

Geronymus

Münsters Zeitung für seelische Gesundheit im Alter

Spiritualität im Alter

Spiritualität im eigentlichen Sinn bedeutet „Geistigkeit“. Sie steht im Gegensatz zur Materialität, also der Stofflichkeit bzw. Körperlichkeit. Beides, das Materielle wie das Spirituelle durchziehen unsere Existenz. Wenn wir uns auf der chronologischen Horizontale des Lebenslaufs all das vorstellen, was sichtbar, machbar und wünschenswert, aber eben auch vergänglich ist, so könnte man die Spiritualität als eine stets präsente, zeitlose Vertikale sehen.



Foto: W. Krüper

AUS DEM INHALT:

Zugänge zur spirituellen Dimension bei Menschen mit Demenz
Seite 4

Religiöse Impulse für Menschen mit Demenz
Seite 6

Purim, Divali und Zuckerfest
Seite 7

Wie zeigt sich Spiritualität? Was bewirkt sie? Welche Chancen bietet sie im Alltag? Hierzu einige Gedanken und Fragen:

Zunächst könnte man versucht sein, das Thema „Spiritualität“ akademisch abzuhandeln. Was aber nützt das? Viele, die darüber schreiben, betonen gleichzeitig, dass dadurch und durch theoretische Erörterungen das Wesen der Spiritualität nicht zu fassen ist, ja

sogar verschleiert wird. Jenseits aller Beschreibung geht es wohl um eine innere Haltung dem Leben, den Mitmenschen und sich selbst gegenüber oder darum, in spiritueller Praxis Gedanken und Gefühle wahrzunehmen und loszulassen, anstatt mit ihnen etwas bewirken zu wollen. Sehen wir die Dinge also praktisch und schauen zunächst auf das sehr vertraute Materielle.



Alexianer
GERONTOPSYCHIATRISCHE
BERATUNG

EDITORIAL

Spiritualität ist ein zutiefst menschliches und grundlegendes Bedürfnis, auch wenn dieses Bedürfnis nicht immer bewusst ist und in der individuellen Lebensgeschichte sehr unterschiedlich gelebt und erlebt wird. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass Spiritualität positive Auswirkungen auf die Gesundheit und die Fähigkeit zur Bewältigung von Krisen hat. Gerade im Alter muss sich der Mensch mit einer Vielzahl von Einschränkungen, Verlusten und Umbrüchen auseinandersetzen.

Hier stellt sich die Frage, was eine spirituelle Orientierung in dieser Lebensphase bewirken kann.

Menschen mit Demenz verlieren die Fähigkeit, selbstständig ihre spirituellen Bedürfnisse zu befriedigen. Wir können ihnen aber Erfahrungen von Spiritualität – wie z.B. ein Erleben von Verbundenheit und Gebaltensein – schenken.

Auch viele Angehörige und professionell Pflegenden fühlen sich „spirituell“ beschenkt, z.B. durch eine größere Fähigkeit loszulassen oder durch einen Zuwachs an Emotionalität und Kreativität.

Wir hoffen, dass unsere Ideen rund um das Thema „Spiritualität“ Sie inspirieren.

Für das Neue Jahr 2015 wünschen wir Ihnen, dass Sie Zugang finden, zu dem, was Ihre Seele nährt.

C. Domdey

Cornelia Domdey
Gerontopsychiatrische Beratung
im Clemens-Wallrath-Haus



Foto: K. Schenk

Das Wichtigste im Leben ist,
sich zu fragen,
was das Wichtigste im Leben ist.

Shunryu Suzuki Roshi

Hier geht es um Haben, Besitz und Verlust, Wünsche und Ängste, um Erfolge, Siege und Niederlagen, um Aufbau und Vergänglichkeit, um Selbstwert, Beziehungen, Trennungen, Konflikte ... mithin um das, was uns im Innersten zeitlebens gefangen nimmt. Wir setzen uns damit auseinander, verfolgen diese Dinge mit Herz und Verstand, identifizieren uns damit. Gleichzeitig sind wir mit unserer eigenen Materialität Bestandteil all dessen, was uns umgibt.

Im Alter blicken wir auf die Kindheit zurück mit einer gewissen Ahnung der damals gelebten Zeitlosigkeit, der Unendlichkeit eines Tages, der kindlichen Begierden und Ängste. Wir denken an die Sturm- und Drang-Zeit der Jugend, an Schule, Ausbildung und Studium, an Familiengründung und Beruf und haben über das ganze Wachsen, Voranschreiten und

Aufbauen die Lebensmitte seit langem hinter uns gelassen. Jetzt realisieren wir, dass es nicht nur ein Höher, Schneller und Weiter gibt, sondern werden substanziell mit der Erfahrung der Vergänglichkeit konfrontiert. Zuvor nur in der Umgebung und bei Anderen wahrgenommen, betrifft es jetzt uns selbst, Körper und Geist. Nach dem Verlust der Eltern steht man selbst „an der Front“, die Endlichkeit der Existenz wird konkrete Realität.

Was tun? Warum nicht business as usual? Das Festhalten an alten Wünschen und Zielen, an lange erprobten Ausweichmanövern und Verdrängungsmechanismen: Da geht noch was! Wir werden zwar älter, aber wer ist schon alt??? So haben wir viel erlebt und sind doch nicht weiser. Sind sauer, wenn sich in der Schlange einer vordrängt und freuen uns, wenn unsere Eitelkeit gestreichelt wird. Das soll nicht schlecht geredet werden, wir stehen halt im Leben – bis zuletzt.

Manche aber überlegen, ob das alles ist, stellen die Sinnfrage, fragen sich: Was treibt mich eigentlich an? Was muss ich mir oder anderen eigentlich noch beweisen? Warum auf Nebenkriegsschauplätzen kämpfen, wenn doch die eigentliche Schlacht des Lebens längst geschlagen ist? So bieten die Grenzerfahrungen des Alters



Foto: C. Domdey

– ob es reifende Erkenntnis ist oder Leid und Enttäuschung – die große Chance, sich endlich den wesentlichen Dingen zuzuwenden. Beziehungen werden wichtiger als Besitz, radikale Akzeptanz ersetzt ständiges Streben, Wahrnehmung die Beobachtung, Loslassen das Festhalten, Sein das Haben.

Manchen ist es gegeben, aus ihrer Lebenserfahrung heraus eine spirituelle Haltung zu entwickeln, welche von Gelassenheit, Weisheit und einem radikalen „Ja“ dem Leben gegenüber geprägt ist. Vielen hilft ihr religiöser Bezug, das Gebet, die Liturgie, die Gemeinschaft mit anderen. Schließlich gibt es auch die Möglichkeit spiritueller Praktiken, welche es erlauben, jenseits des Denkens und Fühlens grundlegende Seinserfahrungen zu machen, welche nur näherungsweise und indirekt beschrieben werden können. Die christliche Mystik, der Buddhismus, der Hinduismus etc. sind voll von diesen Textstellen.

Konkret handelt es sich um ein weites Spektrum geistiger Übungen der Meditation und Kontemplation teils mit körperlicher Beteiligung wie im Yoga oder Chi Gong, teils in Verbindung mit Kampfsport oder alltäglichen Verrichtungen wie beim Bogenschießen oder der Tee-Zeremonie. Die geistigen Exerzitien sind weder mit hohen moralischen Ansprüchen noch mit intellektuellen Höchstleistungen verbunden. Vielmehr handelt es sich hierbei um sehr einfache und sehr wirkungsvolle Übungen in der Stille, welche allerdings mit gewisser Disziplin, Beharrlichkeit und Regelmäßigkeit praktiziert werden sollten. Zu wissen, dass es so was gibt, sich im Christentum und in anderen Weltreligionen umzuschauen und entsprechende



Foto: C. Dornley

Erfahrungsberichte zu lesen, ist sicherlich gut – es tatsächlich selbst zu tun, ist jedoch etwas ganz anderes.

Menschen in spiritueller Praxis berichten neben der genuinen, unbeschreiblichen, spirituellen Erfahrung von vielen positiven Nebeneffekten: Abnahme von Ängsten und Sorgen, mehr Gelassenheit, Klarheit des Denkens und Fühlens, Verfeinerung der Wahrnehmung, Wachheit und Lebendigkeit, wachsendem Mitgefühl etc. Viele machen die Erfahrung endlich (!) bei sich selbst anzukommen, so dass das innere Hasten ein Ende nimmt. Diese Dinge zeigen sich teils auch im körperlichen Bereich und sind physiologisch messbar.

Spiritualität und alles was damit zu tun hat, bietet sicherlich in jeder Lebensphase positive Möglichkeiten. Letzten Endes zielen diese Techniken nicht auf Selbstverwirklichung ab sondern darauf, sich von sich selbst zu befreien, sich leer zu machen, um sich je nach persönlicher Überzeugung der absoluten Seinserfahrung oder Gott zu öffnen. Wer diesen Weg

im Alter einschlagen möchte, hat eine große Auswahl unterschiedlicher seriöser Angebote, wie z.B. meditativer Techniken aus den Bereichen christlicher Spiritualität (z.B. kontemplatives Gebet), des Buddhismus (Zen) oder Hinduismus. Sehr zu empfehlen: Viele Klöster bieten Einkehrtage oder Schweigeexerzitien mit entsprechender Einführung in kontemplative Techniken an. Man muss nicht einmal weit fahren, denn auch im Münsterland kann man diesbezüglich fündig werden. Wie überhaupt, so gilt auch hier: Wer sucht, der findet!

*Dr. Klaus Telger
Leitender Arzt des Alexianer
Krankenhauses Münster*

„Komm mal mit..“

Zugänge zur spirituellen Dimension bei Menschen mit Demenz

Spiritualität ist nicht nur Religiosität oder Glaube. Spiritualität hat in unserem Sprachgebrauch heute darüber hinaus etwas Offenes, sehr weit Gefasstes. Darin liegt eine Chance.

Die spirituelle Dimension im Menschen beschreibt zunächst das, was nicht aufgeht in körperlichen und psychischen Bedürfnissen eines Menschen. Diese Dimension trägt immer zugleich in sich die Offenheit zur Transzendenz (lat. transcendere = übersteigen), das Bezogen-Sein auf Gott oder ein

nehme. Und es ist bei Menschen mit Demenz sogar von besonderer Bedeutung. Überall schwingt dabei die Transzendenz mit ihren Hauptkomponenten mit: Gehalten sein, In Beziehung sein, Gemeint sein, Sinnvolles erfahren.

Gehalten sein: Besonders Menschen, denen der Boden unter den Füßen wegzurutschen droht, sehnen sich danach, gehalten zu sein. „Von Gott gehalten sein“ und „von Menschen gehalten sein“ kann dabei ineinander gehen. Die Verunsicherung, die eine Demenz mit sich bringt, macht dieses mensch-

perlichen Sicherheit, ob sie dabei Halt haben, sondern auch eine existentielle Frage und potentiell auch eine spirituelle Frage. Durch die Erfahrung des Gehaltenseins vom Gegenüber kann die Dimension des Gehaltenseins durch Gott in dieser Welt hindurchleuchten. Rituale in den unterschiedlichsten Formen können Halt geben, das Gebet kurz vor dem Einschlafen genauso wie das Erleben von Aufgehoben-Sein in einem großen Ganzen beim Sitzen im Park oder morgendlichen Kaffeetrinken.

In Beziehung sein: „Komm mal mit“ – das ist einer der letzten Sätze, den meine demenzkranke Mutter gesagt hat, zu einem Zeitpunkt, als sie sich verbal gar nicht mehr ausdrücken konnte. Aber dieser eine Satz, den hat sie noch mehrfach gesprochen. Ich glaube, das war kein Zufall. Drückt er doch etwas aus von der Sehnsucht nach Nähe und Miteinander. Begegnung, Beziehung, Nähe erfahren, dies ist im Miteinander mit Menschen mit Demenz besonders wichtig. Berührung und Begegnung können Gottes Nähe sinnlich erfahrbar machen. Miteinander etwas tun, miteinander etwas erleben, in Beziehung sein – da kann auf einer tieferen Ebene das In-Beziehung-Sein in dieser Welt oder das Auf-Gott-Bezogen-Sein erfahren werden.

Foto: W. Krüper

größeres Ganzes und damit die spirituelle Dimension im spezifischen Sinne. Spirituelle Dimension meint das „Mehr“ – gleichzeitig ist das Spirituelle vom Existentiellen nicht genau zu trennen, sondern leuchtet genau darin auf.

Es gibt Grundbewegungen im menschlichen Leben (von Alfried Längle in der Existenzanalyse so beschrieben), die geistlich-spirituell durchzogen sind. Ich beschreibe sie als spirituelles Bewegtsein, das ich bei allen Menschen wahr-

liche Verlangen noch stärker. Es geht um die Erfahrung, getragen zu sein – eingebettet darin die Sehnsucht, dass da etwas ist, das einen letzten Endes trägt.

Wenn Begleitende am Bett sitzen, aufmerksam auf ihr Gegenüber sind und die Hand halten – dann kann damit die zentrale Erfahrung des Gehaltenseins gespeist werden. Wenn Menschen gewaschen oder gelagert werden, angezogen oder in den Rollstuhl gesetzt, ist es nicht nur eine Frage der kör-

Gemeint sein ist die Sehnsucht, sich selbst, das Eigene, Unverwechselbare zum Ausdruck zu bringen und gekannt zu werden, sich als gewollt zu erfahren. Durch die Erfahrung des Eigenen im Alltag, des So-sein-Dürfens kann die spirituelle Erfahrung des Gemeint-Seins wachgerufen werden. Das Gekannt-Werden von den Menschen um uns herum und das Gemeint-Sein von

Gott können ineinander gehen. Es sind scheinbare Kleinigkeiten im alltäglichen Miteinander, durch die die spirituelle Dimension des Gemeint-Seins durchscheint. Die Zeile „Gott im Himmel hat an allen seine Lust, sein Wohlgefallen, kennt auch dich und hat dich lieb“ aus dem Lied „Weißt du, wie viel Sternlein stehen“ kann z.B. diese spirituelle Erfahrung des Gemeint-Seins wachrufen.

Sinnvolles erfahren: Und schließlich, das eigene Leben konkret im Alltag als sinnvoll zu erfahren. Das kann geschehen im Erleben, in wohligem Berührtwerden beim Eincremen der Hände, das kann deutlich werden im Gestalten, wenn Getränke eingegossen oder auch verschüttet werden oder die Tischdecke sich plötzlich wandelt in einen Stoff, der genäht werden muss – im Bezogensein auf einen Menschen oder eine Sache.

Spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz bedeutet, spirituelles Bewegtsein wahrnehmen zu lernen und Zugänge zur spirituellen Dimension zu finden. Das bedeutet, dass wir darauf hören lernen, worum es Menschen eigentlich geht, was unser Gegenüber im Innern bewegt. In der spirituellen Begleitung geht es nicht um ein Programm, sondern um ein vorsichtiges Ausprobieren, darum, zu entdecken, was dem jeweiligen Menschen mit Demenz heilig ist. Manches Mal ist das eine lange Arbeit des Forschens und Ausprobierens. Aufgabe spiritueller Begleitung ist es in erster Linie, auf das Gestimmt-Sein des Gegenübers zu lauschen, sich einzustimmen und mitzuschwingen.

*Geertje-Froken Bolle
Pfarrerin*

Klinikseelsorge, Logotherapeutin
und Existenzanalytikerin u.S.;
geertje.bolle@lechlecha.de

Ja, ich will euch tragen bis ins Alter
und bis ihr grau werdet. Ich will es tun,
ich will heben und tragen und erretten.

Jesaja 46,4

„Geschenkte Momente“ Qualifikation für die Seelsorge in der Altenhilfe

In der Seniorenarbeit seiner Heimatgemeinde in Lüdinghausen ist Werner Trogemann schon lange Zeit aktiv. Nun hat sich der 65-jährige zum ehrenamtlichen seelsorglichen Mitarbeiter in katholischen Einrichtungen der Altenhilfe qualifiziert. Der vierteilige, sich über neun Monate erstreckende Ausbildungskurs wird vom Bistum Münster angeboten. Herr Trogemann hat für uns seine Eindrücke und Erfahrungen zusammengefasst.

Das Jahr 2013 hat in meinem Leben einen besonderen Stellenwert: im Sommer 2013 habe ich die Ausbildung zur ehrenamtlichen seelsorglichen Mitarbeit in katholischen Einrichtungen der Altenhilfe beendet. Im Herbst 2012 hatte ich – nach intensiver Auseinandersetzung mit mir selbst und den Inhalten der Ausbildung – diesen Kurs belegt.

Schon seit vielen Jahren leite ich mit sechs weiteren Mitgliedern eines Teams Wort-Gottes-Feiern im Altenwohnhaus St.-Ludgerus-Haus in Lüdinghausen. Im Laufe der Zeit ist mir deutlich geworden, wie wichtig das Einzelgespräch für die Bewohner des Hauses über die gemeinsame Feier hinaus ist. Die „aufsuchende Seelsorge“ ist nun ein weiterer Schwerpunkt meiner ehrenamtlichen Tätigkeit in diesem Altenwohnhaus. Dabei kann die Begegnung mit dem Einzelnen ganz unterschiedliche Formen haben: bei dem Menschen sein und ihm zuhören, Ängste und Traurigkeit aushalten, aufarbeiten und Zeichen der Hoffnung suchen, ihm als Zeichen der Nähe die Hand halten, gemeinsam beten oder Schriftstellen auf uns wirken lassen, um Gottes Segen bitten, die Krankenkommunion spenden.

Vielleicht sind es aber auch nur die alltäglichen Dinge, die den Einzelnen bewegen, die ihn aufwühlen und die ihm Sorge bereiten. Dabei ist es für mich wichtig, dass diese Begegnung auf Augenhöhe geschieht. Beide sind wir Suchende, beide bringen ihre Erfahrungen aus dem Alltag und mit dem Glauben mit. Gespräche mit den Menschen im Anschluss an die Krankenkommunion haben mein Glaubensleben bereichert, und ich hoffe, dass auch meine persönlichen Erfahrungen mit Gott und Glaube Impulse geben und Hilfen sein können. Das Glaubensgespräch und die Wortgottesdienstfeier mit Senioren betrachte ich auch in meiner jetzigen persönlichen Lebenssituation – ich bin 65 Jahre alt und im Ruhestand – als wichtig und interessant. Aufgrund meiner eigenen Biografie und meines Alters kann ich möglicherweise Erfahrungen der Bewohner gut verstehen und nachvollziehen.

Die Ausbildung selbst war für mich eine äußerst positive Erfahrung. Ich habe einiges über mich und mein Leben aus dem Glauben erfahren, habe vielfältige neue Inhalte kennengelernt und eine Gruppe von netten Menschen getroffen, die sich wie ich und mit mir auf den Weg gemacht haben. Ich glaube, eine für mich gute Entscheidung getroffen zu haben. Und ich darf hoffen, dass ich diesen Weg nicht allein gehe: Gott geht mit.

Werner Trogemann

Nähere Informationen zum Ausbildungskurs erhalten Sie bei Mechtilde Hessler, Referat Seniorenseelsorge des Bischöflichen Generalvikariats Münster, Tel. 0251-495-568; E-Mail: senioren@bistum-muenster.de

„Und ob ich schon wanderte im finstern Tal..“

Religiöse Impulse für Menschen mit Demenz

Menschen mit Demenz erleben ein Gefühl existentieller Verunsicherung und Angst. Umso wichtiger wird alles, was Vertrauen schenkt und was Geborgenheit und Sicherheit vermittelt. In erster Linie erfahren dies die Erkrankten über verlässliche Bezie-

hungen, in denen sie Annahme, Wertschätzung, Zuwendung und Zuneigung erleben. Diese Beziehungsqualität kann auch über religiöse Impulse erfahren werden, wenn aus der Biographie des alten Menschen bekannt ist, dass er religiös ansprechbar ist.

Die von früher vertrauten religiösen Rituale, zu denen das Singen von Kirchenliedern, das Mitsprechen von Gebeten und das Hören von Bibelgeschichten gehören, können für Menschen mit Demenz in hohem Maße Halt gebend sein. Sie

Deshalb kann man beim Einsatz von Gebeten in der Betreuung von Menschen mit Demenz verbliebene Kompetenzen des Erkrankten aufgreifen und vermindertes Selbstvertrauen stärken.

damit verbundenen Gefühle von Vertrauen und Trost. Das macht den besonderen Wert des Vater Unser für einen Menschen mit Demenz aus.

„Müde bin ich, geh zur Ruh“

Viele kennen aus ihrer Kindheit noch das „Gute-Nacht-Gebet“, das mit der Erfahrung von Geborgenheit und Beschützsein verbunden ist. Die Mutter saß abends am Bett und half mit ihrer Anwesenheit und dem Gebet, in den Schlaf hinüberzugleiten. Ein „Gute-Nacht-Gebet“ zu sprechen, dauert nicht lange, kann aber die Pflegesituation erleichtern, wenn der alte Mensch schlecht zur Ruhe kommt und gerade beim Dunkelwerden von Ängsten geplagt wird. Es gibt die Erfahrung, dass weniger Schlafmittel gebraucht werden, wenn ein Gebet als festes Abendritual eingeführt wird.

„Wie im Himmel so auf Erden“

Das Vater Unser ist das bekannteste und älteste christliche Gebet, man nennt es auch das Grundgebet der Christen. Über Jahrhunderte hat es Menschen in vielen

vermitteln ein Stück emotionale Heimat. In den vertrauten Worten und Liedern können Menschen mit Demenz oftmals Trost und Geborgenheit erleben, die sie bei anderen Angeboten nicht finden. Denn die aus Kindheit und Jugend bekannten Texte können wie Inseln im Meer des Vergessens wirken: plötzlich hört man die Worte wieder, die man früher oft gehört und gesprochen hat. Aus der Demenzforschung weiß man, dass sprachliche Muster, zu denen neben Sprichwörtern, Gedichten, Liedern und Märchen auch Gebete gehören, bei einer Demenz lange abrufbar bleiben.

Lebenslagen Trost und Zuspruch geschenkt, deshalb geht von ihm eine besondere Kraft aus. Für Menschen mit Demenz kann es wie ein Anker im Alltag sein. Selbst bei Menschen, deren Kirchenbindung im Laufe des Lebens lockerer geworden ist, wird das Vater Unser aus Kindheit und Jugend bekannt sein. Auch bei einer Demenzerkrankung kann es deshalb noch lange mitgesprochen werden und dem Betroffenen das befriedigende Gefühl vermitteln: „Das kann ich noch.“ und „Ich gehöre dazu.“ Dabei sind es nicht nur die Worte, die erinnert werden, sondern auch die

„Der Herr ist mein Hirte“

Sie können auch einen Psalm vorlesen. Der Psalm „Vom guten Hirten“ zählt zu den bekanntesten und beliebtesten. Er vermittelt in besonderer Weise das Gefühl von Vertrauen, Geborgenheit und Sicherheit. Wenn ein Psalm bevorzugt wird, scheuen Sie sich nicht, ihn immer wieder vorzulesen. Das ist gerade die Stärke der Psalmen, dass sie wiedererkannt werden. Für katholische Frauen kann es das Rosenkranzgebet mit dem Ave Maria sein, das eine große Wiedererkennung besitzt. In einer Welt, die für den Demenzkranken zunehmend verwirrend und



Foto: W. Krüper

fremd ist, können diese bekannten Gebetsmuster zu seelischen Rettungsankern werden. Wie Lichter in der Finsternis können sie Orientierung geben.

„Großer Gott wir loben dich“

Ein gesungenes Kirchenlied entfaltet eine starke emotionale Wirkung. Um Lieblingslieder herauszufinden, lesen Sie jeweils die erste Strophe eines Kirchenliedes vor und warten die Reaktion des alten Menschen ab. Wenn Sie die Lieder nicht singen können, bitten Sie den alten Menschen, Ihnen ein Lied vorzusingen. Es tut einem Demenzkranken bei seinen vielen Misserfolgserlebnissen gut, zu erleben, dass er mal etwas kann, was wir nicht können. Wenn noch andere dabei sind, kann daraus leicht eine kleine Singrunde werden, und wenn es nur für ein Lied ist. Wenn der Demenzkranke nicht mehr singen kann, lesen Sie ihm das Kirchenlied einfach wie ein Gedicht vor, auch das kann eine wohltuende Wirkung haben.

Das Besondere am Einsatz religiöser Impulse ist, dass sie auch demjenigen Kraft geben können, der sie einsetzt. Man kommt auch automatisch selbst zur Ruhe, wenn man ein Gebet oder Liedtext vorliest. Dies gilt auch dann, wenn man der Kirche oder dem Glauben kritisch gegenüber steht. Denn es ist hilfreich, sich Worte in Situationen zu leihen, in denen die eigene Sprache versagt.

Quelle: Petra Fiedler, Eberhard Kerlen: Religiös begleiten. Die passenden Worte finden. Hannover: Vincentz Verlag, 2010

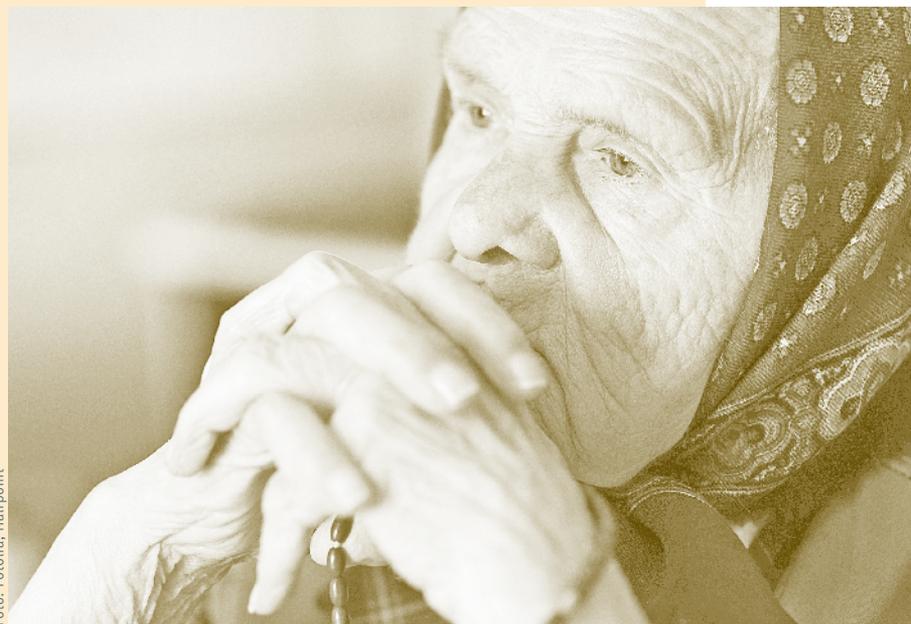


Foto: Fotolia, Halfpoint

Purim, Divali und Zuckerfest – die Vielfalt spiritueller Wege würdigen

In unserer säkularen, stark individualisierten Gesellschaft leben immer mehr Menschen ihre Spiritualität jenseits konventualisierter religiöser Praktiken. Oft wird ein spiritueller Weg auch nicht kontinuierlich begangen, sondern Menschen wenden sich sporadisch oder erst in Krisenzeiten spirituellen Kraftquellen zu. Für unser zukünftiges Zusammenleben bedeutet dies, Wege zu finden, wie für – nicht religiös verwurzelte – ältere Menschen nicht nur körperlich und psychisch, sondern auch spirituell gut gesorgt werden kann.

Auch für die wachsende Zahl älterer Menschen mit Migrationshintergrund stellt sich die Frage, wie ihre religiöse und spirituelle Tradition gewürdigt werden kann. Die Bedeutung von Symbolen, Ritualen und das Bedürfnis nach Ausübung des Glaubens und spiritueller Praktiken gelten für alle Menschen, ob mit christlichen, islamischen, jüdischen, buddhistischen oder russisch-orthodoxen Glaubenshintergrund.

Ein informativer Überblick über verschiedene Religionen und kulturelle Hintergründe älterer Menschen mit und ohne Migrationsgeschichte sowie Tipps zur Pflege von Brauchtum und Festen sind in diesen Veröffentlichungen zu finden:

- Dr. Gerling, Vera; Tyll, Susanne: "Pflege ist Pflege – auch über Grenzen?", 2010. (Bestellungen an: soziales@awo-ww.de)
- Lindner, Elfriede: Feste feiern. Arbeitsmaterialien in der Seniorenarbeit. München: Urban&Fischer Verlag, 2007
- Sowinski, Christine et al.: Feste feiern in der Altenhilfe – Anlässe, Informationen und Deko-Ideen zur interkulturellen Festgestaltung. Din-A1-Poster (zu beziehen beim KDA, www@kda.de)

Von guten Mächten

Von guten Mächten treu und still umgeben,
Behütet und getröstet wunderbar,
So will ich diese Tage mit euch leben
Und mit euch gehen in ein neues Jahr.

...

Lass warm und still die Kerzen heute flammen,
Die du in unsre Dunkelheit gebracht.
Führ, wenn es sein kann, wieder uns zusammen.
Wir wissen es, dein Licht scheint in der Nacht

...

Von guten Mächten wunderbar geborgen,
Erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen
Und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

Dietrich Bonhoeffer

Hilfen für eine spirituelle Begleitung

Folgende Bücher und Materialien geben hilfreiche Anregungen für eine spirituelle Begleitung älterer Menschen:

- Eglin, Anemone et al.: Das Leben heiligen: Spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz. Ein Leitfaden. Zürich: 2006
- Fiedler, Petra; Kerlen, Eberhard: Religiös begleiten. Die passenden Worte finden. Hannover: 2010
- Schrage, Bruno; Fischer-Wolff, Karola (Hg.): Ins Gebet kommen – Gebete in Krankheit, Pflege und Alter. Kevelaer: 2013
- Tageszentrum Wetzlar: Lieder-CD's und dazugehörige Liederbücher (Volkslieder, Schlager, Kirchenlieder etc., zu beziehen: www.tageszentrum-am-geiersberg.de Tel. 06 441 / 437 42)

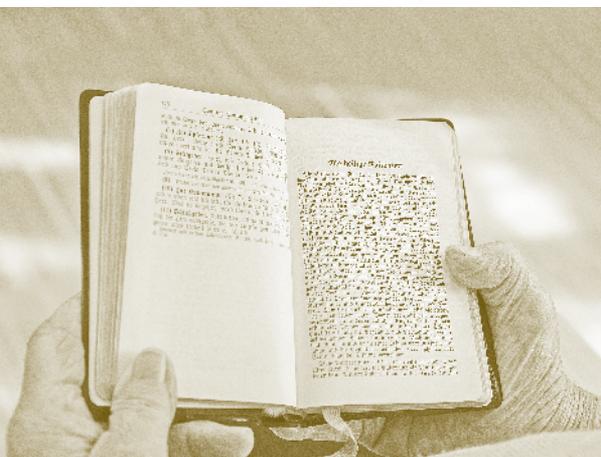


Foto: W. Krüper

Impressum

Herausgeber: Gerontopsychiatrische
Beratung der Alexianer Münster GmbH
Redaktion und Texte: Cornelia Domdey,
Dr. Klaus Telger
Telefon: 02 51 / 5 20 22 76 73
Layout: www.umbach-design.de
Druck: Klingenuß, Münster
Dezember, 2700

Hinweis:

Die Zeitung ist kostenlos erhältlich u.a.
bei der Bürgerberatung, in der Stadt-
bücherei, im Gesundheitshaus und im
Clemens-Wallrath-Haus (Gerontopsychia-
trisches Zentrum).

Den Geronymus gibt es als Download
unter: www.alexianer-muenster.de (unter
Schnellsuche „Geronymus“ eingeben).

Hier finden Sie Rat und Hilfe

Gerontopsychiatrische Beratung im Clemens-Wallrath-Haus

Gerontopsychiatrisches Zentrum
der Alexianer Münster GmbH
Josefstraße 4, 48151 Münster
Tel. 0251 / 5 20 22 76 71

Beratung für Betroffene,
Angehörige und Profis

Ansprechpartnerinnen:
Wilma Dirksen, Cornelia Domdey,
Suzanne Reidick

Telefonisch erreichbar:
Mo - Fr: 10 - 13 Uhr
Sprechstunden:
Di: 10 - 13 Uhr, Do: 15 - 18 Uhr
und nach Vereinbarung

Gerontopsychiatrische Beratung der LWL-Klinik Münster

Haus 25
Friedrich-Wilhelm-Weber-Str. 30
48157 Münster
Tel. 0251 / 5 91 52 69

Beratung für Betroffene und
Angehörige

Ansprechpartner:
Sekretariat Gerontopsychiatrie

Beratungsstunden:
jeden zweiten und vierten
Mittwoch im Monat
von 17 - 18 Uhr
(Anmeldung erwünscht)

Informationsbüro Pflege

im Gesundheitshaus
Gasselstiege 13, 48159 Münster
Tel. 0251 / 4 92 50 50

Beratung zu Pflegefragen für
Betroffene und Angehörige

Ansprechpartnerin:
Bettina Birkefeld

Öffnungszeiten:

Mo: 10 - 13 Uhr
Mi: 10 - 13 Uhr
Do: 15 - 18 Uhr