiuskirche Lingen

Mittwoch | 20. September | 19.00 Uhr
Trauergedenken
Veranstaltungsort wird noch bekannt gegeben

Samstag | 14. Oktober | 8.00 - 13.00 Uhr
WHT Wochenmarktstand
Wochenmarktstand

Samstag bis Sonntag | 20. - 21. Oktober
Ausflug nach Papenburg
mit Besuch der muslimischen Gemeinde und Sterbebegleitung bei Menschen mit Behinderung
mit Michael Knüpper

Dienstag | 24. Oktober | 19.00 Uhr
Aktuelle Stunde – Neues für die Ehrenamtlichen
Gemeindehaus Propstei

Mittwoch | 8. November | 9.00 - 17.30 Uhr
3. Emsländischer Palliativ- und Hospiztag
Ludwig-Windthorst-Haus Lingen

Mittwoch | 6. Dezember | 15.00 - 17.00 Uhr
Adventsnachmittag
Veranstaltungsort wird noch bekannt gegeben

Hospiz-Hilfe
MEPPEN

Impressum

Herausgeber
Hospiz-Hilfe Meppen e. V.
Ludmillenstraße 4 - 6, 49716 Meppen
Telefon 05931 8456-80
www.hospiz-meppen.de
hospiz-meppen@gmx.de

V. i. S. d. P.
Dr. Carmen Breuckmann-Giertz

Redaktion
Susanne Klaußner, Gertrud Berth

Gestaltung und Satz
Werbeagentur Holl, www.werbeagentur-holl.de

Sie möchten helfen?

Durch Spenden können Sie die Hospiz-Hilfe Meppen e. V. sinnvoll unterstützen.

Spendenkonto
Hospiz-Hilfe Meppen e. V.:
Emsländische Volksbank eG Meppen
IBAN DE54 2666 1494 0145 2002 00
BIC GENODEF1MEP