

Herzlich willkommen !

Freitag, 20. Mai 2016

Übergänge

**Sich wandeln und
sich neu entdecken**
Herausforderungen,
Entwicklungen und
Gestaltungsmöglich-
keiten in neuen
Lebensphasen

Kunsthhaus Zürich | Auditorium

FORUM **GESUNDHEIT** UND **MEDIZIN**

**„Des Lebens Ruf an uns wird
niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm
Abschied und gesunde!“**

Begrüßung und Einführung | Dr. phil.

Matthias Mettner

Forum Gesundheit und Medizin

FORUM GESUNDHEIT UND MEDIZIN

Abschiedlich leben – Wachsen ein Leben lang

Zentraler Gesundheitsfaktor: Offensein für neue Erfahrungen



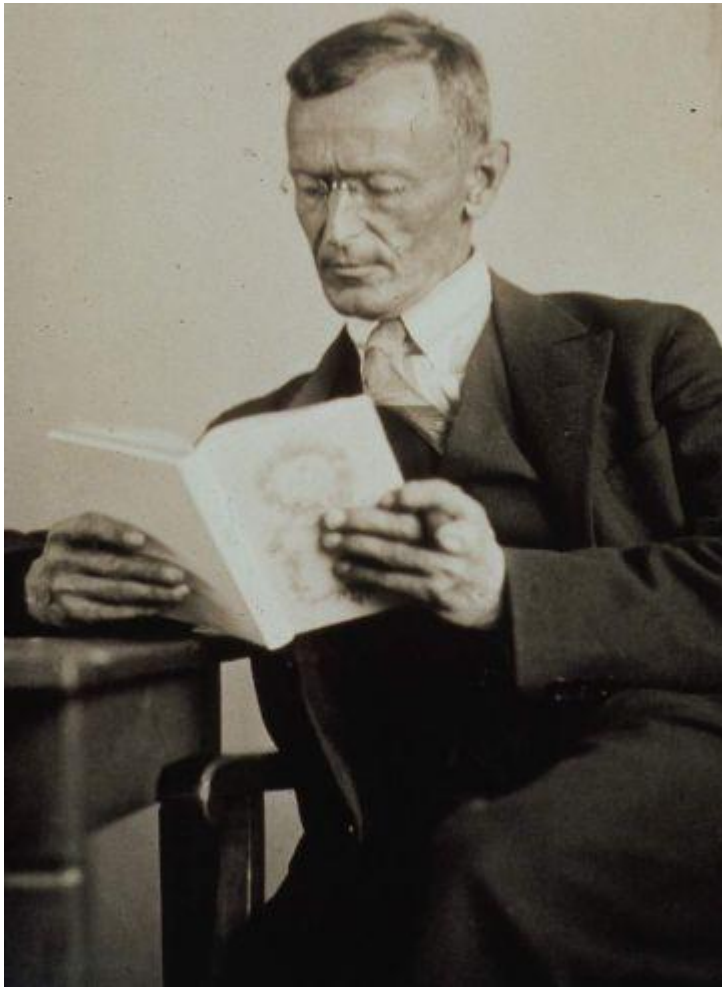
Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu
leben.

... ..

FORUM **GESUNDHEIT** UND **MEDIZIN**

Abschiedlich leben – Wachsen ein Leben lang



Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!

Hermann Hesse
1877 – 1962

Brüche, Krisen, Wendepunkte, Übergänge



FORUM GESUNDHEIT ^{UND} MEDIZIN

**Das Leben ist nicht ein Sein,
sondern ein Werden,
nicht eine Ruhe, sondern eine Übung.
Wir sind's noch nicht,
wir werden's aber.
Es ist noch nicht getan oder geschehen,
es ist aber im Gang und im Schwang**



Martin Luther, 1483 – 1546

Nicht fertig werden



Die Herzschläge nicht zählen
Delphine tanzen lassen
Länder aufstöbern
Aus Worten Welten rufen
horchen was Bach
zu sagen hat
Tolstoi bewundern
sich freuen
trauernd
höher leben
tiefer leben
noch und noch
nicht fertig werden.

Rose Ausländer, 1901 – 1988

Die Anfänge werden schwerer



Die Anfänge werden immer schwerer,
und das Glück, Anfänger zu sein,
das ich für das grösste halte,
ist neben der Angst des Anfangs klein.

Rainer Maria Rilke, 1875 – 1926

Stirb und Werde !



Selige Sehnsucht

**Und so lang du das nicht hast,
dieses Stirb und werde,
bist du nur ein trüber Gast
auf der dunklen Erde.**

Johann Wolfgang von Goethe

West-östlicher Divan

1749 – 1832