

# Schon wieder ein Bestseller

## Booklet „Impulse für ein erfülltes Leben“ von Karl-Albert Eßer

**DÜREN.** Auch das vierte Booklet von Karl-Albert Eßer hat sich zu einem Bestseller entwickelt. Nachdem die ersten 1.000 Exemplare seiner „Impulse für ein erfülltes Leben“ verkauft worden sind, übergab Eßer jetzt einen ersten Scheck an die Hospizbewegung Düren-Jülich, für die der Erlös diesmal bestimmt war.

Vor den „Impulsen für ein

erfülltes Leben“ hatte Karl-Albert Eßer bereits mit seinen Booklets „Haltepunkte im Alltag“, „Mutmacher für jeden Tag“ und „Lichtblicke im Spätsommer“ Anstöße zur Selbstreflektion gegeben. Unter dem Untertitel „Zwölf Chancen für Dich“ möchte Eßer auf 36 Seiten nun Impulse geben, wie ein erfülltes Leben gelingen kann. Es sind neben den farbenfrohen, passenden Bildern wieder die kurzen,

eher schlichten Sätze, die der Leser auf sich wirken lassen soll. „Für manche sind dies selbstverständliche Aussagen, die aber in der Hektik des Alltags oftmals vergessen werden“, so Eßer. Dazu gehören Sätze wie: „Nimm deine Umgebung mit allen Sinnen wahr.“ „Entrümpele von Zeit zu Zeit Dein Leben.“ „Erkenne und akzeptiere Deine Grenzen.“ „Strebe

an.“ „Tue Gutes für andere.“ und „Entdecke im Weniger das Mehr.“ Aber auch: „Gönne Dir, nicht erreichbar zu sein.“

Gerade dieser letzte Punkt ist Eßer wichtig. „Ich habe den Eindruck, dass wir zunehmend in einer erschöpften Gesellschaft leben, und das Smartphone mit der ständigen privaten und beruflichen Erreichbarkeit trägt dazu nicht unerheblich bei. Viele sind immer

weniger bei sich selbst.“ Deshalb heißt der letzte Impuls seines Booklets: „Nur Du kannst den Sinn Deines Lebens erspüren.“

Über den Erlös aus dem Verkauf des Booklets, das für nur drei Euro auch weiterhin u.a. in der Agentur Schiffer in Düren, Kaiserplatz 14, erhältlich ist, freut sich in diesem Jahr erstmals die Hospizbewegung Düren-Jülich. „Leben und Tod gehören zusammen. So wie sich jeder Mensch ein erfülltes, gutes Leben wünscht, so wünscht er sich auch ein gutes Sterben. Die Hospizbewegung leistet einen großen, unverzichtbaren Beitrag, dass gutes, behütetes Sterben gelingt“, erklärte Eßer bei der Scheckübergabe auch, warum.

Vorsitzender Dr. Martin Franke bedankte sich für das Engagement des langjährigen Mitgliedes und wies darauf hin, dass rund 90 Ehrenamtliche in der Hospizbewegung tätig seien. Das Geld aus Spenden werde deshalb vor allem für die Aus- und Weiterbildung dieser Ehrenamtler, aber auch für das erfolgreiche Projekt „Hospiz macht Schule“ benötigt. (rs)



Aussagekräftige Bilder und kurze, prägnante Sätze hat Karl-Albert Eßer (3.v.r.) auch in sein viertes Booklet „Impulse für ein erfülltes Leben“ gepackt. Über den Erlös freuen sich für die Hospizbewegung Düren-Jülich (v.l.) Dr. Martin Franke, Theresa Reichert, Ulla von Gagern, Gerda Graf und Dr. Hans-Heinrich Krause. Foto: Ralf Schwuchow