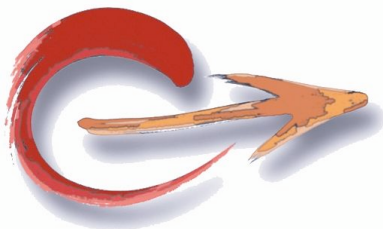


**Humor . . .**

**eine Möglichkeit**

**in der Palliativmedizin**



TILO Tiroler Institut für Logotherapie nach Viktor E. Frankl

Inge Patsch

[www.existenzanalyse.co.at](http://www.existenzanalyse.co.at)

**Sterben ist nur eine Sache,  
die Anlass gibt,  
traurig zu sein.**

**Unglücklich zu leben ist eine andere.**

Morrie Schwartz, Dienstags bei Morrie

**Wir wissen nicht  
was dahinter liegt . . .**

**Wir kennen nur das davor!**

Humor ist,  
wenn man trotzdem lacht!

Philosophie ist,  
wenn man trotzdem denkt!

Pflegen ist,  
wenn man trotzdem bleibt!

# GRUNDlagen

Passt Humor in  
Todesnähe  
überhaupt  
in mein  
Menschenbild?

# AufGABEN

Humor als  
sinnvolle  
Möglichkeit  
Menschen zu  
begegnen

# WERKzeug

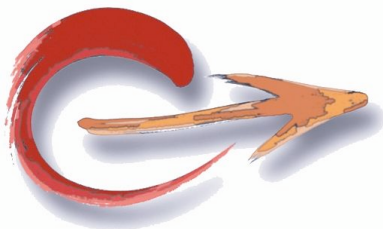
Cartoons sammeln

Kabarett hören

Lustige Filme anschauen

Gedichte lesen

Humor“techniken“  
aneignen



TILO Tiroler Institut für Logotherapie nach Viktor E. Frankl

Inge Patsch

[www.existenzanalyse.co.at](http://www.existenzanalyse.co.at)

# GRUNDlagen

Was schwer ist,  
muss nicht schwer  
genommen werden!  
Werner Finck

# AufGABEN

Erfrischend wie  
ein Bad ist Unsinn  
und sinnlos wird  
was dich so quält!  
Erika Pluhar

# WERKzeug

Gereizte Menschen  
g'nug ich find,  
doch wo sind die,  
die reizend sind?  
Eugen Roth

„Ich weiß zum Beispiel nicht,  
ob ich angesichts des Todes noch  
lachen könnte.

Ich glaube,  
dies kann man auch nicht wissen.  
Ich müsste einen betroffenen  
Menschen nach seiner inneren  
Kraft fragen, die ermöglicht,  
das Lachen so weit zu treiben.

Eigentlich ist dies für mich die  
größte denkbare Form:

Noch in Todesnähe  
lachen zu können.“

Clown Dimitri



**Nichts ist mehr geeignet  
Distanz zu schaffen als der Humor!**

Es gibt nun einmal Situationen,  
in denen einem eben keine Wahl mehr bleibt,  
es sei denn die Wahl der Haltung und Einstellung.

Viktor E. Frankl, Ärztliche Seelsorge,

Der Humor ist  
eine Waffe der Seele  
im Kampf um ihre Selbsterhaltung.

Ist es doch bekannt,  
dass der Humor  
wie kaum sonst etwas  
im menschlichen Dasein  
geeignet ist,  
Distanz zu schaffen  
und sich über  
die Situation zu stellen,  
wenn auch nur,  
für Sekunden.

Viktor E. Frankl

„Ich bin geboren, um zu tanzen. Nur dafür. Tanzen ist Leben.

Ich möchte einmal sterben, atemlos, völlig erschöpft, am Ende eines Tanzes, aber nicht auf der Bühne.“

Josephine Baker

*Ich gehe nie zu Bett, ohne darüber nachzudenken, daß ich vielleicht so jung wie ich bin, am nächsten Tage nicht mehr leben werde.*

*Und doch wird niemand, der mich kennt, sagen können, ich sei im Umgang mürrisch oder traurig. Für dieses Glück danke ich jeden Tag meinem Schöpfer und von ganzem Herzen wünsche ich dieses Glück allen meinen Mitmenschen.*

*Wolfgang A. Mozart*

„Ich will einen jungen,  
kräftigen Tod  
und nicht einen zwischen  
saubergemachten Laken  
geweihten, geölten Tod.  
Nicht einen  
durch trostreiche Worte  
so friedlichen letzten Atemtod.“

Wenn ich 73 bin,  
will ich beim Morgengrauen  
niedergemäht werden  
von einem roten Mercedes  
auf dem Weg nach Hause  
von einem Fest,  
das die ganze Nacht über dauerte.“

Hermann van Veen

„Wir verzweifeln nicht am Leben,  
sondern an den Vorstellungen,  
die wir vom Leben haben!“

„In meiner Heimat Oskar,  
gibt es eine alte Legende,  
in der es heißt, dass man in den  
letzten zwölf Tagen eines Jahres  
das Wetter für die kommenden  
zwölf Monate des neuen Jahres  
vorhersagen kann.“

„Ist das wahr?“

„Das ist eine Legende. Die Legende  
von den zwölf vorhersagenden Tagen.  
Die sollten wir miteinander nachspielen,  
du und ich. Also, vor allem du.  
Von heute an wirst du  
jeden einzelnen Tag so betrachten,  
als würde er zehn Jahre zählen.“

„Lieber Gott,

heute habe ich meine Jugend erlebt,  
und die war nicht einfach. Was für eine  
Geschichte! Ich hatte jede Menge Ärger  
mit meinen Freunden, mit meinen Eltern,  
und das alles nur wegen der Mädchen.  
Heute Abend bin ich ganz zufrieden,  
zwanzig geworden zu sein, weil ich  
mir sage, uff, das Schlimmste ist  
überstanden.

Die Pubertät, nein danke!  
Einmal und nie wieder!“

Bis morgen Küsschen  
Oskar

PS. Wie ist denn nun eigentlich deine  
Adresse?

Wir lehren die falschen Dinge.

Und man muss stark genug sein,  
um zu sagen:

Wenn die Kultur nicht funktioniert,  
dann pass dich ihr nicht an.

"Die Kultur, in der wir leben,  
ist nicht dafür geeignet,  
dass sich die Menschen  
mit sich selbst wohl fühlen.

Schaff dir deine eigene.“

Morrie Schwartz



**Sterben ist nur eine Sache,  
die Anlass gibt,  
traurig zu sein.**

**Unglücklich zu leben ist eine andere.**

Morrie Schwartz, Dienstags bei Morrie

Die meisten Menschen  
können das nicht.

Sie sind unglücklicher  
als ich - selbst in meiner  
augenblicklichen  
Verfassung.

Mag sein, dass ich sterbe,  
aber ich bin umgeben von  
liebvollen, fürsorglichen  
Menschen.

Wie viele Leute können  
das von sich behaupten?“

**Wenn ich mitten  
in einem Hustenanfall  
sterbe,  
dann muss ich fähig sein,  
mich von dem Entsetzen  
zu distanzieren.**

Und genau da  
kommt das  
Sich-Distanzieren  
ins Spiel.

Ich möchte die Welt nicht in einem Zustand  
von Furcht und Entsetzen verlassen.

Morrie Schwartz

**Ich möchte wissen, was geschieht, es akzeptieren,**

**zu einer Insel des Friedens gelangen und loslassen.**

Morrie Schwartz

**Der Tod stört immer,  
egal wann er kommt!**

**Der Tod stört immer, egal wann er kommt!**

**Der Tod stört immer, egal wann er kommt!**

**Menschen, die bald sterben werden,  
möchten spüren, dass sie noch leben.**

**Oft mit einer zuweilen  
unverständlichen Intensität.**

**Ich hatte einmal einen Freund, der an  
Knochenkrebs erkrankte. Er würde  
nicht einmal das Alter von vierzig  
Jahren erreichen.**

**Als ich ihn eines Tages besuchte,  
bestand er darauf, sein Gesicht in  
einem Spiegel zu betrachten und zu  
fragen, ob ich nicht fände, dass sein  
Gesicht in den letzten Jahren gereift  
sei.**

**Jetzt im nachhinein, wo er schon seit  
vielen Jahren tot ist, kann ich mich  
nicht erinnern, dass wir damals über  
etwas anderes sprachen, als dass sein  
Gesicht gereift sei . . . .**

**Henning Mankell**

**Engel, die über Flügel verfügen,  
können auf das Fahrrad verzichten!**



## **Das wahre Leben**

Während ich darüber nachdenk, entdeck ich das Phänomen,

Dass von allen Menschen immer nur die guten Menschen gehn.

Nur die edlen, nur die klugen, nur die mutigen, wie jeder weiß,

Nur die Vorbilder entschlafen viel zu früh und sanft und leis.

Nur die Guten treten ab  
und das heißt unabänderlich:  
Es bleiben nur die Ekel übrig,  
Leute so wie du und ich.

Nur die Schweine leben ewig,  
aber das erklärt konkret,  
Warum hierzulande alles  
langsam den Bach  
runter geht!

Da stehn Lügen und Intrigen, dass die Sargbretter sich biegen,  
Der Tote sich im Grab umdreht, für den der zu lesen versteht,  
Auf den Punkt gebracht, gebündelt, im Telegrammstil kurz und knapp:

**Das wahre Leben,  
das wahre Leben spielt sich doch in den Todesanzeigen ab!**

Reinhard Mey

**Für den Humor gibt es kein Rezept, aber jede Menge Zutaten**

**doch wenn jeder auf den anderen wartet, warten alle vergeblich!**