

HOSPIZ ST.GALLEN

Villa Jacob

Versand per E-Mail

- Newsletter-Empfängerinnen und Empfänger
- Unterstützende
- Interessierte

St. Gallen, im März 2026

Kontakt: Monika Gehrler - Präsidentin | +41 71 242 60 80 | info@hospizstgallen.ch

Wir sind endlich. Und jetzt?

Liebe Newsletter-Abonnenten, liebe Spenderinnen und Spender

Die würdezentrierte Therapie wurde für Menschen in der letzten Lebensphase entwickelt und eröffnet einen Raum, in dem nicht Krankheit, Defizite oder Abschiede im Vordergrund stehen, sondern das gelebte Leben – mit allem, was ihm Bedeutung verleiht. Jeder Mensch ist einzigartig. Jedes Leben, jedes Sterben ist individuell. Und doch zeigt sich in vielen Gesprächen ein gemeinsamer Kern. Wenn Zeit kostbar wird, verdichtet sich der Blick auf das Wesentliche. Es geht nicht um Status oder Besitz. Nicht um Effizienz oder verpasste Karriereschritte. Es geht um Beziehung, Bedeutung.

Habe ich jemandem etwas bedeutet? Wer ist mir wichtig? Wo habe ich Verbundenheit und Nähe erlebt, vielleicht sogar Liebe? Und was bleibt von mir – als Haltung, als Erinnerung, als Spur im Leben anderer?

In der würdezentrierten Therapie werden diese Fragen bewusst aufgegriffen. In einem strukturierten Gespräch reflektieren Menschen ihr Leben, würdigen Erfahrungen, benennen Werte und Botschaften, die sie weitergeben möchten. Aus diesen Gesprächen entsteht ein Schriftstück – eine Art geistiges Vermächtnis im kleinen, persönlichen Sinn. Etwas Bleibendes. Etwas, das Würde sichtbar macht.

Um die Würdetherapie auch künftig für Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu ermöglichen, sind wir auf Spenden angewiesen. Vielen Dank für Ihre Unterstützung.

Mit herzlichen Grüssen

Hospiz St. Gallen



lic.iur Monika Gehrler
Präsidentin

Kreuzackerstrasse 4
9000 St. Gallen

+41 71 242 60 80
info@hospizstgallen.ch

«Die Frage «Was zählt – wirklich?» begleitet mich seit Anbeginn meiner Tätigkeit als Anwenderin der würdezentrierten Therapie. In vielen Gesprächen erfahre ich eine besondere Klarheit. Wenn Zeit kostbar wird, verlieren manche Dinge an Gewicht – anderes tritt umso deutlicher hervor. Mich berührt immer wieder, wie sehr es am Ende um Beziehungen geht. Um das Gefühl, jemandem wichtig gewesen zu sein. Um gelebte Liebe. Um Verbundenheit. Und manchmal auch um die Sehnsucht nach Versöhnung oder nach Worten, die noch gesagt werden möchten. Diese Erfahrungen verändern meinen eigenen Blick auf das Leben. Sie relativieren Leistungsdruck und Effizienzdenken. Nicht, weil Leistung unwichtig wäre, sondern weil sie nicht allein trägt. Was bleibt, sind Begegnungen. Haltung. Vielleicht Spuren im Leben anderer. Gerade deshalb halte ich es für bedeutsam, über Endlichkeit zu sprechen. Nicht, um Angst zu machen. Sondern um Bewusstsein zu fördern. Wir sind nicht zu jung für diese Fragen, nicht zu fit, zu gesund. Wir sind nicht unverwundbar. Für mich ist die Auseinandersetzung mit der Endlichkeit keine Bedrohung. Sie ist, richtig verstanden, eine Einladung zum Leben.»



Doris Büchel ist Autorin und Anwenderin der würdezentrierten Therapie.
www.sleepless-sheep.com

hospizstgallen.ch