

Jedem Tod geht ein Sterben voraus

Sterbebegleitung im Hospiz aus der Sicht

- A** eines Betroffenen
- B** eines Praktikanten
- C** eines ehrenamtlichen Hospizhelfers



A

Interview mit einem Betroffenen

Leben zum Sterben hin

- eine Einschätzung -

Interview-Serie zu Tod, Hospiz, Sterbeprozess und anderen
Themen



mit Dr. Hartwig Hirte
Januar und Februar 2021
im ROTARY-HOSPIZ Erbach

Vorwort

Aus der Sicht eines Patienten im Sinne einer Begleitung im Hospiz in Erbach ist diese kleine Schrift geschrieben in den letzten Tagen als Begleitung.

Sie beschäftigt sich mit letztbegleitenden Themen wie Tod, Hospiz, Sterbeprozess und anderen grundlegenden Themen, die wichtig werden für den letzten Weg innerhalb des verrinnenden Lebens.

Als letzte Frucht dieser Schrift kann aber gesehen werden, dass dieser letzte Weg eigentlich auch angstloser gegangen werden kann, als man sich gemeinhin vorstellt und weiterhin durch die Institution des Hospizes gemildert wird für den Patienten und die Angehörigen.

Diese Schrift ist allen Patienten gewidmet.

Inhalt der Interview-Serie

Hospiz – eine Einführung

Gastfreundliches Hospiz

Betreuung im Hospiz – persönliche Erfahrungen

Themen im Sterbeprozess

Glück und Zufriedenheit

Was es am Ende zu tun gibt - Aktiva und Passiva

Loslassen

Würde

Verdrängung und Einlassen

Werte und Heiterkeit

Selbstmitleid

Lebensrückblick

Bewusstsein

Vorsehung

Umgang mit dem baldigen Tod

Sterben und Tod allgemein

Der Tod als Wandel

Tod, Sterben und Prozess des Absterbens

Abschied nehmen

Leere und Nichts

Haltung zum Tod

Todesvorstellungen

Begrenztheit

Begrenztheit

Mysterium Leben und Mysterium Tod

Angst und Trost

Der Sinn des Lebens und der Sinn im Tod

Tod und Sterben im christlichen Glauben

Eigene Glaubens-Erfahrungen

Jenseitigkeit

Die Einschätzung des Todes im Christentum

Christlicher Trost

Nachwort des Autors

Anmerkungen des E-Book-Verfassers

Hospiz — eine Einführung

Gastfreundliches Hospiz

Gastfreundschaft ist eines der grundlegenden Kennzeichen von menschlichen Kulturen. Die Gastfreundschaft ist eines über den Tag oder über den Lebensweg verteilte Zuneigung und Zuwendung zu einem Anderen.

Gastfreundschaft wird aus der Gegebenheit geboren. Sie war früher sehr wichtig, ja überlebenswichtig. Da gab es die Klöster an den Pilgerwegen mit den Hospitälern, wo die Pilger Zuflucht suchen konnten.

Hospiz leitet sich davon ab. Hospitium heißt so viel wie „Institution der Gastfreundschaft". Ein eigens geformter Lebensraum für die Gastfreundschaft. Hospiz ist eine spezielle Form der Zuwendung, sie bezieht sich auf einen bestimmten Lebensbereich in Not. Der Mensch im Hospiz neigt dem Lebensende zu. Da ist das Hospiz im Prinzip ein auf den Menschen zugehen in seiner Notlage. Ein verständnisvolles Zugehen, auch auf den Menschen in seiner Beschränktheit. Auch seiner zeitlichen Beschränktheit. Es weiß ja auch niemand, wie lange er hier ist. In dieser Situation wird alles getan, um dem

Menschen entgegen zu kommen. Ihn zu pflegen, ihm möglichst seine Beschwerden abzunehmen. Mehr als nur eine Erleichterung der Beschwerden, eher ein umfangendes Eingehen auf den Menschen in seiner Notlage. Auch in der Fülle, was da alles möglich ist, zu geben. Auch abseits der Richtlinien. Es ist einfach mehr.

Ein Hospiz ist caritativ. Die drei Arten der Liebe bei den Griechen sind ja: Caritas = Nächstenliebe, Eros = erotische Liebe und Filia = freundschaftliche Liebe. Es geht im Hospiz also um Nächstenliebe. Diese Nächstenliebe ist nicht kirchlich, sie ist überkonfessionell. Die Zuneigung zu den Menschen im Hospiz ist anders als im Krankenhaus.

Im Krankenhaus ist das Ziel Heilung. Im Hospiz ist im gewissen Sinn das Ziel eine Erlösung. Das Leben in seiner Endlichkeit strebt nach Erlösung. Das ist eine ganz andere Zielsetzung. Im Krankenhaus ist das Ziel, möglichst schnell wieder raus zu kommen, gesund zu werden. Im Hospiz kann es ruhig ein bisschen länger dauern. Hier weiß ja auch keiner, wie lange er hierbleibt. Hier ist einfach mehr Zeit.

Im Krankenhaus in Heppenheim habe ich erfahren, dass ich ins Hospiz komme. Es war zuerst nicht ganz sicher, später war es gesichert, dass ich ins Hospiz kommen kann. Und da war ich glücklich! Ich habe mich gefreut. Es war eine Form von Sicherheit. Dabei hatte ich keinerlei Vorstellung von dem was kommt. Ich hatte gehört, dass es Sterbebegleitung gibt im Hospiz, die einem auf dem Weg, wenn es zu Ende geht, nicht alleine lässt.

Und das ist ja auch ein Grund, freudig zu sein. Da irgendwo in die Ecke gesetzt zu werden und nur ernährt zu werden ist ja was ganz Anderes. Im Hospiz ist es ein begleiteter Weg. Im Krankenhaus soll man gesundwerden. Wenn man da keine Lust mehr hätte zu leben, das geht da nicht. Die machen da alles, bis zum Letzten. Auch wenn man todkrank ist, ist die Zielsetzung Lebenserhaltung.



Kreuz Lenhart Daum

Hospiz ist wie ein Ausweg. Das ist die Haltung zum Tod. Da muss nicht alles schlecht sein. In manchen Situationen wünscht man sich einfach ein Ende. Das kann auch was Positives sein. Da fällt mir gerade das „nunc dimittis“ ein. Da geht es um den Tod. Also: „Da lässt du Herr deinen Knecht, wie du gesagt hast, in Frieden scheiden. Denn meine Augen haben das Heil gesehen, dass du vor deinen Völkern bereitet hast. Ein Licht, dass die Heiden erleuchtet und Herrlichkeit für dein Volk Israel.“

Dieser Simeon sagt: Nun habe ich mein Ziel erreicht und dann muss ich nicht mehr weiterleben. Wir können ja sowieso nicht auf Dauer leben. Also ungeachtet von Ewigem Leben und sowas. Im Grunde sieht es ja so aus, dass unser Leben mit dem Tod beschränkt ist. Also muss man doch lernen, mit dem Tod umzugehen. Und nicht eine andauernde Verlängerung suchen eines Zustandes, den wir nicht begreifen können.

Bei uns im Hospiz sind wir da wie befreit. Das Streben im Hospiz ist es - meines Erachtens - inneren Frieden zu geben. Und dieser innere Friede ist ein Zustand, der ruhig länger dauern kann. Der auch auf Erträglichkeit aus ist, medizinisches und anderes Leiden zu lindern. Auch wenn alles aufs Sterben hinausläuft, trotzdem das Leiden zu nehmen. Zu begleiten auf diesem Weg. Das Leben ist endlich.

Die Mitarbeiter hier im Hospiz haben eine besondere Haltung. Sie sind alle freundlich, lieb. Ich hätte ich gar nicht gedacht, dass es das gibt. Die sind viel lieber, als gedacht. Da werden Sachen gemacht, die gehen über die Versorgung hinaus. In der Beachtung, in der Hilfestellung. Das müsste nicht so sein. Im Krankenhaus ist das alles geregelter, auch da wird sich um die Kranken gekümmert.

Im Hospiz ist da eigentlich alles anders. Auch wenn der Ablauf, Körperpflege, Ernährung, gesundheitliche Versorgung ähnlich ist wie im Krankenhaus. Im Hospiz wird sich um das Wohlbefinden des Menschen gekümmert. So hat das seelische Befinden einen großen Stellenwert. Dafür ist hier viel Zeit. Für Gespräche und sowas. Der Umgang mit den Menschen ist im Hospiz anders. Man ist hier den Menschen gegenüber offener und zugewandter. Hier ist mehr Ruhe. Mehr Ausgewogenheit.

Im Hospiz werden die Menschen ja auch schwächer. Ich lebe ja überraschenderweise länger als gedacht. Ich hatte gedacht, in 4-5 Tagen ist das geschafft. Jetzt ist das ganz anders, ich bin schon 6 Wochen hier. Und dann ist da das Verabschieden: „Wir sehen uns am 20. wieder, so Gott will!“. Und man kann ja nicht definitiv sagen, wann man sich wiedersieht. Da hat man dann so einen Zwischen-Abschiedsgruß. So zwischen Hoffen und Bangen. Aber da gewöhnt man sich dran, auch die Umgebung am Telefon. Das ist fast ein bisschen unreal. Man weiß halt nie, wie lange es

dauert. Die Wahrscheinlichkeit, dass man sich nicht mehr hört, ist höher als normal.

Der Kontakt mit „Nicht-Sterbenden" ist jetzt anders. Das ist ganz verschieden, bei näheren Bekannten und dem Pflegepersonal. Das Pflegepersonal sind die Erfahrensten. Sie haben die Funktion von Ratgebern. Und sie sagen, was Sache ist. Man kriegt häufig so Informationen, dass alles anders ist als gedacht. Dass man das Sterben nicht so definieren kann, dass man nicht sagen kann, was passiert. Dass das Sterben ein großes Mysterium ist. Und damit muss man sich erstmal abfinden. Da hilft das Pflegepersonal. Wenn da jemand konkrete Aussagen haben will, da hat er ein Problem. Da wird man auf seinen Weg hingewiesen, wo man probieren muss, die Erfahrung selbst zu machen.

Für mich habe ich erfahren: da gilt „totaliter aliter". In der Geschichte sind zwei Mönche, die merken, es geht langsam dem Ende zu. Sie machen aus, dass, wer vor dem anderen stirbt, dem anderen eine Mitteilung macht, was los ist. Das eine, was sie ausmachen ist, „aliter". Das ist Latein und heißt „es ist anders als wir es uns vorstellen". Das andere ist „taliter", was heißt, so „wie wir uns unterhalten haben" sieht es nach dem Tod aus. Dann stirbt einer der beiden und lässt den anderen wissen, es ist „totaliter aliter", also vollkommen anders.

Betreuung im Hospiz – persönliche Erfahrungen

Was ich jetzt berichte, ist rein persönlich. Die Erfahrungen mit dem Hospiz sind individuell.

Bedingt durch meine Krebskrankheit, einen Hirntumor, wurde ich immer schwächer. Die Notwendigkeit einer Betreuung kam immer näher. Diese

Betreuung konnte ich als Alleinstehender zu Hause nicht gewährleisten. Dann kam noch Corona dazu und so waren andere Arten der Betreuung auch nicht möglich. So kam das Hospiz in Betracht.

Als ich das erste Mal vom Hospiz gehört hatte, hatte ich keine negativen Assoziationen. Es hat in mir positive Assoziationen erweckt. Obwohl ich gar nicht genau wusste, was Hospiz ist. Anfänglich war es nur eine Unterschrift zur Bereitschaft, ins Hospiz zu gehen, dann kam ein zweiter Tumor und die Betreuung rückte näher. So kam auf Umwegen mein Weg ins Erbacher Hospiz zu Stande. Es war nicht absehbar, dass ich nach Erbach komme. Bensheim wäre naheliegender gewesen von meinem Wohnort her.

Als ich Anfang Dezember abgeholt wurde, ins Hospiz, war ich froh. Durch die Krankheit wird man immer abhängiger. Die Selbstständigkeit verliert sich und man hat keine Perspektive mehr. Man hat nur noch die Perspektive, dahin zu vegetieren. Das Hospiz war mir in der Hinsicht bekannt, dass es eine Sterbebegleitung ist.

Das kam mir entgegen, denn ich wollte nicht überleben um des Überlebens willen. Ich hatte auch damals schon mit meinem Leben abgeschlossen. Das hat mir zum Vorteil gereicht. So wurde ich dann hier nach Erbach verlegt. Der Transport war komplikationslos und ich kam hier in mein Zimmer.

Das, was mir als erstes auffiel, war die freundliche Atmosphäre und die gute Betreuung. Die Betreuung ist schon exzeptionell. Die Hinwendung zu den Patienten, den Gästen, ist außergewöhnlich. Das Gast-Sein - was schon in der Antike geprägt wurde - dass der Gast eine besondere Bewirtung empfangen soll, der notleidende Gast nochmal besonders, das wird hier gelebt. Hier gibt es freundliches, liebevolles Personal. Es wird auf alle Wünsche eingegangen. Die Betreuung findet man anderswo so nicht. Man muss auch noch sehen,

dass es eine caritative Maßnahme ist in Hinsicht auf einen sterbenden Menschen. Der ja eigentlich als Bestes hoffen kann, erlöst zu werden.

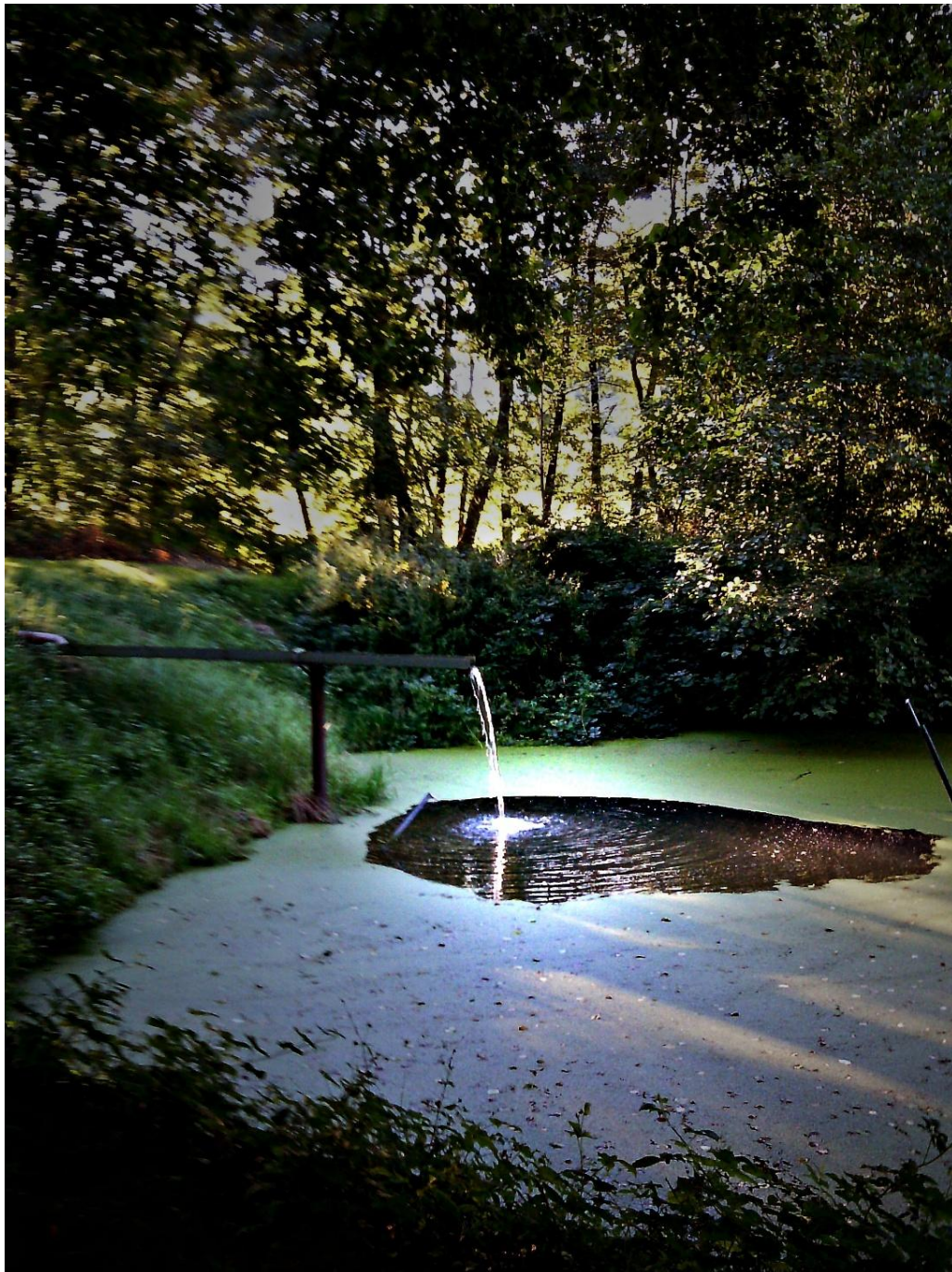
An gewisse Sachen muss man sich natürlich gewöhnen, durch die Situation, in der man ist. Da ist das Zurechtfinden mit dem eigenen Tod. Die Thematik Tod wird hier nicht ausgeklammert. Man muss lernen, sich mit dem eigenen Ende abzufinden. Das Problem dabei ist, dass man den Termin nicht weiß. Diese Haltung zum Tod, die wird nicht von außen aufgegeben, sondern sie wird durch die Betreuung selbst dem Patienten gegeben. Dass er selbst im Ableben noch etwas Wertvolles ist. Und es wird der Tendenz zum Sterben freien Raum gelassen, wie es sich auch immer entwickelt. Es werden auch keine Weltbilder vorgegeben. Die Seelsorger können natürlich kommen, wenn jemand das will.

Das Problem ist natürlich die Haltung zum Sterben. Die bewusste Haltung zum Sterben und zum Tod. Das kann man natürlich nicht wissen, wie das Sterben geht. Das kann einem auch keiner sagen. Das ergibt sich dann im Ernstfall. Und dass dieser Ernstfall zwangsläufig bald kommt, an diesen Gedanken muss man sich gewöhnen.

Was mich überrascht hat ist: Ich habe immer gedacht, dass die Leute später ins Hospiz kommen. So holter-di-polta und dann war's das - nach 3 bis 4 Tagen. Aber hier gibt es auch Menschen, die länger da sind und trotzdem Betreuung erfahren. Dass die Menschen auch längere Zeit hier gut aufgehoben sind.

Noch ein Problem taucht auf: Die Patienten werden ja immer schwächer je näher sie dem Tode kommen. Das muss ja pflegerisch aufgefangen werden.

Die palliative Betreuung des Sterbens soll ja möglichst das Leiden mindern. Das Leiden kann man wohl nie 100% ausschließen, aber es in einem Maße reduzieren, dass der Leidensdruck erträglich wird. Das war eine meiner Hauptkenntnisse vom Hospiz.



Mystery Lux

Natürlich gibt es im Hospiz auch viel Unberechenbares. Das ist dann das Problem der Pflegenden und der Ärzte. Da jeder Mensch individuell ist, sind auch gewisse Probleme individuell. Wenn z.B. jemand seelisch angegriffen ist, dann wird er andere Probleme haben, als wenn jemand recht ausgeglichen auf den Tod zugeht.

Diese Haltung zum Tod, die muss in den Tagen — je mehr Zeit man hat, umso drängender wird ja das Problem — bis zum Tod gefunden werden. Das Ziel ist ja nicht, zitternd in der Ecke zu sitzen, sondern dem Tod — bildlich gesprochen — ins Auge zu schauen. Dafür brauchen wir Bilder vom Tod, da wir ja nicht wissen, was der Tod eigentlich ist.

Durch die Fantasie versuchen wir uns Bilder davon zu machen. Wenn das Ziel ist, einen angenehmen Tod zu erfahren — man weiß ja nicht ob er unangenehm ist — also einen möglichst schmerzfreien Tod in Übereinstimmung mit der eigenen Seele, dann muss man sich dazu Bilder machen.

Diese Bilder wechseln immer, die sind nicht konstant — bei mir jedenfalls nicht. Vielleicht gibt es Leute, bei denen die Bilder schon vorgefertigt sind, zum Beispiel durch Religion. Bei mir bildet sich zurzeit ein Bild heraus. Eine Ärztin hier hat mir gesagt, dass Martin Buber sagte: Leben ist Beziehung. Wenn wir den Tod als Gegenteil des Lebens begreifen, dann ist der Tod Lebensferne. Er kann nicht in Beziehung zum Leben gesetzt werden. Dann ist mit dem Tod umgehen eine möglichst vernünftige Einschätzung der Endlichkeit des Menschen in Verbindung mit einem heiteren Abgang. Das ist bei mir gerade die Zielsetzung.

Wer sagt denn: Wenn ich mir wünsche, dass ich ewig lebe, dass mir das zuteil wird? Selbst wenn es ein ewiges Leben gibt? Da muss man versuchen, in eine Art neutrale Haltung zu kommen: Was kommt, das kommt. Da muss man mit der Ungewissheit einen Umgang finden. Die Ungewissheit kann auch das Hospiz nicht nehmen. Aber die Begleitung in der Ungewissheit, das ist das Wesentliche. Die Begleitung durch alle, die hier arbeiten.

Man muss sich halt auch ein bisschen öffnen. Jeder hier hat seine spezifischen

Erfahrungen. Die Mitarbeiter halten sich eher zurück, die drängen einem nichts auf. Wenn man aber nachfragt, dann bekommt man immer eine Antwort. Man wird nicht im Unklaren gelassen.

Was mich überrascht hat war, dass es hier nicht nur eine Betreuung durch Pflegende, Ärzte, Psychologen und Physiotherapeuten gibt, sondern dass es auch Seelsorge gibt! Innerhalb von ein paar Tagen war bei mir die evangelische Pfarrerin, die katholische Schwester aus dem Krankenhaus und der katholische Pfarrer. Damit hätte ich hier nicht gerechnet! Man muss sich in gewissen Graden als Patient im Hospiz der Thematik öffnen - nicht verschließen. Wenn wir das Leben als Beziehung definieren, dann ist das besser als sich abzukapseln.

Diese Endlichkeit, die muss man akzeptieren. Und da wird man hier gut begleitet. Dazu gibt es eine Geschichte: Es haben sich zwei junge Mönche unterhalten über den Tod und das Sterben. Dann kam ein Skeptiker dazu, der sagte: Das ist alles Quatsch, was ihr hier erzählt. Die Mönche haben zu ihm gesagt: Wir beten und hoffen. Und was ist mir dir, wenn wir Recht haben?

Und was bei mir noch wichtig ist, das ist die Neugier. Natürlich ist da auch jeder individuell in seinen Erwartungen.

Je nach Lebensphase und nach Lebensproblematik. Seit 10 Monaten bin ich vornehmlich in Krankenhäusern und bin ein Pflegefall. Und ich habe psychisch keine Probleme damit. Es belastet mich seelisch nicht. Andere würden das vielleicht anders sehen. Bei mir ist das halt so. Bei mir spielt die Religion eine Rolle. Natürlich bin ich nicht immer 100% gut gelaunt und froh. Manchmal denkt man schon auch trübe Gedanken.

Die innere Haltung zum Tod und zum Sterben ist da das Wichtigste. Ich weiß auch nicht, wie ich das hinbekommen habe. Ich würde sagen, es ist eine

Fügung Gottes. Die psychische Kraft, die wird einem geschenkt. Das kann man aber nicht auf andere übertragen oder andere verurteilen, wenn es bei ihnen anders ist. Ich bin froh, dass es bei mir so ist.

Natürlich spielt es eine große Rolle, dass ich mich mit meinem Ende abgefunden habe. Dass ich sage: Das große Ziel, das liegt noch vor mir. Ich komm ja nicht drum rum. Es kommt keiner drum rum. Nur die innere Haltung entscheidet darüber: Sehe ich den Tod als notwendiges Übel oder sehe ich ihn als Ziel an? Diese neugierige Heiterkeit, die ich da gefunden habe, ist in gewissem Grade belebend und baut negativen Stress ab.

Themen im Sterbeprozess

Glück und Zufriedenheit

Die Frage bei den Menschen, die ins Hospiz gehen, um aus dem Leben hinausgeleitet zu werden, ist: Welche Rolle spielt noch das Restleben? Was kann da noch an Glücksmomenten entstehen? Es wird immer deutlicher, dass - je näher man dem Tod rückt, im Prinzip Tag für Tag - im Prinzip nichts besessen werden kann. Es können diese Glückspartikel — wenn man sie mal so nennen will — nicht gespart oder aufgefangen werden.

Das Ziel ist ja eigentlich, dem sterbenden Menschen im Hospiz noch Glücksmomente nahe zu bringen. Das ist ein weltliches Ziel, dem Menschen die verbliebene Zeit noch so angenehm wie möglich zu machen.

Dem liegt natürlich die Grundidee zu Grunde, dass der Mensch das Bestreben hat, glücklich zu sein. Glück kann ich nicht erzwingen. Dann ist noch die Frage: Habe ich Glück verdient? Und welche Haltung ist wichtig, dass ich überhaupt dieses Glück empfangen kann?

Man muss sich damit abfinden, dass Glück etwas Verlierbares, etwas Flüchtliges ist. Es ist nicht sammelbar. Aber es ist so, dass es nicht unbedingt eine glücklose Zeit sein muss. Das heißt nicht, dass das Glück vollkommen verloren geht. Es gibt Glücksmomente, auch wenn sie nicht sammelbar sind, man sie nicht festhalten kann.

Es gibt aber dieses vergängliche Glück. Es ist ein Glück, das nicht verdient werden will, es ist ein Glück, das einfach auftritt. Ein Glück, das in dieser Zeit, die auf Vergänglichkeit beruht, einfach auftaucht.

Die Frage nach Glück ist ja sowieso schwierig. Ich kann das Glück nicht definieren. Ich kann nicht sagen: Jetzt muss ich glücklich sein! Glück ist ja auch immer etwas Anderes. Für jeden Menschen und in jeder Situation anders.

Diese auftretenden Glücksmomente sind sehr wertvolle Momente. Das hängt teilweise von der Einstellung der Sterbenden ab, ob sie diese Momente genießen können. Ob die innere Haltung hergestellt werden kann, in der man Glück empfinden kann. Wenn einer vollkommen verdrossen ist über sein Leben, dann wird das wohl nicht gehen.

Die innere Haltung, die Glück zulässt, kann nicht erzwungen werden. Wenn Menschen aufgeschlossen oder humorvoll sind, dann sind sie vielleicht aufnahmefähiger für diese Glücksmomente.

Wenn Leute alles wesentlich dramatischer sehen, dann haben sie kaum Chancen, das Glück wahrzunehmen. Da müsste man schon deren Mentalität ändern und das ist schwierig.

Hier im Hospiz wird zwar die Einstellung zum Tod geändert, aber es wird ja nicht ein neuer Mensch geschaffen. Der Mensch wird eher in den Tod hinein begleitet.

Was es am Ende zu tun gibt —Aktiva und Passiva

Am Ende stellt sich die Frage: Was ist jetzt überhaupt noch zu tun? Weil ja alles ins Nichts läuft. Da gibt es eine gewisse Vergeblichkeit, die kann man nicht leugnen. Dieses Ausfließen des Lebens. Hier stellt sich die Frage, wie gestaltet man als Hospiz den letzten Lebensabschnitt? Man kann ja nicht einfach gestaltungslos dasitzen. Nur passiv zu sein als Sterbender ist nicht sinnvoll, das führt zu Grübeleien und Langeweile.

Trost spenden ist in der letzten Phase so wichtig. Das kann man nicht durch Worte alleine, da braucht es mehr, da braucht es Taten und so weiter.

Wie kann das nun gestaltet werden? Es stellt sich die Frage, wie die körperliche Konstitution des Sterbenden ist, was natürlich hin zu immer größerer Schwäche geht. Durch Bewegungstherapie kann man da Einiges tun. Das andere ist die geistige Konstitution. Die ist natürlich auch bei jedem Sterbenden anders. Da kommt es darauf an, dass die Pflegekräfte, Ärzte und die anderen Mitarbeiter auf den Einzelnen eingehen. Das muss natürlich individuell geregelt werden, nach den Bedürfnissen des Einzelnen. Die kann man ja niemandem aufzwingen.

Im Prinzip sollte da eine gewisse Ausgewogenheit sein. Damit da nicht nur ein passives Hindämmern auf den Tod stattfindet. Dadurch wird die Aufgabe des Hospizes definiert - bei aller sonstigen Unbestimmtheit. Keiner kann vorschreiben, was hier getan werden soll. Das Sterben geht ja auch nicht nach Lehrplan.

Es stellt sich ja auch die Frage nach dem Sinn. Das Hospiz hat die Aufgabe, eine Sinnerfüllung zu geben durch seine Existenz. Diese Sinnfülle ist die Berechtigung des Hospizes, worum es eigentlich geht, neben der Pflege der Sterbenden. Eine der Sinngebungen ist es, dass die Mitarbeiter Erfahrungen, die sie gewonnen haben, im tröstlichen Sinne weitergeben.

So kann ein kurzer Lebensabschnitt am Lebensende auch zu einer Stärkung im Geiste führen.

Dass man Kraft gewinnt, diesen neuen Lebens- oder Sterbensabschnitt anzugehen. Diese Kraftgewinnung kann ein Ziel sein in der letzten Zeit. Selbst wenn es eine gewisse Nichtigkeit in sich hat — weil die Zeit ja so endlich ist — kann man sich so auf das Sterben vorbereiten.

Was ja leider nicht in verstärktem Maß angeboten werden kann, ist eine gewisse Heiterkeit. Denn die Heiterkeit kann man ja nicht vorschreiben. Heiterkeit hat eine Sonderstellung. Sie wird erstrebt, kann aber nicht erzwungen werden.

Dass das Denken und das Leben einfach zu Ende gehen, das ist wohl für viele schwer zu begreifen. Hier kann es Trost geben, dass das nicht so tragisch werden muss, wie allgemein angenommen. Die Mitarbeiter im Hospiz können von Erfahrungswerten — wie sich bei vielen das Sterben gestaltet — erzählen. Das ist wiederum ein trostreiches Mittel für viele, dass es nicht so schlimm werden muss. Diese Wahrheit, die man im Hospiz festgestellt hat, die kann man weiter vermitteln und anderen Menschen Trost spenden.

Manche Menschen finden Trost in ihrem Glauben, wie auch immer er aussieht. Manche Menschen fürchten sich eher vor dem Nichts. Gleichzeitig kann man es auch so sehen, dass das Nichts viel Frieden beinhaltet. Eine Ruhe, einen Frieden. Das wäre eine positive Ausformulierung von Nicht-Leben.

Loslassen

Eines der häufigsten Wörter im Zusammenhang mit dem Sterben ist das Wort „Loslassen“. Das wird von Laien, Profis und allen möglichen Personen genannt — meist von Personen, die selbst keine Ahnung haben, wie das Loslassen zu

bewerkstelligen ist. Tipps sind leicht gegeben, die Realität ist schwierig auszuführen.

Loslassen heißt in einer psychischen und wesensmäßigen Verfassung zu sein, in der man etwas besitzt oder mit etwas verbunden ist, das nicht mehr gehalten werden kann. Etwas, von dem man es aber als notwendig erachtet, dass man es behält. Sonst müsste man es ja nicht loslassen.

Bei diesem Loslassen, da geht es schlichtweg um das Leben. Der Tod zwingt zum Loslassen. Das Leben haucht aus und es vergeht. Das Ende ist gewiss.

Nun, die Formulierung ist schon relativ seltsam: Meistens wird das Wort Loslassen als Imperativ gebraucht: „Lass los!“ oder man sagt „Man muss loslassen“. Das ist auch eine häufige Bezeichnung. Das heißt, es wird etwas verlangt, das gar nicht so leicht bewerkstelligt werden kann. Bei einem „müssen“ das drückt etwas aus, da wird ein gewisser Druck vorausgesetzt.

Dieses Loslassen ist mehr ein guter Ratschlag. Man sagt, es wird einfacher, wenn du loslässt. Obwohl man das nicht so einfach sagen kann, da man die Erfahrung in Bezug auf den Tod selbst nicht gemacht hat. Das ist eine Formulierung, die ich gar nicht mag. Es ist eine Vorschrift, die von Leuten kommt, die das ja selbst nicht erproben können.

Ich würde es eher religiös ausdrücken. Da habe ich mich mit dem katholischen Pfarrer geeinigt: Es ist das Zurücklegen der Gegebenheiten des Lebens ins Schicksalhafte oder in die göttliche Hand. Es ist eine Form des Zurückgebens. Wir wissen, dass wir alles verlieren, dass wir nichts besitzen können. Das Leben wird zum Beispiel als Leihgabe bezeichnet oder als Gästehaus - „Hospes praeter euntis diei“ - da wird das Leben bezeichnet als Gast eines vorübergehenden Tages. Dann ist das ein zurückgeben in die Hand einer Verantwortlichkeit, von

der wir Schwierigkeiten haben, sie personal zu bestimmen. Das ist das Mysterium des Todes.



Kreuz & Marterl

Würde

Die Menschenwürde als besondere Verfassung des Seins ist sogar im Grundgesetz festgeschrieben und als unantastbar eingestuft. Das ist natürlich eine etwas vage Formulierung, da man eigentlich erstmal definieren muss, was Würde eigentlich ist.

Menschenwürde ist eine Seins-Form, die dem Menschen zukommt. Der Mensch verdient damit eine bestimmte Form von Achtung, die ihm als geistiges Wesen zukommt.

Die Würde sollte geschützt werden. Aber die Menschenwürde ist ein Wert, der bei allen Vertretern der Menschheit vorhanden ist, nicht nur bei hohen Vertretern. Das wird manchmal außer Acht gelassen. In Krisengebieten ist zu sehen, wie die Menschenwürde verletzt wird.

Ziel eines Hospizes ist es, den letzten Weg des Menschen vor seinem Tod würdig zu gestalten. Das heißt ihn als Person zu achten und möglichst schwierige Verhältnisse psychischer und physischer Natur von ihm abzuwenden. Also eine schonende und nicht belastende Behandlung. Einen Weg finden, bei dem der Abschied von dieser Welt auf eher angenehme Weise gangbar wird

Verdrängung und Einlassen

Der Tod wird ja so verdrängt in unserer Gesellschaft. Dabei kommen wir nicht um ihn Drumherum. Und wir wissen ja: Verdrängung löst Angst aus. Da können wir die Folgen dieser Verdrängung gar nicht abschätzen.

Im Hospiz wird der Tod ganz anders bewältigt. Das dient dem Schutz der Psyche. Das hat mich hier im Hospiz am meisten überrascht: Dass man zum Sterben hin so viel Gutes tun kann. Manchmal fast zu viel, denn man soll ja eigentlich alles in die Hände Gottes zurücklegen (lacht). Seit ich hier bin, empfinde ich die Zeit hier als sehr positiv. Das ist sicher auch nicht bei allen so. Dabei wusste ich gar nicht, was Hospiz eigentlich ist (lacht)! Da dachte ich mir: Lass dich einfach mal darauf ein! Im Prinzip ist es so: Ich muss sterben. In diesem Sterbeprozess strenge ich mich an, im positiven Sinne. Das ist ganz einfach, ich sage mir: Du bist Mensch, du musst sterben und du nimmst es in Kauf.

Ich habe ja gar keine Vorstellung, was passiert. Meine innere Haltung sollte da von Zufriedenheit geprägt sein. Rumzujammern, für einen Tag mehr, das nützt ja nix. Heute kann ich das alles gut akzeptieren. Wie das dann ist, wenn man final stirbt, das kann ich nicht sagen. Der Dalai-Lama meditiert ja jeden Tag über den Tod und auch er weiß nicht, ob er dann die Festigkeit hat, in den Tod zu gehen, wenn es so weit ist.

Werte und Heiterkeit

Viele Menschen bekommen irgendwann im Leben eine Art „Torschlusspanik“. Sie wollen so viel mitnehmen, wie man mitnehmen kann. Wenn man eine Krebsdiagnose bekommt oder an einem anderen Punkt und sich fragt: Was fehlt mir noch in meinem Leben? Sie wollen möglichst viel schöne Zeit raffen.

Ich gehe davon aus, dass ich keine Zeit raffen kann. Ich finde, das Wesentliche ist immateriell. Ich finde nicht, dass ich erfüllt bin, nur, weil ich irgendwas gemacht habe. Das können Kleinigkeiten sein. Dass ich jemanden nochmal sehe, beispielsweise die Oma, bevor sie stirbt. Daran kann ich mich dann ergötzen. Es kann aber auch sein, dass ich Opa Harry treffe und denke: Das hätte ich mir besser gespart! (lacht)

Viele machen das ja am Urlaub fest. Die fahren von einem Land ins Andere und wollen raffen, was man nur mitnehmen kann. Und zuhause geben sie dann an, wo sie überall waren. Und darunter sind sie dann traurig und nicht erfüllt. Das ist so eine materielle Eroberung.

Im christlichen Glauben wird ja gesagt, dass man das Leben nicht kaufen kann. Das ist natürlich auch noch abgestuft. Wenn ich beispielsweise als Lebensziel hatte, einmal im Leben nach Salzburg zu kommen. Oder wenn man einen Kindheitstraum verwirklichen kann. So einzelne Dinge können glücklich machen, aber nicht die Masse.

Da spielt das rechte Maß eine Rolle. Das spielt so oft eine Rolle. Darauf legen wir zu selten wert. Wir denken, wir können alles konsumieren, je mehr, desto besser. Dabei ist das Gezielte das Bessere. Wenn ich zum Beispiel meinen Enkelkindern etwas schenke, dann ist es doch wichtiger, dass ich mir Gedanken mache. Statt irgendwelche Schrottsachen zu kaufen. Die sind zwar am Anfang ganz nett, verlieren aber schnell den Wert.

Mir persönlich sind ethische Werte wichtiger. Ich bin nicht übertrieben materialistisch. Glauben und spirituelle Werte sind mir wichtig.

Gesellschaftliche Werte sind auch wichtig. Es gibt Leute, die suchen Kontakt, nur um über irgendwas zu reden. Das ist mir nicht so wichtig. Ich bin gerne mit den Leuten vom Schachclub zusammen. Um ein bisschen Blödsinn zu machen. Nicht um der Zeit einen besonders tiefen Sinn zu geben. Sondern einfach, weil es Freude macht. Ich lege nicht unter alles einen tieferen Wert. Es muss nicht alles super-sinnvoll sein.

Humor ist für mich auch ein wichtiger Wert. Was bei mir bedauert wird, jetzt wo ich so krank bin, ist, dass meine Witze fehlen und mein Humor. Dass das dann weg ist, das wird bedauert. Wegen meinem Humor war ich immer beliebt. Auch dieses Miteinander und das Verbunden sein in der Heiterkeit, das ist mir wichtig. Im dritten Orden der Franziskaner, da haben wir auch festgestellt: Diese Heiterkeit ist etwas Sonderbares. Man kann sie nicht erzwingen. Man hätte sie gerne. Sie ist etwas Erlösendes. Wenn die Heiterkeit kommt, ist das gut, aber sie ist nicht erzwingbar. Ich habe mal angefangen, über Heiterkeit in paar Zeilen zu schreiben. Ich bin so auf 3 Kapitel gekommen. Dann habe ich festgestellt: Das ist Schwachsinn! Das ist nicht logisch. Wenn du etwas über Heiterkeit schreibst und dabei nicht heiter bist, das klappt nicht.

Im Sterben hat die Heiterkeit hoffentlich einen großen Wert. Am liebsten wäre es mir, wenn ich heiter abtreten könnte. Dass ich sage: Es ist gut so, Tod komm. Es ist vollbracht. Das wäre eine zufriedene Heiterkeit. Man muss das Leben als eine Art Aufgabenstellung betrachten. Das Leben stellt uns Aufgaben. Und dann kann man scheitern oder nicht scheitern. Aber darum geht es gar nicht.

Ich denke, es geht um den Weg. Der Weg ist das Ziel, nicht das Ergebnis. Das verwechseln viele. Es kommt darauf an, dass man sich der Aufgabe gestellt hat. Dass man sich mit der richtigen inneren Haltung der Aufgabe gestellt hat.

Da gibt es aber gar keine richtige Instanz. Der liebe Gott ist ja keiner, der das prüft, wie ein Erbsenzähler. In diesem Leben wird von uns vielleicht auch gar nicht so viel verlangt.

Vielleicht stellen wir unserer Anforderungen an uns zu hoch. Vielleicht sollten wir uns guten Gewissens auf Aufgaben einlassen und diese besten Wissens vollziehen. Das Wesentliche ist nicht das Ergebnis. Das habe ich auch meinen Firmlingen immer gesagt. Dass es nicht darum geht, ob sie eine Note 3 in der Firmlings-Prüfung schreiben. Sondern mit welcher Haltung sie sich der Prüfung stellen. Dass sie nicht alles ins Lächerliche ziehen. Sondern es mit einer Mischung aus Ernst und Heiterkeit machen. Dass man sich der Aufgabe stellt und positiv wirksam ist.

Wenn man weiß, dass man stirbt, dann ist es wichtig, offen und bereit zu sein. Wenn ich jetzt nicht bereit wäre, dann wäre das Humbug. Im Notfall muss ich mich zwingen. Sagen: Kneif jetzt die Pobacken zusammen, jetzt geht's rund! (lacht).

Man bekommt ja auch mit, dass Leute eine gewisse Form von Aufheiterung bekommen. Das kann ja auch unterstützend sein. Dass man im Angesicht des

Todes bereiter wird. Das gibt es ja auch. Das kann passieren, es kann aber auch passieren, dass alle Vorbereitung nichts nützt.

Und dann bleibt die Frage: Müssen wir bereit sein?

Ich kenne da eine Familie, der Vater war ziemlich „großmäulig“ gewesen, als es ihm gut ging. Dann hat er Krebs bekommen und hing nur noch an der Bierflasche. Dann ist er ziemlich kleinlaut geworden. Nur weil sich jemand souverän gibt, wenn es ihm gut geht, das hat nichts zu heißen.

Selbstmitleid

Wenn man so krank ist, ist es schwer, nicht in Selbstmitleid zu versinken. Das hatte ich hier auch mal. Da muss man dann durch. Die Zeit hilft da. Die Zeit wandelt einen. Da kann man keine Ratschläge geben, das ist sicher für jeden anders. Ein bisschen Durchhaltevermögen ist da gut.



Zwei Wege

Die letzte Zeit ist interessant. Genau die Unberechenbarkeit macht es interessant. Aber ich habe mich vor meinem Tod ja ziemlich intensiv mit dem Tod beschäftigt. Das ist vermutlich von Vorteil. Seneca sagt: „Du musst wissen, du musst dich dein ganzes Leben lang mit dem Leben beschäftigen. Und was noch wichtiger ist, du musst dich dein ganzes Leben lang mit dem Tod beschäftigen.“ Gelegenheiten dazu gibt es ja genug. Es sterben ja immer wieder Menschen in unserer Umgebung. Da könnten wir uns gut beschäftigen mit dem Tod.

Lebensrückblick

Was ich relativ früh hatte in meiner Erkrankung, dass das Leben vor mit abgelaufen ist. Und zwar in seiner ganzen Vielfältigkeit. Bei mir war das banal, es haben sich Dinge vor mit abgespielt, die habe ich nicht verstanden. Ich habe nicht nur die wichtigen Dinge gesehen, auch ganz Unwichtiges und Unzusammenhängendes. Man kriegt das Leben nochmal mitgeteilt. Durch diese Auswahl, was man zu sehen bekommt, strukturiert sich das gesamte Leben. In der Rückschau also. Die Rückschau geht vollkommen durcheinander. Mal kamen Jugendzeiten, dann plötzlich Studienzeiten, dann wieder was Anderes. Aber alles immer in vorteilhaftem Licht. Auch die Begegnungen mit anderen Menschen immer im positiven Licht.

Da sind auch Begegnungen mit Menschen, über die man sich ärgert. In der Rückschau ist das Schwachsinn! Wenn ich da jemand daneben benommen hat vor 30 Jahren, warum soll ich mich da ärgern? Da gibt es ja oft keine Möglichkeit zur Wiedergutmachung mehr oder zur Rache. Da muss man vergeben. Das Vergeben ist etwas äußerst Wichtiges auf dem Weg zum Sterben hin.

Im Kloster in Eggenfelden da hat einer der Mitarbeiter ein tiefgehendes Zerwürfnis mit seinem Sohn gehabt. Darüber hat er mit einem Pater geredet. Dann hat sich der Mitarbeiter mit seinem Sohn ausgesprochen. Und 2 Tage später ist der Mitarbeiter gestorben. Er konnte vorher nicht sterben vor lauter Ärger oder vor lauter Hass.

Wenn man überlegt, was das auch im Hospiz bedeutet, wenn man nur leidet oder gar nicht sterben kann! Ich wollte nicht mit Leuten konfrontiert sein im Sterben, die sagen: Du Idiot! Da würde ich versuchen einzulenken. Das Sterben ist eine abschließende Phase. Da sollte man nach Erleichterung und Erlösung suchen. Damit innerer Frieden kommen kann.

Bewusstsein

Die Frage nach Leben und Tod setzt immer auch eine Frage nach dem Bewusstsein des Menschen voraus. Und in welchen Zustand des Bewusstseins man kommen kann im Leben und im Sterben. Im Leben haben wir Bewusstsein. Über die geistigen Funktionen spiegelt sich unsere Persönlichkeit. Dass wir denkfähig sind und dass wir untereinander in Kontakt treten können.

Wenn wir unbewusst sind, können wir durch unser Handeln nicht in Kontakt treten. Wenn man in die Phase des Sterbens kommt, taucht die Frage auf: Was passiert mit dem Bewusstsein? Wird es ausgelöscht? Oder gibt es eine Form des Lebens nach dem Tode?

Und dafür muss ja eine Form des Bewusstseins da sein. Es muss für die Existenz nach dem Tod für den Menschen ein bestimmtes Niveau des Bewusstseins da sein. Die Hoffnung des Menschen ist, dass nach dem Tod eine Existenz da ist im Jenseits.

Der Tod selbst gestaltet sich als ein Hinausgehen aus dem Bewusstsein. Man gibt seine Lebensprinzipien ab in einen Zustand biologischer Endlichkeit. In einen Zustand geistiger Nicht-Existenz. Im Prinzip ist ja der Tod, wie man ihn erlebt, ein geistiges „Ausschalten“. Das steht aber im Widerspruch zu einem Leben nach dem Tod, was eine geistige Bewusstheit voraussetzt. Da kann also etwas nicht stimmen, denn das kann sich ja nicht gegenseitig ausschließen.

Es ginge da vielleicht um die Wiedergeburt? Denn da wird gesagt, dass man sich nicht mehr an die letzte Existenz erinnern kann. Aber das Thema ist ja sehr komplex. Der Tod wird festgestellt, wenn keine lebensspendenden Funktionen mehr da sind. Also Herz und Gehirn und Atem, was wiederum im Widerspruch steht zu einer weiteren Existenz in einer anderen Form. Das heißt aber, wenn alle Funktionen ausgesetzt sind, dürfte es kein Bewusstsein mehr geben. Oder es gibt eine Form von Bewusstsein, das anders gestaltet ist. Das setzt wieder voraus, dass wir und die Wissenschaftler nicht alles herausfinden können, was auf diesem Erdball passiert. Sonst wären wir auf einem Status, wo wir alles wissen und müssten nicht mehr weiterforschen.

In der Esoterik gibt es ja noch eine ganze Reihe von Ebenen, wo man mit den Verstorbenen kommunizieren kann. Da kommen wir in einen Bereich, wo wir unsere Begriffsweise einschränken müssen. Da müssen wir sagen, wir wissen noch nicht konkret Bescheid.

Ein Wunsch vieler Sterbender ist, dass sie mit Verstorbenen in Kontakt kommen können. Wir können ja von Erzählungen ausgehen. Da hört man ja, dass Menschen im Sterben Verstorbene getroffen haben. Ist das nur ein Produkt der Fantasie? Das können wir nicht feststellen.

Diese Kontaktaufnahme mit Verstorbenen kann nur sein, wenn es nach dem Versterben eine andere Form von Bewusstsein gibt. Es ist nicht mehr die

Kommunikationsmöglichkeit, die wir zu Lebzeiten haben, sie muss eine andere Form haben.

Gesetzt den Fall, man kann sich treffen, bleibt die Frage nach der Wechselseitigkeit. Meistens will man ja nur ein Existenzzeichen von dem Verstorbenen, sodass man weiß, dass er nicht ins Nichts abgetaucht ist. Die große Angst hinter dem Tod ist ja das Nichts. Der Mensch hat einen Heiden-Respekt vor dem Nichts und schätzt das negativ ein. Es könnte aber auch sein, dass das nur an unserem Kulturkreis liegt, dass das Nichts so negativ eingeschätzt wird.

Wenn ich zum Beispiel an das Nichts denke und mache mir eine Vorstellung davon, dann ist es nicht mehr nichts! (lacht) Es zeigt immer wieder, wie beschränkt wir Menschen in unserem Denken sind. Das ist nicht negativ aufzufassen. Diese Beschränktheit ist uns halt mitgegeben. Damit müssen wir zurechtkommen. Es ist ja auch die Frage: Müssen wir unbedingt perfekt sein? Sympathie hängt ja nicht unbedingt von Perfektionismus ab. Manchmal sind ja die Superperfekten echte Ekel.

Bewusstsein ist notwendig für das Jenseits. Was auch noch eine Rolle zu spielen scheint, ist der christliche Glaube an die Liebe. Dass die Liebe im Jenseits nicht aufgehoben ist.

Die Frage nach dem Jenseits und der Transzendenz. Ich habe einen Raum, in dem ich mich bewege, nennen wir es Leben. Transzendenz heißt, über diesen Raum hinaus zu schauen. Ich kann nicht sagen, wie beschränkt mein Lebensraum ist, denn er kann sich ja immer wieder ausdehnen. Das kann ich nie festlegen. Wenn es Fortschritte gibt in der Erkenntnis, gibt es auch Fortschritte in der Transzendenz. Es gibt in diesem Bereich keine Sicherheiten. Wir können hypothetisch annehmen, dass es eine Transzendenz gibt. Aber wie

die aussieht, können wir nicht sagen — sonst wäre es ja wieder keine Transzendenz. Inwieweit wir auch fähig sind, uns das vorzustellen, ist die Frage.

Wir sind als Menschen beschränkt in unserem Denken, da können wir aus eigenem Willen nicht drüber hinaus. Das ist wie mit dem Nichts. Über das Nichts kann ich nicht reden, sonst ist es kein Nichts mehr. Ich kann auch über die Transzendenz nicht reden, sonst wäre sie keine Transzendenz mehr. Da beginnt dann der Glaube, das Wissen hört auf.

Da kommt noch was hinzu. Wir haben auf der einen Seite die Transzendenz und dann kommt noch der Raum dazu. Nehmen wir an, die Welt des Menschen würde transzendent werden. Nehmen wir an, das Leben wäre eine Aufgabe. Alle Menschen, die gelebt haben, haben in das christliche Reich Gottes hineingewirkt. Dann ist die Frage: Wo ist das Reich Gottes? Da muss man sich die Frage stellen, ob das nicht eine andere Existenzform ist. Ludwig Feuerbach, der große Religionskritiker hat gesagt: Die Pferde ausgespannt, die Pferde neu eingespannt und weiter geht's! So geht es aber nicht.

Ob das im Tod eine Hinführung ins Nichts ist, das muss nicht sein. Es kann aber eine andere Form von Leben sein. Da sind sich die Menschen ja relativ einig. Die meisten Menschen haben an irgendeine Form des Nachlebens geglaubt. Geprägt durch ihren Glauben. Als eine Existenzform und als kommunikativ. Das Christentum sagt ja, durch die Auferstehung gibt es eine Form des Lebens danach. Wir wissen aber nicht, wohin Christus dann aufgefahren ist. Das heißt dann Himmel, was auch immer das ist.

Mit der Dimension der Zeit wird es interessant. Es kann ja durchaus sein, dass man mit dem Sterben in eine andere Zeitform eingeht oder dass man aus der Zeit hinausgeht. Das sind alles Hypothesen, unser Verstand kann das nicht fassen.

In der Komplet gibt es ein Gebet, das ist sehr aktuell. Denn wir haben ja das Gefühl, unsere Zeit neigt sich dem Ende. Nicht nur durch das Corona-Virus, sondern insgesamt. Bei der Komplet am Dienstag heißt es: „Tod und Vergehen waltet in allem. Steht über Menschen, Pflanzen und Tieren, Sternbild und Zeit. Du hast ins Leben alles gerufen. Herr deine Schöpfung neigt sich zum Tode, hole sie ein. Schenke im Ende auch die Vollendung. Nicht in die Leere falle die Vielfalt irdischen Seins. Denn Herr deine Pläne bleiben uns dunkel, doch singen Lob wir dir dem dreieinen ewigen Gott. Amen.“

Das Wort ist die Vollendung. Das ist eigentlich, wie wenn man kocht und dann ein fertiges Gericht hat. Es dauert seine Zeit. Es kommt in einen Status, wo es anders eingerichtet werden kann. Diese Vollendung ist sozusagen eine vervollkommnende Form des Lebens vorher. Also das ist eine Hypothese. Und in dieser Vollendung wäre dann das christliche Reich Gottes gegeben.

Das Nirwana im Buddhismus ist ja auch nicht unbedingt das Nichts. Eher ein Ende des Leids und ein Zustand des Friedens. Da geht es um ein Heraustreten aus dem Leid. Da gibt es ja viele Hypothesen und Bilder in den Religionen. Das ist ja auch begründet in den unterschiedlichen Kulturen. Aber die Sehnsucht nach der Ewigkeit gibt es eigentlich überall.

Erich Fromm sagt: Wir werden ohne unseren Willen geboren und sterben gegen unseren Willen. Das ist auch schon bezeichnend. Keiner stirbt ja wirklich gerne. Auch die Verluste auf unserem Lebensweg nehmen uns ja oft sehr mit.

Die Trauer ist ja auch ein wichtiges Thema. Wer wandelt schon gerne alleine? Die Neigung Gruppen zu bilden und Paare zu bilden ist dem Menschen ja auch gegeben. Wie so vielen Tieren auch. Und das wird durch den Tod ja auch aufs Schärfste unterbrochen. Und da ist die Kontaktaufnahme mit den Verstorbenen ja auch so interessant. Das ist die Schwierigkeit im Sterben, dieses Ungewisse.

Bei mir war es ja auch schon ein paar Mal nahe dran mit dem Sterben.

Mit dem Nichts habe ich mich abgefunden. Es gibt ja aber auch viele unangenehme Vorstellungen vom Leben nach dem Tod. Da ist das Nichts teilweise tröstlicher, denn es ist das Eingehen in Ruhe und Frieden. Aber ohne die Möglichkeit der Kontaktaufnahme. Das ist wieder keine schöne Vorstellung.

Ich war mal bei einem Ein-Euro-Job, da habe ich Rentner zum Kaffee trinken gefahren und zum Einkaufen und so. Und da war ein alter Herr, der war blind. Der hat sich immer hinten an den Einkaufswagen drangehängt und ist mit Einkaufen gegangen. Und der sieht nicht etwa schwarz, sondern er sieht nichts! Er ist im Laufe seines Lebens erblindet. Das kann man sich dann nicht vorstellen.

Es gibt Zustände, die muss man halt akzeptieren. Ich bin jetzt auch in so einem Zustand, der ist wie ein in der Schwebe sein. Man muss halt schauen, wie man zurechtkommt.

Vorsehung

Es gibt im religiösen Bereich eine Form der Vorsehung, ‚Providentia‘. Die wird mit etwas Positivem in Verbindung gebracht und hat mit Glückseligkeit zu tun. Es gibt aber auch schicksalhafte Bedingungen, das ist die Prädestination. Das heißt, es gibt zwangsweise Folgen von bestimmten Handlungen. Die sind eher negativ. Da wurde ein Anstoß gegeben und es läuft wie eine Lawine hin zu einem Ergebnis. Die Prädestination hat etwas mit Unumgänglichkeit zu tun. Das Unumgänglichste auf der Welt, in Verbindung mit dem Leben, ist das Tod.

Der Tod negiert das Leben und das ist unumgänglich. Dabei ist der Tod nicht vollständig zu erklären. Vom Tod haben wir ja nur künstliche Bilder und Annäherungen. Wir können dem Tod da nie ganz gerecht werden.

Der Tod wird ja als leidvoll empfunden. Dabei ist er ja passiv. Er macht gar nichts und bewirkt alles. Ein Mysterium. Da der Tod passiv ist, können wir im Endeffekt nichts gegen ihn tun. Es ist halt Vorsehung. Das sicherste im Leben ist der Tod.

Umgang mit dem baldigen Tod

Es beunruhigt mich nicht zurzeit, dass ich bald sterben werde. Natürlich weiß ich nicht, wie es dann ist, wenn es so weit ist. Vom Inneren Willen her bin ich drauf vorbereitet. Und es ist im Prinzip — das hängt mit dem Glauben zusammen — so, dass ich durch meinen Krebs zum Tode verurteilt bin.

Im Vater unser heißt es ja „Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden“. Und wenn es Gottes Wille ist, dann beende ich meine Zeit auf der Erde. Und so sollte ich mich mit dem Tod arrangieren.

Ich habe die Vorstellung von einem gütigen Gott. So ist das beruhigend mit dem Sterben. Es ist das „Tod wo ist dein Stachel?“ Natürlich weiß ich nicht, ob das bis zum Ende funktioniert.

Das Leben kann ja auch manchmal ganz schön stachelig sein. Und andauernd krank sein ist auch kein guter Zustand.

Bei mir ist das ja auch ein Sterbevorgang. Ich habe halt kein großes Leiden. Aber es ist ein unangenehmer Zustand, den man schwer geduldig ertragen kann. So immer in einer Situation sein, die man nicht mag.

Andererseits muss ich sagen, ich hatte kein schlechtes Leben. Wenn man sieht, was andere durchmachen müssen. Ich bin mit meinem Leben zufrieden. Und das ist als Quintessenz nicht wenig.

Und jetzt muss man abwarten was kommt. Das Problem ist die Geduld. Andererseits: Wenn ich denke, was ich hier in den letzten Wochen noch alles erleben darf! Das hätte ich nicht gedacht. Das ist besser als alleine Trübsal blasen.

Sterben und Tod allgemein

Der Tod als Wandel

Die meisten Menschen definieren den Tod als einen Zustand, der einen gewissen geschlossenen Charakter hat. Die Frage ist: Muss das unbedingt so sein?

Der Sukzessive Tod ist dynamisch, ein Wandel. Das heißt im Sinne des Werdens und Vergehens spielt der Tod eine Rolle innerhalb des Lebens.

Der Tod ist irgendetwas Zurückziehendes, Lähmendes, Sich zurückziehendes. Es kommt einem so vor, als liege da ein gerundeter Gegenstand in der Gegend rum und zieht Lebenskräfte weg. Muss das aber 100% so stimmen? Ist der Tod unbedingt das Gegenteil des Lebens?

Der Tod verhält sich ja passiv. Es gibt Mittel, um den Tod herbei zu führen. Aber der Tod an sich ist ja nicht aktiv. Der Tod ist ein Zustand. Man kann ihm keine Persönlichkeit geben. Es ist ein Zustand der einfach kommt. Die Theorie, die man da öfters lesen kann ist, dass der Tod der Zustand ist, auf den ein

kommender gewandelter Augenblick folgt. Das heißt, dass der Tod das ganze Leben durchzieht.

Wenn man genau überlegt, ist doch das Leben wie ein Streifen, der sich quer durch die Jahrtausende zieht. Das Leben selbst bleibt aber nie, nur die materiellen Dinge bleiben. Das Leben selbst ist wandelbar, nicht dauerhaft.

Der Wandel im Leben steht in engem Zusammenhang mit dem Tod. Auch wenn wir nicht wissen, wie das genau ist.

Gestern hatte ich meinen Kaplan am Telefon und den habe ich gefragt: Wo ist eigentlich der Tod in der Bibel? Und da haben wir ein Problem! Der Tod ist nicht in der Schöpfung drin. Es gibt als Urzustand in der Bibel das Chaos. Aus diesem Chaos bildet sich die Schöpfung.

Da ist aber kein Tod da. Das Chaos ist ja sehr lebendig und wird als grundsätzlich in der Schöpfung angesehen.

Es stört uns ja, dass wir den Tod nicht definieren können. Der Tod ist ein Wegfall von etwas. Aber er ist ja nicht nichts. Er ändert einen Zustand, den Zustand des Lebens. Aber was dann passiert? Das wissen wir nicht.

Die einzige Haltung, die einem bleibt, ist eine gewisse Form von Neugier und Hoffnung, dass der Tod nichts Schlimmes ist. Dass er vielleicht sogar beglückend ist. Oder einfach Stille und Ruhe ist.

Tod, Sterben und Prozess des Absterben

Ich möchte gerne über etwas sprechen, dass ich das „Absterben“ nenne. Es ist etwas anderes als das Sterben und als der Tod.

Der Tod ist das biologische Ende von bestimmten Prozessen, die für das Weiterleben nötig sind. Man kann also nicht weiterleben.

Sterben ist auf den Tod hin ausgelegt. Der Tod ist das Ergebnis des Sterbens. Das Sterben ist eher auf eine längere Dauer angelegt. Im Sterben wandelt sich der Mensch. Es ist nicht so einfach zu begreifen, anders, als wenn man einfach einen Schalter ausknipst. Im Sterben ändern sich die biologischen Funktionen des Körpers. Die Kommunikation ändert sich beispielsweise, irgendwann ist sie wahrscheinlich gar nicht mehr möglich.

Das Absterben ist ein schnellerer Wandel. Es ist kurzfristig und führt hin zum Tod. Es ist ein Zwischenzustand zwischen Sterben und Leben, so ganz kurz vor dem Tod. Es ist ein Prozess, der sich schnell verändert. Das Absterben ist das, wenn „es ernst wird“, die letzten Phasen des Sterbens.



Fürth Friedhof Herbst

Ich selbst bin zwar am Sterben, ich würde es aber eher als Erwartung sehen. Eine Erwartung, dass es irgendwann konsequent ans Absterben geht. Dazu habe ich Bilder in meinem Innern, beispielsweise Landschaftsfotos oder bestimmte Gedanken. Ich kann es aber nicht richtig fassen, was da geschehen wird. Es ist noch unklar.

Der Wandel ist das zentrale Thema im Sterben. Der Wandel wird in verschiedenen Religionen unterschiedlich definiert. In der Naturwissenschaft sieht es da dürftig aus. Die Naturwissenschaftler tun immer so, als könnten sie alles erklären, können es aber gar nicht. Es soll alles wiederholbar sein und dann ist es die Wahrheit? Das ist Humbug! Zu behaupten, das sei die einzige Wahrheit, nur, weil etwas wiederholbar ist und das in Ausschließlichkeit? Die Theologen machen das auf Glaubensbasis, nicht so auf Basis von Rationalität. Die Rationalität der Naturwissenschaften ist nicht der einzige Weg, etwas zu betrachten.

Im christlichen Bereich gibt es den „Weg der Entscheidung“. Den hat aber noch keiner gefunden. Dieser Weg ist eine Verbindung aus einem hohen Maß an Rationalität, einem hohen Maß an Bescheidenheit und einem hohen Maß an Gerechtigkeit. Und damit den rechten Weg finden zu können zu einem Lebensziel.

Abschied nehmen

Im Hospiz muss man unterscheiden zwischen den emotionalen Bindungen. Meist haben die Menschen ja Familie. Da ist es eher die Ausnahme, dass jemand alleine stirbt. So wie ich alleine sterbe. Da ja alle schon vor mir gestorben sind, alle Verbindungen sind also abgebrochen. Dadurch ergeben sich Unterschiede in der Haltung des Sterbenden. Jemand der Familie hat, der

wird schwerer vom Leben Abschied nehmen, als jemand, der niemanden hat, Wenn man Familie hat, dann ist das Abschied nehmen ja wechselseitig. Auch derjenige, der zum Sterben ins Hospiz gekommen ist, der wird Schwierigkeiten damit haben, Menschen, die man gerne mag, von denen geht man nicht gerne weg. Menschen, die alleine leben, die einen gewissen Grad an Einsamkeit haben, die haben weniger Bindungen an die Erde. Sie lösen sich leichter vom Leben.

Man muss sich keine Gedanken machen, wie man von den Anderen eingeschätzt wird, was die denken. Das ist nicht so wichtig, wenn man alleine ist. Wenn zum Beispiel ein Ehepartner stirbt, wenn man 40 Jahre zusammen gelebt hat, da ist das Abschied nehmen deutlich schwerer. Wenn man den Trennungsschmerz hinter sich hat, wenn alle schon gestorben sind, wird das leichter. Diese Reifung in der Trennung bildet sich erst, wenn man alleine ist.

Das Alter vereinsamt ja auch. Es ist ja fast wie eine Vorwegnahme der Trennung, die der eigene Tod mit sich bringt. Der Tod wird nicht umsonst als der einsamste Moment des Lebens definiert. Das ist auch so eine Aufgabe, dass man alleine geht.

Im Tod kann ich mich ja nicht mehr mitteilen. Auch wenn man gerne noch was mitteilen würde, es geht dann nicht mehr.

Leere und Nichts

Eines meiner Probleme im Spannungsfeld zwischen Glauben und Nicht-Glauben ist, dass ich Angst habe vor einer gewissen geistigen Leere. Jetzt ist es aber so, dass normalerweise, wenn der Tod eintritt, man keine Wahrnehmung mehr hat. Das ist im Prinzip die Leere, aber die Leere ist nicht wahrnehmbar. Dann ist das eigentlich kein psychisches Problem, weil ja keine Wahrnehmung mehr da ist.

Aber das Problem ist, der Mensch definiert sich als Körper, Geist und Seele. Und es kann natürlich sein, dass diese Angst, dass ein geistiges Vakuum entsteht, eine Form von Angst ist, die einerseits hinweist auf die Endlichkeit des Seins, andererseits, darauf hinweisend, dass der Geist verschwinden könnte. Das ist im Prinzip ein Hinweis, dass man sich mit dem Geist- Seele-Konstrukt auseinandersetzen muss.

Im Tod können wir dann nicht mehr aktiv werden. Was mir am meisten Schwierigkeiten macht ist, dass— wenn es keine Form des Nachlebens gibt — die Möglichkeit zu Denken abgeschlossen ist. Aber das Denken macht ja unser ganzes Leben aus! Man muss von einer geliebten Gewohnheit Abschied nehmen. Und man kann ja auch keine Macht mehr ausüben, nichts mehr tun. Wir geben hier weltlich alles ab. Absolut alles.

Es gibt halt gewisse Dinge, da kann man nichts machen. Da kann ich nur meine Einstellung dazu ändern und hoffen, dass ich damit zurechtkommen werde, wenn es so weit ist.

Haltung zum Tod

Je mehr man sich mit dem Tod beschäftigt, desto mehr sieht man: Man kann den Tod nicht begreifen. Für manche ist das erschreckend. Für mich ist es erschreckender, als dass ich sterben muss, dass ich es nicht begreifen kann.

Mit der Vorbereitung auf den Tod habe ich schon früh angefangen. Ich habe gemerkt, dass ich in ein Alter komme, wo das gut wäre. So mit dem Leben abzuschließen. Die Einstellung zum Tod hat sich gewissermaßen als Voraussicht erklärt, da ich ja jetzt den Krebs bekommen habe. Ich bin deswegen nicht unzufrieden.

Wenn etwas nicht 100% zu klären ist — wie das mit dem Tod der Fall ist — dann muss ich ja eine Haltung dazu gewinnen. Denn es wird ja jeden Menschen irgendwann betreffen. Und diese Haltung bewirkt ja etwas. Da ist Neugier nötig. Wenn man sich mit einer neuen Thematik beschäftigt, braucht man die Neugier, um die Sache zu erforschen. Die Haltung der Neugier liegt ja eigentlich nahe, um etwas zu erkunden und sich mit etwas zu beschäftigen.

Ich wundere mich ja, dass ich noch lebe. Und die Neugier geht jetzt dahin, woran könnte ich sterben? Wie kann das aussehen? Und dazu kommt die Hoffnung, dass das Sterben nicht so „wüst“ wird. Also mit wenig Leiden und Quälerei. Seneca hat gesagt, es gibt zwei Arten von Schmerz: Einer ist lang andauernd, aber nicht so stark. Der andere Schmerz ist kurz, aber stark.

Diese neugierige Haltung möchte ich anderen Menschen mitteilen. Wenn man mit dieser neugierigen Haltung jemanden erreicht, der nicht gerade stirbt, ist das gut. Der kann dann ja noch Anteil nehmen und davon etwas mitnehmen. Auch für die Menschen drumherum ist die Neugier des Sterbenden eine gute Sache, so macht man es den Menschen nicht so schwer.

Die Neugier kann sich auch ein bisschen gegen die Angst stellen, wenn Leute Angst haben. Nicht dass sie die Angst nimmt. Aber wir haben ja Angst vor etwas, was wir nicht einschätzen können. Da kann die Neugier helfen. Das Sterben kann ja auch was ganz Banales sein, etwas ganz Unaufgeregtes. Vielleicht ist es ja auch ganz einfach mit dem Sterben. Das kann man aber nur mit Neugier herausfinden.

Da kommt etwas auf einen zu, dass man nicht einschätzen kann. Man weiß ja nicht, ob man sich quält oder ob man sich nicht quält. In gewissem Grad kann man sich nicht so vorbereiten, wie man das gerne möchte. Es bleibt am Ende ja doch ein Mysterium, wie das eigene Sterben aussehen wird.

Todesvorstellungen

Es ist auch wichtig, welche Todesvorstellungen jemand hat. Die Griechen hatten zum Beispiel viele Mysterienkulte. Andere Kulturen arbeiten mit Meditationen. Die grundsätzliche Einstellung ist ja das Schattendasein des Todes. Der Hades, der Orkus und so weiter. Im Prinzip ist es — so erklär ich es mir: ich habe ein Leben vollbracht und alles, was danach kommt ist in irgendeiner Art und Weise Folge dieses gelebten Lebens.

Ein Schatten des gelebten Lebens. Das, was wir tun, wie wir leben hat also einen Einfluss auf das „Jenseits“, auf das Schattenreich.

Es gibt ja auch die Vorstellung, dass die Verstorbenen aktiv wirksam sind. Bei den Naturvölkern gibt es die Vorstellung von bösen Geistern und so weiter.

Im Christentum gibt es die Vorstellung vom ewigen Leben als Ziel. Das wird positiv gesehen. Das Ende des irdischen Lebens wird als negativ gesehen, das ewige Leben, was danach kommt, wird aber positiv gesehen.

Ich sehe das auch so. Ich finde das positiv. Mit dem Tod fällt ja viel Negatives weg. Da gibt es Ruhe und Frieden. Den finde ich nicht im Aktivismus, den finde ich in der Stille. Der Über-Aktivismus fällt dann weg. Es wird in unserer modernen Zeit einfach zu viel gemacht, finde ich. Die Chinesen sagen „Wu Wei“, das Tun im Nichtstun. Das klingt paradox. Wenn man es genau überlegt, ist es ein Abwarten. Ein Abwarten auf das, was kommt. Bloß weil ich nicht agiere, muss es ja nicht schlecht werden. Es kann positivere Wirkung haben, als wenn ich überall rein pfusche.

Nur aktiv sein, um der Aktivität willen ist nicht gut. Wir wollen damit glücklich werden. Aber das funktioniert nicht. Stille und Frieden hingegen, die können glücklich machen. Einfache landwirtschaftliche Völker bescheiden sich mit

wenig, nur mit dem, was sie selbst erwirtschaften. Und sie sind auch zufrieden, ohne diesen Über-Aktivismus.

Da versuchen wir uns selbst zum Gott zu machen. Uns selbst zu sehr hervorzuheben. Wir nehmen uns zu wichtig. In vielen Sachen meinen wir, dass nur unsere Meinung zählt. Das ist gegen die Bescheidenheit und die Demut.

Wir wissen ja, dass wir sterben. Das Sicherste im ganzen Leben ist, dass wir sterben. Und das, was wir am meisten fliehen, ist das gleiche: zu sterben. Das ist doch ein Widerspruch. Im Christlichen sehen wir es als Gottes Wille, dass wir sterben. Da sind wir nicht mit Gottes Wille?

Der Tod nach christlicher Definition ist durch die Erbsünde ins Leben eingefügt worden. Da blicke ich aber auch nicht durch, das müsste ein Theologe erklären. Ich gehe davon aus: An sich ist die Schöpfung gut. Und dieser Gott ist nicht nur ein rächender Gott, sondern auch ein zugeneigter Gott, der sich um seine Schöpfung kümmert, so dass wir aufgehoben sind in Gott. Das wird noch deutlicher in Christus.

Er ist das grundsätzliche Bild für die Hingabe Gottes an die Menschen. Da haben wir in der modernen Zeit massenweise Verständnisschwierigkeiten. Der Mensch hat ein Bestreben zum ewigen Leben. In ihm widerspricht etwas, früher abzuleben - das „Ewig“. Der Mensch will die Ewigkeit.

Sogar hier im Hospiz merkt man das. Man verabschiedet sich mit „bis in 3 Wochen“. Dabei weiß man gar nicht, ob man sich dann noch sieht. So als könnte einem nichts passieren. Und das sogar hier im Hospiz!

Da ist also ein Streben nach Ewigkeit. Obwohl wir wissen, dass es nicht so sein kann. Wir wissen aber auch nicht, was stattdessen sein kann. Es wird kaum Menschen geben, die kein Streben nach Ewigkeit haben. Wir haben Angst vor der Endlichkeit. Das hat natürlich auch zu tun mit den Vorstellungen vom

Jenseits, die wir haben. Wenn wir eine „beschissene“ Vorstellung vom Jenseits haben, ist es ja nicht sehr erstrebenswert, dort die Ewigkeit zu verbringen.

Das Sterben, wenn es denn ohne Schmerzen ist, ist ja eigentlich gar nicht so unangenehm. Es ist wie ein psychischer Druck, wenn es ans Sterben geht. Dieser Druck geht nicht weg. Und wenn der in der Nachwelt auch nicht weggeht? Das wäre schlecht. Im Leben wechselt sich das ab. Die freudigen und die nicht so freudigen Elemente. Im Sterben ist das anders. Es ist wie ein monotoner Druck, eine Monotonie. Im Sterben hat man auch Phasen, wo es einem gut geht. Und dann, wenn es einem eine Zeit lang gut geht, ist einem in vielem geholfen.

Ich bin durch das Kloster mit christlichen Impulsen und Gebeten ausgestattet. Mit dem „Vater unser“ und so weiter. Das Vater unser ist ja ein zentrales Gebet. Man sollte meinen, wenn man das Vater unser betet, dass es einem dann sofort besser geht. Und tatsächlich, es geht einem besser und gleichzeitig geht es einem nicht besser. Es ist eine Geduldsübung, dieses Erwarten des Ergebnisses des Gebets. Manchmal passiert dann gar nichts und manchmal passiert etwas. Das kann man nicht beeinflussen. Und es passiert nicht immer das, was wir meinen.

Ich gehe von der Voraussetzung aus, dass es ein bisschen leichter ist, wenn jemand schon gestorben ist. Dann kann man mit ihm den Weg leichter gehen, dann kann man leichter sterben. Der hat dann schon einen Weg beschritten, der für einen selbst vollkommen unbekannt ist. Im Vertrauen auf die Person, die man geliebt hat, geht man dann auch diesen Weg. Und da ist dann Gemeinsamkeit. Dieser Aspekt der Liebe spielt auch eine Rolle. Liebe ist ja mit den Menschen, auch mit den verstorbenen Menschen.

Das letzte was mein „altes Mädchen" gesagt hat, war: Kann ich dir helfen? Es klang, als würde sie sich Sorgen machen. Und nur dieser Klang, dass sie sich Sorgen macht, ist tröstend. Nur dieser Klang. Ohne dass es einem wirklich helfen kann. Wenn wir ans Sterben gehen, besonders, wenn wir leiden, wird die Geduld eine besondere Rolle spielen. Ich kann ja nicht „schnipp" machen und es ist passiert. Da brauche ich Geduld. Diese Geduld kann man zum Beispiel durch solche Gebete oder Meditationen verstärken und üben. Theresa von Avila sagt: „Geduld erreicht alles". Nur die Geduld zu erreichen, das ist schwer. Ich bin froh, wenn es manchmal klappt. Man darf halt nicht ungeduldig werden mit der Geduld (lacht)!

Der Materialismus macht es schwerer. Wenn ich im Sterben zu sehr am Materiellen haften, dann ist das Sterben schwerer. Das Ziel sollte ja sein, alles loszulassen. Dass man eine andere innere Haltung bekommt. Auch die innere Haltung des Menschen sollte durch den Tod geprägt werden. Der Tod hat so eine zentrale Bedeutung im Leben. Er ist nicht ganz beiläufig und kann doch nebenbei kommen. Er kann Wirkungen haben, die wir nicht erwarten.

Den richtigen Zeitpunkt zum Sterben kann man ja auch nicht festlegen. Das ist für jeden Menschen unterschiedlich. Mancher mag den mit 80 erreicht haben, manches Kind schon mit 12 Jahren. Da geht es wohl um göttlichen Willen. Das können wir Menschen nicht erfassen.

Akzeptanz ist das wichtigste, wenn es um die Haltung dem Tod gegenüber geht. Ich fliehe den Tod nicht, auch wenn ich ihn versuche zu verdrängen. Man muss sich mit der Thematik befassen.

Viele denken: Wenn es dann so weit ist, dann wird das schon klappen. Ich glaube das nicht. Ich glaube, da braucht es eine Gewöhnung an den Tod. Sich damit zu befassen, auch wenn es unangenehm ist. Sich damit vertraut machen.

Aber wer weiß, vielleicht hilft es dann am Ende doch nicht? Aber sich damit befassen ist wichtig.

Im Prinzip ist es die Frage, wie man sich den Tod vergegenwärtigt. Man kann sich dem Tod ja nur annähern in Gedanken. Oder mal jemanden anschauen, der verstorben und aufgebahrt ist. Man kann schauen, wie der Tod wirkt. Beim Tod gibt es zwei oder drei Besonderheiten, die sind nicht so selbstverständlich. Da ist zum Beispiel, dass Kinder den Tod leichter annehmen können, sagt man, als Erwachsene. Das ist doch seltsam! Die gehen leichter mit dem Tod um, akzeptieren die Bedingungen des Lebens leichter.

Wenn man einen Verstorbenen aufbahrt, um Abschied zu nehmen, dann habe ich da so eine gewisse Seligkeit gesehen im Gesicht. Dass sie jetzt in dieser neuen Konstellation von Leben und Tod aufgehoben sind. Das habe ich bei allen gesehen. Das ist Erlösung. Das christliche Bestreben ist ja eine Form der Erlösung von Leben. Das sagt ja, dass der Tod auch was Positives hat. In dieser Erlösung vom Leben. Die Erlösung ist Teil des Todes. Der Mensch muss durch den Tod hindurch, um erlöst zu werden. Der Tod ist notwendig für die Erlösung. Ohne Tod keine Erlösung.

Im Prinzip ist es ja Angst, die uns bedrängt, wenn es um den Tod geht. Angst kommt ja von „angustia“ - Enge. Angst ist das Gegenteil von Freiheit. Soeren Kierkegaard hat gesagt, es gibt einen Unterschied zwischen Angst und Furcht. Angst ist eine allgemeine Haltung, da gibt es keine konkrete Ursache. Furcht hat immer einem konkreten Grund. Furcht vor einer Schlange beispielsweise.

Bei mir war es so, ich konnte nicht mehr. Ich bin immer schwächer geworden. Die Leute haben so getan, als würde ich mir das nur einbilden. Sie haben mir gesagt, ich könnte noch einkaufen und alles, dabei konnte ich das gar nicht mehr. Schon bei der Chemo war das so, dass ich in einen Zustand kam, wo mein

eigener Wille nicht mehr bestimmend war. Wenn man die Chemo da reingejagt bekommt, da ist einem kotzübel und man ist schwach. Da denken die Leute noch —da sie das noch nie erlebt haben — man würde seinem eigenen Willen noch unterliegen. Das ist falsch. Man kann an schwache Punkte kommen, wo der eigene Wille nichts mehr hilft.

Ich denke, dass man ein Ergebnis für sich finden sollte über den Tod. Auch wenn es vorläufig ist. Ich habe für mich gesagt: Ich muss sterben, ich nehme den Tod in Kauf. Ich nehme den Tod an, da er ins Leben gegeben ist.

Auch wenn es nicht angenehm ist, er ist Teil des Lebens. Ich halte ihn für akzeptabel. Ich denke über den Tod nicht nur negativ. Ich weiß gar nicht, wieso man den Tod nur negativ sehen sollte.

Begrenztheit

Begrenztheit

Je mehr ich über den Tod nachdenke, desto mehr merke ich: Es kommen immer mehr Fragen statt klare Definitionen. Unser Denken als Menschen ist dafür einfach zu begrenzt. Es ist wohl unsere Aufgabe als Mensch, in dieser Begrenztheit zu leben und zu sterben. Der Umgang mit unserer Begrenztheit fällt uns aber nicht leicht.

Der Mensch ist begrenzt und gleichzeitig ist er in einer gewissen Form unendlich. Da gibt es geistige Begrenzung im Denken, körperliche Begrenzung in der Kraft und zeitliche Begrenzung in der Lebenszeit. Damit ist man im Hospiz ja konfrontiert und das bereitet dem Menschen Sorgen.

Die These ist ja, dass der Mensch nach Ewigkeit sucht. Der Tod ist da die Bremse. Wir können die Ewigkeit nicht erzwingen. Die Begrenztheit fördert ja auch in gewisser Weise das Leben.

Mysterium Leben und Mysterium Tod

Eigentlich ist das Leben ja noch ein größeres Geheimnis als der Tod. Im Verhältnis Tod und Leben spielt ja beides eine Rolle. Dabei können wir aber nicht abschätzen, wie das Verhältnis ist. Also wissen wir nicht, ob es das Gegenteil voneinander ist oder so. Das Leben ist ein Wunder. Da tritt etwas ein, was nicht erzwungen werden kann und etwas, das einen hohen Stellenwert hat, etwas, das nicht selbstverständlich ist. Den Tod, die Endlichkeit, die Vergänglichkeit finden wir selbstverständlicher. Die stellen wir nicht in Frage. Wir können nicht das Leben als selbstverständlich ansehen, da wir es nicht erzwingen können.

Wir sind mehr mit Mysterien umgeben, als wir wahrhaben wollen. Wir versuchen uns die Illusion zu schaffen, dass wir das Leben kontrollieren können, dabei können wir das gar nicht. Wäre dem Menschen gedient, wenn ihm die Mysterien genommen würden? Wäre er dann noch Mensch?

Nehmen wir mal an, wir würden im Hospiz verstehen, was Leben und Tod wirklich bedeutet. Was würde sich ändern? Wahrscheinlich nichts. Auch wenn wir sicherer würden, es ist immer wieder neu. Bei jedem Menschen anders.

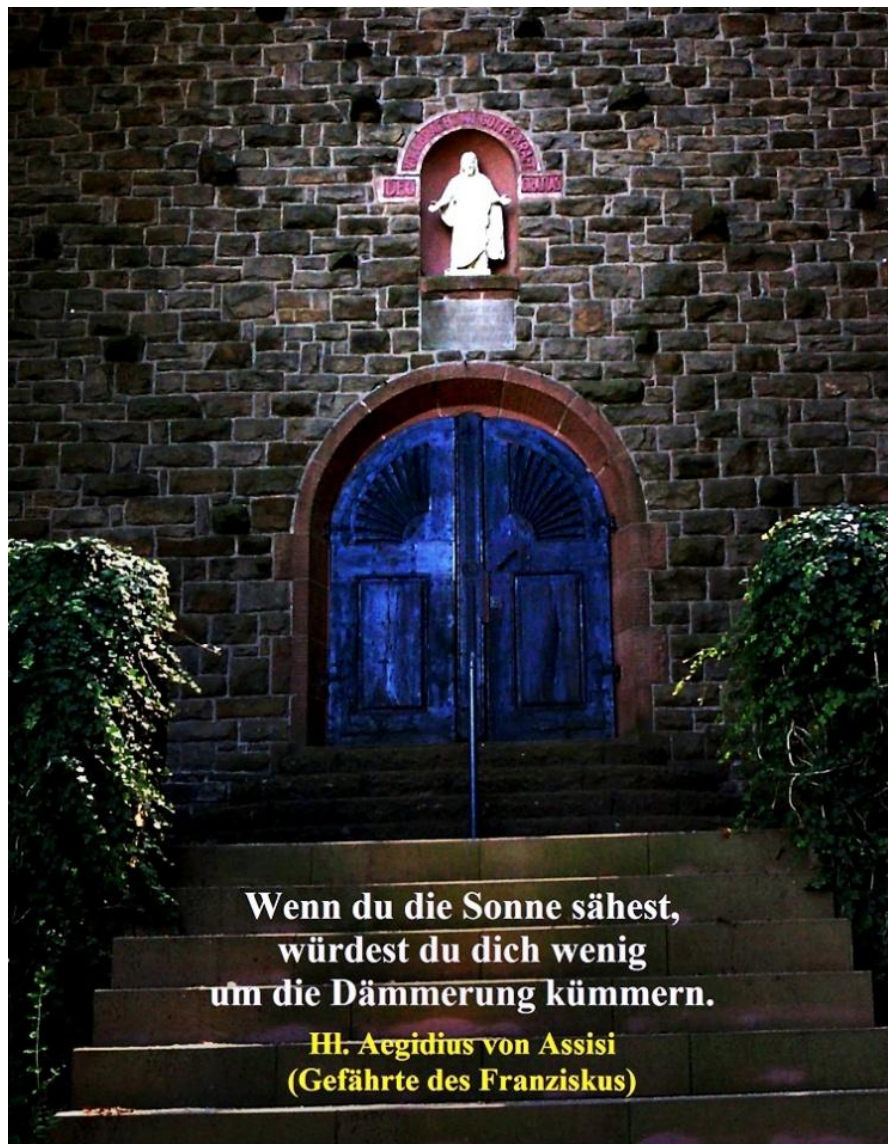
Angst und Trost

Einer der endgültigsten Einschnitte ins Leben ist der Tod. Und da er nicht so einfach zu definieren ist als Gegenteil des Lebens oder als Schreckgespenst, macht er uns Angst. Er ist ein Wegfall der Verbindungen im Leben. Und dieses Wegfallen, diese Leere fördert die Ängste.

Das ist keine Furcht, wie vor einer Waffe oder eine Schlange. Es sind eher unbestimmte Ängste, die nicht so einfach zu ergründen sind, die aber auch nicht so einfach zu verdrängen sind.

Es ist die Angst vor dem Unbestimmten schlechthin, dem Nicht-Greifbaren, also der Leere und dem Nichts. Das ist eines der grundlegenden psychischen Probleme des Menschen, dass er teilweise das Nichts schwieriger ertragen kann als die konkrete Gefahr.

In diesen Zustand, den man nicht einschätzen kann, geht man unaufhaltsam. Keiner kommt drum rum. Es ist ein Verlust von Handeln, man kann selbst nichts mehr tun, man ist ohnmächtig. Wenn wir uns mit der Ohnmacht abfinden würden, dann wäre der Tod kein Problem.



Walpurgis-Kapelle Ägidius

Der Tod spielt in allen Kulturkreisen eine Rolle. Er wird als nicht angenehm definiert. In essenzieller Hinsicht ist der Tod nicht einschätzbar. Und das ist das größte Problem beim Sterben und mit dem Tod.

Es sind auch die Todesvorstellungen, die so erschreckend sind. Es können Visionen des Todes geschildert werden, die erschreckend sind und kleine Kinder zum Weinen bringen. Das war in früheren Jahrhunderten Gang und Gäbe. Heutzutage hat man eine nüchterne Auffassung vom Tod, aber keine Definition des Todes.

Diese Nicht-Definierbarkeit des Todes macht uns Probleme in unserer Zeit, wo wir denken, alles beherrschen zu können. Wir denken, alles beeinflussen zu können, doch beim Tod ist jegliche Einflussnahme beendet. Da ist die Frage: Wie kriegt man zu den Ängsten und dieser Einflusslosigkeit eine gute Haltung? Man kann sagen, wenn man es nicht mental angehen würde, dann könnte man den Tod als normal ansehen. Das tun wir aber nicht.

Ziel des Hospizes ist es, einen gewissen Grad der Beruhigung zu bringen, um weniger furchtsam diesem Rätsel entgentreten zu können. Denn so erschreckend ist der Tod eigentlich auch nicht - von außen betrachtet. Er ist eigentlich ziemlich passiv.

Es gibt ja verschiedene Arten, den Tod aufzufassen. Manche haben weniger Probleme damit, andere sind sehr mit Ängsten belastet. Das hängt aber auch mit der charakterlichen Struktur und den Erfahrungen zusammen. Da muss man im Einzelfall sehen, wie man das angehen kann. Wie man die Seele entlasten kann in den letzten Tagen.

Dadurch ist nicht nur für den Sterbenden, sondern auch für die Angehörigen Trost von Nöten.

Dieser Trost kann durch die Erfahrungen der Mitarbeiter im Hospiz, der Pflegekräfte, Therapeuten, Seelsorger, Ärzten vermittelt werden. Das ist je nach individueller Lage der Familie und des Menschen anders nötig, das muss man individuell angehen.

Im engen Zusammenhang damit steht eine modernere Komponente: Der Tod ist kein Thema in der heutigen Zeit. Es gilt als psychologische Grundwahrheit, dass alles, was verdrängt wird, Ängste verursacht. Dadurch sind unsere Ängste teilweise selbstbestimmt.

Das Problem zeigt sich in den Hospizen. Hier wird aber das Thema Tod und Sterben ohne Probleme thematisiert. Im öffentlichen, alltäglichen Leben dagegen wird es weitgehend ausgeblendet.

Im Mittelalter oder in Krisenzeiten wie dem 2. Weltkrieg, war der Tod viel gegenwärtiger. Diese Selbstverständlichkeit des Todes wollen wir nicht wahrhaben.

Jetzt ist die Frage, wie man gesellschaftlich den Tod wiederbeleben könnte (lacht)! Es sollte zumindest in den Massenmedien eine thematische Offenheit für den Tod vorhanden sein. Die ist aber nicht vorhanden. Das Thema ist unangenehm. Dass sich das ändert, muss eine Entwicklung schulischer, politischer und sozialer Natur sein.

Manchmal hat man das Gefühl — gerade durch die Corona Krise — dass der Tod näher rückt, die Menschen aber keinen emotionalen Bezug dazu haben. Die Menschheit wurde noch nie mit mehr Tod und Mord konfrontiert, als jetzt in Zeiten der Massenmedien. So viele Tote wie in den Massenmedien hat man früher nie gesehen.

Aber es sind alles unnatürliche Tode, es geht um Kriminalität. Die Normalität des Todes wird nicht gezeigt. Da prägen wir ein künstliches Bild von Tod und

Sterben. Wir konsumieren Bilder vom Tod, aber wir haben keinen realen Bezug dazu. Zum Beispiel weiß doch keiner, wie ein Tod daheim ablaufen könnte. Das wird verdrängt. Dabei hat jeder schon gesehen, wie man jemanden erschießt. Da im Kopf stimmt schon einiges nicht bei uns Menschen (lacht).

Der Sinn des Lebens und der Sinn im Tod

Die Frage ist eigentlich nicht, was der Sinn ist. Sondern die Frage, ob wir einen Sinn geben können. Man nimmt allgemein an, dass das Leben mit einem Sinn leichter verständlich ist, als ohne Sinn. Aber ist das tatsächlich so?

Und wie definiert man Sinn? Sinn sollte positiv gesehen werden und eine Wertschätzung beinhalten. Der Psychoanalytiker Viktor Frankl, der das Konzentrationslager überlebt hat, sagt: Wenn man einen Sinn hat, übersteht man große Phasen des Leidens. Weil der Sinn ein tragendes Element innerhalb der Lebensführung ist. Der Autor aus der Zeit des 1. Weltkrieges, Antoine de Saint-Exupéry, hat einen Aufsatz geschrieben über den Sinn des Lebens.

Der Sinn hat etwas Nutzbringendes. Es ist eine mentale Angelegenheit, dass ich durch einen Sinn etwas positiver empfinde. Das positive Empfinden kann ich an andere Menschen weitergeben, es kann aber auch nur für mich alleine sein.

Und dann gibt es noch die Frage: Gibt es einen Lebenssinn? Das ist nicht einfach so zu beantworten. Nur weil man lebt, hat man nicht sofort einen Sinn. Der Sinn liegt im Sinn selbst. Im materiellen Bereich ist das am einfachsten: Ich habe so und so viel zum Leben und suche Glückseligkeit, um angenehm durchs Leben zu kommen. Ob das auf Dauer Sinn verleiht, das glaube ich nicht. Das Leben ist ja auf Vergänglichkeit aus, nicht auf Dauerhaftigkeit. Und der vergänglichste Punkt des Lebens ist der Tod. Im Tod muss also ein Sinn

vorhanden sein, sonst wäre er nicht da. Je tiefer man anfängt zu denken, desto relativer wird alles. Desto mehr Fragen tauchen auf. Mir macht das nicht so viel aus. Ich habe mich mit meinem Ende ja abgefunden. Das bestimmen die Umstände der einzelnen Menschen.

Ist der Tod sinnspendend oder sinnraubend? Die meisten würden sagen, der Tod raubt alles, alles Materielle und auch den Sinn. Und doch kann der Tod einen Sinn haben, denke ich. Wenn man in einer schlimmen Situation ist, kann der Tod ja auch etwas Erlösendes haben. Das kann auch ein Sinn im Tod sein. Leben und Tod, beides ist existenziell. Das Leben kann ich nicht erzwingen. Aber wenn ich mal lebe, dann muss ich garantiert sterben. Wenn wir dem Leben einen Sinn zusprechen, dann müssen wir genauso dem Tod einen Sinn zugestehen. Auch wenn wir es nicht immer schaffen, positiv über den Tod zu denken.

Tod und Sterben im christlichen Glauben

Eigene Glaubens-Erfahrungen

Zum Glauben bin ich erst als Erwachsener gekommen. Durch das Kloster. Ich gehöre aber nicht zu den „Hyper-Frommen“ Als meine Mutter gestorben ist, bin ich ins „Kloster auf Zeit“: Mal 1 Woche lang, mal 14 Tage, immer wieder.

Ich war dann Besuchsrekordhalter im Kloster in Eggenfelden bei den Franziskanern. Was mich fasziniert hat an dem Kloster war das Stundengebet. Ich war häufig arbeitslos, da hat mir die Struktur gefehlt. Im Kloster gab es die Struktur.

Da habe ich gemerkt: Das Gebet kann eine Wirkung haben. Damit kann man die innere Haltung ändern. Es kann einen festigen. Ich habe nie um ein Ergebnis

oder so gebetet. Ich habe immer nur gebetet, um die Kraft, die Prüfung, die vor mir liegt, zu bestehen. Und das habe ich oft gewährleistet bekommen. Im Kloster entwickelte ich eine Spiritualität.



San-Damiano-Kreuz Kloster Wangen

Man zieht sich zurück, man nimmt sich Zeit. Man beginnt das zu vertiefen, zu erforschen, was da im Glauben ist. Man wird spirituell. Das kommt ja von „spiritus“ also Geist. Dieser Geist wird geformt in der Vertiefung des Glaubens. In der Spiritualität versucht man ein vertieftes Verhältnis zu Gott zu bekommen und dies auch zu leben. Es ist eine Suche.

Im christlichen Vaterunser heißt es ja „ dein Reich komme.“. Dieses Reich Gottes ist ein Leben, das jetzt in dieser Welt anfängt und nach dem Tode weitergeht. Da kommt noch was. Wie im Bild des großen Gastmahles. Das kann man als Lebender nicht definieren. Als ich Alkoholschwierigkeiten hatte, habe

ich die Biografien von Jesus gelesen. Bevor ich den Löffel abgebe, wollte ich die lesen. Ich habe sie gelesen, und zwar die von Papst Benedikt XVI, die habe ich verschlungen. Über den Osterkreislauf und die Passion. Obwohl ich früher immer kritisch war gegenüber dem Benedikt.

Und als ich das gelesen habe, habe ich beschlossen: Jetzt probierst du das mit dem nicht mehr Trinken einfach aus. Danach habe ich keinen Tropfen Alkohol mehr getrunken. Vorher habe ich immer getrunken, dass ich auf eine bestimmte Stufe komme - Bier und so weiter, dass das Reale und Schwere weggeht. Ich hatte dann Entzugerscheinungen, aber ich habe keine Therapie gebraucht.

Ich habe dem Benedikt dann einen Brief geschrieben, dass seine Bücher auch als Alkoholtherapie taugen. Und ich habe Antwort von ihm bekommen mit einem päpstlichen Segensgruß. Und es kommt noch dicker! Mein „altes Mädchen" (Anm. d. Verf.: Eine Frau, die er sehr geliebt hat) ist gestorben. Ich habe sie angerufen und am nächsten Tag war sie im Koma und ist 10 Tage darauf gestorben. Damals habe ich meinem Pater, meinem Seelsorger gesagt: Ich klage Gott nicht an, dass sie mir genommen wird. Aber ich will es verstehen lernen. Und da hat er gesagt: Lass ihm Zeit und drei Tage später kam die Antwort von Benedikt, dass er meinen Brief erhalten hat. Sein Brief war genau an dem Tag verschickt, als sie ins Krankenhaus gekommen ist. Da habe ich mir notiert: Wunder – kaum, Zufall - nein, Wirken - ja. Und dann habe ich das Benedikt geschrieben und er antwortete mir, dass er als Papst für sie gebetet hat. Das war das Schlimmste, was mir passieren kann und das Beste, was mir passieren kann an einem Tag. Da kann man schon ins Grübeln kommen.

Hier im Hospiz hat die Spiritualität für mich eine große Bedeutung im Verhältnis zu Gott. Im Sterben weiß ich —durch Chemo und alles Mögliche — dass ich

dem Tod geweiht bin. Das sehe ich als Wille Gottes und das akzeptiere ich. Den Willen Gottes zu akzeptieren, das ist ein Ideal. Im Christentum wird ja alles an Jesus gemessen und an seiner Passion. Das ist ja erstmal nicht erfreulich mit der Passion. Aber es hat etwas Erfreuliches erwirkt: die Auferstehung. Die wäre ohne die Passion nicht möglich gewesen. Das ewige Leben auch nicht. Wenn der Wille Gottes erkannt wird, dann stimme ich dem zu, auch wenn es schwer ist. In der Hoffnung, dass da etwas Positives kommt. Auch wenn es am Anfang erstmal nicht so aussieht, sondern negativ aussieht. Dass es sich wandeln kann, das ist die Hoffnung, auch wenn das schwer ist und viele es nicht schaffen wegen zu großer Angst. Da zu vertrauen und zu glauben ist schwer. Im Griechischen ist Glauben „pisteio“ und im Lateinischen „credo“ - das heißt Vertrauen. Ich hoffe, dass ich oft im Vertrauen sein kann. Manchmal ist das Vertrauen da, dann geht es wieder. Zweifel ist halt immer da. Doch auch aus dem Leiden heraus kann etwas Gutes entstehen.

Durchs Kloster kenne ich verschiedene Sinnsprüche, die mir wichtig sind. Die verwende ich wie Mantras, wiederhole sie. Damit arbeiten ja viele, das ist zur inneren Stärkung. Einer davon ist „Herr auf dich vertraue ich, in deine Hände lege ich mein Leben“. Das kann mir oft Kraft geben.

Jenseitigkeit

Man kann sich das nicht klar machen, was da vor sich gehen könnte mit dem Sterben. Irgendwann hört der Körper auf, aber das ist ein Prozess, nicht plötzlich auf einmal. Das ist für mich nicht vorstellbar. Das ist so ein Prozess, den würde ich als Mysterium bezeichnen. Manchmal habe ich die Frage, ob es eine Existenz nach dem Tod gibt. Manchmal habe ich das Gefühl, dass in dem Sterbeprozess eine Dauerhaftigkeit, eine Ewigkeit gegeben ist. Dass man die Ewigkeit voraussehen kann, das ist ja auch in vielen Religionen so. Nur ob wir

uns das vorstellen können? Es könnte da ja so viel passieren. Ich glaube, es gibt ein stückweises Weitergehen nach dem Tod ins ewige Leben. Ich habe da so einen Eimer im Sinn, der das ewige Leben weitergibt. Nur wir können nicht feststellen ob es das wirklich gibt, solange wir leben.

Ich habe früher schon überlegt, dass der verstorbene Mensch dem lebenden Menschen gegenüber einen Vorteil hat. Der Verstorbene hat ein Wissen, das der Lebende nicht hat. Ein Wissen um die Unendlichkeit, das wir als Nicht-Verstorbene nicht haben können. Dann hätten die Verstorbene einen Vorteil uns gegenüber. Die Menschen denken ja, das ewige Leben ist Glückseligkeit. Das ist ein anderer Vorteil des Todes, das haben wir im Leben nicht. Aber wir wissen halt nicht, was im Tod ist. Irgendwie ist der Tod nicht so, dass man da einfach weg ist. Es ist ein Prozess, ein Mysterium. Ein Zustand, der erst begreifbar ist, wenn man es erlebt; man es vorher nicht verstehen kann, solange man lebt. Das ist natürlich Theorie, das kann man nicht beweisen.

Die Einschätzung des Todes im Christentum

Der Tod ist ja eine Aufgabe, um die kommen wir nicht drum herum. Die Macht des Todes ist ja gebannt worden, durch Jesus. Aber irgendwie ist der Tod ja immer noch da, wir sterben ja immer noch. Das ist ja das Verrückte. Hier geht es um Sühne und das Fegefeuer. Also um Sühne durch ein gewisses Vorgehen, so dass man von der Schuld losgesprochen wird. Ziel ist das Reich Gottes, das gleichzeitig da ist und nicht da ist. Das ja auch im Vater unser angesprochen wird. Das Reich Gottes ist die Verheißung für die Christen und wird in den schönsten schillerndsten Farben ausgemalt.

Das Ideal im christlichen Glauben ist, dass man in den Willen Gottes hinein stirbt. Also die Haltung: Wenn Gott will, dass ich sterbe, dann ist das gut. Allerdings spielen da Ängste eine große Rolle. Dass die am Ende des Lebens kommen, kann keiner ausschließen. Aber das Ideal wäre, dass man sagen könnte: Es ist so weit, Herr nimm mich in deine Hände. So wie das auch Jesus am Kreuz sagte. So könnte man voller Vertrauen in den Tod gehen.

Es gibt ja auch den Ausspruch Jesus: Gott ach Gott, warum hast du mich verlassen? Das ist natürlich erschreckend, dass Jesus sich von seinem Gott-Vater verlassen fühlt.

Trotz der gefühlten Verlassenheit von Gott das Vertrauen zu haben, dass Gott mich nicht verlässt — das ist die ideale Einstellung zum Sterben. Das ist schon alles ziemlich komplex. In vielerlei Hinsicht ist es dann doch in sich stimmig. Was mich immer fasziniert hat ist: Bei dem Vielen von dem in der Bibel, das Heraussuchen von einzelnen Stellen im Alten Testament die alle auf das Kommen des Messias hinwirken.

Das finde ich faszinierend. Das sollte einem Mut geben. Auch für den Tod und für das Sterben. Sich da hinein zu begeben. Gott ist ja derjenige, der alle Macht in sich trägt. Er wird schon wissen, was er tut. Diese Einstellung zu bekommen ist schwer. Man hat ja doch immer wieder Zweifel. Das ist wie eine Prüfung. Jeder Mensch als Christ muss sehen, wie er mit dem Tod fertig wird.

Das Wesentliche, was man durch den Glauben gewinnen soll ist ein Vertrauen in Gottes Güte, Gnade und Zuneigung. Das kann uns dann helfen im Sterben. Denn im Sterben wird diese Gnade nicht aufgehoben. Dadurch ist es wohl so — auch wenn das keiner sicher weiß — dass man in diesen gnadenvollen Gott hinein stirbt. Und dass der Tod dann nicht 100% negativ ist, sondern einen Übergang, eine Wandlung hin zu einem besseren Leben darstellen kann.

Christlicher Trost

Allgemein ist die Einstellung, dass man meint, Trost sei nur auf das Christentum bezogen. Dass der Mensch mit Trost leichter sterben kann. Dass er nach christlicher Auffassung leichter in Gottes Hand übergehen kann. Das muss ja eine Basis haben, denn das ist der Glaube. Doch der Glaube verflacht immer mehr, genau wie das religiöse Leben und die Liturgie. Die kirchliche Struktur versucht, mit wenig Erfolg, das kirchliche Leben aufrecht zu erhalten.

Früher war das Leben im Alltag durch den Glauben gehalten, heute ist das oft nicht mehr der Fall. Durch den Glauben war es für die Menschen früher dadurch wohl einfacher, zu sterben. Heutzutage ist alles etwas vage geworden. Der Glaube ist relativiert. Ratzinger nennt das das „Glaubenszeitalter der Beliebigkeit“. Dass man also alles nur nach eigenem Wissen einschätzt und keine andere Meinung mehr gelten lässt.

Die Basis des christlichen Glaubens ist Jesus Christus. In Einheit mit Gott Vater wird er angebetet. Das Christentum hat also keinen Gründer, so wie Mohammed der Gründer des Islam ist. Dort wird ein Gott angebetet durch die Anbetung des Propheten. Christus ist zwar im gewissen Grade auch Prophet aber gleichzeitig auch der Gott, der angebetet wird.

Christus hat sich als Glaubensobjekt in die Geschichte integriert. Mohammed hat sich als Hinweis auf Gott natürlich auch in die Geschichte integriert.

Die ganze Liturgie, beispielsweise die Eucharistie im Katholischen und das Wort Gottes im Evangelischen, sind ja auf Christus als Glaubensobjekt zugeschnitten. Da muss für die Christen etwas verinnerlicht werden, was eine gewisse Heilswirksamkeit über den Tod hinaus hat. Das ist die Passion. Im Prinzip ist die Wirksamkeit Christi auf einen Zielpunkt ausgerichtet: Das Ostergeschehen.

Das Ostergeschehen in dem Sinne, das zum Wohle und zur Erlösung der Menschheit dienen soll. Das geschieht ja während des römischen Reiches. Ein großes römisches Reich mit einem Kaiser und ein kleiner Staat Gottes, Israel. Israel ist kein bedeutender Staat, aber dort lebt ein auserwähltes Volk. Die ganze Geschichte Israels hat darauf hingewirkt, dass der Messias, dass ein Retter kommt.

Einerseits durch die Errettung aus Ägypten aus der Sklaverei, dass die Israeliten frei werden, andererseits, dass Freiheit im Glauben entstehen kann. Freiheit im Glauben bedingt, dass man tiefer glauben muss, es geht nicht, wenn man zum Glauben gezwungen wird.



Priestergrab Friedhof Bensheim

Heidnische Religionen verfolgen in ihrem Glauben das Prinzip: Ich gebe, damit du gibst. Ich opfere also etwas, zum Beispiel ein Huhn, und dann will ich ein Ergebnis sehen. Das ist eine andere Glaubensauffassung als im jüdischen Glauben.

Beim Gebet, bei den Fürbitten, ist das ähnlich. Es ist also auch im christlichen Glauben nicht ganz abgeschafft. Da gibt es eine Zielrichtung zu einem positiveren Zustand. Im Sinne von „dein Wille geschehe“ ist das natürlich eine konträr andere Ausrichtung.

Jesus will ja vom Tod erlösen. Das ist das große Heilsversprechen. Jesus Christus erfüllt dadurch eine Aufgabe. Gott selbst in der Trinität hat eine Aufgabe. Er bildet in der Trinität ja eine Einheit, die für das Volk wirkt. In Jesus wird Gott Mensch und nimmt die Leiden der Menschen in sich auf. Dazu gibt es eine prophetische Verkündigung und die sagt, dass dieser Mensch gewordene Gott, dieser Knecht, leiden muss. Die Ursache dieses Leidens liegt in der Schöpfung, in der Ursünde, da der Mensch erstrebt, wie Gott zu sein. Er maß sich Göttlichkeit an, obwohl er kein Recht dazu hat. Das erfordert Sühne und die passiert durch den Kreuzestod.

Andere Religionen haben kein solches Sündenverständnis. Im Christentum ist die Sünde die Ursache für das Leid. Und durch die Aufhebung der Sünde wird in Hinsicht auf ein Leben im Jenseits das Ende des Leidens erstrebt. Das ist schon kompliziert, vielleicht habe ich da auch Fehler in meinen Gedanken. Es gibt da ja auch verschiedene theologische Schulen, die sich teils widersprechen.

Jesus musste diesen Leidensweg gehen. Der beginnt im Garten Gethsemane am Ölberg. Jesus wird dort ausgeliefert. Ich habe mir das immer so erklärt: Er muss klar machen, dass er der Messias, der Erlöser ist. Viele lehnen sich gegen

ihn auf, auch der religiöse Rat der Juden. Die sagen: was maßt der sich an? Die Römer wiederum haben ständig mit den Aufständigen zu tun.

Deshalb auch die 3 Kreuze auf Golgatha, wo der unschuldige Jesus stirbt.

Durch dieses unschuldige Sterben passiert die Gewähr, dass die Schuld genommen wird.

Im Garten Gethsemane liefert Jesus sich also aus, obwohl er weiß, was mit ihm passieren wird. Das Kreuzigen ist die härteste Strafe, die im römischen Reich vergeben wird. Die wird nur Verbrechern - auch politischen Verbrechern - zu teil.

Nach der Verhandlung kommt es dann zur Kreuzigung. Die Kreuzigung ist eine der schändlichsten Strafen, die sich die Menschheit ausgedacht hat, eine der schmerzhaftesten. Jesus wird mit den anderen gekreuzigt. Diese Kreuzigung, dieser blutige Akt, wird zum zentralen Erlösungsgeschehen im christlichen Glauben.

Wie das sein kann, ist für viele nicht zu verstehen. Jesus wird gekreuzigt und stirbt nach 6 Stunden. Es sind 7 Aussagen von Jesus überliefert. Teilweise sind diese sehr Mut machend. Der erste Ausspruch zu dem Verbrecher am Kreuz ist: „Noch heute bist du mit mir im Paradies.“ Das heißt also, diese Strafe, diese Kreuzigung, wird als Rettung gesehen. Der andere Ausspruch ist: „Vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun“ - auf die Ankläger bezogen.

Man muss sich vorstellen, das ist ein Hügel dort und alles ist sehr öffentlich. Damals existierte ja noch der Tempel für die Bundeslade in Judäa. In der Todesstunde Christi zerreißt dort der Vorhang vor dem Heiligtum, was heißt, Gott ist wieder draußen bei den Menschen. Nicht mehr eingeschlossen und abgetrennt im Heiligtum.

Dann wird Jesus vom Kreuz genommen. Normalerweise werden den

Gekreuzigten die Beine zerschlagen. Da Jesus schon tot ist, wird das bei ihm nicht gemacht. Jesus wird in das Grab gebracht. Jesus sprach immer wieder davon: Am dritten Tage wird mein Tempel wiederaufgebaut.

Doch damit wusste niemand etwas anzufangen. Am nächsten Morgen war es üblich, die Verstorbenen zu salben. Da aber war das Grab leer. Das leere Grab - die Auferstehung von Jesus - ist die Basis des christlichen Glaubens. Der Mensch gewordene Gott hat über den Tod gesiegt.

Jesus erscheint ihnen später. Die Zeichen für die Auferstehung sind die Stigmata, die Wundmale am Körper Jesu. Später kommt es dann zur Himmelfahrt Christi. Die Zeit Christi als Auferstandener ist eine unwahrscheinlich stille Zeit. Da gibt es kein Geprahle. Es ist ein stilles Zeichen, was die Trinität von Gottvater, Sohn und Hl. Geist vermag. Ein Machtbeweis in tiefster Stille.

Das Christentum formiert sich allmählich. Es gibt gläubige Christen in aller Verschiedenheit. Sie alle sind in die Liturgie integriert. Im katholischen Sinne wird die Hl. Eucharistie gefeiert. Auf Christus in seiner Rolle als Messias, als Erlöser, beruht der gemeinsame Glaube.

Der Tod ist so integraler Bestandteil des christlichen Glaubens. Beim Sterben spielt auch die Gnade eine wichtige Rolle. Mit der Gnade kann man leichter in den Tod gehen als einer, der keine Gnade hat. Man kann die Gnade nicht erzwingen.

Nachwort des Autors

Die Texte wurden in die Feder diktiert. Sie legen keinen Wert auf Absolutheit. Sie dienen unter anderem als Gedankenankegung für jene, die sich mit dieser Thematik geistig beschäftigen wollen.

B

Bericht eines Gast-Praktikanten

Als junger Mensch ins Hospiz?

- Ein Experiment von H. D. -

„Wenn ich gegangen bin – geh raus, schließe die Augen und denk an mich – ich werde überall bei dir sein.“ - Peter D.

So antwortete mir mein liebgewonnener Freund Peter D. auf meine Frage, wo ich ihn denn besuchen sollte, falls ich ihn vermissen würde. Sein großer Wunsch nach dem Sterben war es nämlich, von einem hohen Berg aus in die Natur verstreut zu werden.

Das Leben und der Tod. Wenn eine Sache im Leben gewiss ist, dann, dass jeder, der auf diese Welt kommt, auch gehen muss. Das Sterben gehört genauso zum Leben dazu wie das Essen, Trinken und Lieben. Grundlegende Dinge, die zum Menschsein dazugehören – keiner würde dies abstreiten. Warum aber sind das Sterben und der Tod in unserer Gesellschaft so tabuisiert? Warum redet keiner darüber? Warum entsteht immer eine angespannte Atmosphäre, wenn es um den Tod und das Sterben geht?

Oftmals habe ich mich gefragt, wie sich Menschen fühlen müssen, die wissen, dass ihre Zeit aufgrund von Erkrankungen schon sehr beschränkt ist. Können diese noch an der Gesellschaft, die das Thema tabuisiert, teilhaben? Was ist diesen Menschen besonders wichtig am Lebensende?

Vor allem jenen Fragen bin ich im vierwöchigen Experiment im Hospiz Bergstraße in Bensheim nachgegangen. Für diese Zeit habe ich als junger

Mensch – als Gast – Tag und Nacht mit den Gästen gegessen, getrunken, geschlafen, genossen, gelacht und vor allem gelebt!!!

Ich bin ehrlich, wenn ich sage, dass ich unglaublich großen Respekt und Ehrfurcht vor dem Experiment hatte. Vor den Krankheitsbildern der Sterbenden, den Angehörigensituationen, der traurigen Stimmung im Haus, meiner fehlenden Expertise bei der Trauer- und Sterbebegleitung und den einsamen Nächten, während man in seinem Bett liegt und weiß, dass gerade im Nachbarzimmer jemand im Sterben liegt.

Das Sterben – Leben bis zum Schluss. Diese Floskel hat sich in mir eingebrannt, weil es genau das ist, was täglich im Hospiz gelebt wird. Es gibt unzählige Situationen – meist alltägliche Dinge, welche ich in meiner Zeit im Hospiz erleben durfte, die in Anbetracht der endlichen Zeit einen ganz anderen Wert gewinnen.

Das Größte

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal spazieren gehen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seine Lieblingsmusik hören kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal sein Tier streicheln darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal singen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Sonne auf dem Balkon genießen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal mit Pinseln malen darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal fiktive Zukunftspläne schmieden darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal im Rollstuhl durch das Ziel im Stadtlauf fahren darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Hand von einem geliebten Menschen halten kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal sagen kann, wie sehr man sich liebt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen frisch gemahlenen Kaffee trinken darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Sonne aufgehen sieht.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal für andere da sein kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal festhalten, aber dann auch loslassen darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Tennis spielen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal sein Lieblingseis genießen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Familie zusammenführt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal für seine Lebensentscheidungen verstanden wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal die Angst vor dem Tod verliert.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal der Wind durch die Haare spürt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einkaufen gehen kann,

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Liebe spüren darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seine Leibspeise essen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Lachkrampf hat.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal massiert wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal baden und dabei einen Champagner trinken kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal träumen darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal von Ehrenamtlichen besucht wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal von den Pflegekräften auf seine Einzigartigkeit hingewiesen wird.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal dankbar sein kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal andere Menschen zum Lachen bringen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal andere Menschen beschenken kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seine Lieblingsblumen geschenkt bekommt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal gemeinsam Schweigen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Streich spielen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Verantwortung für etwas bekommt.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal heimlich naschen kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal Lebensweisheiten vermitteln kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal seinen letzten Hochzeitstag feiern kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Brief an die Familie schreiben kann.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal erleben darf, was Zusammensein in „guten und schweren Zeiten“ bedeutet.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Alltag haben darf.

Wenn es das Größte ist, dass man vor dem Tod noch einmal einen Freund findet und nicht alleine sein muss.

Es gibt so viele „große“ Momente, die ich in meiner ereignisreichen Zeit im Hospiz miterleben durfte. Auch nun, nachdem einige Zeit nach dem Experiment vergangen ist, merke ich, wie ich mich verändert habe und wie mich das Hospiz lebensentscheidend geprägt hat und auch weiter prägen wird. Jegliche Entscheidungen werden immer im Hintergrund der Hospizerfahrungen getroffen – wie würde sich Herr/Frau XY verhalten? Was würde sie dir jetzt in dieser Situation sagen? Ist es wirklich wichtig, so verbissen zu sein? Sollte ich eher viel Kraft in Karriere oder in Freunde stecken? Oder noch wichtiger – wie will ich leben, damit ich zufrieden sterben kann und dabei mit mir selbst im Reinen bin? Wie muss ich dafür mein Leben gestalten?

Ich merke, dass ich durch meine Denkweise auch mein Umfeld beeinflusse und es teilweise schaffe, dass viele Streitereien nicht mehr so eng betrachtet werden und vor allem bewusster gelebt wird.

Bewusster Leben – dieser Appell geht an alle, die noch keinen Umgang mit Sterben und Tod hatten – oftmals ist es nicht die Traurigkeit mit der Schwermütigkeit des Todesthemas, sondern das Hingewiesen werden auf das Leben – das pralle, bunte und frohlockende Leben. Es wird einem immer wieder bewusst gemacht, wie schön es ist am Leben zu sein – eine Basis, die jeder von uns haben sollte, wir aber im Alltag immer wieder verdrängen und vergessen.

Und dafür bin ich dem Hospiz so dankbar. Ich bin dankbar für die Möglichkeit, dass ich als Gast unter Gästen im Hospiz verbleiben durfte. Dass ich im Anblick des Todes wiedererlernen durfte, was es eigentlich heißt zu leben. Dass ich erfahren durfte, wie wichtig die alltäglichen, kleinen Dinge im Leben sind. Dass ich die vielen Hände der geliebten Menschen halten durfte, um ihnen nochmals viel Wärme auf ihren Reisen mitzugeben. Dass ich so viele würdevolle,

einmalige Momente miterleben durfte. Dass ich lernen durfte, dass es kein höheres Gut als Zeitverschenken gibt. Dass ich erkennen durfte, dass gemeinsames Schweigen manchmal wertvoller ist als stundenlanges Reden. Dass ich miterleben durfte, wie schön und individuell das Sterben sein kann und wie viel man selbst noch machen kann, um Freude, Wärme und Liebe zu vermitteln. Dass ich Gästen die Angst vor dem Alleinsein am Lebensende nehmen durfte.

Und dass ich Freundschaften schließen durfte, die - im wahrsten Sinne des Wortes - bis zum Lebensende gehalten haben...

Ich bin dankbar für jede Begegnung, die ich im Haus erleben durfte – Gäste, Angehörige, Ehrenamtliche und Personal – durch alle bin ich ein Stückchen gewachsen und habe sie alle mitsamt den Ratschlägen gebündelt in mich eingesaugt. Gerade das Ehrenamt und das Personal sind für mich das größte Geschenk. Eine ganz große Expertise trifft auf eine ganz große Menschlichkeit. Wenn man schon durch solch eine Situation im Leben gehen muss, dann am liebsten mit Hilfe dieser Mitarbeiter und der Begleitung dieser Ehrenamtlichen – jeder Mensch am richtigen Platz!

Hiermit zünde ich nochmals eine Kerze für alle Gäste an, die gehen durften – ich wünsche Ihnen allen eine gute Reise und einen liebevollen und warmen Aufenthalt im Paradies mit ihren Liebsten. Den Familien und Angehörigen wünsche ich viel Kraft für die nächsten Tage, Wochen, Monate und Jahre – im Hospiz hat man jedenfalls immer ein offenes Ohr für jegliche Probleme.

Für mich ist ein Mensch wirklich erst gänzlich tot, wenn nicht mehr an ihn gedacht wird – so möchte ich mich besonders lebendig fühlen – also renne ich nachts mit meiner kurzen Hose durch den Schnee, atme noch einmal ganz tief die kalte Luft ein, so tief, dass es fast schon weh tut, schließe die Augen und

denke an Peter, wie er mir tief in die Augen schaut, seine Hand auf meiner Schulter legt und sagt:

„Wenn ich gegangen bin – geh raus, schließe die Augen und denk an mich – ich werde überall bei dir sein.“

Mögen Sie alle in Frieden ruhen...

H. D. als Gast-Praktikant im Hospiz Bergstraße, Zimmer 11



Beiträge eines ehrenamtlichen Hospizhelfers

Gedanken zur Hospizbewegung

Das Wort „Hospiz“ leitet sich ab vom lateinischen „hospitium“, und bedeutet so viel wie Herberge, aber auch Gastfreundschaft.

Hospize haben ihre Wurzeln im frühen Mittelalter, wo christlich inspirierte Ordensgemeinschaften an besonders schwierigen Abschnitten viel bereister Pilgerwege einfache Herbergen errichteten, um Menschen auf ihrem Weg zu den berühmten Wallfahrtsstätten beizustehen und einen Rastplatz anzubieten, an dem sie neue Kraft für die letzte Wegstrecke schöpfen konnten.

Verletzte und Kranke wurden dort liebevoll gepflegt, und sterbende Menschen bis zu ihrem Tod fürsorglich begleitet.

Es sind weitgehend Frauen, die sich dem Dienst an kranken und sterbenden Menschen gewidmet haben und widmen. Und wer denkt da nicht spontan an historische Lichtgestalten wie die „Hl. Elisabeth von Thüringen“ im 13. Jhd. oder an die sel. „Mutter Teresa von Kalkutta“?

Betrachten wir unser Leben ebenfalls als (Pilger-)Weg, so haben manche von uns teilweise selbst bzw. in Bezug zur eigenen Familie, zu Freunden und Bekannten bereits einige der schwierigen Passagen namens „schwere Krankheit, Leid, Sterben, Tod und Trauer um einen geliebten Menschen“ kennen gelernt, durch litten und durch schritten.

Das systematische Studium der existentiellen Lebensvollzüge und -erfahrungen von Menschen hat im letzten Jahrhundert zu einer profunden Kenntnis über den ganzheitlichen Umgang mit schwerstkranken und sterbenden Menschen geführt.

Namen wie Cicely Saunders (dipl. Krankenschwester in England) und Dr. Kübler-Ross (Ärztin in den U.S.A) stehen unabhängig voneinander stellvertretend für diese rasante und wichtige Entwicklung im Umgang mit dem gesellschaftlich weitgehend tabuisierten Thema „Sterben und Tod“.

Von Cicely Saunders mit ihrem unermüdlichen Einsatz in der Schmerztherapie und Palliativpflege ist uns folgender Leitspruch bekannt: *„ Dem Leben nicht Tage hinzufügen, vielmehr die letzten Tage mit Leben erfüllen“* und *„Sie sind wichtig (als Person), weil Sie eben sind. Sie sind bis zum letzten Augenblick ihres Lebens wichtig, und wir werden alles tun, damit Sie nicht nur in Frieden sterben, sondern auch bis zuletzt leben können“*.

Von Dr. Kübler-Ross mit ihren Erkenntnissen in der Sterbeforschung stammt u.a. das folgende theoretische „Phasenmodell des Sterbens“ (das aber auf keinen Fall auf jede sterbende Person gleichermaßen angewendet werden darf):

- (1) **Verleugnung** „Nicht ich!“
- (2) **Zorn und Ärger** „Warum gerade ich?“
- (3) **Verhandeln** „Vielleicht ich doch nicht?“
- (4) **Depression** „Ja, ich. Was bedeutet das für mich?“
- (5) **Zustimmung** „Meine Zeit ist nur noch kurz, und das ist gut so.“

Krankheit, Leid, Sterben und Tod fanden damit nach zähem Ringen allmählich wieder Zugang in das öffentliche Bewusstsein. Ja mehr noch: Die Schattenseiten des medizinisch-technischen Fortschritts provozierten zusätzlich und nachhaltig die ethische Frage nach dem würdevollen Umgang mit schwerstkranken und sterbenden Menschen (siehe „Euthanasie-Debatte“).

Und genau hier setzt die moderne Hospizbewegung gezielt mit ihrem Engagement an:

- Das Sterben – wie die Geburt – als wesentlichen Teil des Leben anzuerkennen.
- Leiden und Sterben weder künstlich zu verlängern noch gezielt zu verkürzen.
- Alle Ängste und Bedürfnisse im Zusammenhang mit Leid und Schmerz, als auch mit Einsamkeit und Verlassenheit wahr- und ernst zu nehmen.
- Den Sterbenden mit Wahrhaftigkeit und Echtheit, mit menschlicher Nähe und unaufdringlicher Zuwendung zu begegnen.
- Das Selbstbestimmungsrecht und die Individualität des Menschen zu achten.
- Möglichst ein Sterben im Kreis der Familie anzustreben und die Voraussetzungen dafür - soweit möglich – zu schaffen.
- Die trauernden Angehörigen (auf Wunsch) über den Tod ihres Angehörigen hinaus zu begleiten.

In der durch den Gesetzgeber inzwischen anerkannten Hospizarbeit haben sich – weitgehend durch Privatinitiativen – folgende beiden Einsatz-Säulen entwickelt:

- (A) Ambulante Sterbebegleitung, Schmerztherapie und Palliativpflege im gewohnten häuslichen Umfeld
- (B) Stationäre Sterbebegleitung, Schmerztherapie und Palliativpflege im Hospiz, aber auch in Anbindung an Krankenhäuser und Kliniken.

Die Basis der klassischen Sterbebegleitung rekrutiert sich dabei auf den Einsatz von unzähligen ehrenamtlich tätigen Hospizhelferinnen und -helfern, die für ihre Tätigkeit einen entsprechenden Kurs absolvieren müssen.

Die fachlich-professionelle Versorgung und Begleitung liegt dabei in den Händen von sog. Palliativ-Care-Fachkräften (i.d.R. Krankenpflegepersonal mit Zusatzausbildung) in Kooperation mit palliativmedizinisch geschulten Ärzten.

Im Idealfall arbeiten beide Einsatzgruppen unter einem Dachverband - z.B. als Hospizverein oder als analog strukturierte Institution - zusammen.

Durch meine Arbeit als exam. Krankenpfleger in der ambulanten Krankenpflege hatte ich bereits seit Jahren Kontakt mit dem hiesigen Hospizverein und dessen hilfreichen Engagement innerhalb der Sterbebegleitung. Da es mir schon länger ein tieferes Bedürfnis war, mit Beendigung meiner Berufslaufbahn ebenfalls als Hospizhelfer ehrenamtlich aktiv zu sein, absolvierte ich im Jahr 2009-2010 den obligatorischen Hospizhelfer-Kurs und verbringe seit Mitte August von Freitag bis Dienstag je zwei Stunden vormittags im nagelneuen stationären Hospiz in Bensheim. Schwerpunkte meines Dort-Seins sind das einfache Da-Sein, verknüpft mit der wachsamsten Bereitschaft zum helfenden Gespräch und zum Liedgesang mit Gitarre, was sich bereits als willkommener Beitrag zum atmosphärischen Wohlbefinden für die Bewohner und Mitarbeiterinnen bemerkbar gemacht hat.

Ich habe noch keine Minute in der Hospizarbeit bereut, einfach deshalb, weil sich die Zeit der Begegnung und Begleitung von Sterbenden als ein sehr authentischer und lebendiger Dialog mit der Wahrheit und dem Glauben darstellt.

„Unsre Tage zu zählen, lehre uns! Dann gewinnen wir ein weises Herz.“ (Ps. 90,12).

Wolfgang Seitz

Ein Hospizhelfer berichtet:

„Dann bin ich einfach mal weg“ - allerdings nicht zu einer ausgiebigen Pilgerreise auf dem Jakobsweg, sondern 5 x wöchentlich für jeweils 2 Stunden vormittags zu Fuß über die Kalkgasse ins Stationäre Hospiz. Und das bereits seit der Eröffnung im August 2010.

Ein nicht alltäglicher Zeitvertreib für einen Rentner, der als ex. Krankenpfleger in über 40 Jahren seines Berufslebens allzu oft miterleben musste, dass und wie schwerstkranke Menschen in stationären Einrichtungen – aber auch in der eigenen Wohnung – allein und unbegleitet verstorben sind.

Ganz anders im Hospiz in Bensheim. Hier ist im nahezu familiären Miteinander ein Ort der spürbaren Herzlichkeit und Freundlichkeit entstanden. Ein Haus, das dank der besonderen Dachkonstruktion einerseits von oben mit natürlichem Licht durchflutet, aber mehr noch vom Engagement, der Empathie und Kreativität aller angestellten Fachkräfte und ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer von innen her erhellt wird.



Als „Hospizhelfer mit Gitarre“ ist es mir vergönnt, in der Begegnung mit den Gästen „Saiten anklingen zu lassen“, die so manche tief verborgenen Erinnerungen und Emotionen in Schwingung versetzen. Lachen und Weinen, Freude und Trauer prägen solche und andere Momente, in denen sich Schleusen öffnen und innere Knoten platzen können.

Ich erlebe das Hospiz immer wieder auch als einen Ort des heilsamen „Zeit-Stillstandes“.

Augenblicke der zutiefst empfundenen existentiellen Ohnmacht eines Menschen im Angesicht des nahenden und unwiederbringlichen Abschiedes. Dies gilt für den sterbenden Menschen genauso wie für die betroffenen und trauernden

Angehörigen und Freunde. Die stille Präsenz im Zimmer am Bett, ein stummes Gebet als Wegbegleitung für die ringende Seele, das Halten einer suchenden Hand, wie auch das andächtige Verharren im Moment des letzten Atemaushauchens – all dies sind in unserer von Höchstleistung geprägten Gesellschaft keine tauglichen Kriterien zum Nachweis für tatsächlich geleistete Arbeit und Produktivität.

Vielleicht wird diese Art der menschlichen Zuwendung und Pflege auch deshalb und immer noch als materiell minderwertig und finanziell unattraktiv eingestuft?

Vieles könnte ich noch erwähnen, was meine Tätigkeit als ehrenamtlicher Hospizhelfer und meine Einsätze mit Schwerpunkt im stationären Bereich als wertvoll charakterisiert – allem voran die ungebrochene Freude an der Begegnung mit Menschen, die zwar als medizinisch „austherapiert“ gelten, aber vielleicht gerade deshalb bereit sind, ein besonderes Gespür für die eigene Würde und den wahren Wert des Lebens zu entwickeln.

„Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag. Gott ist mit uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag.“

Mit diesem - im Hospiz schon oft gesungenen - Refrain eines vertonten Textes von Dietrich Bonhoeffer „bin ich dann auch schon wieder weg“ - zu Fuß zurück über die Kalkgasse nach Hause zu meiner Ehefrau Marie-Louise in die Guntrum-Galerien.

Wolfgang Seitz

Hospiz – Lied (nach der Melodie „House of the Rising Sun“ von Bob Dylan)

- a C D F**
(1) Es steht ein Hospiz an der Bergstraße,
a C E E⁷
dort werden zehn Gäste betreut;
a C D F
mit Empathie für das schwere Leid,
a E a E⁷
die Schmerzen, den nahenden Tod.
- (2) Das Sonnenlicht strahlt durch die Fenster, das Dach,
es nimmt allem Dunklen die Macht,
und verwandelt so manch strapaziertes Gemüt
mit der Hoffnung hell leuchtender Kraft.

- (3) Wer als neuer Gast zum Hospiz wird gebracht,
den erwartet das Pflgeeteam
und überreicht als Willkommensgruß
eine Rose mit langem Stiel.
- (4) Im Eingangsbereich, gleich neben dem Lift,
ist eine Loge für den „Empfang“,
mit den Fotos all derer, die das Leben im Hospiz
haupt- und ehrenamtlich halten in Gang.
- (5) Als erster Gast kam eine junge Frau,
sie wünschte zwei Kätzchen sich sehr,
als Weggefährten im Zimmer sich,
seitdem sind „Joy und Pepper“ hier.
- (6) Kein Gast muss alleine im Zimmer sein,
ein Beistellbett steht bereit
für Geschwister, Verwandte, den Partner, das Kind,
die sich gern dafür nehmen die Zeit.
- (7) Ein Wellness-Bad mit gedämpftem Licht
und dezenter Musik dazu
lädt ein zur Entspannung mit purem Genuss
und schenkt sanften Schlaf dann im Nu.
- (8) Die Küche ist Dreh- und Angelpunkt,
dort wird täglich frisch gekocht,
nach Plan und auch - bei Bedarf - auf Wunsch,
grad wie's im Moment wird gemocht.

- (9) Wer täglich schwerstkranke Menschen pflegt,
braucht ein Herz auf dem richtigen Fleck,
gepaart mit Sachverstand, Ausdauer und Mut,
wie ein K p'ten, wenn's stürmt, an Deck.
- (10) Helle Böden, die glänzen, Chrom, der immer noch blinkt,
M ll einsammeln und plaudern mit dem Gast,
das leisten die Reinigungskräfte mit Herz,
mit System, in Ruhe, ohne Hast.
- (11) Wie ein Körper mit seinen Organen kooperiert,
hängt ganz stark von der Denk-Zentrale ab;
analog lebt das Hospiz und seine Effizienz
vom Teamgeist im Verwaltungs- und Leitungsstab.
- (12) Immer dann, wenn ein Gast verstorben ist,
brennt im Flur ein Laternenlicht;
es erinnert mit seinem hellen Schein,
dass eine Seele auf dem Heimweg ist.
- (13) Das Totengedenken hat auch seinen Platz,
im Flur ist ein passender Ort,
dort liegen Bücher und Steine parat,
beschrieben mit manch tr stlichem Wort.
- (14) Das Gelände, das um das Hospiz sich erstreckt
ist von Brombeer'n oberirdisch fast befreit;
es entsteht dort mit großem Eifer, nach Plan,
ein „Weg der Erinnerung“ mit der Zeit.

(15) Mit diesem Lied sag ich nun Ade,
es war mit Euch eine schöne Zeit,
bleibt „von guten Mächten geborgen“ und
freut Euch des Lebens trotz Terror und Leid.

Anmerkungen des E-Book-Verfassers

Die Interview-Texte wurden auf orthographische Abweichungen hin überprüft und ggf. korrigiert.

Die eingefügten Fotos stammen vom Autor zeitnahe im Vorfeld zur diagnostizierten Erkrankung.