Lazarus Hospiz

Newsletter

Ausgabe 11 / April 2020

Glaube - Liebe - HOFFNUNG

"Das ist der Aufstand der Hoffnung

Zu wissen es geht weiter

Zu sagen man braucht mich

Zu ahnen das Leben blüht

Zu glauben die Liebe bleibt

Das ist der Aufstand der Hoffnung:

Das JA sagen - trotzdem"

(Autor unbekannt, entdeckt und verändert von Klaus Sczesny)

Wir grüßen Sie herzlich!

Etwas wird bleiben von dieser Zeit, auch wenn wir sie längst hinter uns haben. Und auch wenn wir nicht wissen, wie lange es bis dahin dauern und wie die Welt danach aussehen wird.

Wie schaffen wir es, diese Zeit gut zu überstehen? Was können wir tun? Sich gegenseitig etwas Gutes tun, tut in diesen Zeiten not, wo alles auf das Notwendige reduziert ist.

Bleiben Sie miteinander in Verbindung, bleiben Sie für den anderen sichtbar. Anrufen und schreiben, kleine Päckchen packen geht auch weiterhin.

Wir bleiben mit Ihnen über diesen Newsletter in Verbindung. Hoffnung, das Thema, was wir längst für diesen Newsletter geplant hatten, ist passend zu dieser Zeit. Wir hoffen und freuen uns auf das Leben danach.

In dieser Ausgabe erklärt Lydia Röder, wie sich die Hoffnung bei schwerkranken Menschen verschiebt. Matthias Albrecht erzählt uns von einem Erlebnis in der Begleitung, das eben diese Verschiebung zeigt. Klaus Sczesny berichtet von Hoffnung in der Trauer.

Im Anschluss erfahren Sie mehr über unsere Veranstaltungen.



Die Hoffnung stirbt zuletzt

Wenn bei Menschen die Diagnose einer unheilbaren Krankheit festgestellt wird, könnte man meinen, dass diese Menschen keine Hoffnung mehr haben. Sie verändert sich eher bei unheilbar kranken Menschen.

Anfänglich war da vielleicht die Hoffnung, die Diagnose wäre falsch. Dann gab es die Hoffnung auf Heilung, im Verlauf immer wieder von Neuem. Bis hin zu der Hoffnung, dass das Lebensende doch noch nicht so nah ist und dass es trotz aller Beschwerden eine gute Zeit sein kann.

Wenn das Erhoffte nicht eintritt, verändert sich die Hoffnung jeweils neu. Wenn die Zeit nicht mehr als gut erlebt werden kann, bleibt immer noch die Hoffnung auf Klärung bislang ungelöster Themen, danach die Hoffnung auf einen schmerzfreien Tod. Wenn der Sterbeprozess dann mit Schmerzen verbunden sein sollte, ist da noch die Hoffnung auf ein "Leben" nach dem Tod. Und ein gutes Weiterleben der Zugehörigen. Meist stirbt die Hoffnung zuletzt.



Lydia Röder, Leiterin des Ambulanten Lazarus Hospizdienstes, Foto: Katharina Eglau

Kann man gehen wollen und trotzdem hoffen?

Frau S. weiß, dass sie bald sterben wird, sie hat alles, was zu regeln war, geregelt. "Ich habe meinen Frieden. Es ist alles gut so. Ich kann gehen." Sie hält einen Moment inne und sagt: "Klingt vielleicht ein bisschen verrückt für Sie." Ich reagiere: "Nein, das ist im Hospiz ganz in Ordnung." Sie erzählt weiter davon, dass sie ihren Weg angenommen hat und ihn ganz in Frieden gehen werde. Dann unterbricht sie wieder: "Klingt doch irgendwie verrückt." In dem Moment wird mir klar, dass es nicht um meine Wertung geht: "Eine Seite in Ihnen ist bereit zu gehen und eine andere sagt: Das ist verrückt!" Sie fängt an zu weinen und erzählt, dass in drei Monaten das nächste Enkelkind geboren wird.

Vordergründig ist Frau S. mit dem "Ja" zur unheilbaren Erkrankung und dem baldigen Ende verbunden. Das ist in der Tat etwas Großes und ein wichtiger Schritt auf das Sterben hin. Die Seite, die darüber trauert und gern noch etwas Lebenszeit hätte, ist sekundär. Diese Seite braucht Ausdruck. Damit kommt Trauer über den Abschied in den Raum und noch einmal ein Moment von Hoffnung. Neben der Bereitschaft zu gehen, darf ein Ziel sein, auf die Geburt hin zu leben

Frau S. ist kurz vor der Geburt ihres Enkels verstorben. Sie konnte in Frieden gehen.



Matthias Albrecht, Seelsorger im Stationären Lazarus Hospizdienst, Foto: Katharina Eglau

Leben ist ein Tu-Wort

Meine Frau Christine war tätig als Küchenleiterin. Zuerst hier im Lazarus, dann in der neuen Produktionsküche in Lobetal.

Plötzlich wütete der Krebs in ihrem Körper. Sie erkrankte im Mai 2018 und sie starb im Mai 2019

Ein schwarzes Loch. Ich taumelte zwischen den lächerlichen Kleinigkeiten des Alltags, irgendwelchen Formalitäten und Weinkrämpfen. Daran erinnere ich mich nur noch im Nebel. Ich glaube, ich habe drei Tage lang Socken sortiert...

"Warum nur Warum??" Das war meine wichtigste Frage. Als Christenmensch ist meine Antwort nicht Klage, sondern Dankbarkeit! Nämlich, dass Gott sie 41 Jahre an meine Seite gestellt hat. Und dass meine Frau 41 Jahre an meiner Seite geblieben ist!

"Wie geht es weiter?" Da habe ich noch ihre Worte im Ohr: "Müde und antriebslos? Häng hier nicht rum!" Trauer darf nicht zur Lethargie werden. Leben ist ein Tu-Wort!

Mein Leben muss ich jetzt neu einrichten. Alltäglichkeiten wie Kochkurs für Anfänger, neue Menschen kennen lernen, inspirierende Aufgaben suchen.

Ich habe mir viel Zeit gelassen und Abschied genommen. Ihre Sachen habe ich in gute Hände gegeben und unsere gemeinsame Wohnung aufgelöst. Das war ein zweites Sterben. Jetzt beginnt ein zweites Leben.

Wir hatten einen Plan vom Glück. Der wurde zerrissen. Was soll ich mit 'nem halben Plan? Ich werde ihn neu schreiben, meinen Plan vom Glück.



Christine und Klaus Sczesny, Foto: privat

Aktuelles

Lazarus Hospiz Forumabende

Aufgrund der jetzigen Situation wird der Forumabend zum Thema "Ekel usw. - Was tun bei unangenehmen Gefühlen?" auf 2021 verschoben.

Alle Termine zum Forumabend 2020 auf einem Blick:

https://www.lazarushospiz.de/wordpress/wp-content/uploads/Lazarus-Hospiz-Berlin-Forumabende-Termine-2020.pdf

Letze Hilfe Kurs – neuer Termin

Am Dienstag, den 23.06.2020 findet von 14.00 – 18.00 Uhr der nächste "Letzte Hilfe Kurs" statt. In diesem Kurs wird "das 1 x 1 der Sterbebegleitung" vermittelt. Zugehörige und interessierte Laien können hier das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende kennenlernen.

Kostenbeitrag: 20 €

Anmeldung und weitere Informationen:

https://www.letztehilfe.info/aktuelle-kurse/letzte-hilfe-kurse-fuer-alle/

Ehrenamtliche Lebensbegleitung im Sterben

Hospizarbeit ist Lebensschule. Hospizarbeit ist Herzensbildung. Bei uns im Lazarus Hospiz können Sie einer sinnstiftenden, persönlich bereichernden Tätigkeit nachgehen und im Kontakt mit Menschen am Lebensende Ihrem Mitgefühl Ausdruck verleihen.

Der Ambulante Lazarus Hospizdienst Berlin beginnt im Herbst 2020 einen Vorbereitungskurs zur ehrenamtlichen Lebensbegleitung im Sterben.

Kontakt: Lydia Röder Ambulanter Lazarus Hospizdienst Bernauer Straße 115 – 118 13355 Berlin

Tel.: 030/46705276

Mail: lazarushospiz-ambulant@lobetal.de Web: https://www.lazarushospiz.de/ehrenamt

Trauerbegleitung - Fortbildungskurs

Die Fortbildung richtet sich an ehrenamtliche Mitarbeiter*innen, die bereits in der Sterbebegleitung Erfahrungen sammeln konnten und nun im Rahmen ihres Ehrenamtes die Trauerbegleitung kennenlernen möchten, um langfristig auch darin Aufgaben zu übernehmen. Voraussetzung ist ein abgeschlossener Kurs zur qualifizierten Vorbereitung ehrenamtlicher Mitarbeiter*innen in der Hospizarbeit. Ziel ist die Qualifizierung zur Begleitung einzelner trauernder Menschen oder die Mitarbeit in einem Trauercafé oder einer Trauergruppe. Nach Teilnahme an den 40 Unterrichtsstunden wird ein Zertifikat erteilt.

Mit Lydia Röder und Adelheid Scholten, beide qualifiziert nach den Richtlinien des Bundesverbandes für Trauerbegleitung.

Termine: 13. und 14. Juni und 24. und 25. Oktober 2020 jeweils Samstag von 10.00 – 19.30 Uhr und Sonntag von 10.00 – 17.00 Uhr.

Ort: Lazarus Hospiz, Bernauer Str. 117, 13355 Berlin

Seminargebühr: 600 € (darin enthalten: Mittagessen, Kaffee und Tee)

Anmeldung bis 29.04.2020 bei Lydia Röder unter:

Tel.: 030/46705276

lazarushospiz-l.roeder@lobetal.de

Unsere Empfehlungen

Tage wie Hunde, von Rut Schweikert

In ihrem neuen, sehr persönlichen Buch erzählt Ruth Schweikert von der eigenen Brustkrebserkrankung. Als sie die Diagnose erhält, wird aus Ahnung und Angst Wirklichkeit. Was aber ist das für eine Wirklichkeit? In welchen Käfig aus Vorstellungen und Gedanken, aus Technik und Terminen gerät jemand, der Krebs hat? Nichts ist gewiss in Ruths Schweikerts Buch, das radikal genau von der Wirklichkeit der eigenen Krankheit zu erzählen versucht. Es geht dabei um schlaflose Nächte, um Spritzen und Katheter. Es geht aber auch um das eigene Schreiben und Lesen und die wunderbare Möglichkeit der SMS. Ein hellwaches, schonungsloses Buch über Einsamkeit und Scham, Krankheit und Tod. Und zugleich ein heiteres, ermutigendes Buch über Freundschaft und Liebe und die befreiende Kraft der Literatur. "Tage wie Hunde", Ruth Schweikert, Fischerverlag, 20 €

Trauern. Von Verlust und Veränderung

Die in dieser Ausstellung präsentierte Kunst bietet eine Diskussionsbasis, um das gesellschaftlich relevante Thema zu reflektieren. 28 internationale Künstler*innen aus 15 Ländern beschäftigen sich in Gemälden, Skulpturen, Videos, Fotografien, Dia-, Klang und Rauminstallationen mit dem Thema Verlust als einer existentiellen, schmerzhaften Verunsicherung. Die Kuratorin Brigitte Kölle sagte bei der Eröffnung der Ausstellung, das Museum solle nicht nur ein Wohlfühlort sein, sondern auch ein Resonanzraum für Themen, die Menschen berühren. Eine gute Gelegenheit, sich von den vielfältigen künstlerischen Positionen berühren zu lassen und damit ein neues oder ungewohntes Verständnis der eigenen und der gesellschaftlichen Trauer kennenzulernen.

Hamburger Kunsthalle

Vom 7. Februar bis 14. Juni 2020, ab Mai 2020 soll die Kunsthalle wieder geöffnet sein. www.hamburger-kunsthalle.de

In den Medien

Die Links wurden von Claudia Trautloft, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Lazarus Hospiz, gesammelt.

Haben Sie die positive Wirkung des Singens einmal erneut ausprobiert oder erinnern Sie sich daran, wie gerne Sie früher gesungen haben? Wenn Sie einfach spontan singen wollen, hier eine Idee: Der Mond ist aufgegangen ...

https://www.lieder-archiv.de/der mond ist aufgegangen-notenblatt 300017.html

Bluttest verrät Sterberisiko

Wie wahrscheinlich ist es, dass ich in fünf Jahren tot bin? Forscher aus Deutschland arbeiten an einem Bluttest, der genau das vorhersagen soll. Medizinethiker sind entsetzt. https://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/bluttest-soll-sterberisiko-vorhersagen-a-1282962.html

Was spendet Trost?

Wir Menschen sind über Raum und Zeit hinweg wie Geschwister. Ein Essay von Michael Ignatieff, aus dem Englischen von Michael Adrian https://www.zeit.de/2020/03/trauer-trost-verlust-freundschaft-einsamkeit/komplettansicht

Bleiben Sie über unsere Arbeit informiert. Abonnieren Sie unseren monatlichen Newsletter. Per Mail: newsletter-lazarushospiz@lobetal.de

Herausgeber: Lazarus Hospiz

