

**Terminvorschau:**

Am **3. September 2016** findet wieder unser jährlicher Bittgang von Neukirchen nach Esterndorf statt. Wir bitten unsere Mitglieder und Gemeindebürger um rege Beteiligung.



**Kuchen, Jazz und Sonnenschein zum 30-jährigen „Domicilium“-Jubiläum**

Bei strahlend blauem Himmel und hochsommerlichen Temperaturen feierte der Verein „Stiftung Domicilium e. V.“ sein 30-jähriges Jubiläum im Rahmen des diesjährigen Sommerfests. Über den Tag verteilt kamen um die 60 Freunde, Nachbarn und Interessierte nach Weyarn in das idyllisch gelegene Mangfall-Tal und lauschten bei Kaffee und Kuchen der beschwingten Live-Musik der F.A.M.O.U.S. Jazz Band. Wie auch in den letzten Jahren spielte die Band für den guten Zweck und sammelte Spenden für die Hospiz-Gemeinschaft des Vereins. Der Altersdurchschnitt der Bandmitglieder liegt bei über 70, mit ihrem belebenden Soundquerschnitt von jungem Jazz bis frechem Folk wurde die fröhliche Stimmung der Gäste musikalisch untermalt.

Im kühlenden Schatten der Bäume – bei den tropischen Temperaturen die begehrtesten Plätze – tauschten sich die Sommerfest-Gäste angeregt über Fragen zu der Hospiz-Arbeit und der Meditation aus. Viele „Neulinge“ nutzten die Gelegenheit, ihre Fragen zu dem gemeinnützigen Verein zu stellen. „Welch wunderschöner Ort! Die Arbeit, die hier geleistet wird, beeindruckt mich sehr. In Zukunft möchte auch ich mich ehrenamtlich in der Hospiz-Gemeinschaft einbringen“, meinte eine Besucherin. Bei der Hausführung, die mit vibrierenden Gongschlägen eingeleitet wurde, konnte man noch mehr über die Geschichte des Domicilium erfahren. Erst ging es hinein in den am Hang gelegenen Garten mit seinen vielen kleinen Ruhe-Oasen und dann in das Seminar- und Meditationshaus, ein auf über 400 Jahre



alten Fundamenten gebautes Haus, und damit das zweitälteste Anwesen in Weyarn. Aus der alten Scheune und dem Stall wurden Meditationsräume, wie Katarina Benesch, eine Mitarbeiterin des Vereins, erzählte. Nach einer kurzen Einführung setzten sich die Besucher selbst auf ein Meditations-Kissen, um mehrere Minuten das Sitzen und Schweigen zu üben. Ein Teilnehmer zeigte sich erstaunt: „Wir saßen jetzt nur kurz, aber ich habe sofort einen Moment der inneren Ruhe gespürt.“ Alle die den Tag in Stille beginnen möchten, sind morgens um 6.30 Uhr zu der offenen Meditationsgruppe eingeladen, die täglich im Meditationsraum der Hospiz-Gemeinschaft stattfindet.

**Gut besuchtes Symposium zum 30-jährigen Jubiläum im Domicilium**

Der Verein Stiftung Domicilium e. V. hat in diesem Jahr sein 30-jähriges Jubiläum und feierte dies im Rahmen eines Symposiums zum Thema „Ist der Tod schrecklich? – Die Kunst des Sterbens im Leben erlernen“ am 16. Juli im Domicilium in Weyarn. Zu Beginn des Symposiums würdigte Sebastian Snela, der 1. Vorsitzende des Vereins, das Lebenswerk seiner Eltern Helena und Bogdan Snela, die mit viel Engagement, Hingabe und der tatkräftigen Unterstützung von Freunden sowie Ehrenamtlichen einen Ort der Stille und Begegnung geschaffen haben, an dem Menschen in Kursen und Fortbildungen ihren inneren Wachstumsweg gehen können. Mit der Gründung der Hospiz-Gemeinschaft kam ein Ort der Geborgenheit und Fürsorge für Ster-

bende und Schwerkranken hinzu, die hier individuell und in Würde begleitet werden.

„Ist der Tod schrecklich?“ fragte Sebastian Snela gleich zu Anfang in die Runde von fast 100 Besuchern und gab dann das Wort an Herrn Landrat Rzehak, der „als besonderes Zeichen der Wertschätzung“ dieser Arbeit die Schirmherrschaft übernommen hatte. Er ging in seinem Grußwort auf diese Frage ein und betonte, wie sehr der Schrecken des Todes von dem „Wo“ und „Wie“ abhängt. „Umso wichtiger, dass es Orte wie das Domicilium gibt, an denen dieses Tabu-Thema enttabuisiert wird und der Tod seinen Schrecken verliert.“ Nach diesem persönlichen Grußwort stimmte das Ensemble Allegra die Teilnehmer mit einer wunderbaren Mischung aus fröhlichen und nachdenklichen instrumentalen Musikstücken auf den Tag ein.

Danach sprach der Rektor der Domicilium Akademie, Prof. Dr. Michael von Brück, über die Bedeutung von Ritualen im Sterbeprozess und das Ein-Üben des Loslassens. „Ich kann nur einatmen, wenn ich auch bereit bin auszuatmen. Diese Erfahrung kann man auch in der Meditation machen“. Die Fähigkeit selbst zu gestalten sei besonders wichtig, hob der Religionswissenschaftler und Theologe hervor. Der Trauer Ausdruck zu verleihen, sei es durch Musik, Tanz oder der Gemeinschaft mit dem Verstorbenen, helfe bei der Verarbeitung und gebe Raum für Erinnerung, Dankbarkeit, Freude und damit Hoffnung. Der Mediziner und Psychotherapeut Prof. Dr. Rolf Verres ging in seinem Vortrag auf die Grundlagen der Fürsorge und Selbstfürsorge für Sterbebegleiter ein. „Jeder Mensch hat die Sehnsucht danach, sich aufgeho-



ben zu fühlen. Deshalb ist die Entschleunigung in der Sterbebegleitung besonders wichtig. Sterben ist ein wenig wie Einschlafen. Und jeder weiß, wie schwer es ist, bei Hektik und Lärm einzuschlafen.“ Diese achtsame Haltung im Umgang mit anderen hat Vorbildcharakter und scheint sich Untersuchungen zufolge auch in der eigenen Zufriedenheit widerzuspiegeln. Die Pastoralreferentin Dr. Elfriede Munk sprach abschließend aus ihren persönlichen Erfahrungen als Palliativ-Seelsorgerin und fasste zusammen: „Der christliche Glaube kann eine tragende Kraft im Leben und im Sterben sein, und die Hoffnung auf eine von Gott her heilvolle, heilsame, Leben schenkende Zukunft geben, wie auch immer sie aussehen mag – ich kann und muss sie nicht machen.“ Viele intensive Gespräche in den Arbeitsgruppen und der Plenumsdiskussion rundeten diesen interessanten, aber auch nachdenklichen Fachtag ab. Zum Schluss wurde noch einmal das Tagesthema aufgegriffen. Keiner kann das Geheimnis des Mysteriums Tod begreifen oder erklären. Aber, so der Tenor, der Tod an sich muss nicht schrecklich sein. Es kommt auf die Gestaltung an.

Ihre individuellen **modico** Stempel sind ab sofort bei **h&m Druck** erhältlich **versandkostenFREI innerhalb Deutschlands!**

**Erhältlich in vielen Größen z.B.:**

- MODICO 3** (Abdruckgröße: 49mm x 15mm) UVP\* brutto 22,50 €
- MODICO 4** (Abdruckgröße: 57mm x 20mm) UVP\* brutto 27,50 €
- MODICO 5** (Abdruckgröße: 63mm x 24mm) UVP\* brutto 30,90 €

**Kontaktieren Sie uns unter:**  
Telefon (08024) 4 75 32 - 0 · [www.hm-digi.de](http://www.hm-digi.de) · e-Mail [info@hm-digi.de](mailto:info@hm-digi.de)