

# Dem Leben nahe – bis zuletzt

Was braucht es, um einem sterbenden Menschen zu begegnen? Für Conny Zurfluh sind es Präsenz, Ehrlichkeit und Mut. Seit über 20 Jahren begleitet sie Menschen und hilft anderen, sich diesem Thema zu nähern. CAROLE BOLLIGER



Conny Zurfluh setzt sich dafür ein, dass jeder Mensch eine würdevolle und achtsame Begleitung auf seiner letzten Reise erfahren darf. EMANUEL AMMON

Sie sitzt am Bett. Sagt wenig. Hört zu. Irgendwann spricht sie leiser, fast flüsternd. «Ich habe den Eindruck, dass die Sinne der Sterbenden dann noch einmal geschärft sind», sagt Conny Zurfluh. Es sind solche Momente, die ihre Arbeit prägen. Seit über 20 Jahren begleitet sie als Pflegefachfrau Menschen, auch auf ihrem letzten Weg. Sie kennt die Abläufe, die Zeichen, die Veränderungen. Und doch bleibt jede Situation neu. Jeder Mensch bringt seine eigene Geschichte mit, seine eigene Art, zu gehen.

Conny Zurfluh leitet seit ein paar Jahren «Letzte Hilfe»-Kurse für die Reformierte Kirche Kanton Luzern. Dort spricht sie über das, worüber viele nicht sprechen: über Sterben, Abschied und das, was bleibt. Ein Teilnehmer sagte einmal nach einem Kurstag: «Wir haben den ganzen Tag über den Tod gesprochen – und dank dem hat er seinen Schrecken verloren.» Zurfluh lächelt, wenn sie davon erzählt. Genau darum gehe es. Nicht darum, alles zu wissen, sondern darum, sich zu trauen.

## Nicht alles ist planbar

«Man muss Menschen mögen», sagt sie. Zurfluh wirkt offen, direkt und unkompliziert. «Echt, hilfsbereit», so beschreiben sie Menschen, die sie gut kennen. Sie selbst spricht von Werten, die sie früh mitbekommen hat: Ehrlichkeit, Einsatz, Verlässlichkeit. Sätze wie «Ohne Fleiss kein Preis» sind geblieben. Gleichzeitig hat sie gelernt, dass nicht alles planbar ist. Gerade in

der Begleitung von Menschen, die sterben, braucht es etwas anderes als Kontrolle. Es braucht Aufmerksamkeit, Präsenz und die Bereitschaft, sich auf Situationen einzulassen, die sich nicht einordnen lassen.

Schon früh war für sie klar, dass sie mit Menschen arbeiten möchte. Dass sie den Pflegeberuf ergriffen hat, war nicht zwingend geplant. Ursprünglich wollte sie Physiotherapeutin werden, hat sich dann aber für die Ausbildung zur Pflegefachfrau entschieden. «Heute bin ich froh», sagt sie. «Ich habe das Gefühl, ich bin richtig geführt worden.» Der erste Kontakt mit Sterbenden hat sie geprägt. Ebenso die Rückmeldung eines Angehörigen, der ihr schrieb, es brauche mehr Menschen wie sie. «Das hat mich sehr berührt.»

## Eigene Verletzlichkeit

Bis heute ist die Pflege für sie mehr als ein Beruf. «Es ist eine Lebensschule.» Täglich sei sie in Beziehung mit Menschen, erhalte unmittelbares Feedback und wachse daran. Sie spricht oft vom Team. «Ich bin ein grosser Teamplayer.» Gerade in herausfordernden Situationen sei es entscheidend, nicht allein zu bleiben, sich auszutauschen, gemeinsam zu tragen, einander zu stützen.

Es sind die kleinen Schritte, die für sie zählen. Momente, in denen etwas gelingt, in denen Menschen begleitet werden können, ohne dass es viele Worte braucht. «Wenn jemand in Ruhe gehen kann, sind das sehr schöne Momente.» In den «Letzte Hilfe»-Kur-

**«Wir haben den Umgang mit dem Sterben ein Stück weit verlernt.»**

Conny Zurfluh

sen begegnet sie Menschen, die unsicher sind. Menschen, die spüren, dass sie etwas tun möchten, aber nicht wissen, wie. Viele sagen am Ende: Das hätte ich früher wissen wollen.

Sterben habe viel mit eigener Verletzlichkeit zu tun, sagt sie. Gerade deshalb sei es wichtig, nicht auszuweichen. «Man begegnet sterbenden Menschen nicht anders – einfach menschlich, achtsam, ehrlich.» Dabei gehe es oft weniger um grosse Gesten als um kleine Zeichen: da sein, zuhören, die Hand halten, Fragen stellen und aushalten, wenn es still wird. Ein Beispiel hat sich ihr besonders eingeprägt. Eine Kollegin, schwer krank, verabschiedete sich bewusst von ihren Angehörigen und Freunden, am Telefon oder persönlich. «Das Abschiednehmen war für sie das Schwierigste», sagt Zurfluh. Gleichzeitig zeigt es, wie wichtig es ist, diesen Moment nicht zu meiden.

## Sie sucht das Echte

Zurfluh sagt: «Wir haben den Umgang mit dem Sterben ein Stück weit verlernt.» Früher sei es selbstverständlicher gewesen, dass man zu Besuch ging, miteinander sprach, im Dorf Anteil nahm. Heute werde vieles vermieden aus Unsicherheit, vielleicht auch aus Angst, etwas falsch zu machen. Sie versucht, dieser Unsicherheit etwas entgegenzusetzen. Keine grossen Konzepte, sondern eine klare Haltung: «Echtheit, Ehrlichkeit und Zeit.»

Die Arbeit hat ihren Blick auf das Leben verändert. Sie freut sich an Kleinigkeiten, an Gesprächen, an der Natur. «Ich kann mich extrem an kleinen Dingen freuen», sagt sie. Ein Licht, ein Gespräch, ein Moment draussen, Dinge, die sonst schnell übersehen werden. Zeit mit Menschen sei für sie kostbarer geworden, bewusster gewählt. «Es gibt so viel Unechtes um uns herum», sagt sie. «Ich suche das Echte.» Auch Spiritualität hat für sie einen Platz jenseits fester Formen. «Ich glaube, dass es zwischen Himmel und Erde Dinge gibt, die wir nicht erklären müssen.» In der Begleitung erlebt sie immer wieder, dass Sterbende von Begegnungen erzählen – von Eltern, Geschwistern, Menschen, die ihnen vorausgegangen sind. «Viele kommen in eine Ruhe», sagt sie. «Sie wissen, dass sie den Weg nicht allein gehen.»

Schwierig bleiben Situationen, die sich nicht auflösen lassen. Wenn jemand gehen möchte, aber noch etwas ungeklärt ist, oft innerhalb der Familie. «Das auszuhalten, ist nicht einfach.» Auch nach 20 Jahren nicht. Dann spricht sie darüber: mit dem Team, mit Menschen, denen sie vertraut. «Ich behalte es nicht für mich.»

Was sie antreibt, ist die Überzeugung, dass sich etwas verändern kann. Dass Menschen lernen, hinzuschauen, hinzuhören, da zu sein.



## Konfirmationen: Sprung ins neue Leben

SEITE 12 BIS 27

## 200 Jahre Reformierte Kirche Luzern

Kirchgemeinde Luzern SEITE 13

## Defekte Stelle gefunden – Kirchenglocken läuten wieder

Buchrain-Root SEITE 14

## Verwurzelt und offen: 50 Jahre reformierte Kirche Littau-Reussbühl

Littau-Reussbühl SEITE 18

## Gospel-Workshop: Singen für Herz und Seele

Horw SEITE 21

## Die Friedensaktivistin Sumaya Farhat- Naser zu Palästina

Meggen-Adligenswil-Udligenswil SEITE 22

## Über die Schulter geblickt:

«Die kirchlichen Werte haben unsere Gesellschaft in den letzten 2000 Jahren geprägt und werden zum Glück laufend reformiert.»

Monique Frey, Kirchenpflegerin

Kriens SEITE 21

# Zwei Kurzfilme über Die Dargebotene Hand 143: Teil des Teams werden

Die Reformierte Kirche Kanton Luzern und Die Dargebotene Hand Zentralschweiz kooperieren in der Chatseelsorge. Die Nachfrage steigt im Chat und auch per Telefon 143. Deshalb sind neue Beratende gesucht und können Teil des Teams werden. Zwei Filme geben einen ersten Einblick, und weitere Kennenlernformate laden zur Vertiefung ein. MICHI ZIMMERMANN

Wer Menschen unterstützen und sich gleichzeitig entwickeln möchte, erhält in total sechs Minuten Film folgende Einblicke: Stefanie Pfister ist bei der Dargebotenen Hand Zentralschweiz als Beraterin gestartet. Heute ist sie Psychotherapeutin und Ausbilderin bei der Dargebotenen Hand. Im zweiten Film beleuchten Geschäftsführer Klaus Rüttschi und Stefanie Pfister gemeinsam Schwerpunkte der Ausbildung für künftige Beratende.

## Interaktive Ausbildung

Die Tätigkeit im Umgang mit Menschen in herausfordernden Lebenssituationen stellt hohe Anforderungen an die freiwilligen Mitarbeitenden des Teams. Deshalb ist die Ausbildung ein wichtiges erstes Element der Zusammenarbeit. Klaus Rüttschi sagt dazu: «Bei uns ist es möglich, Menschen zu unterstützen und sich zugleich weiterzuentwickeln.» Der Ausbildungskurs dauert ein halbes Jahr und umfasst über 200 Lektionen sowie Praktika. Aktives Zuhören, Gesprächsführung, Biografiearbeit, Selbstreflexion sowie Themen wie Suizidalität, psychische Krankheitsbilder, Sucht oder Gewalt gehören zu den Inhalten dieser umfassenden und interaktiven Ausbildung. «Die Beratenden sind aktuell im Durchschnitt acht Jahre tätig und leisten jeweils ein Pensum zwischen 10 bis 20 Prozent», so Klaus Rüttschi.

## Nächste Veranstaltungen

Ines Frey, Klaus Rüttschi und Edith Zraggen stellen sich und die Möglichkeiten der Mitarbeit am nächsten Informationsabend vor: Donnerstag, 21. Mai, 19 Uhr, Universität Luzern, Froburgstrasse 3, Luzern. Fragen können an zentralschweiz@143.ch oder 041 210 76 75 gestellt werden. Neu gibt es auch digitale Veranstaltungen während einer Stunde jeweils um 18.30 Uhr am 1. September, 12. November und 26. Januar 2027. Die Anmeldung ist per E-Mail erwünscht, und dann wird der Link zugestellt.

## Mehr zum Profil

Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Wichtig sind Einfühlungsvermögen, respektvoller Umgang und Offenheit. Eine hohe Belastbarkeit, Bereitschaft zur Selbstreflexion und zeitliche Flexibilität runden das Profil ab. Mehr Informationen finden Interessierte unter 143.ch/mitmachen und auf der Website reflu.ch.

## Telefon 143

Kurzfilme Die Dargebotene Hand siehe unter: [www.reflu.ch](http://www.reflu.ch)



Ines Frey, Klaus Rüttschi und Edith Zraggen stellen sich und die Möglichkeiten der Mitarbeit vor.

## In Kürze

### Jahresrückblick 2025 online

Der Jahresrückblick vermittelt digital unter [report.reflu.ch](http://report.reflu.ch) mit Videos und Bildern Eindrücke eines vielseitigen Wirkens. So hat die Landeskirche im vergangenen Jahr an der E-Grossgruppenkonferenz mit über 150 Teilnehmenden aus Kirche, Politik, Gesundheitswesen, Medizin, Wirtschaft, Verwaltung, Bildung, Kultur und Sport über die Wirkung und das künftige Angebot der Seelsorge diskutiert. Dabei kam heraus, dass das Persönliche wichtig ist und die Seelsorge einfach sowie niederschwellig zugänglich sein muss. So zum Beispiel über eine Telefonnummer, einen Chat oder Ähnliches. An der Herbstsynode 2025 konnte einerseits präsentiert werden, dass mit der Kooperation der Reformierten Kirche und der Dargebotenen Hand Zentralschweiz die Kapazität im Chat gemeinsam verdoppelt werden konnte. Weiter hat das Parlament das neue und innovative Projekt «reformierte Gesundheitsseelsorge» mit einem Sonderkredit verabschiedet, welches das ambulante Angebot sowie den digital-einheitlichen Zugang im Kanton Luzern stärkt. Die unterschiedlichen Seelsorgeangebote sind neu in Videos zu sehen und haben bereits über 100 000 Aufrufe erreicht.

### Start Gesundheitsseelsorge

Mit der reformierten Gesundheitsseelsorge stärkt die Landeskirche das Angebot im ambulanten Bereich. Was das Angebot umfasst, ist im Video von 60 Sekunden erklärt. Zu Beginn legt die Landeskirche den Schwerpunkt auf den Bereich Palliative Care. Danach kommen laufend weitere Themenbereiche hinzu. Neu ist der einfache und digitale Zugang via Anmeldeformular. Auch wird das Angebot in den sozialen Medien platziert und via Google optimiert. Wer am Angebot interessiert ist, erhält weitere Informationen unter [reflu.ch/gesundheitsseelsorge](http://reflu.ch/gesundheitsseelsorge).

## Reformierte Kollekte beträgt rund 260 000 Franken

Die Kollekte ist Bestandteil des Gottesdienstes und Ausdruck von Solidarität: sowohl im Inland als auch im Ausland. Im Jahr 2025 beträgt die gesammelte Kollekte der reformierten Kirchen im Kanton Luzern für viele Hilfswerke und Institutionen rund 260 000 Franken. MICHI ZIMMERMANN

Die zehn reformierten Kirchgemeinden und die acht Teilkirchgemeinden im Kanton Luzern haben im Jahr 2025 gemeinsam mit der Landeskirche 260 000 Franken für unterschiedliche Hilfswerke und soziale Institutionen gesammelt. Die Liste ist lang mit Heks, Mission 21, benevol

Luzern, Die Dargebotene Hand Zentralschweiz, elbe – Fachstelle für Lebensfragen, Verein Kirchliche Gassenarbeit Luzern und viele mehr. «Der Schutz der Schwachen und die Chancengleichheit zählen zu den kirchlichen Kernwerten. Mit der Kollekte zeigen die Gottesdienst-

teilnehmenden – sei dies vor Ort oder in digitaler Form – ihre Solidarität mit Menschen nah und fern», sagt Lilian Bachmann, Synodalratspräsidentin. Gegenüber dem Vorjahr 2024 mit 286 000 Franken ist dies eine Abnahme von rund 9 Prozent.



Ein Teil der Kollekte geht an das Heks, Hilfswerk der Evangelisch-reformierten Kirche Schweiz, wie beispielsweise hier im Nahen Osten. HEKS

## Monatsbild



FOTOGRAFIN

**Musikalischer Suppentag** Der Suppentag am 1. März in Hochdorf war dieses Jahr eine Herausforderung: Es meldeten sich so viele Menschen an wie noch nie. Dementsprechend nervös waren die Organisatoren. Aber alles klappte problemlos und die rund 70 Personen wurden mit Suppe und Reis verköstigt. Daneben verkauften Schülerinnen und Schüler der 7. Klasse Wildblumensamen des Hilfswerks Heks. Ein musikalischer Höhepunkt war das Lied des Tages, eine moderne Komposition mit dem Titel «Wir sind Gäste» (Bild).

## Finde die 5 Unterschiede



**Batteriehühner** Im Rahmen des 11vor11-Gottesdienstes in Horw zum Thema «Batteriehühner» hat das Dekorations-team tolle Arbeit geleistet und das Thema visuell perfekt umgesetzt.

## Kirchliches Engagement

## Beruf Administration: «Wir sind zentrale Anlaufstelle und Drehscheibe»

Die Rubrik gibt Einblicke in kirchliche Berufe. In dieser Ausgabe gibt Janine Fluri einen Einblick, was sie auf den Weg in den Bereich Administration gebracht hat und was sie an ihrem Beruf begeistert.

### Janine Fluri, Sie arbeiten bei der Reformierten Landeskirche. Was sind Schwerpunkte?

Einer meiner Arbeitsschwerpunkte liegt in der Organisation der Synode, von der Raumreservation über die Ausfertigung und den Versand der Synodeunterlagen bzw. deren Aufschaltung auf der Website bis hin zur Verpflegung während der Sitzungen sowie der Nachbearbeitung. Weitere Schwerpunkte sind die Unterstützung bei laufenden Ersatzwahlen, die Adressdatenbewirtschaftung usw. Im vergangenen Jahr durfte ich zudem erstmals Gesamterneuerungswahlen miterleben und bei deren Durchführung mitwirken.

### Warum haben Sie diese Tätigkeit gewählt?

Ich habe mich für diese Tätigkeit entschieden, weil ich die Zusammenarbeit im Team sehr schätze und den Austausch mit unterschiedlichen Menschen als bereichernd empfinde. Zudem liegt mir das Organisieren. Die sorgfältige Planung und die Koordination von Anlässen bereiten mir Freude.

### Was motiviert Sie?

Meine Motivation entsteht vor allem durch die vielseitigen Aufgaben in der Administration als zentraler Anlaufstelle und Drehscheibe sowie durch den wertschätzenden Austausch im Team. Ich leiste meinen Beitrag zum Gelingen des



EMANUEL AMMON

**JANINE FLURI**  
Administration

grossen Ganzen. Weiter habe ich immer die Möglichkeit, meine Ideen einzubringen und Themen sowie Abläufe neu zu denken. Zudem bilden wir junge Menschen aus und weiter.

### Wem empfehlen Sie die Tätigkeit?

Personen, die gerne im Hintergrund die Fäden ziehen, strukturiert arbeiten und den Überblick behalten. Wer Freude an abwechslungsreichen administrativen Aufgaben hat, sorgfältig arbeitet und den Kontakt sowie die Zusammenarbeit mit verschiedenen Menschen mag, ist hier gut aufgehoben.

INTERVIEW: MICHI ZIMMERMANN

## Telebibel Luzern

## Beim Namen gerufen

Vor vielen Jahren nahmen wir als Familie einmal an einer von einem Biologen geführten Wanderung teil.

Nach einer Weile stupste mich mein Sohn und flüsterte mir zu: «Hast du gesehen, was er in der Handfläche hat? Er hat unsere Namen aufgeschrieben!»

Er wollte unsere Namen nicht vergessen. Und so schrieb er sie alle in seine Handfläche. Machte sich einen Spickzettel! Was mir wichtig ist und ich auf keinen Fall vergessen will, das schreibe ich mir in die Hand. Das kann ich auch noch nachlesen, wenn der Handyakku leer ist. Die Hand, die bleibt. Da ist alles auch ohne Strom lesbar. Dieser Spickzettel geht nicht verloren.

Bei Jesaja 49, 16 heisst es: «Gott spricht: Ich vergesse dich nicht. Ich habe dich eingekreuzt in meine Hände.»

Wir sind Gott also so wichtig und wertvoll, dass er uns in seine Hände zeichnet. Gott vergisst uns nicht. Er kennt uns. Ruft uns bei unserem Namen. Hören wir ihn?

VERENA SOLLBERGER, PFARRERIN

[telebibel.ch/luzern](http://telebibel.ch/luzern)

## Buchtipps

## Eine warmherzige Kindheitserinnerung

In «Wer öfter fragt, wird schneller gross» erzählt Brigitte Gabler mit viel Wärme, Humor und feinem Gespür von ihrer Kindheit in den 1950er-Jahren. Aufgewachsen in der Zeit des Wirtschaftswunders, blickt sie zurück auf eine Welt voller Neugier, Entdeckungsfreude und kleiner Alltagsabenteuer. Zwischen familiärem Zusammenhalt, ersten Freiheiten, Verlusten und prägendem Erleben entsteht ein lebendiges Bild einer Generation im Aufbruch.

Gabler gelingt es, persönliche Erfahrungen mit zeitgeschichtlichen Momenten zu verweben und dabei universelle Themen wie Vertrauen, Mut und das Erwachsenwerden sichtbar zu machen. Das Buch lädt zum Innehalten ein, weckt eigene Erinnerungen und macht Mut, den Fragen des Lebens offen zu begegnen. Ein einfühlsamer, lebensnaher Lesestoff, der lange nachklingt.

«Wer öfter fragt, wird schneller gross», Brigitte Gabler, Efundzehn Verlag, 2025

## Über die Hoffnung von gestern für dein Morgen

«Damals fragte man mich, ob ich Lust hätte, Kolumnen ... zu schreiben ... Seit jenem Winter habe ich nie wieder aufgehört, Kolumnen zu schreiben. Es war schwer, anzufangen, und es ist unmöglich, aufzuhören.» (Zitat aus dem Kapitel «Tiefseetaucher»). Seit rund 40 Jahren schreibt der schwedische Pastor Tomas Sjödin Kolumnen. In seinem Buch «Träume sind wie Segel, Erinnerungen wie Ruder» – inzwischen bereits dem vierten auf Deutsch – sind 40 dieser Texte übersetzt. Mit feinem Gespür verleiht er scheinbar einfachen Alltagsszenen eine bemerkenswerte Tiefe und regt zum Nachdenken über Gott an. Die kurzen Kapitel laden dazu ein, sie zwischendurch in Ruhe zu geniessen. Dieses Buch ist ein wunderbares Geschenk – für sich oder andere!

«Träume sind wie Segel, Erinnerungen wie Ruder», Tomas Sjödin, SCM Brockhaus, 2026

