



Mit 60 Jahren abtreten?

„Eigentlich“, sagte ein junger 22jähriger Mann in einer Unterrichtseinheit über aktive und passive Sterbehilfe, „sollten Menschen so ungefähr ab 60 Jahren abtreten.“

Sterben meinte er, weggehen von dieser Welt. „Alles was nach 60 kommt, ist doch nicht lebenswert und unwürdig.“ Dieser Satz fiel in einem Kurs für junge Menschen zwischen 18 und 24 Jahren, die im Altenheim ein Praktikum absolvierten. Eine Meinung aus der Betroffenheit und sicherlich sehr subjektiv, eine Meinung, abgegeben unter dem Eindruck des Praktikums. Die jungen Menschen erlebten das „Alte sein“ und das Leben im Pflegeheim als sinn- und wertlos. Sie sahen tagtäglich Menschen mit Demenzerkrankungen und bettlägerige Patienten, unfähig sich auszudrücken, die künstlich ernährt wurden. Und so stellten sich die Fragen: „Hat das einen Sinn und ist das noch Leben?“ und „Warum müssen manche Menschen so leiden, so schwere Krankheiten und Schicksalsschläge durchleben?“

Letztendlich gibt es darauf keine Antwort. Ja, das Leid gehört zum Leben dazu, sagen manche und manchmal finden Menschen in der Religion eine Antwort auf diese Frage indem sie glauben, dass Leid auch zur Vollendung des Lebens gehört. Aber zwischen glauben und verstehen sehen viele eine große Kluft.

Eine Fragerunde in diesem Kurs ergab eine große Mehrheit für die aktive Sterbehilfe. Das repräsentiert auch die Meinung in unserer Gesellschaft. Somit möchte ich den Bogen spannen zur aktiven Sterbehilfe. In den Schlagzeilen der Presse steht viel und wird viel diskutiert über die aktive Sterbehilfe und viel zu wenig über Hospizarbeit und Palliativmedizin. Ein fraktionübergreifender Vorstoß von SPD, den Grünen und FDP in der Karwoche dieses Jahres zu einem Sterbehilfegesetz war inhaltlich und zeitlich ein Affront. Auch die rheinland-pfälzische

Bioethik-Kommission plädiert für Straffreiheit des Arztes wenn in Ausnahmefällen die aktive Sterbehilfe angewandt wird.

Es gibt auch in der deutschen Bevölkerung eine Mehrheit für die aktive Sterbehilfe. Sie variiert zwar je nach Fragestellung – aber die Mehrheit ist da.

Hospize haben eine klare Haltung – Hospize lehnen aktive Sterbehilfe ab!

Ich möchte einige wichtige Punkte, warum wir gegen die aktive Sterbehilfe sind, ausführen:

- Die Menschen die uns anvertraut sind – Alte, Schwerkranke und Sterbende – empfinden sich oft nur noch als Last und wertlos. Ganz schnell kann es passieren, dass ein (vielleicht auch versteckter) Druck auf diese Menschen ausgeübt wird wenn die aktive Sterbehilfe hier erlaubt wäre. Ein Druck in Form von „du hättest doch eine Möglichkeit ..., es gäbe doch eine Wahl.“

Fortsetzung Seite 2

Inhalt:

Mitgliederversammlung	Seite 2
Ausbildung zur Hospizhelferin und erste Begleitung	Seite 3
Das „Diako-Projekt“	Seite 4
Ein neuer Kontakt im Klinikum	Seite 5
Frühling, wann wieder in mir?	Seite 6





Renate Flach bei einer schwerkranken Patientin.

● „Du sollst nicht töten“, so heißt das Gebot. Wir Menschen dürfen einen anderen nicht töten. Ich frage mich manchmal, ob die vehementen Verfechter der aktiven Sterbehilfe daran denken, dass sie damit auch von einem anderen Menschen (z. B. dem Arzt) verlangen, dass er sie umbringt.

● Grenzen und Gesetze reizen immer zu Überschreitungen. So ist im belgischen Parlament ein Gesetzentwurf zur weiteren Liberalisierung der Sterbehilfe eingebracht worden. Aktive Sterbehilfe soll künftig auch bei Minderjährigen möglich sein und unter Umständen bei Demenzzkranken.

Aktive Sterbehilfe ist die falsche Antwort auf die Sorgen und Ängste der Menschen vor Schmerzen und Leid am Lebensende. Die Antwort ist Palliativmedizin, Palliativpflege und die zugewandte und mitmenschliche Begleitung durch das Hospiz. Wir müssen von unserem Planen, Machbarkeitsdenken und Machbarkeitswahn wegkommen und dürfen nicht vergessen, dass unser Leben endlich ist und dass wir Menschen es nur ganz bedingt in der Hand haben wie und wann unser Leben zu Ende geht. Wir müssen einen Weg finden vom „alles medizinisch Machbaren“ und „das Leben um jeden Preis

zu verlängern“ hin zu einem möglichst schmerzfreien Sterben in Würde.

Zum Abschluss möchte ich wieder zurück kommen auf den jungen Mann mit seiner Ansicht, mit 60 solle das Leben zu Ende sein. All die Punkte in diesem Artikel und vieles mehr haben wir auch in unserer Unterrichtseinheit besprochen. Es war eine lebhaft, gute Diskussion mit diesen jungen Menschen. Ob sie ihre Meinung zur aktiven Sterbehilfe geändert haben weiß ich nicht – aber Denkanstöße und Information haben sie bestimmt mitgenommen und dazu möchte ich auch Sie alle aufrufen:

Klar die Haltung der Hospizidee gegen die aktive Sterbehilfe zu vertreten, aber offen und bereit zu sein für die Diskussion und die Auseinandersetzung mit Menschen, die anders darüber denken - gegen den auch in Deutschland immer lauter werdenden Ruf nach „Tötung auf Verlangen“.

Ich habe Ethik und Nächstenliebe nicht studiert, aber ich weiß aus meiner Erfahrung als Hospizleiterin, dass Menschen auch in Frieden altern und sterben können.

Renate Flach

Mitgliederversammlung – neuer Vorstand – Jahresbericht

Ein harmonisches, gelungenes Treffen war die Mitgliederversammlung am 30. März. Der Vorstand konnte von einem arbeits- und erfolgreichen Jahr 2003 berichten. Die Anwesenden zeigten sich nach den ausführlichen Berichten mit der Arbeit des Vereins sehr zufrieden und sprachen den Verantwortlichen großes Lob aus. Es standen auch wieder Vorstandswahlen auf dem Programm. Außer Frau Siglinde Sobotta, die aus familiären Gründen leider nicht mehr für ein Amt kandidieren konnte, stellten sich alle Vorstandsmitglieder wieder zur Verfügung. Neu gewählt wurde Herr Peter Thorn.

Der amtierende Vorstand setzt sich also folgendermaßen zusammen:

Renate Flach,	1. Vorsitzende
Monika Perret,	2. Vorsitzende
Peter Thorn,	Kassenwart
Sigrid Geiß,	Schriftführerin
Viktoria Schneller,	Beisitzerin

Jahresbericht über die Hospizarbeit 2003

Insgesamt haben wir im abgelaufenen Jahr 196 Menschen begleitet. Davon waren 122 Sterbebegleitungen, 58 Trauerbegleitungen und 16 Beratungen.

Dafür haben die ehrenamtlichen HelferInnen 1.535 Besuche gemacht und 3.700 Stunden verschenkt. Eine Wegstrecke von fast 23.000 km war hierfür zurück zu legen.

Die Hospizschwestern haben 135 Erstbesuche bei den Patienten und weitere 282 Hausbesuche gemacht. Darüber hinaus haben sie Fortbildungen, Vorträge und Seminare für unsere HospizhelferInnen, die Öffentlichkeit, soziale Verbände und Fachpersonal im Gesundheitswesen gehalten.

Wie Sie sehen, konnten wir im vergangenen Jahr wieder vielen Menschen zur Seite stehen und sie ein Stück ihres Weges begleiten. Nicht zuletzt wird dies durch Ihre Mitgliedschaft ermöglicht. Wir bedanken uns sehr herzlich bei Ihnen allen für die aktive und finanzielle Unterstützung, die teilweise weit über den regulären Beitrag hinaus geht. Vielen vielen Dank!

Für alle, die am Einzugsverfahren teilnehmen, liegt dieser Post die Spendenbescheinigung bei.

Impressum:
Herausgeber:
Hospiz-Gruppe „Albatros“ Augsburg e.V.,
Völkstraße 24, 86150 Augsburg
Telefon 08 21/3 85 44, Telefax 08 21/15 88 78
Verantwortlich i. S. d. P.:
Renate Flach, Doris Schneller

Ausbildung zur Hospizhelferin und erste Begleitung

„Jetzt mal noch eine Frage an Sie. Wes halb machen Sie das mit der Hospizarbeit und das auch noch unentgeltlich. Ist diese Arbeit denn nicht sehr belastend?“ Diese Fragen wurden mir am Ende meiner ersten Begleitung von den Angehörigen der Hospizpatientin gestellt. Die meisten Hospizhelfer kennen Sie wohl und ich selbst habe Sie auch so manch „altem Hasen“ in der Hospizarbeit vor und während der Ausbildung gestellt.

Jetzt, nach meinen ersten Erfahrungen, spüre ich noch einmal anders wie wichtig diese Arbeit in unserer heutigen Zeit ist und wie erfüllend, aber auch wie wertvoll sie für die eigene Entwicklung sein kann. Es ist sicher eine Arbeit die belastet, wenn man an den Ängsten, Sorgen, körperlichen und seelischen Schmerzen, die einen Sterbeprozess oft begleiten, Anteil nimmt. In meiner ersten Begleitung haben mich die Sorgen und die Erschöpfungskrise der pflegenden Schwiegertochter, die spürbaren Unsicherheiten und Ängste der Patientin, ob sie nun doch noch in ein stationäres Hospiz muß, innerlich beschäftigt. Die Begleitung eines Menschen in der Endphase seines Lebens, dessen Körper immer schwächer wird und zusehends zerfällt, ließen mich nicht unberührt und haben mich mit einer Welt konfrontiert, die ich in meinem Alltag normalerweise verdränge. Ich habe nicht nur mitgeföhlt, sondern auch etwas mitgelitten mit meiner ersten Hospizpatientin. In diesem Prozess durfte ich jedoch auch ganz viel positive Menschlichkeit und Nähe erleben und große Dankbarkeit und Anerkennung vor allem dafür, dass durch den Einsatz von Pflegedienst, Hospizschwester Dagmar Schenk und mir, in der Familie ein Sterben zu Hause möglich war und ich bei Frau A. sein konnte, als sie starb.

Alleine mit einem Sterbenden zu sein, war für mich aufwühlend, hohe Anspannung, aber zugleich auch das Gefühl eines tiefen Friedens, als die Patientin von ihrem Leid erlöst war. Es braucht seine Zeit, solche Momente innerlich zu verarbeiten. Es tat gut, mit Dagmar Schenk als Kollegin anschließend noch reden zu können und darüber hinaus auch in der Supervision Zeit und Raum zur Reflexion zu haben.

Jetzt, vier Wochen nach dieser Begleitung, hat meine Seele die Ereignisse verarbeitet. Mein Leben ist reicher geworden durch diesen Prozess, weil ich wieder ein Stück mehr das Leben in seiner Ganzheit begriffen habe, indem ich Tod und Zerfall als wichtigen Bestandteil des Menschenlebens noch bewusster in mir aufgenommen habe.

Zum Schluss möchte ich noch auf die Ausbildung zurückkommen. Sie war eine gute Vorbereitung für die Hospizhelferarbeit. Wir erhielten zahlreiche wichtige Informationen vieler Fachrichtungen (Medizin, Pflege, Psychologie, Hospizgeschichte, Seelsorge, Kommunikation und Rechtswissenschaften) die einen dicken Ordner füllen. Am meisten weitergebracht haben mich jedoch die Anstöße zu eigenen inneren Erfahrungen, wie z.B. die Meditation eines eigenen Sterbeprozesses, die Bilder des Malers Ferdinand Hodler zum Sterbeprozess seiner Frau, die Auseinandersetzung mit der eigenen Trauer, Familienaufstellungen, Ausdruck von Geföhlen in Farbe usw. Einige eigene Erlebnisse mit Tod und Sterben aus meiner Biografie habe ich für mich noch einmal neu anschauen und verarbeiten können. Sehr wichtig waren für mich auch die oft bewegenden Erzählungen zum Thema Krankheit und Sterben der Referenten und der anderen Ausbildungsteilnehmer, die zum Teil mit tiefen seelischen Erfahrungen und Erkenntnissen verbunden waren. Dieses Zuhören und Anteil nehmen an deren Biografien, waren eine sehr gute Schulung für Fähigkeiten in der Hospizarbeit wie: mit allen Sinnen den anderen wahrnehmen, zuhören und mit Fragen zu begleiten und eine innere Haltung zu entwickeln, wie sie im „Tao des Föhrens“ von John Heider beschrieben ist.

Das Lernen am gemeinsamen Gruppenprozess, das Gewähr werden unserer Verschiedenheiten und Gemeinsamkeiten, das langsame Vertrauen finden, die Widerstände, Fragen, aber auch gegenseitige Anerkennung und Bestärkung waren für mich Grundlage eigene Haltungen zu hinterfragen und neue zu finden. Sehr wertvoll für die Arbeit erwiesen sich auch die kontinuierlichen Hinweise

Denke daran, dass du den Prozess begleitest.
Es ist nicht dein Prozess.
Dringe nicht ein.
Kontrolliere nicht.
Zwinge nicht deine eigenen Bedürfnisse in den Vordergrund.
Wenn du dem Prozess einer Person nicht vertraust, wird sie dir nicht trauen.

John Heider, Tao der Führung

von Renate Flach, die persönlichen Bedürfnisse, Belastbarkeit und Geföhle ernst zunehmen und auf die eigenen Energien zu achten. Nur wer gut für sich sorgt, kann auch andere stützen. Dies ist etwas, was gerade in der Hospizarbeit besonders notwendig ist, wo der Druck, mehr zu geben als man möchte, doch sehr groß werden kann.

Die Arbeit als Hospizhelferin habe ich bisher als sinnvoll, spannend und erfüllend erleben können und ich hoffe, dass ich dies nach weiteren Einsätzen auch noch sagen kann.

Nikola Gehr-Schwarz



Das „Diako-Projekt“

Es ist 13.15 Uhr, ich sitze im Auto und bin unterwegs ins „Diako“. „Wen werde ich wohl heute besuchen? Ob Herr M. auf Zimmer 206 noch da ist? Ich bin gespannt auf den heutigen Nachmittag.“

Kurze Zeit später winkt mir schon der Pförtner aus seinem „Glashäuschen“ zu und ich suche mir einen Parkplatz.

Anschließend hole ich am Krankenhauseingang bei Schwester Ilse, begleitet von einem freundlichen Lächeln, den Schlüssel für unser Fach. In der Albatros-Mappe kann ich mich über die Besuche der Vorwoche informieren und erfahre, welche Patienten diese Woche wieder besucht werden sollen.

Ich gehe heute auf meine „Lieblingsstation“, die 5, da ich dort schon Praktikas gemacht habe und einige Krankenschwestern und Pfleger persönlich kenne. Heute sind es drei Patienten die ich besuche.

Zuerst Zimmer 212, Frau H.. Ich klopfe und betrete das Zimmer. Sie liegt in ihrem Bett und schläft tief und fest. Ihr hageres Gesicht ist von der Krankheit gezeichnet. Nach einigen Minuten beschließe ich, ihren wichtigen Schlaf

doch gerade 10 Minuten kennen. Frau K. erzählt weiter von ihrem verstorbenen Mann und ihren beiden Kindern. Sie strahlt mich mit ihrem gewinnenden Lächeln an und läßt meine Hand kurz los. „Das ist aber warm!“, sagt sie und ergreift meine Hand sofort wieder. Dann meint sie, als ob wir uns schon ganz lange kennen würden: „Sie sind ein lieber Mensch!“ In meiner Verlegenheit fällt mir nichts anderes ein als das Kompliment zurückzugeben. Sie strahlt.

Nach fast 45 Minuten fällt uns beiden der Abschied schwer. Aber wir trösten uns auf den kommenden Montag, an dem wir über eine eventuelle Begleitung zu Hause reden wollen. Draußen vor der Tür muß ich erst einmal ganz gerührt innehalten.

Dann gehe ich zu Herrn M. auf 206, von dem die Schwester beim Erstbesuch warnend sagte: „Es kann auch sein, dass er Sie wieder heraus schickt!“ Nach kurzer Begrüßung kommt er ohne Umschweife zu seinem Lieblingsthema. Wir beide befinden uns auf dem Atlantik vor Frankreich in einem deutschen U-Boot mitten in den Wirren des 2. Weltkrieges. „Mir haben die armen Landser in Rußland leid getan, die hatten eine saumäßige Verpflegung. Wir von der Marine dagegen speisten wie die Fürsten.“ Er setzt jedoch einschränkend hinzu: „Aber dafür konnte bei uns halt jeder Treffer tödlich sein.“ Nach einer halben Stunde erzählt er mir, dass er sich auf zu Hause freue, da er in Kürze entlassen werde. Ich erkläre ihm unsere Unterstützungsmöglichkeiten und die Begleitung zu Hause und gebe ihm unseren Flyer mit allen wichtigen Daten. Dann verabschieden wir uns mit einem herzlichen Händedruck.

Ich steige die Treppe zum Diako-Cafe hinauf, wo sich Dagmar und ich bei Cappuccino und Kuchen austauschen wollen, und denke, das war wieder ein Hospizbesuchs-Nachmittag voller Leben.

Hans Seemüller



Dagmar Schenk und Schwester Ilse im Diako-Garten.

Dann ist auch schon Dagmar, unsere Hospizschwester, da und begrüßt mich herzlich. Wir tauschen uns kurz aus und beginnen unsere Krankenhausrunde. Bei den einzelnen Pflegestützpunkten erfahren wir, ob Patienten unseren Besuch wünschen, oder ob eine Pflegekraft unseren Besuch bei einem bestimmten Patienten für wichtig erachtet. Wie jeden Donnerstag wechseln wir auch einige persönliche Worte mit Krankenschwestern und Pflegern und erhalten die wichtigsten Informationen zu den Patienten. Nach Station 8 sind wir „durch“ und besprechen, wer von uns beiden welchen Patienten besucht. Dabei ist uns wichtig, dass bereits besuchte Patienten von derselben Person wieder besucht werden.

nicht zu stören und gehe leise aus dem Zimmer. Draußen auf dem Gang schreibe ich einen Vermerk in die Besuchermappe: Montag wieder besuchen!

Jetzt gehe ich zur Tür mit der Nr. 209. Wieder klopfe ich und höre von Drinnen ein freundliches „Herein“. Eine fast 80jährige Dame stahl mich an. „Wer sind Sie denn?“ Ich erkläre ihr, dass ich von der Gruppe Albatros komme und dass mich Schwester E. zu ihr geschickt hat. „Ach, das ist aber lieb von ihnen!“ Ich setze mich zu ihr ans Bett und sie erzählt mir wo sie wohnt, wie lange sie schon im Krankenhaus ist und nimmt dabei wie selbstverständlich meine Hand und streichelt sie ganz zärtlich. Ich bin überrascht und freue mich über ihre Vertrautheit, wo wir uns

Ein Neuer Kontakt im Klinikum

In Rothenburg o.d.T., wo ich 12 Jahre lang als evangelischer Gemeindepfarrer tätig war, hatten wir im Sommer vor zwei Jahren einen Hospizverein gegründet.

Bald darauf fanden die ersten Ausbildungskurse für HospizhelferInnen statt. Nachdem ich als Klinikseelsorger ans Klinikum Augsburg berufen wurde, war ich dann gespannt und neugierig auf die Augsburger Hospizarbeit. Aus dem Internet hatte ich bereits von der Hospiz-Gruppe „Albatros“ erfahren. Im Folgenden nun ein kurzer Bericht von meinen ersten Eindrücken:

Auf der Intensivstation im Rothenburger Krankenhaus war ich bei der seelsorgerlichen Begleitung von Patienten, Angehörigen und Pflegepersonal ausschließlich als „Solist“ tätig gewesen. Meine neue Aufgabe in Augsburg bedeutet dagegen in vielerlei Hinsicht „Teamwork“. Ich bin froh darüber, sehe darin Entlastung und Bereicherung durch die große Bandbreite menschlicher Erfahrungen und Fähigkeiten.

Auf den operativen Intensivstationen im 3. Stock des Zentralklinikums besteht ja seit einigen Jahren ein Seelsorge-Hospiz-Netzwerk. Ehrenamtliche HospizhelferInnen und hauptamtliche KlinikseelsorgerInnen arbeiten hier auf fruchtbare Weise zusammen. Während der Besuchszeit zwischen 16 und 18 Uhr werden PatientInnen in oftmals sehr kritischen Situationen und insbesondere deren Angehörige besucht und begleitet.

Wenn ich im Rahmen des Besuchsplans selber auf den Stationen 3.1-3.4

unterwegs bin, begegnet mir häufig das positive Echo von Angehörigen, z. B.: „Gestern war Frau N. N. von Albatros hier. Es hat mir gut getan, dass ich nicht allein bei meinem schwer kranken Mann sein musste. Ich habe wieder Mut bekommen...“ – Auch die Schwestern und Pfleger wissen diesen Dienst zu schätzen und greifen gerne zur Telefonliste von Albatros, wenn es einmal „brennt“: Ein Patient hat sich akut verschlechtert. Pfl egeteam und Ärzte haben alle Hände voll mit dessen Versorgung zu tun. Dazu kommen Angehörige, die manchmal haltlos oder panisch reagieren. Auch dann ist es äußerst hilfreich, wenn Hospizdienst und Seelsorge als Unterstützung angefordert werden können.

Ich erinnere mich an einen Bereitschaftsruf, wo ich mich intensiv um die Mutter eines jungen Schwerkranken von auswärts zu kümmern hatte. Gleichzeitig war eine Übernachtungsmöglichkeit für sie zu suchen, damit sie in der Nähe ihres Sohnes sein konnte. Die Station setzte sich mit einer Hospizhelferin von Albatros in Verbindung. Diese organisierte dann im Hintergrund den Übernachtungsplatz. Allen Beteiligten war damit sehr geholfen.

Ein weiteres Beispiel für die gut gelingende Zusammenarbeit von Hospizdienst und Seelsorge: Frau N. N. hat in den Tagen zuvor Besuche auf Station

gemacht. Sie weiß nun von einigen PatientInnen in besonders kritischem Zustand und hat deren Angehörige kennen gelernt. Damit die Begleitung sinnvoll fortgesetzt werden kann, informiert sie mich vor meinen Besuchstagen in wesentlichen Punkten über die Vorgeschichte. Dabei wird selbstverständlich immer auch die uns allen gemeinsame Schweigepflicht (Seelsorgegeheimnis) gewahrt!

Allgemein nehme ich ein großes Engagement, Kompetenz und „viel Herz“ von Seiten der Albatros-MitarbeiterInnen wahr. Hoffentlich lerne ich Sie bald einmal alle kennen.

Übrigens fände ich es gut, wenn diese Besuchstätigkeit im Bereich der Intensivstationen im Klinikum weiter ausgebaut werden könnte.



Jürgen Floß

Jürgen Floß



Der Herr segne dich.

Er erfülle deine Füße mit Tanz
und deine Arme mit Kraft.

Er erfülle dein Herz mit Zärtlichkeit
und deine Augen mit Lachen.

Er erfülle deine Ohren mit Musik
und deine Nase mit Wohlgerüchen.

Er erfülle deinen Mund mit Jubel
und dein Herz mit Freude.

Er schenke dir immer neu
die Gnade der Wüste:

Stille, frisches Wasser
und neue Hoffnung.

Er gebe uns allen immer neu die Kraft,
der Hoffnung ein Gesicht zu geben.

Es segne dich der Herr.

Segen aus Afrika

Tagesseminar Trauer

„Frühling, wann wieder in mir?“

Trauer sprechen lassen

Seit einigen Jahren ist es bereits Tradition, dass wir (Maria Wagner und Christine Seifried) im Frühjahr und Herbst ein Tagesseminar für Trauernde anbieten. Neu war heuer erstmals, dass die Bekanntmachung nicht nur intern im Hospiz erfolgte, sondern auch über die Augsburgener Allgemeine. Dies machte sich in den Anmeldungen deutlich bemerkbar: 10 Teilnehmerinnen, die den Verlust des Partners oder eines Kindes betraueren.

Trauer ist ein Weg, den jede(r) so individuell geht, wie wir alle individuell leben. Im Tagesseminar (ebenso wie im dreiwöchentlich stattfindenden Gesprächskreis) erfahren die Teilnehmerinnen, dass sie nicht allein sind auf diesem Weg. Trauernden, die sich in ihrem Gefühlschaos oft nicht wiedererkennen und den Verdacht haben „verrückt“ zu sein, tut es gut zu sehen, dass es anderen sehr ähnlich geht. „Verrückt“ (in einem sehr ursprünglichen Wortsinn nicht mehr an der gewohnten Stelle, wie vor dem Verlust) sind Trauernde ja wirklich. Aus Unsicher-

heit und Angst der Mitmenschen verlieren sie zusätzlich meist viele der bisherigen sozialen Kontakte:

Gemeinsame Aktivitäten mit Paaren oder Eltern gleichaltriger Kinder fallen weg; Trauernde sind nicht so umgängliche, gesellige Menschen wie bisher.

Unser Thema war diesmal: „Frühling, wann wieder in mir?“ Die Gedichtzeile zeigt sehr deutlich den Widerspruch, den viele Trauernde im Frühling erleben: Rundum ist das Aufbrechen der Natur zu sehen, zu riechen, zu erleben und innen sieht es meist düster und grau aus. Trauernde Menschen erzählen immer wieder von den ambivalenten Gefühlen die der Frühling auslöst. Die Lebendigkeit der Natur ist oft unerträglich.

„Frühling, wann wieder in mir?“ Mit dieser Frage verbunden gibt es ein traditionelles Ritual des „Bänder-Bindens“. Dieses Ritual schafft sichtbare Verbindungen und macht Verbindung sichtbar. Entgegen der weit verbreiteten Meinung und Hal-

tung unserer Gesellschaft dass Trauernde „loslassen müssen“, bestätigen wir sie im „Behalten-Dürfen“. Wir ermutigen sie – entgegen manchen Rat-„Schlägen“ aus ihrer Umgebung – der Botschaft ihres Herzens zu folgen. Spuren und Impulse aus dem gemeinsamen Leben mitnehmen zu dürfen und ins eigene Leben zu integrieren bildet die Grundlage für Veränderung. Sichtbarer Ausdruck von „Verbunden-Sein“ und Frühling waren am Ende des Seminars die Frühlingszweige mit den bunten Bändern.

Respekt und Hochachtung haben wir vor der kräftezehrenden Lebensleistung der Trauernden. In unendlich vielen kleinen Schritten üben sie, Altes und Neues, Helles und Dunkles, Leichtes und Schweres in ihr Leben zu integrieren. Immer wieder staunen wir, wie Trauernde mit dem Herzen sehen, hören und fühlen.

Maria Wagner und Christine Seifried

