

**hospiz***bewegung* *lebens*HAUS  
M ü n s t e r

# Hospiz-Forum

**Freude**

## Inhaltsverzeichnis

	Seite	2	Inhaltsverzeichnis
Doris Hanhart	Seite	3	Vorwort
Mascha Kaléko	Seite	4	Sozusagen grundlos vergnügt
Walburga Altefrohne	Seite	5	Freude
Christa Spilling-Nöker	Seite	7	Erste Schritte
Walburga Altefrohne	Seite	8	Freude im stationären Hospiz?
Erna Baumgart	Seite	10	Freudenbiografie
Andrea Lippold	Seite	11	Am Ende bleibt nur ein Ton
	Seite	12	Nachruf: Patrick Klaus
Drutmar Cremer	Seite	13	Dein Name bleibt
Friedel Schilling	Seite	14	Buchbesprechung: Die Radikalität des Alters
Walburga Altefrohne	Seite	16	Unternehmung Leben
Ambulante Hospizbewegung	Seite	18	Das kommt 2012
Hospiz Lebenshaus	Seite	19	Das kommt 2012
	Seite	20	Impressum

# Vorwort

DORIS HANHART

Liebe Freundinnen und Freunde  
der Hospizbewegung,

Sterbebegleitung – Trauerbegleitung  
und das Thema „Freude“?

Manche wird dieses Heft verblüfft in die Hand  
genommen haben...

und dann leuchten nach und nach Inseln auf

- noch einmal früh an einem Samstag den  
Wochenmarkt am Dom besuchen können,
- die Erinnerung an eine mitfühlende Be-  
gegnung bei einer Gedenkfeier,
- jemand schenkt mir beim Sonntagsfrühstück  
aufmerksam und wortlos eine Tasse Kaffee  
nach,
- meine Freude über die ersten Frühlings-  
boten - leuchtend orange - nach einem Jahr  
voller Abschiede und einem mühsam  
durchlebten Winter,
- wieder dort sein zu können, wo wir bisher  
immer gemeinsam waren – und das Gesicht  
der Sonne zuzuwenden....

Beziehungen, die mir einen Abschied abver-  
langen, Zeiten, die mich fordern, schenken mir  
auch die Wertschätzung, das Gespür für das,  
was wirklich zählt –  
Zuwendung, eingebunden sein, geschätzt sein,  
Farben, Musik, Bewegung ...

Jeder wird diese Anklänge für sich weiterfüh-  
ren können...

Lassen Sie sich einladen zu freudigen Momen-  
ten, lassen Sie sich inspirieren, Ihre Freude zu  
entdecken

... und neu aufzubrechen.

Ihnen herzlich verbunden

Doris Hanhart



Foto: Rainer Sturm, pixelio.de

## Sozusagen grundlos vergnügt

MASCHA KALÉKO (1907-1975)

Ich freu mich, dass am Himmel Wolken ziehen  
Und dass es regnet, hagelt, friert und schneit.  
Ich freu mich auch zur grünen Jahreszeit,  
Wenn Heckenrosen und Holunder blühen.  
- Dass Amseln flöten und dass Immen summen,  
Dass Mücken stechen und dass Brummer brummen.  
Dass rote Luftballons ins Blaue steigen.  
Dass Spatzen schwatzen. Und dass Fische schweigen.

Ich freu mich, dass der Mond am Himmel steht  
Und dass die Sonne täglich neu aufgeht.  
Dass Herbst dem Sommer folgt und Lenz dem Winter,  
Gefällt mir wohl. Da steckt ein Sinn dahinter,  
Wenn auch die Neunmalklugen ihn nicht sehn.  
Man kann nicht alles mit dem Kopf verstehn!  
Ich freue mich. Das ist des Lebens Sinn.  
Ich freue mich vor allem, dass ich bin.

In mir ist alles aufgeräumt und heiter:  
Die Diele blitzt. Das Feuer ist geschürt.  
An solchem Tag erklettert man die Leiter,  
Die von der Erde in den Himmel führt.  
Da kann der Mensch, wie es ihm vorgeschrieben,  
- Weil er sich selber liebt – den Nächsten lieben.  
Ich freue mich, dass ich mich an das Schöne  
Und an das Wunder niemals ganz gewöhne.  
Dass alles so erstaunlich bleibt, und neu!  
Ich freu mich, dass ich ... Dass ich mich freu.

# Freude

WALBURGA ALTEFROHNE

Als wir uns im Team die Frage gestellt haben, welches Thema wir in der Frühjahrsausgabe 2012 näher beleuchten möchten, fiel uns spontan die „Freude“ ein.

Ein schönes Thema, das passt: Es ist Frühling, wir feiern Ostern, wir lassen den Winter hinter uns und freuen uns auf diese schöne Jahreszeit. Aber was bedeutet eigentlich Freude? Dieses Gefühl, welches uns zuweilen aus der Fassung bringt, sprachlos macht und uns nicht nur zum Lachen, sondern auch zum Weinen bringt. Wir alle kennen das...

Grund genug, sich einmal näher mit dem Begriff „Freude“ zu befassen: Allerdings war das gar nicht so einfach wie es auf den ersten Blick schien, es erforderte die Recherche in der Uni-Bibliothek sowie das Nachfragen bei einer Psychotherapeutin.

Alle Menschen verfügen über eine emotionale Grundausstattung. Gefühle wie Ärger, Angst, Trauer, Freude, Ekel, Überraschung, Verachtung, Scham, Schuld, Verlegenheit und Scheu sind uns angeboren. Wissenschaftler bezeichnen dies als Basisemotionen.

Bemerkenswert ist, dass „negative Emotionen“ wie Furcht, Ärger oder Ekel bei uns Menschen häufiger auftreten und viel mehr erforscht werden als Freude, Zufriedenheit oder Entspannung. Das kann aus der Entwicklungsgeschichte des Menschen erklärt werden: Ein versäumter - oder nicht auftretender - Alarm für eine negative Emotion (z. B. fehlende Höhenangst) muss unter Umständen mit dem Leben bezahlt werden.

Dagegen ist ein versäumtes Signal für eine „positive Emotion“ (z. B. ein übersehenes Lächeln) eben „nur“ eine versäumte Gelegenheit von vielen.

Der Mensch hat anderen fühlenden Lebewesen voraus, dass er selbstreflektiert ist, das heißt wir können uns unserer Gefühle bewusst werden. Somit sind wir in der Lage, die emotionalen Signale zu verstehen, ob positiv oder negativ, und sie zu analysieren und dementsprechend zu beeinflussen und aktiv zu ändern.

Aber wann entsteht Freude in uns?

An der Universität Oxford stellte man fest, dass es viele Sinneseindrücke sind, die Freude in unserem Gehirn entstehen lassen. Oft genug ist Freude ein Nebenprodukt, etwa nach intensiver und konzentrierter Arbeit. Die Erfahrung, über sich hinauszuwachsen, neue Facetten der eigenen Persönlichkeit zu entdecken und sich in diesem Sinne zu verwirklichen, geht mit Freude einher.

Erleben der eigenen Kompetenz und Geschicklichkeit, die Möglichkeit in eigener Aktivität aufzugehen, beglückende Beziehungen, Zärtlichkeit, sinnliche Erfahrungen beim Besuch eines Konzertes, beim Genuss einer guten Speise, das befriedigende Erlebnis anderen etwas geben und schenken zu können, ein gelungenes Fest oder ein besonderes Naturerlebnis – dies alles sind Aktivitäten bzw. Erfahrungen, die das Gefühl der Freude auslösen können. Freude kommt auf, wenn wir für einen Augenblick mit ganzem Herzen und allen Sinnen bei der Sache sind, also auch,

wenn wir vollständig für andere Menschen da sind.

Was geschieht in unserem Gehirn wenn wir Freude erleben?

An der Entstehung, Bewertung und Verarbeitung der Basisemotionen ist das Limbische System unseres Gehirns beteiligt. Hier werden Endorphine, also körpereigene Opioide, ausgeschüttet, worauf wiederum viele Hirnregionen reagieren. Neurowissenschaftlern, die sich mit der modernen Hirnforschung befassen, ist es noch nicht möglich, die Prozesse genau zu definieren, durch die Freude und Glück entstehen.

Wodurch unterscheidet sich die Freude nun vom Glück?

Glück ist ein alter philosophischer Begriff. Wir verstehen darunter Zustände der freudigen Erregung, des inneren Gleichmuts und der Gelassenheit, der Zufriedenheit oder der sinnerfüllten Arbeit. Freude ist als spontane emotionale Reaktion ein Teil davon.

Wie äußert sich Freude?

Nur wenn sich echte Freude im Limbischen System manifestiert, freuen wir uns „von Herzen“ und es kommt zum unwillkürlichen „Strahlen der Augen“, dem Lächeln, das kulturübergreifend und universell als Ausdruck der Freude verstanden wird. Im Stadium großer Freude können wir Luftsprünge vollführen, wir sind in Bewegung, mögen tanzen, vor Freude schreien oder singen. Kurzum, Aktivität und Motorik sind gesteigert. Das Mitteilungsbedürfnis zeigt sich nicht nur in der Bereitschaft, anderen etwas zu geben, sondern auch darin, andere an der Freude teilhaben zu lassen, denn: „Geteilte Freude ist doppelte Freude“ und Glück ist „das Einzige, was mehr wird, wenn man es teilt“. Dies ist eine wichtige Funktion in unserem Sozialleben. Mit der Freude am Teilen und Geben steigert Freude auch den Altruismus, also die Bereitschaft zu uneig-

ennützigem Tun und Hilfe anderen gegenüber – wir werden großzügig.

Matthias Gockel, Arzt auf einer Münchener Palliativstation hat folgendes gesagt: „Dieser Beruf bereitet mir nach wie vor eine tiefe Freude. Er macht aber definitiv keinen Spaß. Und die Freude hat mit Sinn zu tun“.

Oft verbindet sich Freude mit Dank: Weil es nicht selbstverständlich ist, dass mir Gutes widerfährt, habe ich Grund, mich zu bedanken.

Immer mehr setzt sich in der Psychologie die Erkenntnis durch, dass sich Gesundheit und Wohlbefinden nicht automatisch einstellen, wenn Krankheit und Belastung beseitigt sind. Das wiederum bedeutet, dass wir Menschen selbst aktiv werden und eigene Ressourcen und positive Kräfte aktivieren müssen. Die hierfür zuständige Region im Gehirn kann man gezielt trainieren, Freude kann gewissermaßen erlernt, bzw. anerzogen werden. Diese These wird bestätigt durch das Institut für Glücksforschung in München. Demnach gibt es drei Grundlagen für das Glück, die sich wie folgt verteilen: 50 % der „Glücksfähigkeit“ eines jeden Einzelnen ist in den Genen zu finden. Nur 10 % der „Glücksfähigkeit“ ist bedingt durch die Lebensumstände und erstaunliche 40 % dieser besonderen Fähigkeit liegen in unserem absichtlichen Tun. Das bedeutet, dass wir Menschen sehr wohl in der Lage sind, unser Glück, bzw. unsere Fähigkeit zur Freude zu schulen. Schon der griechische Philosoph Epikur (341 – 271 v. Chr.) wusste, dass nicht Besitz, sondern soziale Beziehungen das dauerhafteste Glück schaffen.

Abschließend sei nochmals betont, dass Freude nicht erzwungen bzw. geplant werden kann. Aber es wäre doch schön, wenn es uns gelingen würde, unsere Sinne zu schärfen und die vielen kleinen Momente des Lebens ebenso auszukosten wie die großen und unsere Mitmenschen daran teilhaben zu lassen.

---

# Erste Schritte

CHRISTA SPILLING-NÖKER

Langsam  
lerne ich wieder  
zu sehen,  
wie das Licht  
sich in den Blättern  
der Bäume bricht

und spüre wieder  
den kühlen Wind  
und die Wärme der Sonne  
auf meiner Haut.

Schritt und Schritt  
wage ich mich wieder heraus  
aus meiner Seelengruft.

Ich lausche  
meinen Schritten  
und höre  
auf die Stimmen  
der Kinder.

Ich atme  
den modrigen Geruch  
des Waldes  
und die staubigsüße Schwere  
der Straßen.

Ich schaue  
in die Gesichter derer,  
die mir begegnen

und frage mich,  
was wohl  
ihr Herz  
bewegt.

Ich fühle,  
wie die Schatten  
der Müdigkeit  
weichen

und den ersten Spuren  
neuerwachten Lebens  
Raum geben  
in mir.

## Freude im stationären Hospiz?

EIN INTERVIEW VON WALBURGA ALTEFROHNE

Wenn es um das Thema „Freude“ geht, stellt sich evtl. für Außenstehende die Frage, ob wir in einem stationären Hospiz überhaupt von Freude sprechen können. Wenn Gäste im lebensHAUS ihre letzte Lebensphase bewusst verbringen, ist dann nicht die Trauer vorrangig?

Selbstverständlich finden im Hospiz Begegnungen unter Gästen statt. Dieses „sich begegnen“ ist sehr unterschiedlich. Mal möchten Gäste nur für sich sein, mal besteht aber auch der Wunsch, sich mit anderen Gästen im Hospiz auszutauschen.

Seit Anfang Dezember 2011 wohnen im lebensHAUS drei Menschen, die eine besondere Beziehung zueinander unterhalten. Ein junger Mann von 55 Jahren und zwei Damen, 75 und 84jährig.

Wir erleben dieses „Trio“ als sehr kommunikativ, so dass der Gedanke aufgekommen ist, einmal nachzufragen, ob wir ein Interview zum Thema „Freude im Hospiz“ führen dürfen.

Die beiden Damen, Frau Britta Hengefeld und Frau Ingeborg Dierig waren spontan zu einem Gespräch bereit.

**Hospiz-Forum (HF):** Frau Dierig und Frau Hengefeld, Sie sind nun schon mehrere Monate im lebensHAUS. War es für Sie schwierig, zu akzeptieren, dass Sie nun hier im Hospiz leben?

**Frau Dierig:** Nein, gar nicht. Mein Mann hat im vergangenen Sommer hier seine letzte Le-

bensphase verbracht. Somit war mir das Haus vertraut und ich wusste, dass hier eine sehr gute Versorgung erfolgt. Die Zimmer hier sind so schön und seine eigenen Sachen kann man auch mitbringen.

**Frau Hengefeld:** Ich bin ja direkt vom Krankenhaus hierhergekommen. Durch meine Hausärztin, Frau Dr. Fuchs, habe ich von dieser Möglichkeit gehört. Mein Krankheitsverlauf hat es nicht zugelassen, dass ich in meine Wohnung zurück konnte. Meine Wohnung ist so geschnitten, dass ich dort nicht hätte allein wohnen können. Ich bin froh und dankbar, dass ich hier einen Platz gefunden habe und mich geborgen und sehr gut aufgehoben fühle.

**HF:** Da Sie beide schon einige Zeit hier im Haus sind, hat für Sie Freude in diesem Zusammenhang eine Bedeutung? Erleben Sie Freude?

**Frau Hengefeld:** Ja unbedingt. Mich hat es nicht erstaunt, dass Sie über Freude im Hospiz berichten wollen. Sehen Sie, ich genieße hier jede Stunde die ich beschwerdefrei verbringen kann. Und ich freue mich auch, wenn Frau Dierig mir berichtet, dass sie keine Schmerzen hat.

**Frau Dierig:** Wissen Sie, wir sind ja hier so etwas wie der „harte Kern“. Wenn einer von uns Dreien mal nicht zum Essen kommt, fragen wir uns gleich, warum das so ist und hoffen, dass „nichts Ernstes“ vorliegt. Wir kümmern uns umeinander und das ist schön.

Und wissen Sie was mich auch freut, dass ich weiß, dass mir jederzeit geholfen wird und auch künftig geholfen werden kann, z. B.





**Frau B. Hengefeld, Frau I. Dierig**, Foto: K. Siedenhans

wenn die Beschwerden oder Schmerzen zunehmen. Und diese Zuversicht und Sicherheit zu haben, ist schön. Auch meine beiden Betreuer – hier im Haus bekannt als meine beiden Jungs – freuen sich, dass ich hier so gut aufgehoben bin.

**Frau Hengefeld:** Wir leben hier wie in einer Familie. Hier ist keine Krankenhausatmosphäre. Die Mitarbeiter kümmern sich so gut um uns und es ist immer Zeit für ein Gespräch. Das wir miteinander reden ist so wichtig. Es ist eine Freude, dass ich die letzte Lebensphase so offen gestalten kann – das hätte ich mir nie vorstellen können. Als mich mein Sohn Weihnachten für einige Stunden geholt hat, war ich abends so erschöpft, dass ich ihn gebeten habe, dass er mich „nach Hause“ bringt. Das sagt doch schon viel – oder?

**HF:** Erzählen Sie von Ihren kleinen Freuden.

**Frau Dierig:** Wissen Sie was, gleich kommt „mein Ehrenamtlicher“ und wir werden Zeit miteinander verbringen. Das ist richtig schön. Manchmal fahren wir in die Stadt, trinken irgendwo Kaffee oder gehen ins Gartencenter.

Da freu ich mich richtig drauf.

**Frau Hengefeld:** Die vielen Vögel draußen zu beobachten, wie sie an den Futterringen hängen. Oder eine kleine Katze zu beobachten, wie sie Mäuse im Garten fangen will.

**Frau Dierig:** Wir genießen das gute Essen und das Gläschen Wein am Abend und immer wieder die netten Gespräche und die Zuwendung zwischendurch. Das ist einfach schön.

**Frau Hengefeld:** Und ich freue mich immer wieder wenn mein Sohn kommt. Auch für ihn ist es eine große Beruhigung, dass ich hier so gut aufgehoben bin.

Dann kommt der ehrenamtliche Helfer und besucht Frau Dierig. Es entwickelt sich ein reges Gespräch am Tisch und ich bin überzeugt, dass die Damen sich sehr wohl fühlen und sich des Lebens freuen.

Wir danken Frau Dierig und Frau Hengefeld für ihre Offenheit – das Gespräch hat uns Freude gemacht.

# Freudenbiografie

ERNA BAUMGART

In ihrem Buch ‚Freude – Inspiration – Hoffnung‘ regt Verena Kast an, das eigene Leben einmal anzuschauen unter dem Gesichtspunkt ‚Wie habe ich Freude erlebt in meinem Leben und wie hat sich dieses Erleben verändert?‘ und so eine „Freudenbiografie“ zu rekonstruieren.

Beim Sammeln freudvoller Erinnerungen kann ich mich mit meinem freudigen Selbst in verschiedenen Altersstufen identifizieren und mir meiner Entwicklung als freude-fähigem Menschen bewusst werden. Bisher unbeachtete Aspekte meiner Persönlichkeit können an die Oberfläche kommen, Lebenseinschnitte und Übergänge können in neuem Licht erscheinen.

Ausgehend von leicht zugänglichen Bildern und Erinnerungen kann ich durch mein Leben ‚wandern‘ und das Thema ‚Freude‘ von verschiedenen Seiten beleuchten:

Welche Aktivitäten und Erlebnisse machten mir Freude? Wie habe ich meine Freude ausgedrückt und wie haben meine Mitmenschen darauf reagiert? Was hat meine Freude gesteigert und was hat sie gedämpft? Wurde mir Freude verwehrt, habe ich sie mir selbst verwehrt? Mit welchen Menschen bin ich verbunden durch die Erinnerung gemeinsam erlebter Freuden? Welchen Menschen habe ich gerne Freude bereitet und von welchen Menschen habe ich mir gern Freude bereiten lassen? Welche großen und kleinen Freuden haben mich durch mein Leben begleitet? Habe ich auch in schwierigen und sorgenvollen Zeiten Freude erlebt? Welche Vorbilder hatte ich für den Umgang mit Freude? Wie wirkten freudvolle Mitmenschen und ihr Ausdruck von Freude auf

mich? Wie bin ich mit widerstreitenden Emotionen - z. B. Unsicherheit, Angst, Enttäuschung - in freudigen Situationen umgegangen?

Welche Beziehung besteht zwischen der Art, wie ich gegenwärtig mit Freude umgehe und meinen früheren Erlebnissen und Erfahrungen? Fühlt sich mein heutiger Umgang mit Freude stimmig an? Sind bestimmte Arten von Freude quasi unbemerkt aus meinem Leben verschwunden? Möchte und kann ich sie wieder aufleben lassen?

Eine kleine Sammlung von Freudequellen – seien es Bilder, Gegenstände, Bücher, Musik – bietet Trost und Anregung für freudearme Tage. Die Beschäftigung mit der „Freudenbiografie“ gibt der Freude mehr Raum im Leben - ein Austausch über das Thema kann auch mit vertrauten Menschen neue Räume eröffnen.

# Am Ende bleibt nur ein Ton

ANDREA LIPPOLD

Lange Jahre habe ich im Chor gesungen. Dieses „Hobby“ hat mir wunderbare Erfahrungen gebracht, das Gefühl, ein Teil eines großen Instruments zu sein, eines Klangkörpers, in dem ich selbst klinge und den ich zum Klingen bringe. Die Gemeinschaft eines Chores ist im besten Fall die Basis für ein beglückendes Zusammenspiel. Wir haben die großen Chorwerke einstudiert und als Teil eines polyphonen Ensembles aufgeführt. Ich liebte die Entwicklung vom Notenlernen bis zu dem Moment, wo das Werk zu klingen begann. Später kamen dann die Instrumente im Orchester dazu – beglückende Entdeckungen von klaren Bläsereinsätzen, samtweichen Streichern und solistischen Überraschungen. Es war jedes Mal wie ein Wunder, wenn alles zusammen in Harmonie wohl tönte. Große Momente mit großer Musik und großen Gefühlen!

Menschen, die sterben, sind auf einer Wanderung nach Innen – so sagt man. An den Grenzen des Lebens wird alles einfach und still. Wir meinen zu wissen, dass das Hörvermögen lange erhalten bleibt. Daher sind es die leisen und reinen Töne, die am Sterbebett behutsam erklingen.

Bei der Begleitung von Frau D., die in hohem Alter noch einmal in ein Altenheim umziehen musste und darüber gar nicht glücklich war, stellte sich am Ende des Weges eine gewisse Unruhe ein. Es ergab sich, dass ich an ihrem Bett saß, als die Todesstunde näher kam. Ich hatte ihr lange Zeit zuvor einmal versprechen müssen, dass an ihrem Sterbebett Frieden herrschen würde, wovon sie wohl angesichts familiärer Umstände nicht ausgehen konnte. Unbewusst – vielleicht aus einem Gefühl der

eigenen Anspannung heraus - begann ich zu summen; zunächst alt vertraute Weisen wie „Der Mond ist aufgegangen“, dann Kinderlieder, später nur noch Tonfolgen, die immer einfacher wurden und zuletzt nur noch zwei Töne, die in tiefer Lage für mich angenehm waren. Mir war wohl dabei, keine Worte zu singen, sondern die Resonanz des intensiven Summens in meinem Körper zu spüren.

Obwohl Frau D. fast taub war, wurde sie merklich ruhiger. Ich berührte sie nicht, weil ich wusste, dass sie das nicht brauchte. Berührung war ihr eher unangenehm gewesen. Aber ich berührte ihr Bett und die Schwingungen übertrugen sich, kamen bei ihr an. Sie atmete langsam und ruhig. Irgendwann bemerkte ich, dass sie aufgehört hatte zu atmen. Ein tiefer Friede lag im Raum und ich vermochte nicht, diesen Frieden durch Aktionen zu zerstören. Ich blieb einfach bei ihr sitzen und dachte über das Leben von Frau D. nach, von dem sie mir immer wieder erzählt hatte. Ich war dankbar für diese Begleitung und ihr gnädiges Ende. Erst nach einiger Zeit war ich in der Lage mich zu bewegen, öffnete das Fenster, ließ die frische Luft herein.

Vielleicht ist am Lebensende kein Platz mehr für Kompliziertes, Künstliches, Künstlerisches. Vielleicht ist es die Reduzierung auf einfache vertraute Laute aus unserer Kindheit, auf wenige Ur-Töne, auf tiefe Klänge aus dem Innern, die uns Menschen am Lebensende ein wenig gut tut. Und wo diese Töne herkommen, da ist immer auch ein anderer Mensch, der unendlich vorsichtig sagt: ich bin da.

## Wir trauern um unseren Mitarbeiter und Kollegen

### Patrick Klaus

geb. 02.02.1978

gest. 25.11.2011

Patrick Klaus war seit April 2004 im lebensHAUS als Krankenpfleger beschäftigt, die letzten eineinhalb Jahre als stellvertretende Pflegedienstleitung.

Als Patrick zu uns ins Hospiz kam, war er 25 Jahre alt, ein junger engagierter Krankenpfleger. Wir waren nicht ganz ohne Bedenken, ob ein so junger Mensch den besonderen Anforderungen und Belastungen in der Begleitung sterbender Menschen und Angehöriger gewachsen sein könne. Schnell hat Patrick uns eines Besseren belehrt.

Durch seine fachliche Qualifikation, doch vielmehr durch seine liebevolle, herzliche Art im Umgang mit Hospizgästen und Angehörigen war er bei allen beliebt und ein verlässlicher Begleiter. Er war derjenige von uns, der ganz spontan und leise die kleinen Alltagswünsche unserer Hospizgäste erfüllte. Wenn ein Gast Einkäufe im nahegelegenen Supermarkt wünschte – Patrick war da. Ein anderer hatte Lust auf eine Pizza – Patrick fuhr schnell los und besorgte sie. In unserem Team war er derjenige, der ein Ohr hatte, wenn jemand persönlichen Kummer hatte. Er war derjenige, der Ruhe ausstrahlte, wenn wir uns belastet fühlten, und der uns oft zum Lachen brachte.

An seiner Arbeit hier im lebensHAUS schätzte er besonders, dass kein Tag gleich und planbar war und dass sich ihm dadurch oft neue Herausforderungen boten. So hat er auch in den letzten eineinhalb Jahren die Herausforderung als stellvertretende Pflegedienstleitung angenommen und ja dazu gesagt:



Ja - Verantwortung zu übernehmen,  
 Ja - Entscheidungen zu treffen,  
 Ja - die Hospizarbeit in die Öffentlichkeit zu tragen,  
 Ja - zum Einsatz der Ehrenamtlichen im Hospiz  
 Ja - zum Leben.

Wir haben mit ihm nicht nur einen ausgezeichneten Mitarbeiter und Kollegen verloren, sondern auch einen Freund und wunderbaren Menschen. Wir vermissen sein feines Gespür für die Menschen um ihn herum, seine Lebensfreude, seinen Humor, seine Bescheidenheit und Unkompliziertheit.

Hospiz lebensHAUS Münster gGmbH  
 und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des lebensHAUS

---

# Dein Name bleibt

DRUTMAR CREMER

Mit meinem Herzen  
Schrieb ich in den Sand

Dein Name bleibt

Auch wenn die Winde tausend Tänze tanzen  
Und wilder Wirbel zu zerstören droht  
Was nicht in mir zerstörbar ist.

Dein Name bleibt

Auch wenn's im Muschelgang des Herzens  
Flüsternd raunt  
Warum?

Auch wenn das Silberrad des Lebens  
Wie ungefragt  
Und selbstverständlich weiterläuft –  
Roulette des Seins?

Du lebst in meinen Träumen fort  
Ganz wie ein Blütenbaum  
Voll duftender Erinnerung

Denn Du warst gestern  
Du wirst morgen sein

Dein Name bleibt –

In mir die Atemwunde  
Weil ich in mir Dich nicht vergessen kann.

# Margarete Mitscherlich: Die Radikalität des Alters

EINE BUCHBESPRECHUNG VON F. SCHILLING

Bevor hier auf Einzelheiten des Inhaltes des Buches eingegangen werden soll, sei ein kurzer Abriss zur Biographie der Autorin vorangestellt; Angaben dazu finden sich im Wesentlichen auch in Teil I des Buches.

Margarete Mitscherlich-Nielsen wurde 1917 in Graasten, damals Deutschland, heute Dänemark, geboren. Ihr Vater war ein dänischer Arzt, ihre Mutter eine in Lübeck geborene Lehrerin. Nach dem 1. Weltkrieg wurde ihre Heimat Jütland wieder dänisch.

Margarete hatte 4 Geschwister, 3 aus erster Ehe ihres Vaters mit einer Dänin, und einen älteren Bruder.

Margarete identifizierte sich zunächst mit ihrer Mutter und wollte wie sie Lehrerin werden. Erst nach dem Tod ihres Vaters begann sie, Medizin zu studieren, und promovierte 1950 zum Dr.med. 1947 lernte sie in der Schweiz den Arzt und Psychoanalytiker Alexander Mitscherlich kennen und bekam mit ihm zusammen 1949 einen Sohn. 1955 heirateten Margarete und Alexander.

Alexander Mitscherlich war Beobachter der Nürnberger Ärzteprozesse und wurde nach der Veröffentlichung der Dokumente als „Nestbeschmutzer“ und „Vaterlandsverräter“ beschimpft.

Gemeinsam mit ihrem Mann bemühte sich Margarete Mitscherlich um die Wiederbelebung der Psychoanalyse in Deutschland und veröffentlichte 1967 zusammen mit ihm das bahnbrechende Buch „Die Unfähigkeit zu trauern“. Thema des Buches ist die kollektive

Verdrängung der Gräueltaten des Nationalsozialismus in Deutschland. Es dauerte bis in die 80er Jahre, ehe die Phase des „Nicht-darüber-wissen-Wollens“ sich langsam auflöste und einer öffentlichen Diskussion wich.

In „Die Radikalität des Alters“ beschäftigen sich in Teil II „Wofür und wogegen sich lohnte zu kämpfen“ verschiedene Aufsätze, die z.T. zwischen 2001 und 2009 in früheren Publikationen erschienen sind, schwerpunktmäßig mit den beiden Themen:

- Beziehung der Geschlechter zueinander und miteinander (Stichwort hier „Emanzipation“)
- weitgehendes Versagen der Gesellschaft bei der Aufarbeitung der Situation nach der NS-Zeit.

In Teil III „Alter und Tod“ geht es der Autorin dann hauptsächlich um die Darlegung und Erläuterung des Sinns des eigenen Lebens sowie um die Erfahrungen mit den Folgen des Alterns.

Zum Sinn sagt Margarete Mitscherlich an zentraler Stelle: „Mir ist klar, dass das Leben nur den Sinn hat, den man ihm gibt, und die Klagen über ein Dasein, das seinen Sinn nicht preisgibt, Ausdruck und Passivität des Denkens sind, Verantwortung für sich und sein Leben zu übernehmen.“ (S. 204) Immer wieder werden von ihr auch politische Implikationen des eigenen Lebens thematisiert.

Zum Alter vermerkt die Autorin: „Dass die Würde des Menschen unantastbar bleibt, ist

ein Ziel, für das es sich zeitlebens zu kämpfen lohnt.“ (S. 237)

Einen trostvoller Ausblick mag der Satz darstellen, der hier zum Ende hin zitiert wird: „Mein Ziel bis zum Lebensende ist – Körper hin oder

her -, mir festliche Augenblicke zu verschaffen und nie zu vergessen, dass es solche Augenblicke immer wieder zu geben vermag und es von mir abhängt, ob ich verstehe, sie zu erkennen, sie zu erschaffen und zu genießen.“ (S. 239)

Während wir diese Ausgabe des Hospiz-Forums erstellt haben, ist Friedel Schilling überraschend gestorben. Das erfüllt uns mit Trauer. Wir haben Friedel als engagiertes und kompetentes Mitglied in unserer Redaktion sehr geschätzt. Er wird uns fehlen.

Walburga Altefrohe, Erna Baumgart, Irmgard Bröker und Ulrike Weighardt

Ich lebe mein Leben  
in wachsenden Ringen,  
die sich über die Dinge ziehn.  
Ich werde den letzten  
vielleicht nicht vollbringen,  
aber versuchen  
will ich ihn.

Rainer Maria Rilke

Gemeinsam  
waren wir unterwegs,  
Sterbende  
zu begleiten  
- und nun ist einer  
aus unserer Mitte  
ganz unerwartet  
gegangen...

## Friedel Schilling

Betroffen und traurig verabschieden wir uns.  
Aufmerksam, zugewandt, beharrlich, ist Friedel seinen Weg gegangen.  
Aufmerksam, zugewandt, beharrlich, so werden wir ihn in Erinnerung behalten.

Doris Hanhart  
Hospizbewegung Münster e.V.

## Unternehmung Leben „Koffer für die letzte Reise“

EIN INTERVIEW VON WALBURGA ALTEFROHNE

Die Wirtschaftsinitiative Münster e. V. (WIN) ist ein Zusammenschluss münsterischer Firmen und Persönlichkeiten mit dem Zweck, Münster und sein Umland als Wirtschaftsstandort im weitesten Sinne zu fördern. Um so erstaunlicher ist die gemeinsame Veranstaltungsreihe „Unternehmung Leben“ mit der Jugendkirche effata[!], die vom 12. Januar bis zum 02. Februar 2012 stattgefunden hat. Die beiden Ausrichter wollten mit der Aktion dazu anregen, dem eigenen – auch dem unternehmerischen Handeln – eine neue Perspektive zu geben und Fragen an das Leben zu diskutieren.

Einen Schwerpunkt bildete die Ausstellung „Koffer für die letzte Reise“ von Fitz Roth, Bestattungsunternehmer und Autor (u.a. Das letzte Hemd ist bunt). Einhundert Personen, prominente und unbekannte, Künstler und Handwerker, Junge und Alte wurden gebeten, einen Koffer für ihre „letzte Reise“ zu packen. Neben verschiedenen Veranstaltungen zu den Themen „Leben und Karriere“ und „Leben und Gesundheit“ war auch die Hospizbewegung Münster einen Tag vor Ort, um ihre Arbeit vorzustellen. Es ging im wahrsten Sinne um Leben und Tod.

Wir sprachen mit Michael von Bartenwerffer, dem Vorsitzenden der Wirtschaftsinitiative Münster e. V..

**Hospiz-Forum (HF):** Herr von Bartenwerffer, wie hat sich in der WIN der Gedanke entwickelt, sich mit Leben, Sterben und Tod auseinander zu setzen? Das ist doch eher ungewöhnlich.

**Michael von Bartenwerffer (M.v.B.):** Wir befassen uns bei der Wirtschaftsinitiative mit sehr

vielen und unterschiedlichen Themen, die „Wirtschaft“ im weitesten Sinne berühren. Unter anderem haben wir eine Veranstaltungsreihe „Ethik und Wirtschaft“ ins Leben gerufen, in deren Rahmen auch „Unternehmung Leben“ stattgefunden hat.

**HF:** Sie zitieren in Ihrem Flyer den Apple-Gründer Steve Jobs, der im vergangenen Oktober im Alter von 56 Jahren verstorben ist: „Der Tod ist vielleicht die beste Erfindung des Lebens. Er ist der Unternehmensberater des Lebens.“ Auch wenn Sie nicht für alle Mitglieder antworten können: Wird diese Haltung wahrgenommen und wenn ja, wie beeinflusst sie dann das Handeln der Unternehmer?

**M.v.B.:** Wir alle beschäftigen uns am liebsten nicht mit dem „Ende“ und mit unserem eigenen schon überhaupt nicht. Das geht wohl den meisten Menschen so. Bezogen auf unternehmerisches Handeln wäre es jedoch klug und ratsam, sich auch mit der Endlichkeit auseinander zu setzen und z.B. frühzeitig über eine Nachfolgeregelung nachzudenken. Ein Unternehmen zu führen bedeutet aus unserer Sicht viel mehr als Zahlen, Daten und Fakten.

**HF:** Die Veranstaltungsreihe ist nun seit einiger Zeit beendet. Wie lautet Ihr Fazit?

**M.v.B.:** Die Resonanz war - nicht nur seitens unserer Mitglieder - überaus positiv. Etwa 1.600 Menschen besuchten die Ausstellung und die einzelnen Veranstaltungen. Was für eine Dauer von drei Wochen und die eingeschränkten Öffnungszeiten der Kirche - sie ist ja kein Ausstellungsraum - ein großer Erfolg ist. Wir freuen uns darüber, ein breites Spektrum



von Besuchern angesprochen und auch ange-regt zu haben.

**HF:** Die Veranstaltungsreihe „Unternehmung Leben“ war bestimmt sehr aufwändig. Die Wirtschaftsinitiative Münster e. V. bietet mit dem Thema „Ethik und Wirtschaft“ eine Kom-munikationsplattform an, die offen ist für Mit-glieder der WIN und für interessierte Bürger. Haben Sie schon Pläne für künftige Veranstal-tungen?

**M.v.B.:** Derzeit diskutieren wir im Vorstand viele Veranstaltungen, auch in Kooperation mit anderen Initiativen und Institutionen hier in Münster. Allerdings ist es noch nicht an der Zeit, weitere Details nennen.

**HF:** Herr von Bartenwerffer, ich danke Ihnen herzlich für das Gespräch.

Ein angenehmes und heiteres Leben  
kommt nicht von äußeren Dingen.  
Nur aus seinem Inneren bringt der Mensch  
Lust und Freude in sein Leben.

Plutarch (ca. 46 - ca. 125)  
griechischer Schriftsteller

# Das kommt 2012

## AMBULANTE HOSPIZBEWEGUNG

### Grundkurs Hospizarbeit

2. Halbjahr 2012  
nähere Informationen im Hospizbüro

### Offenes Café für Trauernde

jeden 1. Freitag im Monat  
Im April am 13.04.  
15.00 – 17.00 Uhr  
Sonnenstraße 70

### Sonntagsfrühstück für Trauernde

kostenloses Angebot,  
Anmeldung nicht erforderlich  
15.04., 21.10., 18.11., 16.12.2012  
10.00 – 12.00 Uhr  
Sonnenstraße 70

### Sonntagswanderung für Trauernde

nähere Informationen im Hospizbüro

kostenloses Angebot, Anmeldung erforderlich  
20.05., 17.06., 15.07., 19.08., 16.09.2012

### Yoga für Trauernde

kostenloses Angebot, Anmeldung erforderlich  
28.04., 02.06., 21.07.2012  
15.00 – 17.00 Uhr  
Sonnenstraße 70

### Begleitetes Trauerwochenende für Männer

Leitung: Wilfried Thiele

Kosten: 50 €, Anmeldung erforderlich

Freitag, 09.11.2012, 19.00 – 21.15 Uhr  
Samstag, 10.11.2012, 10.00 – 16.30 Uhr  
Sonnenstraße 70

*Männer trauern anders ...*

Sie gehen mit ihren Gefühlen, die sie sehr wohl haben, oft anders um als Frauen, manchmal verborgener, schweigsamer, versteckter. Sie denken sich ihren Weg durch die Trauer, versuchen, sich darüber klar zu werden, was ihnen zugestoßen ist und ziehen sich dabei zurück, um sich auf sich selbst zu besinnen. Oder sie leiden sehr unter Einsamkeit, sind wütend und verbittert über ihren Schicksalsschlag.

Dieses Wochenende ist für Männer, die einen Menschen durch Tod verloren haben, um dem Raum zu lassen, was Raum braucht.

### Vortrag vor der Mitgliederversammlung

#### Die letzte Lektion oder:

#### Wer geht wo hinterm Sarg?

Sterben, Tod und Jenseits in der Literatur  
Vortrag und Lesung von Reinhild Essing

Vortragssaal des Kettelerhaus,  
Schillerstraße 46  
Mittwoch, 18. April, 17 Uhr

# Das kommt 2012

## HOSPIZ LEBENSHAUS

### **12. lebensFEST am 28. April mit Götz Alsmann**

Wer sich den 28. April noch nicht für das 12. lebensFEST vorgemerkt hat, sollte das spätestens jetzt tun und sich schnell um Eintrittskarten kümmern. Ansonsten verpasst man nämlich ein hochkarätiges Bühnenprogramm. Für viel Spaß, Spannung, Gänsehaut und Überraschungen sorgen bei Tobias Sudhoff (Multitalent zwischen Kabarett, Jazz und Satire), der Pop-Chor „Schräglage“ (Eröffnung von Ruhr2010 in Essen), Christian Glade (bester Comedy-Zauberer Deutschlands 2011), Hele- ne Mierscheid (bekannt aus Thomas Hermanns Quatsch Comedy Club), TapSolution (verbinden Modern Jazz und Steptanz), dem Duo Draifach (Partner-Akrobatik am Vertikal-Tuch) und die TOS Crew (Akrobatik-Mischung aus Freestyle, Parcours und Tricking). Während der Programmpause kann zu Livemusik einer bekannten Band getanzt werden. Nach dem Finale kann bei der anschließenden Party ab ca. 23.15 Uhr so richtig getanzt und gefeiert werden kann.

Da viele Gäste in den vergangenen Jahren in der großen Halle den kleineren und intimeren Rahmen vermissen, findet das lebensFEST in diesem Jahr wieder im Congress-Saal statt.

Tickets gibt es im Vorverkauf beim WN-Ticket-Shop am Prinzipalmarkt, bei „Ticket to Go“ an der Halle Münsterland sowie im Internet unter [www.eventim.de](http://www.eventim.de) und über die Eventim-Ticket-Hotline 01805/570070 (0,14€/Minute, Mobilfunkpreise können abweichen). Kurzsenschlossenen können auch direkt an die Abendkasse kommen.

### **Sommerfest rund um das lebensHAUS am 24. Juni**

Wie in den Vorjahren veranstaltet das lebensHAUS auch in diesem Jahr wieder einen Tag der offenen Tür, einerseits um mit den Menschen, die sich dem Haus verbunden fühlen, im großen Garten an der Dorbaumstraße 215 einen schönen Tag zu verbringen und andererseits um das lebensHAUS und die Hospizarbeit der interessierten Öffentlichkeit weiter bekannt zu machen. Am Sonntag, den 24. Juni von 12.00 bis 18.00 Uhr besteht die Möglichkeit, sich vor Ort einen persönlichen Eindruck vom lebensHAUS, dem Team und der Atmosphäre dort sowie von den Aktivitäten des Fördervereins zu machen. Das alles findet in einem lockeren Rahmen mit Kulturprogramm und einem kleinem kulinarischen Angebot statt. Alle Mitglieder sowie alle Interessierten sind ganz herzlich dazu eingeladen.



---

# hospizbewegung lebensHAUS

M ü n s t e r



Foto: Kurt F. Domnik, pixelio.de

## Impressum

Ausgabe 41 / März 2012

### Herausgeber

Hospizbewegung Münster e.V.  
Sonnenstraße 80  
48143 Münster  
Tel: 0251-519874  
Fax: 0251-4828246

forum@hospizbewegung-muenster.de  
www.hospizbewegung-muenster.de

Hospiz lebensHAUS  
Dorbaumstraße 215  
48157 Münster  
Tel: 0251-899350

hospiz-lebenshaus@muenster.de  
www.hospiz-lebenshaus.de

### Redaktion

Walburga Altfrohne  
Erna Baumgart  
Irmgard Bröker  
Friedel Schilling  
Ulrike Weighardt

### Textbeiträge

Walburga Altfrohne  
Erna Baumgart  
Franz-Josef Dröge  
Andrea Lippold  
Friedel Schilling

### Fotonachweise

Kurt F. Domnik, pixelio.de  
Felix Harjans  
Klaus Siedenhans  
Rainer Sturm, pixelio.de

### Gestaltung

Mirko Westermeier  
www.memowe.de

### Druck

Copy Center CCC  
Coerdestraße, Münster

### Bezugsquelle

Hospizbewegung Münster  
lebensHAUS, Münster  
Auflagenhöhe: 1.800  
Versand an alle Mitglieder  
(kostenlos erhältlich)

### Spendenkonto

Hospizbewegung-Förderkreis  
Nr. 18 221 100  
BLZ: 400 602 65  
Darlehenskasse Münster  
Förderverein  
Hospiz lebensHAUS e. V.  
Nr. 24 008 153  
BLZ: 400 501 50  
Sparkasse Münsterland-Ost

### Nächster Erscheinungstermin:

Herbst 2012