

Moment mal

## Horror Vacui

Der heutige Text entstand erst mit einiger Verzögerung vor der Abgabe. Einfach, weil mir nicht recht eingefallen ist, worüber ich schreiben könnte. Der Monat August glänzt nicht eben mit grossen Festen, an denen man sich orientieren könnte – und ob die Bundesfeiern vom 1. August wirklich geeignet sind, daran etwas Spirituelles zu entwickeln – ich weiss nicht, vielleicht schon.

Dazu kam der sogenannte Horror Vacui, den jeder kreativ tätige Mensch kennt. Der Horror Vacui beschreibt die Angst vor der Leere, aber auch vor Chaos oder Unordnung. Beim Schreiben oder Malen ist der Horror Vacui die Angst vor dem lee-

ren Blatt, das kennt man vielleicht als Stereotyp bei Schriftstellern, wie sie uns gelegentlich in Spielfilmen begegnen. Der Schöpfungsbericht der Genesis beschreibt nicht den Horror Vacui, aber doch die tiefe Abneigung des antiken und des vorantiken Menschen vor Chaos und Unordnung: Im Anfang war die Welt wüst und leer (Gen 1,2). Es ist erst der ordnende Geist Gottes, der Ordnung bringt – und Licht ins Dunkel.

Uns selbst geht es manchmal auch so, dass wir Angst vor der Leere haben, Angst vor der Stille. Nach einem grossen Fest oder Ereignis etwa, wenn alle wieder gegangen sind. Oder auch in

den grossen Ferien im Sommer. Wenn wir uns eigentlich auf den Sommer gefreut haben, manchmal aber nicht genau wissen, was wir heute tun sollen oder wollen. Die heutige Zeit trägt mit ihren Angeboten und Medien dazu bei, dass wir kaum je Stille haben und uns stets unterhalten können: Social Media, Informationen, Trubel. Diese Angebote wenden sich geradezu an unsere Furcht vor der Leere und sorgen dafür, dass eigentlich kaum je etwas leer ist.

In der mystischen Theologie und auch etwa im Zen-Buddhismus ist es aber gerade diese Stille, die gesucht wird. Das vollkommene Freiwerden von Gedanken,

vom immer gleichen lärmigen Alltag. Einfach mal innehalten. Das Alte Testament thematisiert dies auch an einer anderen Stelle, als nämlich der Prophet Elia Gott auf dem Berg Horeb begegnet (1 Kön 19,12). Und Gott ist nicht im Lärm, im Jubel und Trubel, nein, im sanften Säuseln des Windes, in der Ruhe – die man sich auf einem Berg ja gut vorstellen kann.

Haben wir also keine Angst vor dem Horror Vacui, sondern geniessen einmal die Stille, die uns auch der Sommer bieten kann, in den Ferien zum Beispiel, auf dem Berg, auf dem See oder dem Meer. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen fro-

hen und geruhsamen Sommer!  
Schöne Ferien!



Daniel Schwenzer

Daniel Schwenzer ist Theologe und Pfarreiseelsorger in der Seelsorgeeinheit Sense-Oberland.

übrigens

## Le Kaff

Stephan Moser

Ich wohne in einem Kaff. Das sage nicht ich, das sagt mein Göttibub. Er muss es wissen, er hat nämlich eine eigene Skala für die Ermittlung von Kaffigkeit entwickelt. Sein wichtigstes Kriterium: Dönerbuden. Wünnewil mit null Dönerladen ist für ihn ein schlimmes Kaff. Zu seiner Verteidigung: Er wohnt in der Nähe des Sonnenplatzes in Emmenbrücke, dort gibt es im Umkreis von 100 Metern gefühlt mehr Dönerbuden als in ganz Berlin-Neukölln. So kommt es zumindest mir vor, aber ich bin auch leicht zu beeindrucken, ich komme ja aus einem Kaff.

Vor kurzem machten wir Ferien in einem Ort im Waadtländer Jura, für den mein Göttibub seine Skala ins Negative erweitern müsste: Le Lieu. Ich glaube, das ist französisch für «Kaff». Jedenfalls gibt es dort nicht nur keinen Döner. Sondern auch nur einen einzigen Dorfladen, der zudem dieselbe Idee hatte wie wir: Ferien. Betriebsferien hatte auch die einzige Beiz. Da standen wir mit unseren Koffern im ausgestorbenen Dorf und überlegten uns einen Moment lang, ob wir nicht einfach wieder in den nächsten Zug steigen sollten – der nur einmal in der Stunde fährt.

Wir blieben dann doch. Zum Glück. Denn der Lac de Joux hatte keine Betriebsferien. Gleich am ersten Abend versöhnte er uns mit unserer Feriendestination. So klar und angenehm frisch. Und wie das kitzelte, wenn einem die neugierigen kleinen Fische beknabberten, wenn man nur lange genug ruhig sitzen blieb (zum Ausgleich knabberten wir ihre ausgewachsenen und filetierten Verwandten später im Restaurant drei Zughaltestellen weiter).

In den nächsten Tagen merkten wir, dass die Menschen im Vallée de Joux die Strukturschwäche mit Herzlichkeit und Hilfsbereitschaft kontern und dass sich Kaff auf Naturschönheit reimt. Diese Aussicht vom Dent de Vaulion. Die Gämsen, die sich auf einer vernieselten Wanderung von Le Lieu nach Le Pont durch uns in keiner Weise stören liessen und fast in Streicheldistanz friedlich ästen. Dieses Gefühl von Schwerelosigkeit, wenn wir auf dem Stand-up-Paddle über den See glitten – und kein Mensch weit und breit.

Am letzten Abend spazierten wir nach Einbruch der Dunkelheit vom abendlichen Bad im See nach Hause. Es raschelte im Laub, wir zückten unsere Handlampen und entdeckten auf Schritt und Tritt Frösche und Kröten, und versteckt zwischen den Steinen am Ufer Flusskrebse. Und während am Himmel die ersten Sterne aufgingen, zündeten im Gebüsch die ersten Glühwürmchen ihren Leuchtpopo an.

Spätestens da wurde uns klar, dass wir Le Lieu falsch übersetzt hatte. Das hiess nicht «Kaff», sondern «The place to be» – zumindest einige schöne Sommertage lang.

### Regeln für Leserbriefe

Leserbriefe enthalten eine persönliche Meinungsäusserung oder zusätzliche Informationen zu einem Thema.

- Ein Leserbrief trägt immer die Unterschrift des Verfassers (Vorname, Name, Wohnort). Bei der Einsendung ist die vollständige Adresse mit Telefonnummer anzugeben. Anonyme Schreiben werden nicht berücksichtigt.
- Leserbriefe sollen sich möglichst auf ein Thema beschränken und umfangsmässig 75 Druckzeilen (= 2100 Zeichen) nicht überschreiten.
- Die Redaktion behält sich das Recht vor, Leserbriefe zu redigieren und zu kürzen.
- Leserbriefe sind keine offenen Briefe und richten sich nicht an eine bestimmte Person. Sie dürfen keine persönliche Angriffe enthalten.

### Adresse:

Redaktion Freiburger Nachrichten, Avenue de Tivoli 3, 1700 Freiburg, oder redaktion@freiburger-nachrichten.ch

### Ausserdem...



SRF-Dreharbeiten in Avenches, 4.5.2024

von Marc Reidy

### Ratgeber Gesundheit im Alter

## Begleitung auf dem Sterbeweg

### Frage

Ich pflege meinen 72-jährigen Ehemann zu Hause, er wird immer schwächer und schläft fast den ganzen Tag. Ich versuche ihn regelmässig aufzunehmen, aber er klagt über Schmerzen, und es ist für mich sehr anstrengend. In der Nacht habe ich Angst, dass er plötzlich nicht mehr atmet. Es geht jetzt schon zwei Wochen so, ich kann nicht mehr, meine zwei Töchter helfen, wo sie können, aber sie können nicht immer bei uns sein. Die Hausärztin hat meinem Mann Morphiumtropfen verschrieben und uns informiert, dass er nicht mehr lange leben wird. Was soll ich machen? Ich habe grossen Respekt, ihm das Morphium zu geben, wegen der Nebenwirkungen, von denen alle reden. Gibt es ein Sterbehospiz?

Das Lebensende, Sterben und Tod machen uns hilflos. Es ist extrem belastend für Sie und Ihre Familie, Ihren Ehemann gehen zu lassen. Haben Sie oder Ihre Töchter eventuell den Kurs «Letzte Hilfe» besucht? Im Kurs wird Basiswissen über Sterben, Tod und Trauer und die Begleitung sterbender Menschen vermittelt.

Durch das Morphium wird Ihr Ehemann noch mehr schlafen, er kann auch verwirrt sein, aber er muss keine Schmerzen leiden, und auch die Angst wird gedämpft. Die Atmung kann beeinträchtigt werden. In der Gesellschaft hat die Gabe von Morphium ein schlechtes Image, zu Unrecht. Die Atmung verändert sich im Sterbeprozess (unabhängig vom Morphium) stark, die Menschen rasseln und karcheln, und es kommt zu Atemaussetzern.

Haben Sie Unterstützung durch die Spitex? Beispielsweise

für die Körperpflege? Kennen Sie das mobile Palliative-Care-Team Voltigo? Voltigo ist spezialisiert auf die Begleitung und Betreuung von Menschen am Lebens-

«Es ist wichtig, dass Sie dringend entlastet werden.»

ende, bietet Beratung und unterstützt in komplexen Situationen (Symptome lindern, Sicherheit und Unterstützung für Angehörige).

Das Angebot des Vereins Waibe kann Sie ebenfalls entlasten. Das sind freiwillige Personen, die

wachen und begleiten. Das heisst, sie würden zu Ihnen nach Hause kommen und bei Ihrem Mann bleiben, damit Sie einmal eine Nacht durchschlafen können.

Es gibt das Palliativzentrum des HFR (Villa St. François) in Villars-sur-Glâne. Das Palliativzentrum ist auf komplexe Pflegesituationen, medikamentöse Einstellung von Schmerzen und alternative Behandlungsangebote spezialisiert. Angehörige können ebenfalls bestimmte Angebote nutzen (Seelsorge, Kunst- und Psychotherapie sowie Trauerbegleitung). Es umfasst eine Abteilung für spezialisierte Palliativpflege, einige wenige Pflegebetten für Menschen am Lebensende, eine Tagesklinik und ein mobiles spitalinternes Konsiliarteam für Palliativmedizin (Emics). Das Palliativzentrum bietet Platz für 22 Menschen.

Oder käme für Ihren Mann ein Pflegeheim infrage? Ist er

bereits dafür eingeschrieben? Es ist wichtig, dass Sie dringend entlastet werden können, damit Sie die Energie haben, Ihren Mann auf diesem Weg zu begleiten.



Andrea Michel

Andrea Michel ist Mitarbeiterin Koordination beim Gesundheitsnetz Sense. Tel.: 026 505 22 82, gn.sense@hin.ch, www.gesundheitsnetz-sense.ch