



**Liebe Patientin, lieber Patient
Liebe Freunde und Partner**

**Meine wesentlichen Abschiede
sind von mir zu mir in uns**

Manfred Heinrich (1926-2015, dt. Philosoph)

„Hoffnung währt am längsten“

So steht es geschrieben. So haben wir es oft erfahren.
Hoffnung wirkt zu Hause, wo alles beginnt
Hoffnung lebt, wo wir arbeiten, spielen, leben und lieben.
Hoffnung ist auch da, wo die moderne Medizin an ihre Grenzen kommt.
Der Hirntumor meiner Frau ist leider nicht mehr zu stoppen.
Sie hat sich an Auffahrt gemeinsam mit uns entschieden,
Abschied zu nehmen – von ihrem Leben und Leiden, von uns allen
Auch von Ihnen allen, die sie kennen lernen durfte.
Sie möchte zu Hause sterben- wir möchten ihr das ermöglichen.
Sie wünscht sich, die letzte Wegstrecke gemeinsam mit uns zu gehen.
Zusammen mit ihrer Familie und ihren Freunden.
Hoffnung heilt, wo wir Abschied nehmen (müssen).

Was sich seit Monaten abgezeichnet hat, wird nun sein.
Wie ich im Sommer 2012 erstmals geschrieben hatte:
Ich möchte voll und ganz für sie da sein
So wie sie all die Jahre für mich da war – für uns.
Geteiltes Leid wird halbes Leid.
Schreiben und Reden sind eine hilfreiche Form, Abschied zu nehmen
Gespräche mit Ihnen lindert das Leiden
Teilen von Gedanken und Gefühlen wirken heilsam
Musik trägt ihren Teil dazu bei.... auch P. Maffay:

*Du gibst alles, wenn du gibst
Du verlierst dich, wenn du liebst
Und wenn ich geh, geht nur ein Teil von mir
Und gehst du, bleibt deine Wärme hier
Und wenn ich wein, dann weint nur ein Teil von mir
Und der andere lacht mit dir*



**Drei Dinge helfen
die Mühseligkeiten des Lebens zu tragen:
Die Hoffnung, der Schlaf und das Lachen.**

Emanuel Kant (1724 – 1804)

Im Abschied verlieren wir auch einen Teil von uns selber.
Keiner wird mehr so sein wie vor einem Abschied.
Es bleiben die gemeinsame Zeit, die Erinnerungen und die Geschichten.
Sie sind Trost und Ermutigung, aufzustehen und neue Wege zu gehen.

2012 verabschiedeten wir uns von unserer beruflichen Zusammenarbeit.
Viele Patienten, aber auch die Praxis haben mitgeföhlt und mitgelitten.
Das hat das Schwere trotz allem leichter und erträglicher gemacht.

Hier und jetzt nehmen wir Abschied vom Leben als vollständige Familie –
aber auch als Paar und als Eltern.
Die Töchter, ihre Partner sind und waren uns eine unschätzbare Hilfe.
So nehmen wir Abschied – immer wieder
von gemeinsamen Plänen und Träumen
von einzigartigen Geschichten, die nur wir so leben durften.
Die Hoffnung bleibt, dass auch dieser letzte Abschied gelingt
Liebe und Lachen sind die beste Medizin – auch hier.

Der letzte Weg mit meiner Frau lässt keinen Platz für die Praxis.
Das war im Januar und Februar so – es hat sich bewährt.
So gab es genug Zeit und Raum für uns.
Genug Schlaf und Ruhe
Genug Zeiten des Lachens, des Trosts und des Vergessens.

Ich habe mich entschieden – gemeinsam mit dem Team.

- ✓ In der Woche nach Pfingsten werde ich noch wenige Termine haben.
- ✓ Anschliessend wird die Geschäftsleitung die Praxis führen.
- ✓ Sie, Patienten und Angehörige sind weiterhin willkommen.
- ✓ Sie werden gemäss Leitbild und Vision kompetent betreut.
- ✓ Mehrmals pro Woche werden mich die Hausärztinnen und die Teamleitung auf dem Laufenden halten.



**Gibt es schliesslich eine bessere Form mit dem Leben fertig zu werden,
Als mit Liebe und Humor?**

Charles Dickens (1812 – 1870)

In den letzten fast 25 Jahren habe ich viel gelernt -
Gemeinsam mit Ihnen und dem Team
zusammen mit der Familie und Freunden, besonders mit meiner Frau
wie wir unser Leben – und unser Leiden meistern können
was uns hilft, gestärkt aus schwierigen Situationen herauszufinden.

Die **Salutogenese** hilft viel.

Im Mittelpunkt gehört das tiefe Gefühl, dass mein Leben Sinn macht.
Dazu gehören drei Faktoren:

1. **Das Verstehen**, was Krankheit und Krise mit uns machen. Dieses Verstehen führt zu neuen Lösungswegen.
2. **Das Handeln können** im Kranksein, auch in gesunden Tagen. Das zeigt meine persönlichen Ressourcen: Was kann ich selber tun? Was hilft mir, was brauche ich? Wo darf/ muss ich Hilfe holen?
3. **Die Sinnfrage**: Was will ich im Leben? Was ist mir wichtig? Wo darf ich Nein sagen? Wo hoffe ich auf eine heilsame Kraft, die über uns, in uns, vor und nach uns weiterwirkt. Liebevolle Beziehungen, «Sein statt haben», Religion und Spiritualität, aber auch die Natur können zu diesem Sinn beitragen.

Die Liebe ist stärker als der Tod.

In verschiedenen Sterbebegleitungen habe ich das erfahren.

Im Angesicht des Todes lösen sich so viele Probleme wie von selber.

Liebe hilft zu vergeben und zu versöhnen

Liebe hilft uns Abschied zu nehmen und weiterzuleben

Liebe gibt uns Kraft und Mut, jeden Morgen wieder aufzustehen und

Liebe lässt uns Lachen – selbst in schwersten Stunden.

Lachen befreit, lässt das Schwere leichter werden

Hoffnung und Humor begleiten uns in den letzten Wochen.



**Wenn auf der Erde die Liebe herrschte,
wären alle Gesetze entbehrlich.**

Aristoteles

Die Kraft der Liebe wird immer wieder beschrieben.
Nicht erst bei den alten Griechen.
Die Bibel, aber auch alle anderen Weltreligionen erzählen davon.
Warum ist es so schwierig, sich von der Liebe leiten zu lassen?
ist es der Tanz um das goldene Kalb?
ist es der Turmbau zu Babel?
ist es der Griff nach den Sternen?
Wahrscheinlich muss jeder von uns diesen Weg gehen.
Die Suche nach Erfolg und Anerkennung
Der Wunsch nach Ruhm, Reichtum und Sicherheit
Ein Ersatz für die Sehnsucht nach Liebe
Bedingungsloser Liebe – die heilt.
So können wir heil werden selbst im Sterben.

Liebe ist die einzige Revolution

ISBN: 978-3-451-32862-6

In diesem kleinen Büchlein finden sie drei verschiedene Impulse von
Anselm Grün (der Pater)
Gerhard Hüther (der Neurobiologe) und
Markus Hosang (der Philosoph).
Es ist verständlich geschrieben und bestätigt die These von Aristoteles .

Ich werde meine Praxistätigkeit wieder aufnehmen.
Wenn die Zeit gekommen sein wird.

Abwesenheiten

Die Praxis bleibt am 23.05.18 und 24.05.18 aufgrund einer Reiraite und eines
Teamausflugs geschlossen.

Wir werden Sie weiterhin regelmässig darüber informieren, was wichtig ist.
Im Gespräch in der Praxis, auf der Website oder in einem Newsletter.

Danke für Ihre Unterstützung
Danke für Ihr Verständnis und Ihr Vertrauen!

Michael Deppeler und das Salutomed Team