

# Am Ende ist nicht Schluss mit lustig



Fröhliche Gesichter beim Vortrag von Philosoph, Achtsamkeits- und Humortrainer Harald-Alexander Korp.  
Foto: Deiber

14. März 2023

**ROTTWEIL – Schmunzeln, Lächeln, immer wieder aufbrandendes fröhliches Gelächter – ein unbeteiligter Beobachter hätte wohl kaum vermutet, dass sich die gut 80 Besucher, die sich am Freitagabend in der Nell-Breuning-Schule eingefunden hatten, intensiv mit dem Sterben und dem Tod befassten.**

Der Philosoph, Achtsamkeits- und Humortrainer Harald-Alexander Korp bewies mit seinem Vortrag „Humor und Achtsamkeit in der Sterbebegleitung“, dass am Ende des Lebens nicht Schluss mit lustig sein muss, wie auch schon der Titel eines seiner Bücher nahelegt. Mit zahlreichen Beispielen aus seiner langjährigen Arbeit als ehrenamtlicher Hospizhelfer vermittelte er anschaulich, dass Humor eine Ressource ist, die uns in schwierigen Lagen immer wieder Kraft spenden kann.

Besucher, die zu ihren sterbenden Angehörigen ins Hospiz kommen, staunen immer wieder über die fröhliche Atmosphäre dort. Diese trägt in nicht geringem Maße zu psychischer und physischer Entspannung bei. Korp schlug seine Zuhörer nicht nur durch seine Schilderungen und Bilder in Bann, er verstand es auch, alle in einer Atem- und Entspannungsübung zu aktivieren und mit einer kurzen Achtsamkeitsübung in die Stille zu führen.

Ursula Deiber, die Sprecherin der Sitzwache Rottweil, bedankte sich herzlich im Namen aller Anwesenden und auch der lang anhaltende Beifall am Schluss zeigte, welche Begeisterung der Redner bei seinen Zuhörern geweckt hatte.

Schulleiter Ingo Lütjohann, der den Vortrag in der Nell-Breuning-Schule ermöglicht hatte, lud im Anschluss noch zu einem Gedankenaustausch bei einem Glas Sekt ein, mit dem auf das 30-jährige Jubiläum der Sitzwache Rottweil und das 25-jährige der Hospiz-Gruppe der Malteser angestoßen werden konnte.



Harald-Alexander Korp bewies mit seinem Vortrag „Humor und Achtsamkeit in der Sterbebegleitung“, dass am Ende des Lebens nicht Schluss mit lustig sein muss.  
Foto: Deiber

Für die Mitglieder der Sitzwache Rottweil war nach diesem gelungenen Abend noch nicht Schluss mit lustig: sie trafen sich am Samstag zu einem ganztägigen Workshop mit Harald-Alexander Korp.

Was ist Humor? Wie empfinde ich selbst Humor? Lässt sich Humor trainieren? Auch in der intensiven Auseinandersetzung mit diesen Fragen kam das Lachen nicht zu kurz und entfaltete immer wieder seine entspannende Wirkung. Alle Mitglieder waren sich darüber einig, dass sie an diesem Wochenende wertvolle Impulse für ihre Arbeit bei der Begleitung Sterbender erhalten konnten.