



Göttinger Hospiz - Mitteilungen

7. Ausgabe/ November 2002



Hospiz an der Lutter
An der Lutter 26
37075 Göttingen

Telefon: 05 51-3 83 44-11

Fax: 05 51-3 83 44 - 44

eMail: Hospiz@Hospiz-Goettingen.de

In diesem Heft:

Vorwort	2
Wissenswertes	
Was ist <i>Spiritualität</i> ?	3
Jenseitsvorstellungen der Weltreligionen	4
Nachgefragt	
Jenseitsvorstellungen heute	9
<i>Spiritualität</i> - nur etwas für religiöse Menschen und Esoteriker?	10
<i>Spiritualität</i> aus katholischer Sicht	11
Ein persönliches Gottesbild	12
Spirituelle Momente in Begleitungen	
Drachenfliegen und andere Vorstellungen	14
<i>Spiritualität</i> im stationären Hospiz	16
<i>Spirituelle</i> Erfahrungen in der ambulanten Begleitung	17
Menschen im Hospiz	
Eva Strehler	20
Nachruf auf Regine Stebisch	21
Spenden	
Originelle Ideen	22
Dank	23
Poesie	
K.-H. Sauer, <i>Schöpferische Innerlichkeit</i>	3
Paul Celan, aus: <i>Atemwende</i>	15, 21
Kurios	13
Ambulantes und stationäres Hospiz	20
Hospiz-Forum	24
Aktionen	
Basar	24
Büchertisch	24
Impressum	24

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

einen bunten Strauß interessanter Artikel in dunkler Jahreszeit gefällig? Schauen Sie rein in unsere neue Ausgabe der *Göttinger Hospiz-Mitteilungen*. Lesen Sie, was sich alles zum Thema *Spiritualität* sagen lässt. Verfolgen Sie mit, was sich - wir geben es zu - mehr oder weniger zufällig in diese Ausgabe geschlichen und seinen Platz gefunden hat. Wir bieten ein wenig Wissen, eine bisschen Theorie, viel Eigenes und Persönliches und ein paar Ideen, wie man sich dem Thema praktisch nähern kann. Das alles, fein gesammelt und schön verpackt, gibt es nicht nur in diesem, sondern auch im nächsten Heft.

Denn *Spiritualität* ist ein unendliches Themenfeld. Wir von der Redaktion jedenfalls waren überrascht über so viele unterschiedliche Aspekte zu diesem wahrlich nicht einfach zu fassenden Begriff, insbesondere in den persönlichen Erfahrungen und Erlebnissen. Dabei zeigt sich wieder dieses faszinierende Spektrum der Menschen, die sich mit Sterben und Tod und all seinen Randerscheinungen beschäftigen. Immer wieder dieses vielfältige Ganze, das sich wie ein Puzzle jedes Mal neu zu etwas Besonderem zusammenfügt, ein sich ständig erneuerndes Kaleidoskop, ein Spiegelbild des Lebens und des Todes, immer wieder beeindruckend anders und doch vertraut.

Vollständigkeit zum Thema war nicht unser Ziel. Vollständigkeit tut auch nicht Not, denn - wie so oft - sind es die kleinen Dinge dazwischen, die unscheinbaren Krümel, die nicht fassbaren Fetzen, die undurchsichtigen Ahnungen, die uns wirklich beschäftigen und fesseln. Fakten, Zahlen und Theorie helfen da nicht wirklich weiter.

Ich denke, das Heft vermittelt einen guten Eindruck davon, dass es *die* Spiritualität genauso wenig gibt wie *die* Wahrheit, und - das ist gut so.



Heike Schiller

Wissenswertes

Spiritualität - was ist das?

Wo kommt das Wort *Spiritualität* her? Was verband man früher damit? Wie wird es heute gebraucht? Was bedeutet es eigentlich?

Vergleicht man z. B. die jetzt neu erschienene große *Brockhaus*-Enzyklopädie mit ihrer Vorgängerin, staunt man nicht schlecht: ein altes Wort hat in nur 30 Jahren eine viel umfassendere Bedeutung bekommen. Selbst wenn es um die Herkunft des Wortes geht, findet man Unterschiedliches. Wurde früher mehr auf das französische Wort *spiritualité* hingewiesen und dann noch eine besondere Art katholischer Frömmigkeit beschrieben, wird heute auf die lateinische Wortbildung *spiritualis* (abgeleitet vom griechischen *pneumatikos*) zurückgegangen. Diese aus dem christlichen Mittelalter stammende Wortbildung meint ursprünglich „Geistigkeit im Gegensatz zur Materialität“ und zielt damit auf ein christliches Leben im eigentlich geistlichen Sinne, das als „Leben aus und in dem Geist Gottes“ verstanden wird.

Immer geht es um das Streben des Menschen, sein inneres Wesen direkt in eine persönliche Beziehung zu setzen zu Gott (oder, heute allgemeiner verstanden, zu „göttlichen Wesen“) und sein ganzes Leben unter diesem Gesichtspunkt zu gestalten - ob das nun die Lebensform der Bettelmönche war (*spiritualen*), die intensiven theologisch-begrifflichen Bemühungen der Scholastiker oder die innige Hinwendung der Mystiker zu Gott, den sie in mystischer Versenkung mehr im eigenen Inneren als in dogmatischem Kirchenchristentum fanden. Immer kamen aus dieser Strömung Anstöße zu Reformen verweltlichter christlicher Kirchen. Das setzte sich auch nach der Reformation fort, z. B. in der Bibelfrömmigkeit des Pietismus und verschiedener Freikirchen.

Im ausgehenden 20. Jahrhundert gewann die *Spiritualität* neu an Bedeutung als „Alternative oder Korrektiv zur vorherrschenden materialistisch-mechanistischen Weltsicht“. Auf der Suche nach geistiger Orientierung und entsprechenden Lebensformen entstand eine neue Hinwendung zu östlichen Religionen oder zum Schamanismus, zur Religion verschiedener Naturvölker und heute mehr und mehr auch zum Islam. Aber auch die New-Age-Bewegung, esoterische Strömungen und andererseits eine mehr psychologisch orientierte *Spiritualität* werden heute erwähnt unter dem Begriff *Spiritualität*.

Für uns im *Hospiz an der Lutter* bedeutet die Beschäftigung mit dem Thema *Spiritualität* nicht Kirchenfrömmigkeit im Sinne einer bestimmten Konfession,

sondern Offenheit für die geistige Seite des Lebens, Lauschen auf Erfahrungen, die an der Schwelle zwischen einem Diesseits und Jeneseits zu machen sind - welche Vorstellungen auch immer der Einzelne davon hat.



Friedegund Weizsäcker-Knörich

Schöpferische Innerlichkeit

Ich öffne mich
dem Lebensstrom.
Ins Äußere,
wie ins Innere.
Mit Abgründen und Brücken,
wachsend;
im Begegnen
werdend.
Im Rhythmus mich verbindend,
immer wieder neu,
annehmend
den reinigenden Schmerz,
genießend
das Heilende, Guttuende.

Karl-Heinz Sauer

Jenseitsvorstellungen der Weltreligionen

Es ist eine Eigenart des Menschen, nach dem *Woher* und *Wohin* zu fragen. Vermutlich hatte bereits der frühe Mensch, sobald er damit begann, verstorbene Angehörige zu bestatten, auch die Vorstellung vom Weiterleben nach dem Tode entwickelt. Wie diese Vorstellungswelt ausgesehen hat, ist mangels schriftlicher Quellen nicht bekannt. Archäologische Funde lassen jedoch den Rückschluss zu, dass neben dem Glauben an feindliche dämonische Kräfte an ein eher erfreuliches Jenseits geglaubt wurde.

Auch die meisten religiösen Traditionen, seien es Stammeskulturen oder Weltreligionen, glauben an ein Weiterleben nach dem Tode. Sterben wird hier häufig als nicht natürlich angesehen, sondern eher als Folge von Vergehen, Sünde oder Unwissenheit. Daneben ist die Vorstellung verbreitet, dass bereits Verstorbene den Lebenden Schaden zufügen können, andererseits benötigen die Toten Unterstützung durch Gebete, Rituale oder Opfergaben auf dem Weg in das jenseitige Leben.

Im folgenden geht es um die unterschiedlichen Vorstellungen der fünf großen Weltreligionen über Jenseitsorte, Himmel und Hölle, ein gottgefälliges Leben, eine mögliche Wiederauferstehung und über das Schicksal der Seele nach dem körperlichen Tod. Da jede Religion für sich ein sehr komplexes System von Glaubensinhalten darstellt, können diese Ausführungen lediglich Schlaglichter setzen, Ausschnitte zeigen und nur kleine Einblicke in die jeweilige Denkweise gewähren.

Judentum

Die Jenseitsvorstellungen der mosaischen Religion haben sich erst im Lauf der Jahrtausende entwickelt. Den alten Israeliten war der Gedanke an ein Leben nach dem Tod noch gänzlich fremd. Und im weiteren Verlauf der Geschichte des Volkes Israel herrschte eine eher gleichgültige Haltung dem Jenseits gegenüber vor: ein mögliches - wie auch immer vorstellbares Leben nach dem Tode - stand in keinerlei Beziehung zum diesseitigen Leben. Lohn oder Strafe für das im Leben gezeigte Verhalten wurde auch in dieser Zeitspanne erwartet. Und auch in den in der Tora verzeichneten Riten und Verhaltensvorschriften findet sich keine Vorbereitung auf das Jenseits.

In den ersten Jahrhunderten vor der Zeitenwende tauchte dann - parallel zu den damaligen politischen Wirren - erstmals der Glaube an die leibliche Wiederauferstehung der Toten auf. Zur Zeitenwende waren dann verschiedene Vorstellungen über das Jenseits im Umlauf. Vom Kontakt zu anderen Kulturen zeugen die Vorstellungen, Gerechte gingen nach dem Tod ins *Paradies* ein, Sünder in die *Gehenna*. Diese ‚Hölle‘ wird unter der Erde, unter dem Meer oder im *siebten Himmel* lokalisiert. Ein Aufenthaltsort, an dem ewige Finsternis oder aber loderndes Feuer herrscht und an dem die Sünder grausame und endlose Qualen zu erleiden haben. Im *Paradies* aber, im ‚Garten der Wonne‘, in der ‚Oase‘, sitzen die Gerechten, Drachenfleisch verspeisend, mit gekrönten Häuptionen an goldenen Tischen, und ergötzen sich am Glanz der Anschauung Gottes. Beide Jenseitsorte wurden von Gott bereits vor Schöpfung der Welt erschaffen.

In einer weiteren, mystischen Richtung des Judentums (*Kabbalah*) entwickelte sich - parallel dazu - die

Vorstellung einer Seelenwanderung. Von Besessenheit geplagte, sündige Geister (*Dibbuk*) haben das Recht auf einen ruhigen Tod verloren und müssen heil- und ziellos durch die Welt irren.

Die Seele eines Verstorbenen setzt sich aus drei Teilen zusammen: *Nefesh*, die animalische Seele, erleidet im Grab bereits eine Strafe. *Ruach*, der Geist, gelangt in den irdischen Garten *Eden*, während die *universale Seele* zu

ihrer göttlichen Quelle in den himmlischen Garten *Eden* zurückkehrt.

Die nüchterne Richtung des Rationalismus lieferte rationale Argumente für ein Leben nach dem Tod und die Auferstehung, entstanden im Gewahrsein des offensichtlichen Mangels an ausgleichender Gerechtigkeit im diesseitigen Leben. *Himmel* und *Hölle* aber wurden als Symbole für intrapsychische Befindlichkeiten betrachtet.

Alle heutigen Richtungen innerhalb des Judentums glauben jedoch an die Unsterblichkeit der Seele.

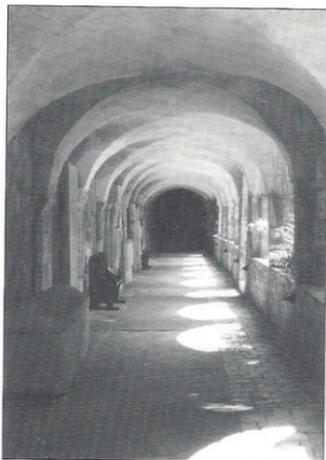


Christentum

Christen glauben an die Unsterblichkeit der Seele, die Existenz an ein Jenseits und an die leibliche Auferstehung nach dem Tode. Zum christlichen Dogma gehört wesentlich die Annahme, dass der Mensch - gleich Jesus - würdig ist, an der Auferstehung teilzuhaben. Jesus wird als höchster Richter Rechenschaft fordern und die Menschen nach ihren Taten beurteilen: das *Jüngste Gericht*. Wer in seinem Leben Gutes getan hat, der hat sich das Heil erworben.

Die unsterbliche Seele trennt sich im Tod vom verweslichen Leib. Die Seelen der Gerechten erlangen danach die Seligkeit der Gemeinschaft mit Gott im *Himmel*. Zur Beschreibung dieses Reiches bedient sich das neue Testament verschiedener Gleichnisse. Die himmlischen Zustände werden so mit einem Festmahl, einer Hochzeit oder einer neuen Stadt verglichen. Menschliche Maßstäbe von Macht oder Recht gelten dort nicht. Endstation von Sündern jedoch ist die *Hölle*, ein dunkler Ort der ewigen Verdammnis. Die volkstümlichen, sehr bildhaften Vorstellungen dieser Stätte als feurige Folterkammer mit unaufhörlichen Qualen an einem zwar schmerzempfindlichen, aber im übrigen unzerstörbaren Körper finden wir jedoch in dieser Deutlichkeit nicht in der Bibel. Diese beängstigenden Bilder entspringen der frühchristlichen Gedankenwelt des Kirchenvaters Augustinus und wurden missbraucht, um das gläubige Kirchenvolk abzuschrecken.

Katholische und orthodoxe Christen haben bezüglich der Konsequenzen im Jenseits gute Chancen, trotz Verfehlungen doch noch in den Genuss der göttlichen Güte zu gelangen: durch die begrenzte Erduldung von sogenanntem *Fegefeuer* und der Unterstützung der Hinterbliebenen durch Fürbitten kann im Nachhinein entsprechend gebüßt werden. Evangelischen Gläubigen bleibt diese nachtodliche Läuterung allerdings vorenthalten. Dem körperlichen Tod folgt dann ein nicht näher definierter Zwischenzustand, der bis zum Ende aller Zeiten, dem *Jüngsten Gericht*, andauert. Gelegentlich wird dieser Zustand als eine Art Schlaf oder aber als eine Vorwegnahme des Endgültigen beschrieben. Für das *Jüngste Gericht* werden - am Ende der Zeiten - die Seelen mit den wiedererschaffenen Körpern vereint, und sie sehen so ihrem Urteil und Schicksal entgegen.



Unterschiedlich waren die Auffassungen darüber, wie man ein gutes Urteil erreichen könne: Martin Luther war der Überzeugung, die Seligkeit erreiche man ausschließlich durch die Gnade Gottes, während sich der Reformator Johannes Calvin sicher war, dass Gott von Anfang der Welt an bereits bestimmt habe, wer erlöst würde und wer nicht. Wohlstand betrachtete er als Indiz für die göttliche Bestimmung. Und obwohl diese Ansicht sicher zum Erhalt der bestehenden Machtverhältnisse beitrug, konnte sie sich nicht durchsetzen.

Nach dem *Jüngsten Gericht*, wenn Satan, der gefallene Engel, im Abgrund gefesselt ist, werden ausschließlich die Gerechten 1000 Jahre lang gemeinsam mit Christus auf der Erde herrschen. Nach Ablauf dieser Periode wird Satan für kurze Zeit erneut freigelassen, um dann jedoch für immer in die Hölle verbannt zu werden. Jetzt erst findet die zweite, endgültige Auferstehung statt. In den *Himmlichen Büchern des Lebens* sind alle Gerechten verzeichnet, die nun in den *Himmel* bzw. die *neue Erde* eingehen. Alle anderen Seelen müssen ihr künftiges und vor allem ewiges Dasein in der *Hölle* fristen.

Buddhismus

Der Buddhismus hat durch seine weite Verbreitung, vor allem in Süd- und Ostasien, viele unterschiedliche Richtungen und Schulen entwickelt. Diese Traditionen werden in drei großen Richtungen zusammengefasst: Im asketischen *Hinayana-Buddhismus* steht mehr das Heil des Einzelnen im Vordergrund, die Erleuchtung des Individuums. Der Schwerpunkt des *Mahayana-Buddhismus* liegt dagegen darauf, auch allen anderen Wesen aus Mitleid auf ihrem Weg zur Erleuchtung zu dienen. Das eigene Wohl steht hierbei eher zurück. Der *Vajrayana-Buddhismus* stellt die höchste Lehre der Erleuchtung durch intensive geistige Praktiken (z.B. die Übertragung vom Meister auf den Schüler) dar. Charakteristisch für den Buddhismus ist der Reinkarnationsgedanke, die Vorstellung vom *Rad der Wiedergeburt*. Die Vorstellungen von ‚Seele‘ oder ‚Selbst‘ haben dort allerdings keinen Platz. Das Individuum besteht aus verschiedenen kombinierten Phäno-

menen, die in fünf Kategorien, - Körperphänomene, Gefühle, Sinneseindrücke, Reaktionen auf Sinneswahrnehmungen und Bewusstsein, eingeteilt sind. Reinkarniert (wiederverkörperert) wird also nicht eine individuelle Seele, sondern ein sogenanntes „geistiges Kontinuum“ jenseits des Persönlichen. So vollzieht sich das Gesetz von Ursache und Wirkung (*Karma*). Die Art des angesammelten *Karmas* wiederum bedingt die Art der nächsten Wiedergeburt. Daraus resultiert der Kreislauf der Wiedergeburten (*Samsara*), der durch Begierde, Hass und Unwissenheit der Zusammenhänge weiter voran getrieben wird.



Buddhistisches Tangka

Das Ziel eines Buddhisten ist die Erleuchtung. Hat sie ein Mensch erlangt, kann er aus Mitgefühl freiwillig erneut inkarnieren, um so anderen Menschen auf ihrem Weg zur Erleuchtung hilfreich zur Seite zu stehen (*Bodhisattwa*). Es steht ihm aber genauso frei, den Kreislauf der Wiedergeburt zu beenden. Der ersehnte Eingang ins *Nirvana* bedeutet einen ewigen, unsterblichen und glücklichen Zustand jenseits von Raum und Zeit, ohne Leidenschaften, ohne Hass und Täuschung. Erreichen kann man dieses höchste Ziel durch Befolgen der Lehre (*Dharma*) des mittleren Weges zwischen Ausschweifung und Askese. Menschen, die der Lehre nicht folgen, sondern sich in Leidenschaften und Begierden verstricken, sammeln negatives *Karma*,

das im schlimmsten Fall eine Wiedergeburt in einer der zahlreichen *Höllen* mit unterschiedlichen Leidensintensitäten nach sich zieht, wobei es sich um reale Örtlichkeiten oder innere Bewusstseinszustände handelt.

Buddhisten sehen im Tod zwar ein leidvolles, aber dennoch wichtiges Geschehen, auf das sie sich mittels verschiedener *Meditationstechniken* vorbereiten. Am Ende eines Menschenlebens liegt für sie eine einzigartige Chance verborgen: im Augenblick des Todes erfährt der Geist eines Sterbenden eine Bewusstseinsweiterung und kann der Erleuchtung für eine gewisse Zeitspanne gewahr werden. Je nach spiritueller Reife kann diese Phase länger oder kürzer andauern und sogar mit dem Eingang ins *Nirvana* enden. Alle anderen Menschen gelangen in das *Bardo*, eine Abfolge verschiedener Zwischenzustände, die jeweils komplexe Visionen und Abläufe beinhalten: zunächst erscheint ein Licht von äußerstem Glanz, in dem *die fünf Buddhas* samt Gefolge einmal in friedvoller und einmal in zürnender Form erscheinen. Beides geschieht aus Mitgefühl und Weisheit und soll den Sterbenden durch diese Phase leiten. Der nächste Zwischenzustand hält abtraumhafte Szenen bereit, die im Sterbenden heftige Emotionen wie Angst, Sehnsucht, Verzweiflung, Sorge, Hass und Frustration hervorrufen können. Die Aufgabe besteht hier darin, in einem stabilen Zustand des Gleichgewichts zu bleiben. Gleichzeitig sind geistige Lehrer anwesend, die in Gestalt von Schutzgeistern um seinen Kopf kreisen. Hält der Sterbende hier nicht stand, setzt sich das angesammelte *Karma* durch: er erlebt immer intensiver wichtige Ereignisse des früheren Lebens. Damit wird seine künftige Existenz festgelegt. Während der folgenden Phase des Werdens erhält der Sterbende den Rat, nicht seinen intensiven Gefühlen anzuhaften, sondern seinen Geist in vollkommenem Gleichgewicht zu halten. Gelingt auch dies nicht, so muss er sich einer Art von Gerichtsverhandlung über seine früheren Handlungen unterziehen. Auch jetzt beinhalten die Prüfungen noch die Chance zu erkennen, dass es sich nicht um Realität, sondern eine Projektion seines Geistes handelt, die durch sein *Karma* beeinflusst ist. Schließlich sieht der Tote Bilder von Menschen in verschiedenen Situationen (z.B. beim Geschlechtsakt). Zeigt er hier eine Zuneigung zu bestimmten gezeigten Bildern, ergibt sich hieraus die Art seiner Reinkarnation.

Diese Vorgänge werden sehr detailliert im *Tibetischen Totenbuch* beschrieben. Es soll idealerweise bereits zu Lebzeiten auswendig gelernt werden. Außerdem ist es vorteilhaft, wenn ein Helfer dem Sterbenden durch Rezitation der Anweisungen und Beschreibung durch die erschreckenden Sterbephasen leitet.

Trotz aller Anforderungen an ein tadelloses Leben kann eine Wiedergeburt selbst im ungünstigsten Fall verhindert werden: notwendig ist hier nur, sich der spirituellen Botschaften im Augenblick des Todes zu erinnern. Hoffnung gibt es also auch hier für jeden Menschen.

Hinduismus

Der Hinduismus ist die Religion Indiens. Hier werden viele Gottheiten verehrt, wobei sich der gewöhnliche Gläubige einen ‚Hauptgott‘ wählt, dem er dann durch Gebet, Opfer, Meditation und Nächstenliebe dient. Die Götter *Brahma* (der Schöpfer), *Vischnu* (der Erhalter) und *Shiva* (der Zerstörer) werden jedoch allgemein verehrt. Das religiöse Denken basiert auf den sogenannten *Veden* (Heilige Schriften), *Upanishaden* (Weisheitslehren) und dem Lehrgedicht *Bhagavadgita*.

Ähnlich wie im Buddhismus haben auch die Anhänger des Hinduismus die Lehre vom *karmisch* beeinflussbaren Kreislauf der Wiedergeburten als zentralen Glaubensinhalt. Die Seele eines Gläubigen (*Atman*) erschafft sich nach dem körperlichen Tod eine Welt, die auf diesseitigen Glaubenssätzen beruht, und ist dementsprechend individuell verschieden. Die Dauer des dortigen Aufenthaltes lässt sich durch die Menge des angesammelten guten *Karmas* bestimmen.

Die *Upanishaden* zeigen fünf verschiedene Möglichkeiten jenseitiger Erfahrungsräume auf:

- Ein Gläubiger, der in seinem Leben viel negatives Karma durch schlechte Taten erworben hat, tritt eine Reise in dunkle jenseitige Bereiche, wie die freudlose Welt des *naraka*, an. Möglich ist auch eine Wiedergeburt in nicht-menschlicher Form. Beides dauert jedoch nur bis zum ‚Verbrauch‘ des angesammelten *Karmas* an. Danach folgt wieder eine menschliche Inkarnation.
- Menschen, die keine Vorstellung von der Existenz anderer Welten haben und deren positives und negatives *Karma* ausgeglichen ist, erfahren auch keinerlei jenseitige Welt, sondern werden erneut als Mensch inkarniert.
- Ein tugendhaftes Leben, verbunden mit dem ausgeprägten Glauben an eine jenseitige Belohnung, führt die Seele in die himmlische Welt *Svargaloka*. *Svargaloka* ist ein Paradies, bietet aber keinerlei Wachstumsmöglichkeiten. Der Aufenthalt dort ist, anders als im *Himmel* der Christen, nur bis zur Erschöpfung des erworbenen *Karmas* möglich und endet erneut mit einer menschlichen Wiedergeburt.
- *Brahmaloka* ist die Welt des Schöpfers. Sie bietet die Möglichkeit der Kommunikation mit dem selbst er-

wählten Gott und Gelegenheit zu geistiger Entwicklung. Ziel hierbei ist das Verstehen der Identität des eigenen Selbst und der Gottes. In dieses Reich gelangen die wahrhaftigen Gottessucher, die eine geistigste Vorstellung ihres erwählten Gottes haben. Hier ist keine weitere Inkarnation mehr erforderlich.

□ Die - sehr seltene - Erlösung im eigenen Körper erleben diejenigen, die das Ziel aller geistigen Entwicklung durch Erleuchtung bereits in diesem Leben erreichen. Beim Tod eines solchen Menschen lösen sich sowohl der physische als auch alle feinstofflichen Körper in ihre jeweiligen Elemente auf. Die Seele, das Selbst, *Atman*, wird dadurch von Körper, Geist, *Karma* und Wiedergeburt befreit. *Atman* erreicht *moksa*, ein ewiges, ungeschaffenes, freies Bewusstsein in Seligkeit. Je nach hinduistischer Tradition ist die Seele identisch mit Gott (*brahman*) oder aber steht zumindest in Abhängigkeit zu ihm.

Zu betonen ist hierbei, dass nicht etwa der Lebenswandel eines Menschen ausschlaggebend für die Erlebnisse in der jenseitigen Welt ist. Entscheidend sind letztlich die Gedanken, ist das Bewusstsein des Sterbenden zum Zeitpunkt des Todes. Der Gedanke an Gott zu diesem Zeitpunkt führt die Seele direkt dahin. Allerdings entwickelt sich das Bewusstsein eines Menschen in Abhängigkeit von seiner Lebensführung. So ist es zwar unwahrscheinlich, aber dennoch möglich, dass auch ein unredlicher Mensch durch seine Gedanken zum Zeitpunkt des Todes zu Gott gelangen kann.



Der Islam ist - mit fast einer Milliarde Anhängern überall auf der Welt - die zweitgrößte aller Weltreligionen. Er entstand im 7. Jahrhundert nach Christus. Sein Begründer und Prophet Mohammed wird nicht als Sohn, sondern als Gesandter Gottes betrachtet. Mohammed empfing 23 Jahre lang die Offenbarungen Gottes, die später in den 114 *Suren* (Kapiteln) des *Korans* - der seinerseits sowohl auf der Bibel als auch auf der Thora basiert - festgehalten wurden. Je nach örtlicher Ansiedlung der Muslime gibt es auch ebenso verschiedene Richtungen des Islam, die sich z. B. in der Interpretation der *Koran* unterscheiden. Gemeinsam ist allen Muslimen jedoch die Beachtung der *Fünf Säulen des Islam*. Das Glaubensbekenntnis („*Es gibt keinen Gott außer Gott und Mohammed ist der Gesandte Gottes!*“), das rituelle Pflichtgebet Richtung Mekka, das Fasten im Monat *Ramadan* (nicht essen, nicht trinken, nicht rauchen, sexuelle Abstinenz zwischen Sonnenaufgang und -untergang), die Gabe von Almosen und die Wallfahrt nach Mekka.

Der Tod bedeutet für Muslime die Rückkehr zu Gott, der Wechsel von der ‚Stätte der Vergänglichkeit‘ zur ‚Stätte des Bleibens‘. Gott hat Geburtsort und -stunde schon vor der Geburt eines Menschen festgesetzt. Das Leben wurde als Prüfung geschaffen, wobei der *Koran* einen Trost bei Nichtbestehen gleich mit liefert: „*Er ist der, der mächtig ist und bereit zu vergeben.*“ Der Glaube an den *Jüngsten Tag* und an Allahs strenges Gericht über das irdische Leben und Handeln der Gläubigen bildet ein wesentliches Moment des Islam. Nachdem der physische Tod eingetreten ist, trennt ein Todesengel die Seele des Menschen von seinem Körper. Er führt sie zu einem *ersten Zwischengericht* im Himmel, wo mittels einer *Untersuchung* ein vorläufiges Urteil gefällt wird. Danach geht die Seele wieder in den toten Körper zurück. Im Grab erfolgt dann ein *zweites Zwischengericht*, in dessen Verlauf der Tote eine Schriftrolle mit all seinen guten und schlechten Taten erhält, und vier einfache Fragen über seinen Gott, seinen Propheten, seine Religion und seine Gebetsrichtung korrekt beantworten muss. Für diejenigen, die hier ihre Ungläubigkeit durch Fehler offenbaren, beginnt umgehend eine Folter mit eisernen Keulen in Erwartung der späteren Höllenfahrt. Gläubige mit Sündenregister jedoch erhalten in einer Art ‚Fegfeuer‘ die Chance auf Läuterung. Anschließend verharren alle Seelen in einem Zustand der Schlaftrunkenheit bis zum großen *Endgericht*. Dem *Jüngsten Gericht*, als ‚große Katastrophe‘ bezeichnet, geht - ähnlich wie in der Johannes-Apokalypse des Christentums - eine kosmische Katastrophe mit gewaltigen Naturkatastrophen

voraus. Das Gericht Gottes fällt in einer Art Gerichtsverhandlung ein endgültiges Urteil auf der Basis der in den Schriftrollen festgehaltenen Taten des Menschen und nach Verwendung einer Seelenwaage. Jede Seele hat einen persönlichen *Zeugen*, der sie verteidigt. Außerdem spricht Mohammed zugunsten der Muslime, Jesus für alle Christen und Juden. Danach verkündet Gott allein das Urteil und scheidet die Erlösten von den Verdammten. Alle Toten gehen dann über eine Brücke, die schmal ist als ein Haar. Die Gerechten gelangen so ins Paradies, während Sünder und Ungläubige in die Hölle fallen. Für Ungläubige (Atheisten) gibt es hier kein Erbarmen; ihre Qualen dauern ewig. Andersgläubige werden als gläubig akzeptiert und haben nach Reue und Verbüßung der festgelegten Strafe - gemeinsam mit den sündigen Muslimen, die ja eigentlich ‚rechten Glaubens‘ sind - die Aussicht auf den späteren Eingang ins Paradies. Neben Himmel und Hölle gibt es im Islam noch einen dritten Ort für die Seelen, deren gute und schlechte Taten gleich schwer wiegen. Im *Araf*, einem neutralen Zustand, erfahren sie weder Freude noch Kummer, haben aber die Aussicht auf Eingang ins Paradies.

Sowohl die Qualen der Hölle als auch die Freuden des Paradieses werden sehr sinnlich und drastisch ausgemalt. So berichten die heiligen Bücher des Islams z. B. von Lustwesen, geschaffen für Männer, Früchten und Bächen mit guter Milch, Wein und Honig. Sie beschreiben das Paradies als einen überdimensionalen Garten, als ein Königreich mit kostbaren Kleidern und Schmuckstücken. Die Anschauung Gottes wird allerdings nur für einige von Gott erwählte Gläubige und auch immer nur für einige Augenblicke möglich sein. Die Hölle aber ist ein Gefängnis, ein Ort unablässiger Bestrafung durch Folter in Feuer oder Kälte.

Dieser kurze Einblick in verschiedene Vorstellungswelten lässt deutlich werden, dass alle Religionen dem Tod einen Sinn, ein Ziel geben, indem sie das körperliche Ende in ihr Glaubenssystem integrieren. Bestimmte erwünschte Verhaltensregeln ebnen den Gläubigen den Weg zu künftigem gutem jenseitigem oder diesseitigem Leben. So unterschiedlich diese spirituellen Vorstellungen auch sind, haben sie doch eins gemeinsam: der Tod hat nicht das letzte Wort.

Cornelia Reichhold

Quellen:

- Beltz, W., *Lexikon der letzten Dinge*, Augsburg 1993 ● Coward, H., *Das Leben nach dem Tod in den Weltreligionen*, Freiburg i. Br. 1998 ● Delius, P. (Hrsg.), *Weltreligionen*, Köln 1997 ● Schwikhart, G., *Tod und Trauer in den Weltreligionen*, Gütersloh 1999 ● Thiel, J. F., *Der Tod - Ende oder Tor zum Leben?*, Frankfurt a.M. 1990.

Nachgefragt

Wie ich mir das Jenseits vorstelle

Arne, 5 Jahre:

„Die guten Menschen kommen in den Himmel, aber nur die Seelen. Die Toten kommen ins Grab. Böse Menschen bleiben auf der Erde und sind unsichtbar. Die können aber nichts mehr hier machen, weil keiner sie mehr sehen und hören kann. Wir (Arne meint alle Anwesenden, Anm. d. Redaktion) kommen in den Himmel. Da sitzen die Seelen dann auf der Wolke bei Gott, und denen geht's gut. Sie gucken von oben zu. Ganz zum Schluss leben dann aber wieder alle.“



Bärbel Safieh, 38 Jahre:

„Ich kenne einige Menschen, die bereits ins Jenseits gegangen sind: meine Mutter, mein Vater, mein Bruder, meine Großmütter zum Beispiel. Als ich Kind war und meine Mutter starb, hatte ich die Vorstellung, dass es sie noch gibt, sie aber woanders lebt. Im Traum habe ich sie dann manchmal irgendwo zufällig getroffen, und sie hat mir Zeichen gemacht, dass ich es niemandem erzählen soll, dass sie noch lebt. Es sollte unser Geheimnis sein. Auch jetzt als Erwachsene erlebe ich die Menschen aus dem Jenseits als noch existent, aber eben anders, nicht mehr in dem Maße verfügbar, berührbar und erreichbar, wie ich es gern hätte. Und das macht die Trauer aus. Aber mein Vater und mein Bruder sind noch immer da in dem, was sie hinterlassen haben. Das können Sprüche sein, Ideen, Einstellungen, eine bestimmte Art von Humor. Aber das sind auch dunkle Seiten, Verletzungen, die sie anderen zugefügt haben. So leben für mich die jenseitigen Menschen weiter im Diesseits. Auch das Leben nach meinem eigenen Tod stelle ich mir so vor: dass ich weiter existiere in den Menschen, denen ich etwas hinterlassen habe.“



Bijan, 12 Jahre, glaubt, dass er nach seinem Tod als eines der vielen Babys wiedergeboren wird. Irgendwo hat er gehört, dass jeden Tag auf der ganzen Welt ganz viele Babys geboren werden und er stellt sich vor, dass die Seelen der toten Menschen in so einem neuen Kind wiederkommen. Also habe jeder die Chance auf neue Leben. Bijan verbindet damit die Hoffnung, im nächsten Leben vielleicht einen Millionär zum Vater zu bekommen, aber ihm ist auch klar, dass es beim nächsten Mal auch ein „Penner“ sein könnte. Es könne eben so oder so kommen. Angst vorm Tod hat er wegen seiner Theorie von mehreren Leben nicht. So gesehen sei sie sehr praktisch.

Caroline, 4 Jahre, zwei Wochen nach dem Tod meiner Mutter auf die Frage, was sie dort am Strand im Sand baut:

„Das ist ein Grab. Für Opi (deinen Vater), für Miri (deine Mutter) und für dich.“ „Warum auch für mich?“ „Ein bisschen bist du doch auch gestorben, oder?“



Lena, 8 Jahre, bei der Betrachtung verschiedener Grabsteine auf einem Friedhof: „Wenn man bei jemandem mit auf dem Grabstein steht, hat man auch ein Zuhause, auch wenn niemand weiß, wo man ist.“



Heidi Kramer, 64 Jahre:

„Als ich neun Jahre alt war, starb meine jüngere Schwester. Als ich 46 war, starb mein erster Mann, als ich 62 war, mein zweiter Mann: drei sehr nahe gehende Berührungen mit dem Tod, die mein Leben sicher stark beeinflusst haben. Die für mich wunderbare Erfahrung ist, dass dieses Erleben bei aller Trauer und allem Schmerz über den Verlust an gemeinsamer Geschichte mich stark gemacht hat, dass diese Todeserfahrung mich sehr wach und lebendig gemacht hat, aufmerksamer, dem Leben stärker zugewandt.“ Durch die pietistische Ausrichtung meiner Mutter waren in meiner Kindheit und Jugend meine Gedanken über das, was wir uns für die Zeit nach unserem physischen Ende vorstellen, geprägt durch die Aussagen der Bibel. Ich fand es gut, dass die nicht überschwänglich und eigentlich wenig konkret waren. Aus der an Bildern reichen Offenbarung des Johannes blieb als hilfreiche Aussage der Vers aus *Offenbarung 21,4 ff.*: *Gott wird abwischen alle Tränen von ihren Augen, und es wird kein Tod mehr sein, noch Tränen noch Klage noch Schmerz wird mehr sein. Siehe, ich mache alles neu.* Nach einigen Semestern Theologie-Studium und vielleicht auch durch eine ererbte sehr rationale Grundstruktur ist mir auch dieser Bezug abhanden gekommen. Ich kann (bis jetzt) sehr gut mit dem Gedanken der Endlichkeit leben. Ich kann mich gut ausrichten auf das Hier und Jetzt. Ich kann gut akzeptieren, dass mit meinem Tod mein Sein zu Ende ist, so wie ich es auch beim Tod von mir lieben Menschen erlebt habe, deren Verflechtung mit meinem Leben aber über den Tod hinaus wirksam ist: Ich bin getrost!“



zusammengestellt von

Ute Lohrengel und Conny Reichhold

Spiritualität - nur etwas für religiöse Menschen und Esoteriker?

Das Fremdwörterbuch definiert *Spiritualität* als ‚Geistigkeit‘ im Gegensatz zur ‚Materialität‘. Eine Recherche im Internet zum Thema *Spiritualität* ergab ausschließlich Hinweise auf religiöse oder esoterische Seiten. Bedeutet dies, dass *Spiritualität* nur etwas für religiöse Menschen und Esoteriker ist? Heißt das, dass Menschen wie ich, die sich weder als religiös verstehen noch etwas mit Esoterik am Hut haben, zwangsläufig ‚Materialisten‘ sind?

Da ich das Ergebnis dieser Schlussfolgerung keineswegs teile, muss ich mich fragen, welche Bedeutung *Spiritualität* für mich hat. Sofern *Spiritualität* eine Abkehr von dieser Welt meint, kann ich mit dem Begriff nichts anfangen. Versteht man unter *Spiritualität* hingegen eine Haltung, die sich als ‚nicht bloß an materiellen Zielen orientiert‘ beschreiben lässt, so würde ich den Begriff gern auch für mich in Anspruch nehmen.

Was bedeutet dies konkret? Wie die meisten Menschen sehne auch ich mich nach Glück und Sinn in meinem Leben. Eigene Leiderfahrungen, aber auch das Wissen um das Leid der anderen lassen mich schmerzhaft erkennen, dass die Erfüllung dieser Sehnsucht in diesem Leben immer nur vorübergehend und bruchstückhaft sein wird. Wie soll ich mit dieser Erkenntnis umgehen? Soll ich mein Streben nach Glück und Sinn verleugnen oder auf die Erfüllung meiner

Sehnsucht in einem Leben nach, über oder neben diesem Leben hoffen? Beides käme mir wie ein Verrat an mir selbst vor. Meine Antwort lautet anders: anstatt *das* Glück und *den* Sinn in meinem Leben zu suchen, *versuche* ich dem, was ich jetzt tue, einen Sinn zu geben. Dabei mache ich eine interessante Erfahrung: je weniger übergeordneten Sinn mein Leben hat, desto mehr Sinn gewinnt das Hier und Jetzt. Darin besteht mein kleines Glück, ein Glück, das ich gerne mit anderen Menschen teilen möchte (wohl wissend, dass ich nicht für das Glück der anderen, sondern für die Voraussetzung dafür, dass die anderen ihr Glück finden können, verantwortlich bin).

So sieht also meine *Spiritualität* aus. Wem dies jedoch zu ‚materialistisch‘ ist, dem gegenüber bekenne ich mich gern, in diesem Sinne ‚Materialist‘ zu sein.

Alfred Simon

A1

BESSER DIE BARMER

Miss BARMER zum Thema Serviceleistungen

Adresse: <http://www.barmer.de/> Verwandte Objekte

„Sie haben Fragen zur Gesundheitsvorsorge? Fragen Sie uns!“

Kontakt

> www.barmer.de

BARMER
Deutschlands größte Krankenkasse

Spiritualität aus katholischer Sicht

Es ist mir unmöglich, umfassend über Spiritualität aus katholischer Sicht zu schreiben, ein solches Werk würde ganze Regale füllen. Aber ich kann berichten, wie und an welchen Stellen meiner religiösen Erziehung und Entwicklung ich Spiritualität begegnet bin und gelebt habe.

Kindheit:

Obwohl im katholischen Fulda aufgewachsen, war die religiöse Erziehung innerhalb der Familie in der frühen Kindheit eher verhalten. Erinnern kann ich mich an die Fronleichnamprozessionen, die durch die halbe Stadt gingen, um Gott in Gestalt der Hostie, die in der Monstranz geborgen war, zu verehren. Es war Feiertag, ich stand an der Straße, an der der Zug der Gläubigen vorbeiging und war tief ergriffen von der ganzen Atmosphäre: der Schmuck der Straßen mit Fahnen und Birken, die Blumenteppeiche an den Altären und die Musik, die zum Teil von Blaskapellen direkt gespielt wurde oder als Orgelmusik durch große Lautsprecher aus dem Dom übertragen wurde. Die Menschen sangen feierliche Lieder, meist schien die Sonne, und ich freute mich auf den Tag, an dem ich auch Blumen streuen durfte.

Erst in der Zeit der Vorbereitung zur Erstkommunion im Alter von etwa acht Jahren hörte ich bewusst Worte wie Glauben, Gebet, Sünde und Himmel und Hölle. Ich liebte den Gottesdienst wegen seiner feierlichen und getragenen Worte und wegen der Musik. In dieser Zeit lernten wir auch den Rosenkranz zu beten, dieses typische katholische Meditationsgebet, das durch die ständige Wiederholung den Menschen beinahe in Trance führen kann. Typischerweise wird dieses betrachtende Gebet, das um die Hilfe der Gottesmutter Maria bittet, vor allem im Mai und im Oktober in extra anberaumten Andachten gebetet, aber auch zu anderen Anlässen, wie in kleinen Gemeinden in den Tagen zwischen Tod und Beerdigung.

Ich wurde zwar angehalten, den sonntäglichen Gottesdienst zu besuchen, aber es war selbstverständlich, traf man dort doch auch die Freundinnen.

Im Frühjahr in den Tagen vor dem Fest *Christi Himmelfahrt* gab es an den drei Abenden vorher die Flur-

prozessionen, auch Bittprozessionen genannt, in denen um gedeihliches Wetter für eine gute Ernte gebetet wurde. Der Weg ging zum Teil durch die Felder,

die, erwärmt durch die Sonne, dufteten. Im Anschluss daran pflückten wir einen Wiesenblumenstrauß für zu Hause.

Jugend:

Im Dom als der Bischofskirche fanden auch Priesterweihen statt. Die Ruhe und gleichzeitig ergreifende Konzentration während dieses sehr feierlichen Gottesdienstes hat mich tief beeindruckt. Das gemeinsame Gebet der Gläubigen für die Neupriester war beinahe spürbar.

Während der Pubertät, in der alle Lebensbereiche ‚fragwürdig‘ werden, hielt ich größeren Abstand zu meiner Kirche. Die äußeren Formen sagten mir nichts mehr, Schuld und Sühne waren die Worte, die ich am meisten heraushörte, ich brauchte die Distanz.

Es gab kurz vor dem Abitur Schulentage in einem weiter entfernten Bildungshaus, dort begegnete ich zum ersten Mal der Stille als einer Form des Gebetes. Es tat mir gut, aber in meinem Schulalltag fand ich keine Möglichkeit, das weiter zu üben.

Erwachsenenzeit:

Im Studium dann entdeckte ich die Studentengemeinde. Sie war offen für alle möglichen Formen, Religiosität und Glauben zu leben. Hier war eine große Gruppe relativ Gleichgesinnter, die auch in ähnlicher Lebenssituation standen. Gemeinsam entwickelten wir neue, uns entsprechende Formen, unsere *Spiritualität* auszudrücken. Dazu erlebten wir in dieser Gemeinschaft all das, was jede Gemeinde durchlebt: Hochzeiten, Taufen, Todesfälle! Wir lernten, auch diese Geschehnisse als Teil unseres Lebens zu begreifen und zu gestalten im Sinne unseres Glaubens.

Das Ende des Studiums brachte für die meisten einen Ortswechsel mit sich, unsere Personalgemeinde fand in der bisherigen Form nicht mehr statt. Jeder und jede suchte in der neuen Umgebung ein Stück dieses bisher erfahrenen Lebens wieder einzubringen. Mein Mann und ich suchten weiter nach Gleichgesinnten und fanden so in einer Bildungsstätte eine neue geistliche

Heimat. Dort trafen sich häufig Menschen mit ähnlichen Vorstellungen, und viele Gemeinschaft stiftende Erfahrungen

konnten wir dort machen. Auch unsere Kinder haben sich dort wohl gefühlt und ihren Teil dazu beigetragen.

„- tief ergriffen
von der ganzen Atmosphäre“

„Veränderte Lebensphasen
bringen auch
eine Veränderung der Spiritualität mit sich“

Die Erfahrung der Schulentage kam mir wieder in den Sinn, und so fuhr ich einmal in ein Haus, in dem Exerzitien angeboten werden, und suchte dort für mich in der Stille nach einer neuen Art, Gott zu begegnen.

Das Leben und Leiden der Welt und des einzelnen vor Gott tragen und aus der Gemeinschaft mit den anderen und mit Gott Ideen und Kraft schöpfen, die Welt zu verändern: das war und ist ein großes Ziel, dem man in den verschiedenen Lebensphasen unterschiedlich nahe kommt.

Veränderte Lebensphasen bringen auch eine Veränderung der *Spiritualität* mit sich, die alten ‚Kleider‘ passen nicht mehr! Meine Kinder sind bald alle aus dem Haus, mein Mann ist seit fast fünf Jahren tot, und zur Zeit erlebe ich mich wieder einmal auf der Suche nach neuen Formen.

Angelika Buch

Mein Gottesbild

Ich bin Gott.

Na ja, das ist nicht die ganze Wahrheit. Also - Sie sind auch Gott. Mein ungeliebter Vermieter, meine nörgelende Kollegin, der lästige, ungepflegte Bettler, der „mal ‚nen Euro“ will, ja selbst gefährliche oder kriminelle Menschen halte ich für Gott. Kurz: alle Menschen. Nun, wir haben sicher alle unsere starken Momente, aber selbst bei wohlwollender Betrachtung wirken bedauerlicherweise weder ich selbst noch mein Nachbar oder die Verkäuferin im Supermarkt so recht göttlich; Mörder oder Kinderschänder schon mal gar nicht. Trotzdem bin ich sicher, dass, unabhängig von Schicksal oder Taten eines Menschen, jede/-r eine Seele besitzt, die sich aber der Wahrnehmung des *Alltags*-Bewusstseins entzieht.

In meiner Vorstellung ist jede einzelne Seele ein kleines Teilchen von Gott, und natürlich sind diese Teilchen - auf einer tiefen Ebene - miteinander verbunden. Ähnlich, wie man bei einem Hologramm von jedem Teilchen aus das Ganze betrachten kann, so steht auch jede einzelne Seele in Verbindung zur Gesamtheit, zu Gott. Deshalb ist das Gefühl der Trennung von Gott eine Illusion. Eine Täuschung, die notwendig ist, um das Leben hier, so, wie wir es kennen, erleben zu können.

In diesem Sinne ist also jede/-r Gott.

Wenn aber jede/-r Gott ist, dann kann nur ich, und keine entfernte Instanz im Himmel oder da draußen irgendwo, mein Leben, mein Er-Leben beeinflussen.

Ich werde mit dieser Vorstellung - gnadenlos - auf mich selbst zurückgeworfen. Ich selbst kann, darf, soll, ja muss also mein Leben formen. Ich entscheide, was und wer ich sein will. Und mehr noch: ich bin - der göttliche Anteil in mir ist - Adressat von Gebet und Zwiegesprache.

Mein Gott ist ein Gott der Liebe, und seine Liebe besteht in der Gewährung der Entscheidungsfreiheit jedes Einzelnen.

Immer und immer wieder haben sich Menschen gefragt, wie Gott schlimme Ereignisse wie Gewalt, Kriege, Katastrophen und Ungerechtigkeiten zulassen kann. Also, ich glaube, das Einzige, was dieser Gott zulässt, ist die Entscheidung jeder Seele, welche Rolle sie in diesem Leben spielen, welche Erfahrungen sie machen möchte.

Und ob es sich um Mutter Theresa oder Hitler handelt, ob ‚gut‘ oder ‚schlecht‘, mein Gott wertet nicht, verurteilt nicht, straft nicht. Was hätte es auch für einen Sinn, Wahlfreiheit durch Sanktionen im Falle einer ‚falschen‘ Wahl einzuschränken? Es wäre dann keine Wahl-Freiheit mehr.

A 2

UNSER A-Z:
ANLEGEN, BAUSPAREN,
FINANZIEREN,
VERSICHERN
UND ZUHÖREN.


Sparkasse Göttingen
SEIT 1802

Gott bringt sich durch *alle* Lebewesen zum Ausdruck und erfährt sich dadurch.

Mein Gott ist kein gütiger Vater, keine Energiewolke, nicht lokalisierbar. Da sitzt niemand dort draußen, irgendwo oben, und erfüllt die Sehnsüchte und Gebete dieser Menschen ganz, einiger ein bisschen und anderer wieder gar nicht. Da ist etwas, in uns, und dieses Innere von uns allen zusammen ist Gott.

Wir sind Gott. Ich bin Gott. Und Sie - sind es auch.



Cornelia Reichhold

Glückliches Ende

Sie wollte sich an einem Ast über dem Meer aufhängen. Um ganz sicher zu gehen, nahm sie eine Überdosis Opium und beschloss, sich anschließend zusätzlich zu erschießen. Als sie mit der Schlinge um den Hals von den Klippen sprang, feuerte sie gleichzeitig einen Schuss aus ihrem gezogenen Revolver ab. Doch der Ruck des sich spannenden Stricks ließ sie ihr Ziel verfehlen, und die Kugel durchschlug nicht ihren Kopf, sondern streifte den Strick, der anschließend unter dem Gewicht des Körpers nachgab, so dass die Frau fünfzehn Meter tief ins Meer stürzte. Dort schluckte sie so viel Salzwasser, dass sie das Opium wieder erbrach und als geäluarter Mensch an Land schwamm.

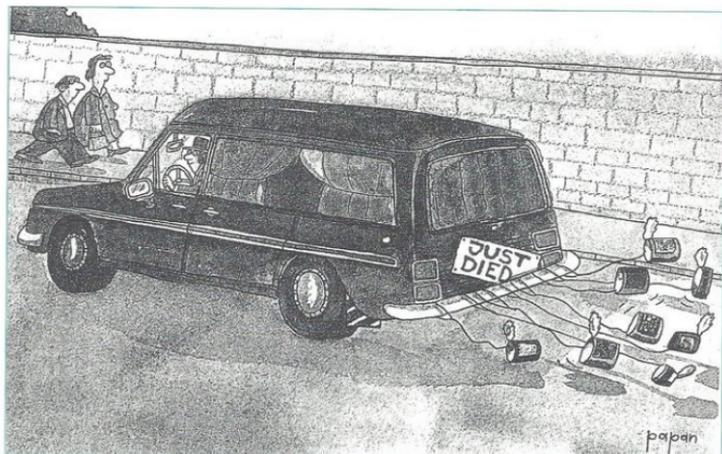
zitiert nach Sir Sydney Smith, Pathologe

Kurios

„Leiche“ hustet

Die Leichenwäscherin auf dem Friedhof von Herzlia nördlich von Tel Aviv erlitt den Schock ihres Lebens. Als sie der Leiche der 86 Jahre alten S. Gelfend die Haarspange entfernen wollte, hob diese den Kopf und begann zu husten und zu keuchen. In Panik rannte die Leichenwäscherin S. Pinchas aus dem Raum. Retter brachten die 86 jährige zur Intensivstation des nächsten Krankenhauses.

aus: Göttinger Tageblatt
vom 31.8.2001



Vom Drachenfliegen und anderen Vorstellungen

Drachenfliegen und Sterben

„*Drachenfliegen hat mir Spaß gemacht. Besonders der Moment, wenn der Boden unter den Füßen zurückbleibt und der Drachen zu tragen beginnt. Drachenfliegen habe ich gerne gemacht.*“ Die Patientin erzählte mir von ihren Hobbies. Ich habe sie im Krankenhaus Northeim besucht. Sie ahnte damals, dass sie nicht wieder gesund werden würde. Wir sprachen dennoch nicht oft von ihrem Tod. Nur als sie mir vom Drachenfliegen erzählte, spürte ich, dass sie jetzt über ihre Zukunft sprach.

Ich selber bin kein Drachenflieger - aber ihr Bild vom Abheben habe ich behalten. Es ist mein Bild für das Sterben geworden: der lange Anstieg auf einen Berg, die Mühsal beim Tragen des Flugdrachens, dann der Anlauf und schwebend abheben. An dieses Bild habe ich seither immer wieder denken müssen, wenn ich bei Menschen am Bett saß. Das Bild vom Drachenfliegen hat mir geholfen, den schweren Atem und die Anstrengung in den Gesichtern zu ertragen. Ich stellte mir vor: dieser Mensch ist jetzt auf dem Weg zum Berggipfel. Von dort wird er losfliegen. Der Weg zum Gipfel ist ein mühevoller und steiler Weg. Darum geht der Atem schwer und der Schweiß tritt auf die Stirn.

Die Wirklichkeit durchsichtig machen

Spiritualität am Krankenbett heißt für mich, solcher Art tröstliche Bilder in sich bereit zu halten. Das Angesicht des Todes erscheint oft erschreckend. Darum brauchen wir andere Bilder, - Gegenbilder: Vorstellungen, die die Wirklichkeit des Todes in sich aufheben, - transzendieren, würden Theologen sagen. Sie meinen damit, dass die sichtbare Realität für eine andere Wirklichkeit durchsichtig wird. Die amerikanische Philosophin Susanne Langer spricht von der Kraft zu symbolisieren. Dieser Symbolisierungsprozess gelingt mit Hilfe von Vorstellungen, die über unsere fassbare Welt hinaus greifen.

Christliche Vorstellungswelten

Die Bibel ist voll solcher Vorstellungen: da ist von Abrahams Schoß die Rede, auf dem die Verstorbenen sitzen dürfen. Paulus träumt von der Gemeinschaft mit Christus. Meist sehnten sich die Menschen der frühchristlichen Jahrzehnte nach dem Heranbrechen eines neuen Zeitalter. Dieses ‚Äon‘, so hofften sie, wür-

de die neue Gerechtigkeit bringen. Gott und sein Sohn würden dann das Recht in der Welt aufrichten. Wenn dieser Tag des neuen Äons käme, dann würden die Toten auferstehen und an der Gerechtigkeit Gottes teilhaben. Solche Vorstellungen hatten die ersten Christen übrigens aus dem Judentum mitgebracht. Die Offenbarung des Johannes beispielsweise ist ein ganzer Bilderbogen voll tröstlicher Vorstellungen. Die Christen litten unter Verfolgung und öffentlicher Diffamierung. Da tat es gut, sich auszumalen, wie es wird, wenn Gott die Verfolger zur Rechenschaft zieht. Für uns heute sind die drastischen Strafgerichtsvorstellungen der Johannesoffenbarung eher erschreckend. Doch damals in den ersten nachchristlichen Jahrhunderten konnten genau diese Bilder die Kraft zum Weiterleben vermitteln. „*Das Unrecht kann nicht überdauern! Gottes Gerechtigkeit ist stärker!*“, so sagt die Hoffnung, die hinter den Visionen der Johannesoffenbarung steht.

Zu allen Zeiten haben sich Menschen Bilder und Vorstellungen über das gemacht, was uns hinter dem Tod erwartet. Solche Bilder konnten den Menschen ihre Angst nehmen und trösteten. Später bekamen diese Bilder aber auch disziplinierende Funktionen: Vorstellungen von Höllenstrafen und Fegefeuer verbreiteten Furcht und Schrecken. Solche Vorstellungen stärkten den Einfluss derjenigen, die über diese Bilder bestimmten. Das war Bildermisbrauch.

Trotz der Gefahr solchen Missbrauchs meine ich: wir brauchen Bilder und Vorstellungen, die uns helfen, die sichtbare Realität zu deuten.

Die Wirklichkeit der Bilder

„*Aber sind das nur Bilder? Sind das nur unsere Vorstellungen?*“ So könnten Sie, liebe Leserinnen und Leser, nun fragen. Ich glaube, die Wirklichkeit des Todes entzieht sich tatsächlich unserer Vorstellungskraft - genau wie Gott immer ein Geheimnis bleiben wird. Doch wir haben Anhaltspunkte im biblischen Glauben, in den Hoffnungen der ersten Christen. Wir haben unsere eigenen Erfahrungen. Darin finde ich Hinweise dafür, dass unsere Vorstellungen die Wirklichkeit des Todes zwar nicht erfassen können, aber dennoch an seiner Wahrheit teilhaben. Nur können wir Menschen diese Wahrheit nicht anders als in Bildern zum Ausdruck bringen.

Spiritualität bedeutet für mich, sich für diese andere bedeutungsvolle Wahrheit hinter der sichtbaren Realität zu öffnen. Diese Offenheit kann sich über alle Lebensbereiche ausbreiten. Sie ist eine Voraussetzung für einen besonderen Respekt vor der Welt.

Übrigens: hinter jedem Gebet steht für mich als Christ die Vorstellung, dass da jemand ist, der hört. Selbst bei



seelsorgerlichen Gesprächen habe ich eine Ahnung davon, dass außer mir noch jemand zuhört. Das sind auch nur Bilder und Vorstellungen. Doch ich glaube, dass solche Vorstellungen und Ahnungen tatsächlich von den Zusagen Gottes gedeckt sind. Insofern bin ich wohl ein spiritueller Mensch.

Matthias Opitz

Pastor, Klinik- und Hospizseelsorger

Ein Dröhnen: es ist die Wahrheit selbst unter die Menschen getreten, mitten ins Metapherngestöber.

(Paul Celan, in: *Atemwende*)

A 3

Seniorenwohnanlage in der Paschenburg



Lebensqualität und Lebensfreude im Alter

- betreutes Wohnen
- vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- fast jedes Appartement mit Balkon bzw. Terrasse

In idyllischer, ruhiger Lage und doch zentral im wunderschönen Luftkurort Hardegsen - gute Verkehrsanbindung nach Göttingen und Northeim.

Die Appartements werden von den Bewohnern mit den eigenen vertrauten Möbeln eingerichtet. Auch in den Pflegezimmern können einige persönlich vertraute Dinge zum Heimatgefühl beitragen.

Seniorenwohnanlage in der Paschenburg
In der Paschenburg 3, 37181 Hardegsen
Telefon 05505-9406-6, Fax 9406-76

Spiritualität im Hospiz - eine alltägliche Erfahrung

Spiritualität am Sterbebett ist für die Mitarbeiter des Hospizes eine alltägliche Erfahrung und weit mehr als ein transzendentes Phänomen. Wie *Spiritualität* wohl in allen intensiven Begegnungen von Menschen spürbar wird, so doch ganz besonders in den Momenten des Lebensbeginns und des -endes. Wahrscheinlich wird niemand, der beruflich mit Geburtshilfe zu tun hat, in eine nüchterne, ihn nicht mehr berührende Routine verfallen. Bei aller Professionalität.

Im Hospiz findet eine Form von Geburtshilfe statt, deren Bewegungsrichtung eine scheinbar entgegen gewandte ist. Unsere Aufgabe ist die Begleitung des sterbenden Menschen auf seinem Weg in den Tod. An dieser Stelle soll eine kritische Betrachtung des Begriffes ‚Sterbebegleitung‘ erlaubt sein. Für den Begleitenden ist dieser Weg natürlich ein sehr beschränkter, und er hört spätestens mit dem Eintritt des Todes auf. Und zumindest in der professionellen Begleitung ist die Distanzierung eine immer wiederkehrende Notwendigkeit, so dass von einer Begleitung im lückenlosen, kontinuierlichen Sinn nicht gesprochen werden kann. Aber unsere Begleitung verstehen wir als Angebot für den Sterbenden, ihn in seiner Bedürftigkeit und seinen Bedürfnissen wahrzunehmen und eine Grundlage für sein Sterben in seinem Sinn zu schaffen. Dabei findet eine Annäherung statt, die mit einem gewissen Maß an Empathie zu einer professionell-persönlichen Beziehung führen kann. Innerhalb dieser Beziehung können dann Erlebnisse stattfinden, die im Angesicht des nahen Todes spirituelle Dimensionen haben.

Einem Menschen nahe zu sein, der die - nach seiner Geburt - wahrscheinlich bedeutendste existenzielle Erfahrung macht, geht nicht ohne Spuren an uns vorbei. Im Fokus unserer Arbeit mit den Patienten steht die sogenannte Symptomkontrolle. Das heißt, wir achten auf die für den Betroffenen unmittelbar erfahrbaren Phänomene wie Atmung, Hunger, Durst, Verdauung, Übelkeit und die Schmerzsituation. Oft erleben wir dabei krankheitsbedingte Störungen: Atemnot, starke Schmerzen, Erbrechen, Angst und Unruhe. Hier ist es unsere Aufgabe, dem Patienten zu einem Zustand ohne Qual zu verhelfen und ihm eine Möglichkeit zu bieten, mit Bewusstheit seine verbleibenden Lebens-tage zu verbringen.

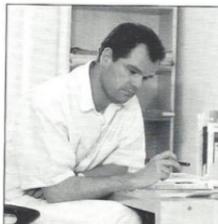
Die Frage, wieviel *Spiritualität* für die Betroffenen in einem Zustand mit permanenten Schmerzen, Übelkeit

und Obstipation möglich ist, kann hier nur gestellt, aber nicht beantwortet werden. Ganz sicher ist es dem Patienten aber ohne diese oder andere Beschwerden besser möglich, sich noch einmal den Dingen, Gedanken und Gesprächen zu widmen, die ihm wichtig sind und die noch getan, gedacht und gesprochen werden müssen, um das Leben zu einem für ihn guten Abschluss zu bringen. Gelingt dies, ist wohl ein Beitrag zu *Spiritualität* geleistet

„Im Hospiz findet eine Form von Geburtshilfe statt“

worden. So kann es dem Sterbenden beispielsweise möglich sein, ohne Schmerzen gut und tief zu schlafen und dabei einen Traum zu haben, der ihm in der Sprache der Bilder noch etwas Wesentliches sagt. So erzählte ein Patient eines Morgens, er habe in der Nacht geträumt, dass er von einer Reise nach Hause zurückgekehrt sei. Dort habe er dann ein Buch über diese Reise geschrieben. Ein Buch mit drei Seiten. Der Aufbruch, das Unterwegssein und die Wiederkehr. Und das Schreiben habe in einer Stimmung völliger Zufriedenheit und im Einverständnis mit sich selbst stattgefunden; mit dem Gefühl, dass die Reise gut gewesen und nun abgeschlossen sei. Und als die letzte Zeile geschrieben war, habe ihn ein Gefühl des Glücks erfasst - und damit sei er aufgewacht. Dieser Patient war spürbar beeindruckt und fragte, was dieser Traum wohl zu bedeuten habe.

Ein kleines Beispiel von vielen, das verdeutlichen mag, dass *Spiritualität* im Hospiz durchaus erfahrbar und miterlebbar ist. Als Hospizmitarbeiter einen Beitrag zu leisten, dass eine Lebensreise gut zu Ende geht, und dann - wie im geschilderten Traum - daran teilhaben zu dürfen, gehört wahrscheinlich zu den intensivsten und letzten Endes schönsten Aufgaben.



Gregor Linnemann

stellvertretender Leiter des stationären Hospizes an der Lutter

Spirituelle Erfahrungen ambulanter Hospizmitarbeiterinnen

Helma Riemenschneider:



„Ich begleitete Herrn M., Mitte fünfzig, mehrere Wochen im Hospiz. Wir hatten viele Gespräche miteinander. Mit der Zeit wurde er zusehends schwächer. Als mein vierzehntägiger Osterurlaub vor der Tür stand, erzählte ich Herrn M. davon, und er wünschte mir viel Spaß und gute Erholung. Ich ver-

abschiedete mich im Inneren von meinem Patienten und wünschte ihm ein ruhiges Ende. Als ich mich nach vierzehn Tagen im Hospiz zurück meldete und nach Herrn M. fragte, wartete er schon auf mich. Ich kam in sein Zimmer, und er strahlte mich an, wollte von meinem Urlaub hören. Während des folgenden Gesprächs wurde seine Stimme immer leiser. Ich ging still aus dem Zimmer. Am nächsten Tag besuchte ich ihn am Vormittag, und als ich am Nachmittag noch einmal hineinschaute, schlief er ganz fest. Am folgenden Tag wurde ich gegen Nachmittag plötzlich sehr unruhig und fuhr sofort ins Hospiz. Herr M. hatte gerade seinen Nachbarn zu Besuch. Als ich hereinkam, lächelte er mich an und legte seinen Kopf auf die Seite. Seine Atmung war sehr, sehr schwach. Ich sah, wie die Abstände zwischen den Atemzügen immer länger wurden. Herr M. ist ganz ruhig und still gegangen. Ich durfte bis zum letzten Atemzug bei ihm sein.“

Heike Schiller:

„Ich möchte von einem Erlebnis mit einer dreißigjährigen Frau berichten, die ich über zwei Jahre hin, bis zu ihrem Tod, begleitet habe.

Meine Begleitung zog sich über zwei Jahre hin. Ihre schlechte Anfangssituation, in der um Hilfe vom Hos-

piz gebeten wurde, besserte sich so nachhaltig, dass ich sie schon bald nicht mehr als Sterbende besuchte, sondern als neue Bekannte. Sie hat mir viel erzählt aus ihrem langen Leben, und ich habe eine Menge von ihr gelernt. Gestorben ist sie innerhalb einer Woche nach einem plötzlichen Schlaganfall, nach dem

„Ich habe eine Menge
von ihr gelernt“

sie feste und flüssige Nahrung verweigerte und man sie dank ihrer Patientenverfügung gewähren lassen konnte.

Bei meinem letzten Besuch ging ich mit dem Gedanken zu ihr, meine wöchentlichen Besuche auf vierzehn Tage auszudehnen, weil ich im Moment nicht die Zeit hatte, sie in diesem kurzen Abstand weiter zu besuchen. Ich dachte, das kann ja noch Jahre mit ihr gehen, da haben wir noch genug Zeit. Beim Abschied fragte sie mich, wann ich wiederkäme. Das fragte sie sonst nie. Ich sagte, nächste Woche nicht, übernächste, drückte ihr die Hand und ging. Vier Tage später erreichte mich der Anruf, dass sie einen Schlaganfall erlitten habe. Am Nachmittag eilte ich zu ihr. Sie war nicht ansprechbar. So ging ich nach einer Weile stummen Anstarens. Ich begriff noch nicht, nur der Gedanke, jetzt kommst du öfter.

Am nächsten Tag war der Sohn bei ihr. Wir kannten uns bisher nicht. Ein Gespräch über sie, mich, uns, immer wieder ein Blick zu ihr, die unruhig auf der Seite lag. Ihre Hand schob sich manchmal in die Höhe und man sah ihre blauen Flecken. Doch es war nicht meine Zeit. „Dann lass ich Sie jetzt mit Ihrem Sohn allein“, sagte ich und drückte ihre Hand. Ich war unsicher, sie zu berühren. Man hatte erzählt, sie stoße alle beiseite, wolle niemanden mehr an sich heran lassen. Ich hielt ihre Hand und sagte etwas Belangloses, etwas Beruhigendes, als sie die Augen öffnete. Sie versuchte mit ihrem verschleierte Blick etwas zu erkennen, drückte irgendwie meine Hand und ließ sich dann fallen. „Ich komme morgen wieder“, sagte ich und ging.

Am nächsten Tag war sie allein. Es dunkelte draußen, das Licht war gedämpft. Da begriff ich endlich, dass sie sterben würde. Tage ohne Nahrung und Flüssigkeit, pure Verweigerung. Wie lange überlebt man ohne Trinken? Sie lag da, unruhig, warf das Bett zurück, holte es sich wieder. Ihr Atem ging ruhig, nur manchmal stöhnte sie kurz auf. Schmerzen fühlte sie augenscheinlich nicht. Ich hatte mir überlegt, ihr das Rückert-Gedicht von dem Nadelbaum, der kein Nadelbaum mehr sein wollte, das sie mir oft auswendig hergesagt hatte, vorzulesen. So las ich, erst schüchtern, leise, unsicher, dann mit besserer Betonung. Und dann las ich ihr die anderen Gedichte gleich mit. Sie zeigte keine für mich wahrnehmbare Reaktion, auch nicht, als ich ihr von meinem Alltag erzählte. Dann fiel mein Blick auf das Wilhelm-Busch-Buch, das dicke, mit dem roten Einband. Natürlich, durchfuhr es mich, *Max und Moritz*, das ist es jetzt. Zum letzten Weihnachtsfest hatte sie noch Zeichnungen daraus gefertigt und auf

„Da begriff ich endlich,
dass sie sterben würde.“

Leintaschen drucken lassen und an all ihre vielen Freunde und Bekannten verschenkt. So las ich die Streiche, und es machte mir zunehmend Spaß.

Am nächsten Nachmittag las ich wieder. Sie lag nackt, zog sich nach Auskunft der Pflegerin immer wieder das Nachthemd aus. Ich deckte sie zu. Sie war nicht wach. Wieder las ich die 'Streiche' und vieles mehr aus dem Buch, und die Sprache wurde flüssiger. Sie lag da und strich sich die Haare hinter das Ohr, so fahrig, wie sie es sonst auch immer getan hat, und ich dachte, vielleicht hört sie ja wirklich etwas von dem, was ich hier lese. Ich erzählte ihr noch etwas von mir und machte mich lustig darüber, dass sie mir jetzt zuhören müsse, so wie ich ihr fast zwei Jahre zuhörte. „Bis morgen“, sagte ich, und drückte sie an der Schulter.

Am nächsten Tag war eine Freundin von ihr da. So blieb ich nur kurz und ging, dann komme ich morgen früh wieder vorbei.

Dann passierte etwas, das ich selbst bis heute kaum glauben kann. Ich hatte mir morgens in der Stadt eine CD gekauft, die ich mir schon lange gönnen wollte. Ich kannte sie aus einem Seminar zum Thema *Totentanz*. Den ganzen Nachmittag hörte ich diese Musik, Saxophon, Synthesizer, Perkussion. Ich dachte dabei an mich, an mein Leben und an das, was ich endlich einmal ändern muss, und spürte eine tiefe Lebendigkeit in mir. Zu meinem Nachmittagsbesuch ging ich besonders beschwingt. Eine Veränderung ihres Zustandes war nicht festzustellen, und ich las und redete wie jedes Mal so vor mich hin. Zu Hause hörte ich weiter die Musik, immer wieder, und der Rhythmus erfasste mich.

Am Abend stülpte ich mir Kopfhörer über, um mich noch mehr abzuschließen von der Umwelt, um bei

„... einem Licht entgegen, das immer heller wurde.“

mir zu sein. Und dann geschah es. Ein Bild tauchte vor mir auf, ganz unvermittelt. Ich sah zwei Gestalten, wie Schattenrissfiguren in schwarz-weiß, die, von einem dunklen Kreis umgeben, Hand in Hand vorwärts schritten. Die eine Gestalt ging aufrecht, die andere gebeugt, gestützt auf einen Stock. Sie folgten dem Rhythmus der Musik und gingen einem Licht entgegen, das immer heller wurde. Ich fühlte plötzlich, dass ich es war, die eine Hand hielt, ihre Hand. Langsam ging es im Fluss der Musik vorwärts. Dann lösten sich unsere Hände und ich blieb stehen. Die Seite des Bildes, auf der ich stand, verdunkelte sich, und die gebeugte Gestalt ging allein weiter und verschwand langsam in dem Licht. Als ich die Augen öffnete, sah ich sofort auf die Uhr und dachte, wenn sie jetzt gestorben ist, dann warst

du dabei. Ich war furchtbar aufgewühlt, und die Musik machte mich ganz irre. So etwas gibt es nicht, dachte

ich, aber ich sah mich noch immer vor dem Licht stehen und hinter ihr hersehen. Dann

dachte ich gar nichts mehr, ging ins Bett und fiel in einen unruhigen Schlaf.

Morgens kam der Anruf, dass sie gestorben sei, so gegen halb sechs Uhr hatte man es bemerkt. Es überraschte mich nicht wirklich.“

„Es überraschte mich nicht wirklich.“



Peter Gaymann



Das Führungs- und Außendienst-Team der DAK Göttingen steht Ihnen mit allen Mitarbeitern für Fragen zur Pflegeversicherung gern zur Verfügung.

Zukunft kann auch Pflegefall bedeuten.

Unfälle oder Krankheiten halten sich nicht an Ihre Zukunftspläne. Im Falle eines Falles kommt die Kasse natürlich für Pflegegeld, Pflegemittel und den Pflegeeinsatz auf. Aber die Leistungen der DAK-Pflegekasse gehen weit darüber hinaus. Uns geht es nicht in erster Linie ums Geld, sondern um die optimale Versorgung. Das heißt zum Beispiel für Sie: Die DAK erstattet Pflegekurse für Angehörige, vermittelt Kurzzeitpflegeplätze und übernimmt die Qualitätsprüfung von Verträgen, Einrichtungen und Personal. Sie sehen, die DAK leistet einfach mehr.

Interesse? **DAKdirekt:** 0551-4978 0 oder 01801-325 325

www.dak-mehr-leistung.de



DAK-Geschäftsstelle
Weender Landstr. 1
37073 Göttingen
Tel.: 0551- 4978 0
Fax: 0551- 4978 119
dak061100@dak.de

DAK
tut
gut.

Menschen im Hospiz

Eva Strehler, 26 Jahre, Studentin (Englisch, Französisch, Theologie):



„Wie ich zum Hospiz kam? Wenn ich jetzt zurückschaue, sehe ich, dass es ein langer, mir oft verborgener Weg war. Schon, als ich noch zur Schule ging, betreute ich nachmittags eine ältere Dame. Die Nachmittage mit ihr waren schön, aber ich habe auch festgestellt, wie schnell ich mit meiner Geduld zuweilen am

Ende war. Es war nicht immer leicht für mich, mich auf sie einzustellen. Später, hier in Göttingen, arbeitete ich zwei Jahre lang in einem Altenpflegeheim. Die Arbeit hat mir erst sehr gefallen, dann allerdings fand ich es schwierig, dass man eigentlich kaum richtig Zeit mit den Menschen verbringen konnte. Ich hatte oft das Gefühl, dass es eigentlich gut gewesen wäre, noch länger zu bleiben, zu reden oder einfach da zu sein. Mit der Zeit wurde es für mich schwieriger; oft wurde Aushilfen Verantwortung übertragen, die sie nicht tragen konnten und durften. Ich habe mich dabei sehr unwohl gefühlt und schließlich mit der Arbeit aufgehört.

Aber irgendwie ging es weiter in die Richtung. Der Mann meiner guten Freundin und die Frau eines Bekannten starben im Hospiz. Von beiden Seiten hörte ich, wie gut die menschliche Betreuung dort sei, welche Wärme und Hilfe sie erfahren haben. Konnte das etwas für mich sein? Ich war unsicher, schließlich war ich bis jetzt zwar mit alten, aber noch nicht mit sterbenden Menschen in Kontakt gekommen, - einen toten Menschen hatte ich auch noch nie gesehen. Das Ganze schien einfach vermessend (und scheint es mir zuweilen immer noch). In den folgenden Monaten las ich viele Bücher über die Hospizarbeit und dachte viel darüber nach. Schließlich sprach mich die Freundin, deren Mann im Hospiz gestorben war, an und sagte mir, dass in Kürze ein Schulungsseminar anfangen würde. Und ich weiß nicht, warum, aber es fühlte sich richtig an. Die Seminarabende waren wunderbar, 'Mitschülern' sehr wertvolle Menschen kennen gelernt.

Ja, und jetzt bin ich in meiner ersten Begleitung. Und es ist irgendwie doch alles ganz anders als gedacht. Es gibt sehr intensive Zeiten, in denen ich spüre, dass es gut ist, wenn ich da bin, aber es gibt auch Zeiten, in denen ich denke, ich bin gar nicht wichtig, ich werde gar nicht gebraucht. Ich muss noch einen Weg finden,

mir klar zu machen, dass selbst dann, wenn nicht so spürbar Hilfe gebraucht wird, das Dasein gut ist, dass hier Grundlagen gelegt werden für spätere Situationen. Viel ist noch zu lernen für mich, ich beneide die ‚alten Hasen‘ um ihre Lebens- und Hospizerfahrung. Aber ich stehe am Anfang und kann eben auch viel lernen. Schon jetzt bemerke ich, wie wichtig es mir ist, an der Hospizbewegung teilhaben zu dürfen, und ich bin sehr gespannt, wo in der Zeit nach dem Studium mein Platz darin sein wird. Irgendwie hat Gott mich in diese Gruppe geführt, irgend etwas wird er daraus machen.“

Ambulantes Hospiz an der Lutter

Ehrenamtliche Hospizmitarbeiter/-innen gehen zu Schwerkranken und Sterbenden nach Hause. In enger Zusammenarbeit mit den ambulanten Pflegediensten und den Hausärzten unterstützen sie die Betroffenen und deren Angehörige und Freunde.

Sie können mit uns jederzeit unverbindlich Kontakt aufnehmen, um mit uns zu sprechen und zu beraten, ob unsere Unterstützung sinnvoll ist.

Bitte wenden Sie sich an:

Gabriele Junge
ambulantes Hospiz
An der Lutter 26
37 075 Göttingen

Tel.: 05 51 / 3 83 44-11
Fax: 05 51 / 3 83 44 44

Stationäres Hospiz an der Lutter

Schwester Beatrix Haan
An der Lutter 26
37 075 Göttingen

Tel.: 05 51 / 3 83 44 - 10
Fax: 05 51 / 3 83 44 - 44

eMail: hospiz@hospiz-goettingen.de

Nachruf auf

Regine Stebisch

Regine Stebisch ist am 18. Januar 2002 im Alter von 46 Jahren gestorben.

Geboren in Seesen am Harz, verbrachte sie ihre Kinderjahre und Jugendzeit in Bremerhaven. Nach dem Abitur kam sie nach Göttingen, um hier Sozialwissenschaften zu studieren. Während dieser ganzen Jahre, bis zu ihrem Lebensende, galt ihr gesamtes Wirken anderen Menschen. Sie engagierte sich in verschiedenen Organisationen, um zu helfen und sich um sie zu sorgen, um ihnen, wie sie immer sagte, mehr Lebensfreude zu vermitteln. Auch bei uns im ambulanten Hospiz war sie seit einigen Jahren tätig.

Ich habe in ihr meine beste Freundin verloren. Vom Grunde ihres Herzens war Regine ehrlich, offen, gut und einfach immer für mich da. Trotz ihrer schweren angeborenen Krankheit war sie lebenslustig und spontan, liebte die Natur und das Meer. Sie lebte jeden Tag vollkommen ausgefüllt und schonte sich nie, wollte alles noch erleben, gerade, weil sie wusste, dass ihre Zeit begrenzt war. Sie sagte immer: „*Ich bin für Lebensqualität, nicht für Quantität.*“

Im letzten Jahr ging es ihr sehr gut, und wir hatten Hoffnung, das dies so bleiben würde. Wir machten Pläne und freuten uns auf den Frühling, auf Flohmärkte und auf Rügen, unsere Urlaubsinsel.

Sie starb ganz plötzlich und unfassbar schnell.

Die Erinnerungen an sie sind schön und schmerzlich und tief. Ich bin glücklich, sie gekannt zu haben, und weiß, dass es ihr dort, wo sie jetzt ist, gut geht.

Regine, Deinen Platz in meinem Herzen und meinem Leben hast Du sicher, und Du fehlst mir ohne Ende.

Iris Heybowitz



Einmal
da hörte ich ihn,
da wusch er die Welt,
ungesehen, nachtlang,
wirklich.

Eins und Unendlich,
vernichtet,
ichten.

Licht war. Rettung.

(Paul Celan, in: *Atemwende*)

Spenden

Originelle Ideen

Es ist nur nur allzu wahr, dass alle Hospize auf Spenden angewiesen sind. Das hat der Gesetzgeber so gewollt und festgeschrieben. Dem *Hospiz an der Lutter* geht es da nicht anders.

Viele von Ihnen wissen das und spenden treu und regelmäßig große und kleine Beträge, die unser Hospiz und damit die Patienten und die Angehörigen unterstützen. Das macht uns Hospizmitarbeiter sehr dankbar, spüren wir doch, - neben der wirtschaftlichen Hilfe, wie unsere Arbeit gewürdigt wird.

Über drei Begebenheiten mit Spenden möchte ich hier beispielhaft berichten:

Seit einigen Jahren veranstaltet Frau Otte im Schützenhaus einen adventlichen Basar, wo Hobbykünstlerinnen und Heimwerker ihre Kostbarkeiten verkaufen können. Damit auch für das leibliche Wohl der Besucher gesorgt ist, gibt es ein Kuchenbuffet mit herrlichen, von den engagierten Teilnehmerinnen selbst gebackenen Kuchen. Der Erlös dieses Buf-

fets ging bereits dreimal an das *Hospiz an der Lutter*.

Jedesmal wurde ich eingeladen, am Ende des Basartages zu kommen, um ein dickes Sparschwein entgegen zu nehmen, in dem viel Geld klappert und raschelt. Es waren immer über 500 Euro. Das zeigt, wie gut der Kuchen war und welch gute Gesinnung hinter diesem Bazar steht.

Herrn Opitz erreichte ein Anruf mit dem Hinweis, wir möchten doch bitte am 4. Juli 2002 um 17.30 Uhr eine Spende für das Hospiz im Kneipencafé *Paradies* am Papendieck abholen. Man kann sich das *Paradies* größer vorstellen, gemütlicher kann es kaum sein. Sofort merkten wir die familiäre Atmosphäre, in die wir durch Herrn Gremmes und Herrn Uysal mit einbezogen wurden. Herr Uysal ist mit seinem Bruder der Besitzer des Cafés und veranstaltet einmal im Jahr für seine Stammgäste einen kostenlosen Grillabend, an dem Spenden für einen wohltätigen Zweck gesammelt



werden. Herr Gremmes kennt das Hospiz und hat den Kontakt zum Hospiz hergestellt. Nach einer freundlichen Bewirtung und guten Gesprächen verließen Pastor Opitz und ich wieder das *Paradies* mit einem Scheck über 200,00 Euro und hatten ein Stück Himmel erlebt.

Kennen Sie die *Soroptimister*? Das ist eine Abkürzung für *sorores optimae*, zu Deutsch, *die besten Schwestern*. Es handelt sich um eine internationale Frauenorganisation, deren Mitglieder sich nach festen Satzungen regelmäßig treffen und viele gute Aktivitäten entfalten.

Einige Damen, die in Göttingen zu den *Soroptimisten* gehören, haben aus unterschiedlichen Gründen ganz persönlichen Kontakt mit dem Hospiz geknüpft und sich auch für das Hospiz als 'beste Schwestern' gezeigt. Dabei wurde eine Idee geboren, die mir sehr gut gefällt, weil viele mitmachen können: das *Benefizdinner mit Tanz* in der umgebauten Scheune von Frau Beatrix Terjung. In der Satireform auch 'Ringelhospiz mit Anfassern' genannt. Scheune ist ein falscher Begriff für den herrlichen Saal, der sehr geschmackvoll ausgebaut wurde und eingebettet ist in einen wunderschönen Garten mit Hof und alten Bäumen, so dass sich jeder sehr willkommen fühlt. Ein Fest habe ich mitgefeiert und war begeistert von den Gastgeberinnen, der Atmosphäre, dem Essen aus *Gebhardt's Hotel* und dem Tanzen. Herr Opitz war beim zweiten Fest dabei, und auch ihm hat es sehr gut gefallen.

Nach dem ersten Fest wurde dem Hospiz ein Scheck über 5.000 DM übergeben und nach dem zweiten einer über 2.500 Euro.

Gern erzähle ich in den nächsten Ausgaben der *Göttinger Hospiz-Mitteilungen* weitere Spenden-geschichten, wenn sich welche ereignen.

Beatrix Haan



Dank

Wir danken allen fördernden Mitgliedern und Spendern sehr herzlich für die finanzielle Unterstützung unserer Hospizarbeit. Auch all denen, die unser Hospiz fördernde Projekte durchführen bzw. mit Sachspenden ermöglichen, gilt unser Dank.

Liebe Leserin, lieber Leser,

in dieser Ausgabe der *Göttinger Hospiz-Mitteilungen* finden Sie Anzeigen, mit denen das Hospiz einen beträchtlichen Teil der Druckkosten finanziert. Wir bedanken uns bei allen Auftraggebern.

Unser besonderer Dank gilt dem Inhaber der Marien-Apotheke, Herrn Karl-Heinrich Reimert, der diesen Druck großzügig sponsert.

Unserem Grafiker, Herrn Klaus Czytko, sprechen wir an dieser Stelle auch einmal unseren Dank aus für seine ehrenamtliche, treue Mitarbeit an den *Göttinger Hospiz-Mitteilungen*. Was wäre unsere Zeitung ohne Ihr Titelblatt, Herr Czytko!?

Ihre Redaktion

Neuer Wagen für das ambulante Hospiz

Das *Hospiz an der Lutter* hat im Oktober vom Autohaus Evertz in Rosdorf einen neuen *Renault Twingo* kostenlos für 36 Monate zur Verfügung gestellt bekommen. Mit dieser Aktion unterstützt die Firma die ambulante Hospizarbeit bereits zum zweiten Mal. *Renault* setze auch auf soziale Aspekte, betonte Geschäftsführer Hans-Jürgen Führer bei der Schlüsselübergabe. Wir bedanken uns herzlich!

Sie, liebe Leserin, lieber Leser,

können unsere Arbeit durch Spenden, Patenschaften oder ein Vermächtnis mittragen.

**Spendenkonto: 44 300 770
BLZ 260 500 01 (Sparkasse Göttingen)**

Ihre **Spende** hilft, die laufenden Kosten des stationären und des ambulanten Hospizes zu decken. Jeder Betrag ist uns willkommen und wichtig.

Nicht immer sind Patienten bzw. ihre Angehörigen in der Lage, den anfallenden Eigenbeitrag zu den Kosten für einen stationären Hospizaufenthalt aufzubringen. Hier können Sie gezielt helfen, indem Sie eine **Patenschaft** für solche Patienten übernehmen. Dabei liegt die Höhe Ihrer Unterstützung natürlich in Ihrem Ermessen. Gern kommen wir mit Ihnen darüber ins Gespräch.

Bitte wenden Sie sich an:

Dr. Kathrin Leven-Keesen

An der Lutter 26

37 075 Göttingen

Tel. 05 51 / 3 83 44-12

Fax 05 51 / 3 83 44-44

eMail:

k.leven-keesen@hospiz-goettingen.de

Sollten Sie in Erwägung ziehen, unser *Hospiz an der Lutter* in Ihrem Testament mit einem **Vermächtnis** zu bedenken, freuen wir uns darüber sehr.

Wie Sie Ihr Testament abfassen müssen und was Sie dabei formal und inhaltlich zu beachten haben, damit es nach Ihrem Willen eingelöst werden wird, erfragen Sie am besten bei einem Notar. Auf Wunsch können wir einen Kontakt herstellen.

Es wäre uns wichtig, Sie in dieser Angelegenheit persönlich zu sprechen.

Bitte wenden Sie sich an:

Pastor Matthias Opitz

An der Lutter 26

37 075 Göttingen

Tel. 05 51 / 50 34 - 1-292

Fax 05 51 / 3 83 44-44

Übrigens: Spenden sind steuerlich absetzbar. Selbstverständlich erhalten Sie von uns unaufgefordert eine Spendenbescheinigung.