

Eckart von Hirschhausen

Den Humor nicht verlieren

ASSISTIERTER SUIZID

Die schwierige Neuregelung

AUS DER HOSPIZARBEIT

Eine Oase für Trauernde

RELIGIONEN

Jüdische Sterbebegleitung



WER WIR SIND

Wir begleiten Menschen auf ihrem Weg

Unser Hospizverein versteht sich als wichtiger Teil des Netzwerks ambulanter Hospizdienste und -vereine in Deutschland. Unser Verein arbeitet aber eigenständig und unabhängig von anderen Netzwerkmitgliedern.

Wir können uns dabei auf das große freiwillige Engagement unserer Mitglieder und insbesondere unserer Ehrenamtlichen in der Begleitung Sterbender und ihrer Zugehörigen stützen. Sie arbeiten jedoch immer unter enger fachlicher Anleitung und Betreuung durch unsere professionellen hauptamtlich Tätigen. Unsere Hospizbegleiterinnen und -begleiter ergänzen die medizinische und pflegerische Betreuung von Schwerkranken. Sie übernehmen Aufgaben, die nicht von den ökonomischen Zwängen unterworfenen Institutionen geleistet werden können. Unsere Kräfte leisten psychosoziale Begleitung.

In der Anlaufstelle unseres Vereins in der Junkerstraße beantworten unsere Hauptamtlichen entsprechende Anfragen nicht nur am Telefon, sondern auch im persönlichen Gespräch. Natürlich muss all dies bis auf Weiteres unter den jeweils aktuellen Einschränkungen stattfinden. Unser Engagement endet nicht mit dem Sterben. Unsere Hilfsangebote gelten den An- und Zugehörigen auch nach dem Trauerfall. GiLa

SIE MÖCHTEN MITGLIED WERDEN?

Rufen Sie uns an: Tel. (0228) 62 906 900.
Schreiben Sie uns eine E-Mail:
kontakt@hospizverein-bonn.de.
Oder schauen Sie auf unsere Website
www.hospizverein-bonn.de.

SIE MÖCHTEN UNS UNTERSTÜTZEN ?

Spendenkonto
Sparkasse Köln-Bonn
IBAN: DE39 3705 0198 0002 2535 08

Inhalt	
Editorial	3
Interview: Fragen an Eckart von Hirschhausen	4
Aktuell: Die Debatte über den assistierten Suizid	6
Aus der Hospizarbeit:	
Entspannung durch Klangschalen	8
Besonders wichtig: Trauerbegleitung	10
Serie: Sterben aus jüdischer Sicht	12
Zu guter Letzt: Personalien, Impressum	14

„Woche für das Leben“

Vom 17. bis 24. April beteiligte sich der Hospizverein Bonn an der ökumenischen „Woche für das Leben“. Und zwar mit Beiträgen zum diesjährigen Motto „Leben im Sterben“: <https://hospizverein-bonn.de/woche-fuer-das-leben.html>.

Liebe Leserin, lieber Leser,

wegen der Corona-Krise müssen wir auch in diesem „Dialog“ aus der Arbeit unseres Vereins unter erschwerten Bedingungen berichten. Doch können wir auch mit Zuversicht nach vorne blicken. So konnten wir mit Anne Bieler-Brockmann eine neue Geschäftsführerin gewinnen. Tina Müller hat als Koordinatorin bei uns begonnen, nachdem Gudrun Müller in den wohlverdienten Ruhestand getreten ist (S. 14). Begleitung bis zum Tod und Angebote zur Bewältigung von Trauer werden weiterhin verlangt, und der Bedarf wird zunehmen (S. 10).

Doch sehen wir uns herausgefordert durch die Debatte um den **assistierten Suizid**, die das Urteil des Bundesverfassungsgerichts entfacht hat (S. 6). Grundsätzlich gilt nun, dass jeder Mensch ein Recht auf das Sterben hat, sofern er dieses eigenverantwortlich und aus freiem Willen einfordert. Dazu darf er Hilfe in Anspruch nehmen. Aber weder der Staat noch Berufsgruppen sind dazu verpflichtet. Es ist die freie Entscheidung der Beteiligten. Für uns stellt dieses Urteil Grundlagen unserer Arbeit in Frage. Cecily Saunders, die Begründerin der neuzeitlichen Hospizbewegung, hat „Leben bis zuletzt“ zur Basis hospizlichen Handelns erklärt. Aufgaben sowohl des stationären als auch des ambulanten Hospizdienstes sind also das Begleiten, die Sorge für ein möglichst schmerzfreies Ende und das Vermitteln von Hoffnung, die über den Tod hinausragt. Wir respektieren selbstverständlich den freien Willen zum Suizid, aber wir können keine aktive Mithilfe verantworten.

Zudem beobachten wir mit Sorge, dass, wenn ein Recht auf Sterben gesetzlich festgeschrieben wird, daraus auch ein moralischer Druck abgeleitet werden kann. Wenn die Kosten explodieren, die Situation des Todkranken für die Umwelt unerträglich wird, kommt schnell der Gedanke, von außen einzugreifen. Ein Blick etwa in die Niederlande und nach Belgien zeigt, wohin die Entwicklung gehen kann.



Wenn der freie Wille dessen, der aus dem Leben scheiden will, geschwächt ist, dann entscheiden irgendwann andere. Der verstorbene Bundespräsident Johannes Rau hat es auf den Punkt gebracht: „Wo das Weiterleben nur eine von zwei legalen Optionen ist, wird jeder rechenschaftspflichtig, der anderen die Last des Weiterlebens aufbürdet.“ Das widerspricht auch unserem Auftrag. Die Hospizbewegung vermeidet sicher jede religiöse Engführung. Aber gemeinsam ist uns allen die Überzeugung, dass Leben ein Geschenk ist, das wir empfangen, um sorgsam damit umzugehen, und dass es nicht in unserem Ermessen steht, den Endpunkt zu bestimmen. Das überlassen wir einer anderen Macht (siehe auch die jüdische Sicht, S. 12). Der assistierte Suizid wird bereits in anderen Ländern praktiziert und auch bei uns zur legalen Normalität werden. Umso mehr müssen wir uns in die Diskussion einmischen, Fragen stellen, ob etwa der Wunsch nach Suizid Ergebnis einer selbstbestimmten Überlegung ist oder ob innere Zerrissenheit, Angst und Schmerz dahinterstehen, die nach Hilfe verlangen. Nicht assistierter Suizid wird gebraucht, sondern Suizidprävention. Leben bis zuletzt bedeutet für uns, dass nicht der Tod das letzte Wort ist, sondern die Vollendung unseres Lebens bei Gott.

Ich danke Ihnen für Ihre Unterstützung der Hospizarbeit und wünsche Ihnen vor allem Gesundheit und Zuversicht.

Ihr Dr. Peter Schneemelcher,
Vorsitzender des Hospizvereins Bonn

ZUR PERSON: Dr. Eckart von Hirschhausen, 53, ist Arzt, Autor, Moderator, Comedian und Gründer der Stiftungen „Humor Hilft Heilen“ (<https://www.humorhilftheilen.de/>) sowie „Gesunde Erde Gesunde Menschen“ (<https://stiftung-gegm.de/>).



INTERVIEW MIT ECKART VON HIRSCHHAUSEN

Auch am Ende nicht den Humor verlieren

Sterben und Humor: Passt das zusammen?

— **Eckart von Hirschhausen:** Was wollen Menschen am Lebensende? In einer Studie kam unter den Top 10: „Den Humor nicht verlieren!“ In zwei Projekten meiner Stiftung „Humor Hilft Heilen“ gehen wir in der Uni Bonn und in Jena mit sehr erfahrenen Klinikclowns auf die Palliativstation. Die Menschen dort sind extrem dankbar, dass sich da jemand mit ihnen spielerisch unterhält, was in ihrem Leben schön, humorvoll und wichtig war. Der Humor und das Lachen haben am Lebensende einen sehr wichtigen Platz. Und im Umkehrschluss können wir davon die Frage mitnehmen, die ich auch in meinem Live-Programm „Endlich!“ stelle: Wenn das Leben endlich ist, wann fängst du endlich an zu leben?

Was ist der Gewinn an Clowns in Kliniken?

— **von Hirschhausen:** Clowns im Krankenhaus waren die ersten „Eisbrecher“, anfangs auf den Kinderstationen, inzwischen auch sehr erfolgreich in der Geriatrie und bei Erwachsenen. Der große Vorteil der Clowns ist: Sie stehen außerhalb der Hierarchien. Sie können sich ihre Zeit frei einteilen. Sie

sind die „Joker“ der Zuwendung und können dorthin, wo sie gerade gebraucht werden. Das ist für mich in jedem Fall aber auch mit Qualitätsstandards verbunden: Sie sollten zu zweit gehen, Supervision und Weiterbildung bekommen, künstlerisch-pädagogisch Profis sein und bezahlt werden. Dann könnte auch langfristig ein neuer Gesundheitsberuf entstehen, wie in den Niederlanden oder der Schweiz.

Was sind die Erfolge Ihrer Stiftung?

— **von Hirschhausen:** Meine Vision war es von Anfang an, die Ideen der Positiven Psychologie sowohl ins Gesundheitswesen als auch in Bildung und Arbeitswelt zu bringen. Was ich in den über zwölf Jahren lernen durfte: Du kannst nicht alles gleichzeitig verändern. Aber zumindest hilft es, den Menschen in seiner gesamten Entwicklung im Blick zu haben. Und so kamen neben den bundesweiten Klinikclown-Projekten nach und nach immer neue Projekte und Ideen dazu, die die Lebensspanne des Menschen im Blick haben: von der Musiktherapie für die Neugeborenen-Intensivstation bis zu den Hospizen und Palliativstationen. Je länger ich die Humorarbeit unterstütze, desto wichtiger werden

mir die Pflegekräfte. Ausgerechnet die hoch Motivierten brennen am schnellsten aus, wenn ihre Ansprüche auf die Realität prallen. Deshalb gibt es neben den Klinikclowns viele Humortrainer, die Inhalte der modernen Psychologie und Resilienzforschung gezielt in Workshops für Pflegekräfte und in der Ausbildung in Pflegeschulen ergänzen.

Welche Ideen kamen in die Palliativmedizin?

— **von Hirschhausen:** Auch auf Palliativstationen und in den Hospizen wird überraschenderweise viel gelacht. Die Stiftung finanziert hier spezielle Angebote, nach dem Motto von George Bernard Shaw: „Das Leben hört nicht auf, komisch zu sein, wenn wir sterben. So wenig wie es aufhört, ernst zu sein, wenn wir lachen.“ Auf der Palliativstation des Universitätsklinikums Bonn wird das Konzept gerade wissenschaftlich von Professor Lukas Radbruch und Lisa Linge-Dahl begleitet.

Wie hat sich die Pandemie ausgewirkt?

— **von Hirschhausen:** Die Pandemie hat einiges auf den Kopf gestellt. Gleichzeitig erfahren wir von allen Seiten einen unglaublichen Zuspruch. Gerade in Zeiten, in denen Patienten keinen Besuch erhalten durften und Pflegekräfte an ihre Kapazitätsgrenzen kamen, wurde der Wert unserer Arbeit erst richtig deutlich. Selten zuvor war es wichtiger, sich auch um die Pflegekräfte zu kümmern, sie vor dem Ausbrennen zu schützen und sie für ihre Arbeit zu stärken. Damit unsere Workshops weitergehen konnten, entwickelten wir mit Hochdruck passende Hygienekonzepte und digitale Angebote, vor allem für Pflegeschüler. Und die Klinikclowns? Temporäre Besuchsverbote in den meisten Einrichtungen machten es uns schwer, die Patienten in den Kliniken und Seniorenheimen zu besuchen. Aber auch hier sind wir drangeblieben! Da, wo keine Besuche möglich waren oder sind, kommen

teilweise digitale Clownsvisiten per Videoübertragung zum Einsatz. In anderen Krankenhäusern wie am Universitätsklinikum Bonn können unsere Klinikclowns Außenvisiten machen. Auf diese Weise ist es uns gelungen, auch in Pandemiezeiten Begegnungen zu schaffen, die es ohne unsere Clowns und Trainer nicht geben würde.

Was raten Sie ehrenamtlichen Hospizhelfern?

— **von Hirschhausen:** Ehrenamtliche sollten wie alle sozial Engagierten lernen, die eigenen Grenzen zu kennen und zu respektieren, d.h. zu brennen, ohne auszubrennen. Dazu gehört ein Frühwarnsystem von Freunden und Familie, die einen darauf hinweisen, wenn man sich und die Schwingungsfähigkeit mit anderen unmerklich verändert. Genau um diese Fähigkeiten geht es ja auch in den Workshops, die wir mit den Pflegefachkräften machen. „Humor Hilft Heilen“ entwickelt gerade eine App, die Pflegeschüler in der Seelenhygiene, Resilienz und Selbstwirksamkeit unterstützen soll. Sobald sie wissenschaftlich evaluiert ist, wäre es sinnvoll, sie auch für die Ehrenamtlichen freizuschalten.

Und welches Erlebnis mit einem sterbenden Menschen ist Ihnen persönlich sehr nahegegangen?

— **von Hirschhausen:** Mich hat sehr bewegt, welche tröstende und therapeutische Wirkung Musik am Ende des Lebens entfalten kann – „therapeutisch“ im Sinne von „begleitend“ über den ganzen Lebenszyklus. Als meine Tante im Sterben lag, bin ich mit meinem Pianisten Christoph Reuter an ihr Bett gefahren und habe ihr ihre Lieblingsstücke vorgespielt. Dadurch ist sie natürlich nicht wieder gesund geworden, aber sie hat Momente des Friedens gefunden, des „Ein-Klangs“. Das hat mich selbst sehr bewegt, aber auch getröstet.

Interview: Ebba Hagenberg-Miliu

AKTUELL

Assistierter Suizid: die schwierige Neuregelung

Mit dem Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom 26. Februar 2020 zum Paragrafen 217 des Strafgesetzbuchs ist in Deutschland erneut eine rege Diskussion um die Frage entbrannt: Dürfen sich die Medizin und ihre Partner an der Beihilfe zur Selbsttötung beteiligen und dem Wunsch des Schwerkranken nachkommen?

Diese Diskussion rüttelt in rechtlicher und ethischer Hinsicht an den Grundfesten des deutschen Medizinverständnisses. Und in Zeiten von Corona verschärfte sich der Diskurs. Um sich im palliativen und hospizlichen Umfeld zum Urteil zu positionieren, hat der Deutsche Hospiz- und Palliativverband e.V. am 19. Februar 2021 das aktuelle Dialogpapier „Hospizliche Haltung in Grenzsituationen“ herausgegeben.

Auf den Punkt gebracht: Worum geht es in der aktuellen Diskussion?

Das Gericht hat mit seiner Urteilsbegründung deutlich gemacht, dass es eine Verpflichtung zur Beihilfe zur Selbsttötung nicht geben darf. Gleichzeitig wird mit dem Urteil aber die geschäftsmäßige Förderung nicht mehr unter Strafe gestellt. Das heißt, hier leitet sich kein neuer Auftrag für die Hospizarbeit und Palliativversorgung ab. Damit ist eine offene Diskussions- und Handlungslücke für die hospizliche Arbeit entstanden.

Es stellt sich nämlich die grundlegende Frage, was unter einem würdigen Sterben zu verstehen ist und wie weit die palliative und hospizliche Arbeit reicht. Mit dem Urteil wird somit jeder Haupt- oder Ehrenamtliche für sich selbst entscheiden müssen, wie er oder sie mit der möglichen Anfrage eines Betroffenen umgehen wird. Experten rechnen damit, dass in der Praxis der Wunsch von Sterbenden und Angehörigen, Beihilfe beim assistierten Suizid zu erhalten, steigen wird.

Hospiz- und Palliativverband mit klarer Position

Der Gesamtverband der Branche tritt für die Wahrung von Würde und Selbstbestimmung ein, die die Tötung auf Verlangen und die geschäftsmäßige Förderung der Beihilfe zum Suizid ablehnt. Es darf keine Verpflichtung der Einrichtungen der Hospizarbeit und Palliativversorgung geben. Vielmehr müsse die Öffentlichkeit aufgeklärt werden, welchen wertvollen und wichtigen Beitrag dieser Dienst bei Sterbenden und Angehörigen leistet. In der Praxis zeigt sich oft, dass dem Betroffenen bei allem Leid gut geholfen werden kann und ein Leben in Würde bis zum Schluss möglich ist. Kürzlich hat ALPHA Rheinland eine Umfrage unter den Einrichtungen zum aktuellen Diskussionsstand gestartet. Auch der Hospizverein Bonn hat sich daran beteiligt.

Was bedeutet das Urteil des Bundesverfassungsgerichts?

Wer sich dafür entscheidet, sich am assistierten Suizid zu beteiligen, muss keine strafrechtlichen Konsequenzen fürchten, weder Ärzte- und Pflegepersonal noch Ehrenamtliche im Palliativ- und Hospizumfeld. Das Urteil steht also im Widerstreit mit dem Grundgedanken unserer Arbeit „Leben bis zuletzt“. Soll sich die Hospizbewegung nun überhaupt an der Diskussion beteiligen? Was könnten Antworten sein, um mit dem Thema und den Betroffenen rechtlich und ethisch vertretbar umzugehen?

- Es gilt, sich einzumischen, den Diskurs zu stärken und eine eigene Position zu beziehen.
- Mit den Betroffenen müssen die Kommunikation und der Austausch insgesamt ausgeweitet werden.
- Die systematische, multiprofessionelle und interdisziplinäre Diagnostik muss verstärkt werden.
- Es braucht mehr Handlungsoptionen außerhalb der Assistenz zum Suizid, die aktiv angeboten werden.
- Konzepte zur Suizidprävention müssen gefördert, weiterentwickelt und etabliert werden.
- Die Assistenz zum Suizid ist auch in Zukunft keine Aufgabe der Palliativ- und Hospizarbeit.
- Einzelne können sich im Rahmen der gesetzlichen Regeln an übergeordneten Strukturen beteiligen.

Dr. Peter Schneemelcher hat in diesem Heft für den Hospizverein Bonn Position bezogen (siehe S. 3). Unsere Koordinatorin Mareike Hartig berichtet aus der Praxis, die die komplexe Situation deutlich macht und aufzeigt, wo die Grenzen der hospizlichen Arbeit sind (siehe Beitrag unten). Fazit zum aktuellen Diskurs: Es gibt keine einfache Antwort. Das Thema ist und bleibt komplex.

Anne Bieler-Brockmann, Geschäftsführerin des Hospizvereins Bonn

Aus der Praxis

Im Rahmen der hospizlichen Arbeit begegnen mir auch schwerstkranke Menschen, die den Wunsch nach Sterbehilfe äußern. Diesen Wunsch gilt es, wertfrei wahrzunehmen und in seiner Realität anzuerkennen. „Sie möchten gerade nicht mehr (so) leben“ – allein diese Aussage kann für den Betroffenen schon eine emotionale Entlastung darstellen: Es ist ausgesprochen, es steht im Raum. Er / sie wird ernst genommen. Und dann? Mit einer wertschätzenden Haltung dem Erkrankten gegenüber, mit Sensibilität und Empathie können wir Hospizbegleiter den dahinterliegenden Gründen respektvoll auf die Spur kommen. Was dann zutage tritt, sind oftmals Ängste: vor quälenden Symptomen, Einsamkeit oder Autonomieverlust. Aber auch verzweifelte Sinnfragen angesichts des Leidens, Hadern mit dem Schicksal und der eigenen Bedürftigkeit und Abhängigkeit von anderen können Gründe sein.

Und was können wir dann tun?

Für viele Sterbewünschende ist es hilfreich zu erfahren, welche Unterstützung für sie zur Verfügung steht: medizinisch, pflegerisch, psychosozial, spirituell. Die Selbstbestimmung und Lebensqualität sollen so weit wie möglich erhalten und die persönliche Würde soll gewahrt bleiben. Die Zusage, dass wir in der hospizlichen Begleitung solidarisch bis zum Schluss an ihrer Seite stehen: Sie kann Sicherheit und Zuversicht geben. Für viele Betroffene lindert das ihre seelische Not und den Sterbewunsch. Für viele – aber nicht für alle. Auch das gilt es anzuerkennen.

Mareike Hartig, Koordinatorin des Hospizvereins Bonn

Sobald die Zeit es wieder zulässt, bietet der Hospizverein Bonn Ehrenamtlichen, Mitgliedern und Interessierten einen Workshop zum Thema „Klangschalen“ mit Dr. Bianka Petzelberger an. Melden Sie sich gern heute schon an: kontakt@hospizverein-bonn.de.

Körper und Seele zum Schwingen bringen

Gerade im Bereich palliativer Pflege werden Klangschalen erfolgreich genutzt. Aber auch Hospizbegleiter können durch Klangschalenmassage neue Energien gewinnen. Denn die Töne lösen Spannungen. Stress wird reduziert. Eine Expertin berichtet.

Dr. Bianka Petzelberger ist eigentlich Naturwissenschaftlerin und von daher gewohnt, jeder Sache nüchtern auf den Grund zu gehen. „Als promovierte Geologin durfte ich schon viele Schichten unserer Mutter Erde kennenlernen“, sagt die 58-Jährige. Nachdem sie aber wieder einmal lange am Schreibtisch gesessen und Verspannungen gespürt habe, sei sie auf das Angebot einer Klangmassage aufmerksam geworden. „Zuerst habe ich gedacht: Was ist das denn für ein esoterischer Kram?“, blickt Petzelberger lachend zurück. „Und dann habe ich mir gesagt: Ausprobieren kann ich es ja mal.“ Und so sei sie zum ersten Mal in den Genuss einer spürbaren Entspannung durch die ganz sanften Schwingungen der Klangschalen gekommen. „Ich habe sie bis in den Bauch gespürt. Seither hat mich der Klang nicht mehr losgelassen.“

Die Klangschalen werden neben oder auf den Körper gelegt

2005 absolvierte sie selbst die Ausbildung zur Klangmassage-Praktikerin am Peter-Hess-Institut. Der Namensgeber, ein Klangtherapeut, gilt bundesweit als Experte. Sein Credo lautet: „Der Ton der Klangschale berührt unser Innerstes, er bringt die Seele zum Schwingen. Der Klang löst Spannungen, mobilisiert die Selbstheilungskraft und setzt schöpferische Energien frei.“ Bianka Petzelberger absolvierte Weiterbildungen auch zur Trainerin für Wellness mit Klang. „Sie sind die Basis für das umfangreiche Leistungsspektrum, das ich heute anbiete“, sagt sie. Seit Jahren offeriert sie also hauptberuflich Klangmassage und Klangabende. Und sie

steht als Ausbilderin für Schulungen sowie für Veranstaltungen zur Gesundheitsprävention zur Verfügung. Wichtig sei bei Klangangeboten erst einmal das Vorgespräch, in dem der Gesundheitszustand und die möglichen Beschwerden thematisiert werden, berichtet Petzelberger. So könne der Trainer das Programm individuell auf die Nutzer abstimmen. Beim Termin selbst würden die Klangschalen neben oder auf die bekleideten Körper gelegt. Die Nutzer selbst brauchten nichts zu tun, außer die Schwingungen, die sie durchströmen, in sich aufzunehmen. „Die Töne lösen Spannungen, beruhigen und setzen Energien frei. Kreativität und Selbstvertrauen werden gefördert, Stress reduziert. Das Lösen von Blockaden kann auch Schmerzfreiheit bewirken“, sagt Petzelberger.

Den Reset-Knopf für Körper und Seele drücken

Sie töne die Schalen immer wieder leicht mit einem Filzschlegel an. „Jeder nimmt das unterschiedlich wahr. Aber die sanften Schwingungen tun jedem gut“, sagt die Expertin. Der Klang, der den Raum erfülle, beschäftige den Kopf, so dass man aufhöre, Probleme weiter zu bedenken. Wer sich darauf einlassen wolle, erlebe eine Wirkung, die noch Tage darauf spürbar sei. Das Angebot bedeute also, auf den Reset-Knopf für Körper und Seele zu drücken, erläutert Petzelberger. Wer sich erschöpft fühle und Abstand vom Alltag brauche, dem täten sanfte Klangerlebnisse sehr gut. Sie seien ein erfolgreiches Hilfsmittel, „um sich wieder `runterzukriegen.“ Das könne auch auf Hospizbegleiter zutreffen, die wieder lernen könnten, sich



Bianka Petzelberger

und ihren Körper bewusst wahrzunehmen und neue Kraft zu schöpfen. Wichtig sei der ganzheitliche Ansatz. Die Klangschalenmassage werde aber auch erfolgreich in der palliativen Behandlung von Schwerkranken, etwa auch mit Wachkomapatienten, genutzt, berichtet die 58-jährige (siehe auch den untenstehenden Beitrag „Wohlfühlmomente in der Palliative Care“). Durch den Klang könne der Fokus weg von der Krankheit genommen werden.

„Der Patient kann dazu kommen zu sagen: Ich bin nicht nur Krankheit, ich bin viel mehr.“ Die Massage biete auch hier die Möglichkeit, sich wieder zu erden und die eigenen Kräfte neu zu konzentrieren. „Und an dem Punkt wären die Naturwissenschaften längst an ihre Grenzen geraten“, fügt die promovierte Geologin lächelnd hinzu.

Ebba Hagenberg-Miliu

„Wohlfühlmomente mit Klangschalen in der Palliative Care“

Auf der Homepage der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin findet sich die gleichnamige Abschlussarbeit eines Universitätslehrgangs Palliative Care von Erika Gößnitzer. Darin schreibt sie, die Klangschalenmassage nach dem Klangtherapeuten Peter Hess wirke über feine Vibrationen, die beim Anspielen einer Metallschale entstehen. Das werde möglich, weil sich der menschliche Körper zu fast 70 Prozent aus Wasser zusammensetze. Das leichte Anschlagen der Schale erzeuge massierende Klangwellen im Körper. Die ordnenden Impulse gleichmäßiger Klangschwingungen führten zur Lockerung der Gewebespannung. Man nehme den Körper neu wahr und regeneriere sich, so Gößnitzer. Die Klangschalenmassage sei auch eine unterstützende Maßnahme bei Heilungsprozessen sowie in der palliativen Pflege. Die wichtigsten Ziele: Der Mensch könne loslassen von Problemen, er komme zur Ruhe. Es lösten sich Verspannungen, Schmerzen und Blockaden. Selbstvertrauen werde wieder aufgebaut und die Körperwahrnehmung verbessert. Auch im geschwächten Körper könne man sich wieder wohlfühlen und sei bereit, seine gesunden Anteile erneut wahrzunehmen. Im Idealfall erreiche man innere Ruhe, Geborgenheit, Sicherheit und Vertrauen. ham

Online ist die Studie hier zu finden: https://www.dgpalliativmedizin.de/images/stories/Grnitzer_Klangschalenthherapie_Nov_2011.pdf

Einsame Trauer – verborgener Schmerz

Mit dem Tod eines nahen und geliebten Menschen verändert sich für die Betroffenen meist radikal ihr ganzes Leben. Der bisher selbstverständlich gelebte Alltag in Beruf, Familie und Freundeskreis mit seinen ganz „normalen“ Aktivitäten scheint plötzlich nur noch mit großer Anstrengung zu bewältigen zu sein.

Ein Chaos aus Gedanken und Gefühlen, ein Sog aus Dunkelheit und Schmerz versperren nach einem Verlust in manchen Stunden jeglichen Ausblick auf die Gegenwart oder gar auf irgendeine hoffnungsvolle Zukunft. Wie hilfreich ist es in solchen Zeiten tiefer Erschütterung, wenn da Mitmenschen sind, die ein offenes Ohr haben und ein offenes Herz, um für Trauernde da zu sein, um mit ihnen gemeinsam deren Not auszuhalten, die quälenden Gedanken, die Angst, die verwirrenden Fragen und Klagen. Wie wohltuend ist es, wenn da Menschen sind, die sich berühren lassen vom Schmerz der Trauernden, die mit offenen Armen unterstützen und begleiten, berühren, umarmen und halten.

Trauer ist die heilsame Antwort auf jeden Abschied

Trauer ist keine Krankheit, sie ist „die heilsame Antwort eines lebendigen Herzens auf Abschiede und Trennungen“, schrieb der Diplomspsychologe Jorgos Canacakis, der für

seine Trauertherapie bekannt wurde. Um heilsam zu werden, braucht ein trauerndes Herz aber auch konkrete Möglichkeiten, um seinen Schmerz auszudrücken. Denn „siehe, die Trauer, sie ist des Trauernden einziger Trost“, formulierte es der Schriftsteller Robert Hamerling. Unterschiedlichste, oft gegensätzliche Emotionen, die mit der Trauer aufbrechen, können ebenso verwirrend sein, wie sie gleichsam „normal“ sind. Alle Gefühle wollen zunächst angenommen werden und sich dann auch ausdrücken dürfen. So hat jede Trauer die Chance, sich allmählich in Trost hinein wandeln zu können. Und dabei brauchen trauernde Menschen Gehör, Kontakt, Begegnung, Berührung.

In Zeiten von Kontaktbeschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie ist Trauer spürbar noch einsamer geworden, als sie es bisher schon war. Es gibt deutlich weniger Begegnungsräume, um der eigenen Trauer Ausdruck zu verleihen und sie mit anderen teilen zu können. Dabei wäre gerade das so wichtig für einen gelingenden Trauerweg im Sinne von Astrid Lindgrens einfühlsamer

Beschreibung: „Lange saßen sie dort und hatten es schwer, doch sie hatten es gemeinsam schwer, und das war ein Trost. Leicht war es trotzdem nicht“. So heißt es in ihrem Buch „Ronja Räubertochter“.

Erschwerte Trauer in Zeiten von Kontakt- beschränkungen

„Geteilter Schmerz ist halber Schmerz“ – so haben wir es bisher immer wieder wohltuend empfunden. Jetzt in der Pandemie, in der schon lange währenden Zeit des verordneten Alleinseins, erleben wir häufig sehr bedrückend: „Verborgener Schmerz ist doppelter Schmerz“. In unserem Hospizverein möchten wir auch in dieser herausfordernden Zeit nach wie vor ein Ort der Begegnung für trauernde Menschen sein. Weiterhin bieten wir jederzeit nach Terminabsprache persönliche Einzelgespräche in unseren Räumen in der Junkerstraße an. Und sobald wie möglich werden wir dort auch wieder unseren Begegnungsraum „OASE für Trauernde“ öffnen, einmal im Monat als offenes Angebot.

Trauerwege haben eine große Ähnlichkeit mit Wegen durch die Wüste: Über weite Strecken hinweg sind sie bestimmt von Einsamkeit und Angst, von Durst und Orientierungslosigkeit, von Leere und Sinnestäuschungen, von Erschöpfung und Verzweiflung. Eine Oase inmitten der Wüste verheißt da Rettung vor dem Untergang und schenkt den Wüstenwanderern die lebensnotwendige Nahrung für Körper, Geist und Seele. Eine Oase lädt Menschen ein, sich auszuruhen von allen bisherigen Strapazen und ihre Kräfte zu erneuern, damit sie gestärkt und zuversichtlich ihren Weg weitergehen können.

Eine „OASE für Trauernde“ im Hospizverein Bonn

Unsere „OASE für Trauernde“ ist ein Ort, an dem Menschen aus unterschiedlichen Richtungen, aber mit der gemeinsamen Erfahrung von Tod und Trauer einander mit Verständnis und Wohlwollen begegnen. Sie ist ein geschützter Raum, in dem Menschen etwas von ihrer Trauer miteinander teilen und dadurch vielleicht ihren eigenen Schmerz ein wenig erträglicher machen können.

Unsere „OASE“ ist ein Ort, an dem trauernde Menschen einander stärken, indem sie von ihrer Hoffnung und ihrer Kraft, von ihrem Glauben und ihrer Zuversicht erzählen. Sie ist ein offener Raum, in dem Menschen neue Kontakte knüpfen, gemeinsame Interessen entdecken und sich gegenseitig zu heilsamen Schritten auf ihren Trauerwegen ermutigen können.

Die Rahmenbedingungen in Zeiten von Kontaktbeschränkungen sind nicht leicht, aber unsere Trauerbegleiterinnen sind miteinander im Austausch darüber, wie wir neue kreative (auch virtuelle) Möglichkeiten schaffen können, um in der Trauer dennoch einander wohltuend begegnen und andere begleiten zu können. Zu allen Angeboten sind sowohl „alte“ als auch „neue“ Trauernde jederzeit herzlich willkommen. Aktuelle Informationen und Einladungen werden wir auf unserer Internetseite bekanntmachen. Angebote zur Trauerbegleitung erhalten derzeit keine finanzielle Förderung von Bund und Ländern. Sie bleiben jedoch im Rahmen der Hospizdienste unverzichtbar, wesentlich und wertvoll. Dementsprechend freuen wir uns sehr über Ihre Spenden speziell für die Trauerarbeit, auch hier bei uns im Hospizverein Bonn. Wir danken Ihnen herzlich für Ihr Interesse und Anteilnehmen an unserem Wirken.

Gudrun Müller, bis April 2021 Koordinatorin des Hospizvereins Bonn



STERBEN AUS SICHT DER RELIGIONEN

Sterbehilfe ist Juden verboten

Mit dieser Serie beleuchtet das Magazin „Dialog“ die Begleitung Sterbender im Spiegel der Weltreligionen, also des Christen- und Judentums, des Islam, Buddhismus und Hinduismus. Und danach auch die atheistische Position. In unserer ersten Folge fragten wir nach der islamischen Sichtweise, hier in der zweiten geht es um die jüdische.

Die jüdischen Traditionen rund um Tod und Trauer dienen dazu, die Würde des Verstorbenen zu achten und den Schmerz der Angehörigen zu lindern. Das nennt der Zentralrat der Juden in Deutschland auf seiner Homepage als Ausgangspunkt. Dabei sei der Erhalt des Lebens als der höchste Wert des Judentums anzusehen. Aber wenn ein Mensch sterbe, seien Regeln zu beachten, etwa: Man spreche für oder mit dem Sterbenden das Sündenbekenntnis („Widuj“) und das Glaubensbekenntnis („Höre Israel, der Ewige ist unser Gott, der Ewige ist einzig“).

Keine aktive Sterbehilfe und kein assistierter Suizid

Aber vor allem gilt: Das Ableben darf nicht beschleunigt werden. Es muss alles vermieden werden, was zu einem schnelleren Tod führen könnte. „Aktive Sterbehilfe und assistierter Suizid sind im Judentum daher grundsätzlich verboten.“ Die vom Bundesarbeitsministerium geförderte Homepage „Kultursensible Pflege“ führt weiter aus, dass jüdische Sterbende möglichst nicht umgebettet oder bewegt werden sollten, wenn die Gefahr bestehe, dass der Todeseintritt damit beschleunigt werde. Der Besuch eines Geistlichen, eines Rabbiners, sei für viele Familien bedeutsam. Nach dem Versterben werde das Gesicht des Toten mit einem Tuch bedeckt. Mit Einsetzen der Leichenstarre werde er mit den Füßen zur Tür gelegt.

Die Angehörigen zünden eine Kerze an und halten Totenwache, so der Zentralrat. Ehrenamtliche einer jüdischen

Gemeinde waschen den Toten und legen ihm ein weißes Baumwoll- oder Leinengewand an. „Die Totenkleidung, die bei allen Verstorbenen gleich ist, soll symbolisieren, dass alle gleich sind, wenn sie in der kommenden Welt vor dem Schöpfer stehen.“ Vor allem muss ein respektvoller Umgang mit dem Toten eingehalten und möglichst eine rasche Beerdigung organisiert werden. Nur am Schabbat, also am Samstag, und den Feiertagen dürfen keine Bestattungen stattfinden. „Ein Leichnam muss vollständig begraben werden“, heißt eine weitere jüdische Regel. Das heißt, dass auch alle Körperteile, die etwa durch einen Unfall vom Körper abgetrennt wurden, mit beerdigt werden sollten. „Traditionell besteht daher auch ein Verbot der Feuerbestattung.“ Der Tote wird in ein Leichentuch gehüllt beerdigt, bei Sargpflicht in einem einfachen Holzsarg. Dadurch soll sichergestellt werden, dass der Verstorbene rasch zu „Staub“ wird. „Das Judentum kennt keine Aufbahrung oder Einbalsamierung eines Toten.“

Trauernde rasieren und schminken sich nicht

Vor der Beerdigung findet in jüdischen Gemeinden (derzeit unter Pandemie-Bedingungen) eine Trauerfeier statt. Dabei wird eine Trauerrede für den Verstorbenen gehalten und das Kaddisch („Heiligung“) gesprochen, so der Zentralrat. Als Ausdruck der Trauer ist es Tradition, dass sich die Angehörigen bei der Feier ein Stück der oberen Bekleidung abreißen: für die verstorbene Mutter oder den Vater die linke Seite, für Ehepartner, Kinder oder Geschwister die rechte Seite auf Brusthöhe. Danach wird der Tote zum



Grab geleitet und in die Grube abgesetzt. „Jeder, der die Beerdigung begleitet, kann eine Schaufel mit Erde ins Grab schütten“, so der Zentralrat der Juden. „Es werden Psalmen und das Kaddisch rezitiert und das Grab verschlossen.“ Abschließend wird das „El Male Rachamim“ („Gott voller Barmherzigkeit“) gebetet. Beim Verlassen des Friedhofs ist es üblich, sich die Hände zu waschen.

Das Judentum kennt drei verschiedene Trauerzeiten: sieben Tage, dreißig Tage und ein Jahr. Die ersten sieben Tage nach der Beerdigung heißen „Schiwa“ („sieben“). Man spricht dabei vom „Schiwa-Sitzen“, da die nächsten Angehörigen des Verstorbenen, also Eltern, Ehepartner, Kinder und Geschwister, auf niedrigen Stühlen sitzend, zusammen trauern. „Männliche Trauernde rasieren sich nicht, man schneidet sich nicht die Haare, und Frauen schminken sich nicht“, beschreibt der Zentralrat der Juden die Tradition. Auf Vergnügen wird verzichtet. Trauernde gehen nicht zur Arbeit und vermeiden Haushaltstätigkeiten. Dafür besuchen Freunde und Bekannte die Trauernden und sorgen für die Mahlzeiten.

Für Eltern trauern Juden ein Jahr lang

Die zweite Trauerperiode heißt „Schloschim“, also „dreißig“. Sie dauert vom Ende des „Schiwa-Sitzens“ bis zum 30. Tag nach der Beerdigung. In manchen Gemeinden wird dann

der Grabstein auf das Grab gesetzt, in anderen erst nach einem Jahr, so der Zentralrat. Auch in dieser Zeit schneiden sich die Gläubigen keine Haare und rasieren sich nicht.

Damit endet die Trauer für die Angehörigen. Nur für die Eltern trauert man zwölf Monate. In dieser Zeit besuchen die Kinder keine Feiern oder festlichen Veranstaltungen. Die Trauer endet ein Jahr nach dem Todestag. Dann wird wieder das „Kaddisch“ gebetet und das Grab besucht.

Jüdische Gräber dürfen nicht eingeebnet werden, sondern sollen ewig bestehen. Anstelle von Blumen werden kleine Steinchen auf Gräber gelegt. Der Brauch stammt vermutlich daher, dass früher schwere Steine auf Gräber gelegt wurden, um die Toten vor wilden Tieren zu schützen. Auch symbolisieren Steine Ewigkeit und Unvergänglichkeit und stehen als Symbol für die Seele, die ebenfalls unvergänglich ist. Auf jüdischen Friedhöfen findet man hebräische Inschriften auf den Grabsteinen. Diese stehen für „hier ist begraben“ oder für „hier ist geborgen“. Am Ende findet sich mit fünf Buchstaben abgekürzt die Formel: „Möge seine/ihre Seele eingebunden sein in den Bund des Lebens“. ham

Kontakt

Zentralrat der Juden in Deutschland
<https://www.zentralratderjuden.de/>

AUS VEREIN UND HOSPIZARBEIT

Abschied und Willkommen

Frischer Wind im Hospizverein Bonn: mit zwei neuen hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und einem neuen Vorstandsmitglied. Gleichzeitig nimmt der Verein dankbar Abschied von einer langjährigen Koordinatorin. Hier haben alle Vier das Wort.

Die neue Geschäftsführerin Anne Bieler-Brockmann:

Seit dem 1. März bin ich als Geschäftsführerin im Hospizverein Bonn tätig. Durch meine vorherige Vorstandstätigkeit ist mir die Arbeit des Vereins gut bekannt und ans Herz gewachsen. So habe ich gern die Möglichkeit, mich hauptamtlich zu engagieren, angenommen. Was ist mir wichtig? Wo wollen wir hin? Wir sind gut aufgestellt, dafür bin ich dankbar. Dennoch gilt es, solide weiter in die Zukunft zu gehen und zugleich nach Chancen zu suchen, wie wir weiter sichtbar werden. Wir wollen Kooperationen festigen, ein interessantes Programm für Interessierte und Ehrenamtliche anbieten, sichtbar in der Region sein, wo es geht. Mit dem aktuellen Team sollte das sehr gut funktionieren, wobei Verstärkung im Haupt- und Ehrenamt willkommen ist. Meine beruflichen Erfahrungen aus den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungsmanagement mit Schwerpunkt Berufliche Bildung/Weiterbildung sowie als Systemischer Coach bringe ich gerne in die verantwortungsvolle Aufgabe als Geschäftsführerin ein. Meine Verbundenheit mit dem christlichen Glauben, dessen Säulen die Nächstenliebe und Barmherzigkeit sind, lässt sich an dieser Stelle sehr gut damit verbinden. Eingebunden zu sein in das Godesberger Leben trägt sicher dazu bei, unsere Verankerung im Bonner Süden und der angrenzenden Region auszuweiten.

**Das neue Vorstandsmitglied Eva-Maria Meiß:**

Seit meinem Praxissemester 2014 in einem Bonner Krankenhaus wohne ich nun in der näheren Umgebung. Meine ersten Berührungspunkte mit dem Hospizverein Bonn hatte ich während meiner fünfjährigen Tätigkeit im Neurologischen Rehabilitationszentrum Godeshöhe. Dort war ich in verschiedenen Funktionen tätig, zuletzt als Verwaltungsdirektorin. Vor meinem betriebswirtschaftlichen Studium und einem berufsbegleitenden Masterstudium in „Management von Organisationen und Personal im Gesundheitswesen“ habe ich eine Ausbildung als Versicherungskauffrau absolviert. Aktuell bin ich als Projektmanagerin im Bereich Unternehmensentwicklung bei den Johannitern tätig. Langjährige ehrenamtliche Erfahrungen habe ich im Münsterland gesammelt, wo ich aufgewachsen bin. Viele Jahre habe ich mich dort in der Katholischen Landjugend, vor allem aber in einem dortigen Reitverein engagiert. Als die Anfrage kam, mich aktiv im Vorstand zu beteiligen, habe ich mich sehr gefreut. Ich habe bisher viel Gutes in meinem Leben erfahren dürfen, und daher ist es mir wichtig, auch etwas Gutes zurückzugeben. Die letzte Lebensphase und die Begleitung der Angehörigen sollten so würdevoll wie möglich sein. Mit meinen persönlichen vor allem aber auch beruflichen Erfahrungen aus dem Gesundheitswesen möchte ich einen Beitrag dazu leisten.





Die langjährige Koordinatorin Gudrun Müller:

Nach 13 Jahren als Koordinatorin im Hospizverein Bonn beginnt für mich nun ein neuer Lebensabschnitt. Ob es ein „Ruhestand“ wird oder eine nächste „Reisetappe“, ist noch ungewiss. Alle Wege sind offen. Mit Dankbarkeit schaue ich zurück auf die Menschen, denen ich begegnen durfte. Es hat mich immer wieder erfüllt, wenn es uns gelungen ist, Momente des Lebens in seiner wirklichen Tiefe miteinander zu teilen: Fragen, Ängste, Hoffnungen, Grenzen, Möglichkeiten, Dunkelheit, Lichtblicke. Das war nicht immer leicht. Es gab Aufgaben und Herausforderungen, für die es notwendig war, sich schmerzlich „auseinanderzusetzen“, um sich danach wieder wohltuend „zusammensetzen“ zu können. Manchmal war meine Kraft erschöpft. Dann wiederum haben sich Quellen neuer Energie geöffnet. Ich spüre mit Freude: Es hat sich gelohnt! Jetzt nehme ich Abschied von einer bewegten wie bewegenden Zeit, dankbar für die reichen Erfahrungen von Sinn und Glück in meinem hospizlichen Dienst. Und mit einem Text von Ute Latendorf: „Losgehen an einem frühen Morgen, mit müden Beinen und ängstlichem Herzen. Losgehen, weil da ein Weg ist, der zum Gehen einlädt. Losgehen, ohne sich umzudrehen nach Vertrautem, bedürfnislos werden. Losgehen und während des Gehens die alte, enge Haut abstreifen, Verkrustungen aufbrechen und sich verändern lassen.“

Die neue Koordinatorin Tina Müller:

Ich bin Schwester Tina Müller. Seit 2010 lebe ich mit meinem Mann und unseren vier Kindern in Bad Godesberg. Geboren in Düsseldorf, habe ich, examinierte Altenpflegerin, als Koordinatorin eines mobilen sozialen Hilfsdiensts einer Düsseldorfer Kirchengemeinde die klinische Seelsorger-Ausbildung absolviert. Die letzten zehn Jahre war ich als Gemeindegewerterin der evangelischen Thomas-Kirchengemeinde in Bad Godesberg tätig. Innerhalb dieser Zeit habe ich diverse Fortbildungsmöglichkeiten im Demenzkommunikationsbereich wahrgenommen sowie eine Ausbildung zur Klangpädagogin und die Weiterbildung Palliative Care absolviert. 2019 wurde ich als Probeschwester in die Kaiserswerther Schwesternschaft aufgenommen. Seitdem befinde ich mich in diakonisch-theologischer Ausbildung zur Diakonisse. Hierfür habe ich bereits knapp die Hälfte eines dreijährigen Theologiestudiums am Evangelischen Bildungswerk Nordrhein hinter mich gebracht. Da mir die Begleitung von Menschen in existenziell verändernden Lebensphasen ein Herzensanliegen geworden ist, habe ich zusätzlich eine Weiterbildung zur Trauerbegleitung begonnen. Meine Freizeit verbringe ich gerne mit meiner Familie, bei einer Wanderung, mit meinen Mitschwestern oder mit einem guten Buch.



Impressum:

Herausgeber: Hospizverein Bonn e.V., Junkerstr. 21, 53177 Bonn, Tel. (0228) 62 906 900

E-Mail: kontakt@hospizverein-bonn.de, Internet: www.hospizverein-bonn.de

Konzeption und Redaktion: Dr. Ebba Hagenberg-Miliu (ham), Bonn

Redaktion Hospizverein Bonn: Dr. Peter Schneemelcher, Brigitte Engels, Gitta Lampersbach (GiLa), Anne Bieler-Brockmann

Layout und Gesamtherstellung: Angie Radtke, ausdrucks/STARK, Büro für Kommunikation, Bonn.

Fotos: Pixabay, Devanath (S. 9), photosforyou (S. 11), Ebba Hagenberg-Miliu (S. 2, 13), Angie Radtke (S. 1, 3, 15), Privat (S. 4, 9, 14, 15),

Druck: Brandt GmbH, Bonn.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos haftet die Redaktion nicht. Nachdruck oder reprografische Vervielfältigung, auch auszugsweise, und Aufnahme in Datenbanken jeglicher Art sind nicht gestattet.

Leserbriefe sind uns herzlich willkommen.

Wir begleiten Sterbende und Trauernde auf ihrem Weg

Hospizverein Bonn e.V.
Junkerstr. 21 und
Waldstr. 73
D-53177 Bonn

kontakt@hospizverein-bonn.de
www.hospizverein-bonn.de

Tel.: (0228) 62 906 900
Fax (0228) 62 906 909

Spendenkonto
Sparkasse Köln-Bonn
IBAN: DE39 3705 0198 0002 2535 08
BIC: COLSDE33