

Lebensbegleitung



– auf dem Weg
zum Lebensende
HospizbegleiterInnen berichten

D
Die Menschen,
denen wir eine Stütze sind,
geben uns Halt.

Marie von Ebner Eschenbach

Es gibt viele Broschüren über Hospizarbeit - und sie haben dazu beigetragen, dass die Hospizarbeit und ihre Geschichte inzwischen allgemein bekannt wurden. Ihr ganzheitlicher humaner Hintergrund, ihr palliativ-medizinischer Ansatz, ihr ethischer Anspruch, ihr Ziel, leidende und sterbende sowie trauernde Menschen nicht allein zu lassen, wird immer mehr als wichtiger Teil des menschlichen Umgangs miteinander gesehen.

In diesem Heft geht es um die Praxis.

Immer wieder werden wir gefragt: "Wie geschieht Hospizarbeit im Alltag einer Begleitung?"

Hier berichten HospizbegleiterInnen von ihren Erfahrungen und Begegnungen mit Menschen am Ende des Lebens. Bunt und vielfältig, mit allen Facetten des menschlichen Lebens sind die Berichte und Geschichten aus der Hospizarbeit, die unsere Ehrenamtlichen aufgeschrieben haben. Erstaunliches, Fröhliches, Berührendes und auch Trauriges hat seinen Platz in dieser intensiven Zeit. Das Leben wird reflektiert, es wird Bilanz gezogen und der Versuch unternommen, Ungeklärtes zu bereinigen.

Wir sitzen daneben, sind erstaunt, beschämt und dankbar für die Lebensgeschichten, die Menschen uns anvertrauen. Jeder der ausgewählten Berichte zeigt auf ganz persönliche Weise, was Menschen einander geben können. Jede Begleitung bedeutet für die Begleitenden, nachzudenken über ihr eigenes Leben und ihre eigene Endlichkeit.

Von Cicely Saunders, Gründerin der modernen Hospizarbeit, stammt der Satz: "Wir können dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben".

Das ist unser Bemühen im Hospizteam. Darum unterstützen und begleiten wir Menschen am Lebensende. Dabei erleben wir Erstaunliches - auch wir werden ebenso getragen und gehalten. Mit Dankbarkeit blicken wir auf das Erfahrene, lernen aus den Begegnungen und schöpfen aus diesem wertvollen Schatz Kraft für neue Begleitungen und für unser Leben.

Martha Erdel, Hospizbegleiterin



Lesen Sie: Begleitung...

- im Häuslichen Bereich
- in einem Pflegeheim
- im Stationären Caritas- Hospiz Xenia
- auf der Palliativstation des Klinikums
- im Kinderhospizdienst
- durch die Trauerberatung

Die Sternenfrau

Oft und gerne erinnere ich mich an Frau R., die ich 4 ½ Jahre begleitet habe. Als wir uns kennen lernten, hatte sie die Diagnose "Magenkrebs" erhalten. Eine Operation lehnte sie ab und die Ärzte gingen von einer Lebenserwartung unter 6 Monaten aus. Der Mittwoch wurde als regelmäßiger Besuchstag vereinbart. Pünktlich war ich immer zur Stelle, um Sicherheit und Vertrauen aufzubauen.

Frau R. wünschte sich von mir die Begleitung beim Einkaufen und einen anschließenden Besuch in einem Café. Zuerst war das für mich etwas befremdlich, da ich meine Aufgabe als Hospizbegleiterin mehr in Gesprächen und Anteilnahme gesehen habe. Doch bald erkannte ich, dass es für Frau R. wichtig war, wie ein gesunder Mensch am alltäglichen Leben teilzuhaben. Es entwickelte sich zwischen uns ein freundschaftliches Verhältnis - unsere Gespräche wurden persönlicher und intensiver. Trotz ihrer Erkrankung ging es ihr zusehends besser und sie buk Weihnachten für ihre Lieben wunderbare Stollen. Außerdem fertigte sie jedes Jahr Hunderte von Fröbelsternen in jeder Farbe und Größe an, manche waren so klein, dass sie mit der Pinzette gesteckt werden mussten. Sobald sie Papier in die Finger bekam, verwandelte es sich in einen Stern. Ich nannte sie: " die Sternenfrau".

Frau R. kam weiter mit ihrem Leben klar und sie verstand es, sich selbst kleine Freuden zu suchen und so ihren Lebensmut aufrecht zu erhalten. Zusammen machten wir Ausflüge. Mit ihren Kindern reiste sie nach Borkum - sie liebte diese Insel und die Nordsee. Dann ging es ihr plötzlich schlecht und sie wurde in die Palliativstation eingewiesen, ich besuchte sie auch dort. Mit dem Gefühl, dass es wohl bald zu Ende gehen wird, betrat ich das Zimmer. Aber was sah ich: sie lag schlafend im Bett und auf dem Nachtkästchen häuften sich die Fröbelsterne. Da wusste ich - es wird schon wieder! Bald nahmen wir unsere Unternehmungen wieder auf und hatten viel Spaß zusammen, obwohl ihre Kräfte spürbar nachgelassen haben. Ihre Angehörigen kümmerten sich liebevoll um sie und sagten mir, dass ich alle durch meine regelmäßigen, zuverlässigen Besuche entlastete. Darüber freute ich mich. Die Einweisungen in die Klinik häuften sich, aber immer wieder stabilisierte sich ihr Zustand, erst für Monate, dann für Wochen. Noch lebte sie in ihrer Wohnung und wurde durch einen Pflegedienst versorgt. Ein Platz im Hospiz wurde vorbereitet. Das machte sie sehr traurig, aber sie fand sich damit ab und bestimmte selbständig, was mit ihren Sachen aus der Wohnung zu geschehen sollte.

Sie lehnte sich gegen den Tod auf und bedauerte, dass sie sich vor Jahren nicht operieren ließ. Wir sprachen viel

über ihre Gefühle und Ängste und sie akzeptierte, dass der Tod kam. Das Atmen wurde für Frau R. zunehmend mühsamer und es fiel den Angehörigen und mir schwer, sie so leiden zu sehen. Ihr Sohn oder die Schwiegertochter übernachteten nun bei ihr im Hospizzimmer und konnten sogar den Familien-Hund mitbringen, das machte das Abschied nehmen leichter.

An einem Montagnachmittag im Februar besuchte ich Frau R., sie war sehr schwach und müde. Am Abend rief mich die Familie an und teilte mir mit, dass sie um 19 Uhr friedlich verstorben ist.

Ich bin sehr traurig, aber ihre Lebensfreude, ihre Kraft und ihr Mut haben mir gezeigt, wie man das Leben trotz Krankheiten und Schicksalsschlägen meistern kann und heute bin ich dankbar, dass ich sie kannte und von ihr lernen konnte.

Marie-Luise Jaik, Hospizbegleiterin



Lebensbegleitung



auf dem Weg zum Lebensende

Einmal eine Diva sein

Frau K. lebt in seit fast 20 Jahren in einer Wohngruppe für erwachsene Menschen mit Behinderung. Dort kennt sie ihre MitbewohnerInnen und hat ihren gewohnten Tagesablauf, der ihr Sicherheit gibt. Tagsüber geht sie in die TSM (Tagesstrukturierende Maßnahme), was ihr bisher immer viel Spaß gemacht hat. Sie ist kognitiv eingeschränkt und ihre Mobilität ist durch ihre Erkrankung sehr beeinträchtigt.

Als ich sie kennengelernte, hatte sie keine Lust ihr Zimmer zu verlassen und war nur am schimpfen: "Will ich net! Schau mich net so an!" waren ihre Sätze, mit denen sie mich empfing.

Ganz langsam sind wir einander näher gekommen und ich bekam ihre Erlaubnis, sie wieder zu besuchen. "Gehen wir dann nen Kaffee trinken?" fragte sie, als ich mich verabschiedete.

Wir gingen einen Kaffee trinken und ich lernte, dass es Frau K. ein besonderes Vergnügen machte, die Besucher auf ihre kindliche Art zu beschimpfen. Mit der Zeit lernte ich sie so gut kennen, dass ich sie rechtzeitig in ein Gespräch verwickeln konnte um dies zu umgehen.

Ein wiederkehrendes Ritual war der Besuch des Friedhofes. Durch das Pflegepersonal in der Einrichtung wusste ich, dass sie sich dort gerne aufhielt. Sie fühlte sich dort ihrer Mutter sehr nahe.

Der regelmäßige und enge Kontakt zum Team der Wohngruppe war Voraussetzung für eine einfühlsame Begleitung und so berichtete man mir eines Tages, dass Frau K. sich mehr und mehr zur "Diva" entwickelte und ihre "besondere Stellung" durch die erhöhte Aufmerksamkeit in der Einrichtung sehr genoss.

Einmal etwas "Besonderes" zu sein war für sie eine ganz neue Lebenserfahrung, an der sie sich sehr erfreute.

"Ich mog di." sagte sie eines Tages zu mir und ich wusste, dass dies das größte Kompliment war, welches sie aussprechen konnte.

Marion Langfritz, Koordinatorin

Ein kleiner Lichtblick

Ich begleite Frau H. bereits seit einiger Zeit. Sie steht kurz vor dem 50. Lebensjahr und lebt allein im vierten Stock ohne Aufzug. Sie wird von einer Haushaltshilfe und ihrer Freundin versorgt. Ihre Mutter reagiert nicht auf ihre Anrufe, von den vier Kindern hält nur eines sporadisch Kontakt.

Ihre Krankheit verursacht große Luftnot, sie kommt deshalb nur sehr selten aus dem Haus. Inzwischen steht ein Pflegebett im Wohnzimmer, denn dort ist die einzige Heizung. Seitdem macht sich bei ihr Endzeitstimmung breit.

Es ist wieder einmal Donnerstag, meine Besuchszeit.

Sie ist heute sehr niedergeschlagen. Die Schmerzen werden schlimmer, die Schmerzmittel werden nun höher dosiert. "Wird das denn gar nicht besser?" "Richtig Mist", kommentiere ich. "Ja, stimmt" - sie legt ihren Kopf auf den Tisch. "Ein bisschen Sonne genießen, wenn ich nur einen Balkon hätte!"

"Machen wir doch das Fenster auf." Sie hält dagegen: "Nur im Abstellraum kommt jetzt die Sonne und da steht der Trockner vorm Fenster". Ich stehe auf und schau mir die Situation an, räume ein bisschen um, schleppe den Schaukelstuhl vors Fenster und hole sie in den Abstellraum. Sie setzt sich vors offene Fenster, die Füße berühren den Trockner, auf dem Schaukelstuhl wickelt sie sich in ihre Decke und wippt ein bisschen. Ich mache es mir zwischen Kartons und Babywippe auf der Couch neben ihr bequem. Gemeinsam halten wir schweigend unser Gesicht der Sonne entgegen und genießen den kleinen Lichtblick.

Dorothea Laner, Hospizbegleiterin



Kinder öffnen Herzen

Draußen ist es kalt. Ich habe meinen 5 Monate alten Sohn im Maxi Cosi dabei und stehe vor der Tür. Das dritte Treffen mit Herrn S. und seiner Frau steht an, - das erste Mal, dass mein Sohn dabei ist.

Schaffe ich das, den beiden und ihm gerecht zu werden? Hätte ich den Termin nicht vielleicht doch besser verschieben sollen, wenn mein Mann aufpassen kann? Jetzt bin ich schon einmal da und die beiden haben gesagt, dass sie sich freuen würden, wenn ich mit Kind komme. Darauf verlasse ich mich in diesem Moment.

Die Wärme in der Wohnung tut gut und mein Sohn schafft das, was ich in den letzten beiden Treffen nicht geschafft habe, in den ersten Minuten: Er zaubert ein Lächeln auf ihre Gesichter. Plötzlich ist Kraft und Atem da aufzustehen und zu meinem Kind zu gehen, ihn sogar auf den Arm zu nehmen; die Schwere und Verbissenheit, alles regeln zu wollen, ist vergessen. Die Enge der Wohnung wird plötzlich weit und dann findet sich im Schrank noch ein Rassel-Elefant als Geschenk, vor langer Zeit erworben und nie einen Liebhaber gefunden. Mein Sohn hat ihn bis heute überall dabei...

Der Gesprächsbedarf über ganz praktische Fragen zur Beerdigung, zur Friedhofsauswahl und Nachlassregelung kommt erst langsam wieder ins Bewusstsein. Der Wunsch noch etwas Persönliches zu regeln wird im Angesicht des kleinen Jungens plötzlich wichtiger... Ob es so etwas gibt: Versöhnung nach langer Zeit? Hat ein schwerkranker Menschen einen Anspruch? Jetzt, oder jetzt gerade nicht?

Bei mir bleibt am Ende die Dankbarkeit für diese Begegnung, für die "Unterstützung" durch meinen Sohn und die Erkenntnis, dass er das Eis gebrochen hat, dass ich vorher nur anwärmen konnte.

Katharina Rust, Hospizbegleiterin

Eine kostbare Begegnung

Es kam tatsächlich jemand in die Sprechstunde! Zwei Damen, die Töchter von Frau B., beide im Alter zwischen 50 - 60 Jahre. Eine der Töchter hatte die Betreuungsvollmacht. Frau B. war bei vollem Bewusstsein, schien keine Schmerzen zu haben. Sie verweigerte seit 3 Tagen das Essen, will nichts mehr, will auch kaum noch etwas trinken. Sie sagte das sehr klar, sie brauche nichts. Es wurde eine beginnende Bronchitis diagnostiziert, aber Frau Braun wollte keine Medikamente.

Die Töchter interpretieren die Essensverweigerung als Sterbewunsch. Sie möchten ihrer Mutter nicht widersprechen, sie wissen sehr gut, dass die Mutter ganz bewusstseinsklar ist. Sie glaubten aber, dass ihre Mutter qualvoll verhungern bzw. verdursten könnte und dass die Bronchitis unbehandelt unnötiges Leiden bedeuten könnte. Und sie befürchteten, dass sie sich schuldig machen, wenn sie tatenlos zusehen und ihre Mutter "sterben lassen".

Ich ließ die beiden erst einmal reden, sprach selbst wenig. Dann erklärte ich die Gesetzeslage und die medizinischen Realitäten bzw. die irrigen Vorstellungen, was Essen und Trinken in der letzten Lebens-phase betrifft. Wir sprachen über die Hungerzeiten von Frau Braun im Krieg und in der Zeit danach... ich konnte für etwas Ruhe und Sicherheit bei den Töchtern sorgen, erfuhr viel von ihrer Liebe zur Mutter, die sie nicht verlieren wollten, die sie aber auch nicht gegen deren Willen im Leben halten wollten... ich zitierte Reinhard May: "...wenn du es willst, wenn's dir gefällt, lass ich dich los, lass ich dich gehen". Sie weinten beide still, aber unter Lächeln. Wir waren uns sehr nah.

Auf Anregung der Heimleitung hatte der Hausarzt bereits den Antrag bei zur Spezialisierte Ambulante Palliative Versorgung (SAPV) gestellt. Ich erklärte, wie die Unterstützung aussehen könnte, um unnötiges Leiden und Aufregung zu verhindern. Ich bat dann, als erst mal alle Fragen beantwortet zu sein schienen, ihre Mutter kennen lernen zu dürfen. Sie führten mich zu ihr, stellten mich offiziell vor, traten dann vorsichtig in den Hintergrund. Frau B., eine kleine zierliche Gestalt, sie strahlte Klarheit und Heiterkeit aus. Ihr Blick war wach und aufmerksam, sie sah mich lächelnd an. Sie war wunderschön, ich empfand eine harmonische Ruhe und tiefe Freundlichkeit. Wir kamen leicht ins Gespräch... ich war ganz sicher, dass sie sterbebereit ist. "Ihre Töchter machen sich Sorgen um Sie, sie möchten nicht, dass Sie leiden. Ich glaube, Sie selbst fürchten sich nicht und sind ganz klar, nicht wahr?" Sie lächelte und nickte. Ich sage: "Wir vom Hospiz-Team und Hospizlich-Palliativ-Geriatriischem Dienst möchten helfen, dass Sie ihren Weg so gehen können, wie es für Sie richtig ist". Sie nickte.

Wir saßen noch eine Weile still zusammen, alle vier, zum Abschied strich Frau B. mir leicht über die Wange, hielt meine Hand zwischen ihren beiden Händen fest und sagte lächelnd : "Danke". Ich bat, ihr auch über die Wange streicheln zu dürfen - ich durfte - sie schloss die Augen dabei. Die Töchter kamen bald darauf zu mir nach draußen, ich hatte unterdessen mit der Schwester von SAPV telefoniert und die nächsten Schritte besprochen.

Bevor ich dann meinen "Dienst" im Heim beendete, zog es mich noch einmal zu Frau Braun, sie lächelte mir freundlich und einladend zu, wieder saßen wir eine kleine Weile still beisammen, wieder streichelten wir uns beide, es war wunderschön. Als ich dann an der Tür war, winkte sie mir lächelnd zu.

Was für ein Erlebnis!! Wie verzaubert ging ich heim. Einige Zeit später erhielt ich eine schöne Blumenkarte mit guten Dankesworten von den Töchtern. Frau B. war in dieser Nacht leise gestorben. Auf ihren Wunsch hin war der Pfarrer noch mit dem Abendmahl bei ihr gewesen.

Hilke Müller, Hospizbegleiterin



Wenn das frühere Leben im Dunkel versinkt

Frau H. wohnte seit einigen Jahren in einem Pflegeheim. Sie hatte wenig Besuch, aber großen Redebedarf. Von der Heimleitung wurde das Hospiz-Team angefragt bezüglich einer Begleitung. Ich übernahm diese Aufgabe und stellte mich dort vor. Nach anfänglichem Beschnuppern fanden wir ziemlich schnell guten Kontakt zueinander.

Frau H. saß im Rollstuhl, das Laufen war nicht mehr möglich. Es war aber erkennbar, dass eine leichte Demenz eingesetzt hatte. An manche Dinge konnte sie sich nicht mehr erinnern, aber lange zurückliegendes war noch präsent. Im Laufe der Monate erzählte sie mir ihre Lebensgeschichte: Kindheit, Jugend, das Leben mit ihrem Bruder und den Eltern, Vertreibung, Eingewöhnung in Thüringen und später der Umzug nach Nürnberg. Wir schauten zusammen ihre Fotoalben an und sie erzählte von ihrem Berufsweg und ihren vielen Reisen zusammen mit Freundinnen. Frau H. war nie verheiratet und hatte keine Kinder.

Wir sprachen viel über das Leben und über das Lebensende. Der Gedanke an den Tod machte ihr keine Angst; sie legte ihr Leben und ihr Lebensende in die Hände Gottes. Frau H. war sehr religiös und bezog aus ihrem Glauben die Kraft für das Leben und für den Tod.

Im Laufe der Monate nahm das Vergessen zu. Inzwischen war sie auch nicht mehr in der Lage selbständig zu essen, die Lähmung verstärkte sich. Ich besuchte Frau H. meistens zur Abendessenszeit, um ihr mit Ruhe und viel Zeit das Essen eingeben zu können. Dies war nicht nur für sie, sondern auch für das Pflegepersonal eine Hilfe. Da mir Frau H. in der Zeit davor ihr Leben erzählt hat, war nun ich in der Lage, ihr ihr eigenes Leben wieder erzählen zu können. Manchmal erkannte sie etwas, aber meistens hörte sie nur zu. Was bis zu ihrem Tod noch möglich war, war gemeinsames Singen - ob Volkslieder oder Schlager - und beten. Obwohl sich das Gedächtnis verdunkelte, wusste sie die Texte der Lieder und der Gebete.

Kurz nach ihrem 78. Geburtstag, den wir noch mit Torte und Sekt feierten, verstarb sie.

Henny Wangemann, Hospizbegleiterin

Gedichte, die bleiben

Im Zuge meiner ehrenamtlichen Tätigkeit besuchte ich einen Pflegeheimbewohner, der schwer an Krebs erkrankt und erst einige Tage zuvor ins Pflegeheim gekommen war. Die Krankheit war bereits weit fortgeschritten. Ein wenig aufgeregt betrat ich sein Zimmer, um einen ersten Eindruck zu gewinnen. Die Pflegeleitung hatte mir erzählt, dass Herr M. einsam sei und Ansprache benötige. Über seine unheilbare Erkrankung wisse er Bescheid.

Sehr schnell kam ich mit Herrn M. ins Gespräch - er war offen und authentisch. Er erzählte mir von seinem Leben und seiner beruflichen Tätigkeit. Es stellte sich heraus, dass er Dichter und Poet ist. Er fragte mich, ob ich ihm eines seiner Gedichte vorlesen könnte. Ich begann vorzulesen und Herr M. sprach "sein Gedicht" laut mit. Das war sehr berührend, da ich aufgrund seines eigenen Tempos und seiner eigenen Betonung das Gedicht ganz anders erlebte. Jedoch ging es ihm nicht um das Vorlesen alleine. Vielmehr stellte mir Herr M. Fragen zu dem Inhalt des Gedichtes und wie ich dieses und jenes interpretieren würde. Ich war regelrecht auf dem "Prüfstand", aber niemals in unangenehmer Weise. Hätte ich seine Gedichte nicht in der ihm wichtigen Form verstanden oder wäre es nicht zu einer inhaltlichen Auseinandersetzung gekommen, wäre unser Kontakt wohl zu Ende gewesen. Nicht, weil Herr M. einer anderen Auslegung gegenüber intolerant gewesen wäre, sondern weil er seine Gedichte nochmal "leben" wollte - er hatte keine Zeit mehr für andere Sichtweisen. Er war wichtig, er und seine Gedanken und Gefühle hierzu. Er bat mich wiederzukommen, was ich auch zusagte. Die Krankheit verschlechterte sich und so besuchte ich ihn am Wochenende zweimal. Jedes Mal sprachen wir über seine Gedichte und obwohl er schon sehr schwach war, ging es ihm immer um die inhaltliche Diskussion.

Als ich ihn am darauffolgenden Dienstag wieder besuchen wollte, erfuhr ich, dass Herr M. in der Nacht zuvor im Beisein seines Sohnes verstorben war. Ich ging in sein Zimmer um Abschied zu nehmen und fand ihn sehr friedlich wirkend vor. Ein berührender Moment, ich spürte seine Anwesenheit und meinte seine Stimme zu hören. Bei meinem letzten Besuch hatte er mir einige seiner Gedichte als Kopien geschenkt - ein für mich sehr kostbares Geschenk. Sind es doch viel mehr als "Zeilen". Hinter jeder steht ein Gedanke über seine persönliche Weltanschauung. Ich bin dankbar, dass ich teilhaben durfte.

Ingrid Kästlen, Hospizbegleiterin

12 Begleitung in einem Pflegeheim

Steht nicht an meinem Grab und weint, ich bin hier nicht, ich schlafe nicht,
ich wehe als Wind auf rauer See, ich strahle als Diamant auf weißem Schnee.

Ich scheine als Sonne auf reifes Korn, ich strahle als Stern in dunkler Nacht
und wenn ihr im Morgenlicht erwacht, bin ich der Vogel
der himmelwärts fliegt,
aus dem Schwarm der ruhig seine Kreise zieht.

Steht nicht an meinem Grab und weint,
ich bin hier nicht.

Gedicht eines Navajo-Indianers



Begleitung einer bemerkenswerten Frau

Ich begleitete Frau R. zunächst in ihrer Wohnung, wo sie recht komfortabel mit ihrem fürsorglichen Sohn lebte. Zwei Aufenthalte auf der Palliativstation waren notwendig und dann auch die Verlegung ins Hospiz Xenia. Frau R. litt an einem Mamma-Karzinom mit Metastasen.

Sehr schnell kristallisierte sich heraus, dass es ihr größter Wunsch war, hinaus zu kommen. Ich fuhr Frau R. mit einem klappbaren Rollstuhl ins relativ nah gelegene Einkaufszentrum zum Eis essen. Das tat ihr gut! Später traute ich mich, den Rollstuhl in mein Auto zu verfrachten und Frau R. in ein von ihr geliebtes Café zu kutschieren. Oder mit ihr auf den Friedhof zu fahren, auf dem sich ihre Familiengräber befinden. Sie war vor ihrer Übersiedlung ins Hospiz in der Lage, kurze Wege zu Fuß zu gehen. Auch während ihres Aufenthaltes auf der Palliativstation fuhren/rollten wir draußen herum und besuchten die Cafeteria.

Wir sprachen über Themen, die Frau R. wichtig waren: über ihr Leben, ihre Familie, über "Gott und die Welt". Wir hatten recht kurzweilige Stunden miteinander. Frau R. war eine fröhliche, bewundernswert tapfere Frau. Tod und Sterben waren für sie eher Tabuthemen. Wenn es sich ergab, versuchte ich in Augenhöhe (wir sind gleich alt) über unser aller Endlichkeit zu sprechen. Frau R. war vom Hospiz begeistert.

Leider verschlechterte sich ihr Zustand rapide. Kurz vor der einsetzenden Verwirrtheit öffnete sie sich, sprach mit mir über ihren bevorstehenden Tod und ihrer Angst davor. Ich versuchte, sie zu trösten, indem ich ihr sagte, dass ich ihre Schutzengel wahrnehme und dass sie in die Liebe und ins Licht gehen und von ihrem kranken Körper erlöst sein werde.

Frau R. wollte Gewissheit, die konnte ich ihr nicht geben. Trotzdem hoffe ich, dass mein Bemühen, ihre Angst zu lindern, ihr geholfen hat. Frau R.s Freundschaft und ihr Vertrauen bleiben für mich ein Geschenk.

Elisabeth Mederer, Hospizbegleiterin

Amelie und der Schlüssel

Amelie war 48 Jahre alt und damit genau so alt wie ich. Das erste Mal sah ich sie im Hospiz Xenia in einem Rollstuhl. Als es Amelie beständig schlechter ging, kam immer weniger Besuch. Sie konnte kaum noch laufen. Sie war sehr dünn, schwach und unruhig. Wackelig auf den Beinen und immer in Gefahr zu stürzen, irrte sie im Hospiz umher. Sie rief Namen, z. B. Jürgen... Jürgen. Jürgen war ihr Freund. Auch suchte sie immer nach einem Schlüssel. Ich fragte sie, welcher Schlüssel das sein sollte und wozu sie ihn bräuchte. Sie wusste es selber nicht und wozu sie ihn brauchen könnte. Sie wusste nur, dass sie ihn finden musste. So nahm ich sie am Arm und wir gingen gemeinsam umher und suchten den Schlüssel. Allmählich beruhigte sie sich. Wir unterhielten uns noch eine Weile, dann wollte sie in ihr Bett. Ich half ihr dabei und deckte sie zu. Wir unterhielten uns über unsere Jugend und welche Musik wir gerne gehört haben. Dabei stellte sich heraus dass ich ein Sweet Fan war und sie ein Bay City Rollers Fan. "Ich mag dich trotzdem", sagte ich zu ihr und wir beide lachten. Denn man muss wissen, dass die Fans beider Gruppen Feinde waren!

Als es Zeit war zu gehen, verabschiedete ich mich von ihr. Sie schaute mir in die Augen und antwortete: "Schön dass wir uns kennen gelernt haben, wenn es auch nur so kurz war". Ich deutete diesen Satz als Abschied und Vorahnung ihres baldigen Todes. Irgendetwas an Amelie selbst und ihre letzten Worte haben mich an diesen Abend sehr berührt. Sie war schon extrem schwach und vom Tod gezeichnet.

Als ich folgende Woche wieder ins Hospiz kam, ging ich in ihr Zimmer und sah nach ihr. Sie lag reglos im Bett. Mir kamen die Tränen und ich sagte: "Amelie, ich wünsche dir alles Liebe und Gute. Jetzt hast du den Schlüssel gefunden, bald geht die Tür auf und du bist frei."

Später ging ich nochmal zu ihr. Leise öffnete ich die Tür und ging an ihr Bett. Amelie hatte aufgehört zu atmen. Sie war gestorben. Ich wünschte ihr, dass sie Ruhe und Klarheit finden möge und sich alle Verwirrungen ihres Lebens klären mögen. Ich blieb noch eine Weile und sah sie an. Die Schwestern und Pfleger kümmerten sich liebevoll um sie. Amelie strahlte Ruhe und Frieden aus, sie war sehr schön.

Herbert Baaser, Hospizbegleiter

Einschlafen dürfen

Einschlafen dürfen, wenn man müde ist,
und eine Last fallen lassen dürfen,
die man sehr lange getragen hat,

das ist eine tröstliche, eine köstliche und wunderbare Sache!

Hermann Hesse



Gefühlter Herbst

Und wieder bereite ich mich auf einen Besuch auf der Palliativstation vor. Vergangen waren frostige Herbstnächte, welche die Blätter vom wilden Wein am Zaun bunt gefärbt hatten - gelb, orange, rot, von dunkel bis hell. Auch etwas grün war noch dabei. Diese Blätter sollte ich heute mitnehmen, denke ich bei mir. Nach dem Pflücken und Säubern, ordne ich sie in einen flachen Korb und nehme diesen mit.

Auf der Station werden mir einige Patienten genannt, die an diesem Tag noch keinen Besuch bekommen haben. Als ich an eine Zimmertüre klopfte, sie öffne und in das in Dämmerlicht getauchte Zimmer trete, treffe ich auf einen halbawachen älteren Herrn in seinem Bett. Woran mochte er wohl gerade denken? Ich stelle mich vor und frage ob ich mich zu ihm ans Bett setzen darf. Er willigt ein und schaut nun neugierig in meinen Korb. "Ich möchte Ihnen ein Stück vom Herbst bringen, suchen Sie sich ein buntes Blatt heraus", forderte ich ihn auf. Freudig nimmt er eines heraus und betrachtet es. Er erkennt fachmännisch an der Form, dass es sich um ein Weinblatt handelt. Bevor er es schon wieder weglegen will, frage ich: "Wie fühlt es sich für Sie an?" Sachte streicht er mit den Fingern über das Blatt, "weich, glatt wie Leder" antwortet er nach einer Pause. Ich war überrascht, auf Leder wäre ich nicht gekommen, mehr auf Wein. Kurz entschlöße ich mich, unser Gespräch dem "Schlüsselwort" Leder anzupassen. Ich frage: "Welche Gegenstände aus Leder fallen Ihnen ein?" Seine spontane Antwort: "Mein Schulranzen, der war aus Leder... das war damals teuer, aber er musste ja auch viel aushalten... manchmal flog er schon in die Ecke... die Schiefertafel ging zu Bruch, aber der Ranzen hatte nur eine Schramme". So erzählt Herr N. weiter vom Inhalt seines Ranzens, vom 1. Schultag ohne Schultüte, von Klassenkameraden und mehr, ohne Punkt und Komma. Mit dem Satz: "Wir sind im Frühjahr eingeschult worden, nicht im Herbst" schließt er seine Erinnerungen ab. Seine Augen werden schwer und in seinem Schweigen spüre ich, er ist noch bei den Bildern seiner Schulzeit. Leise bedanke ich mich für das schöne Gespräch und verabschiede mich.

Dem Patienten habe ich ein einfaches Herbstblatt gebracht und er schenkte mir einen Einblick in seine Biographie, ein Akt des Vertrauens. Meine innere Freude und Erfüllung verlangen ein kurzes Innehalten, ehe ich für den nächsten Patienten da bin.

Ilse Ramming, Hospizbegleiterin

Sterbende und ich

Seit fast 20 Jahren begleite ich Schwerstkranke, deren Angehörige und Trauernde. Immer wieder hat Sterben und Trauer ein anderes Gesicht.

Gestern war ich auf der Palliativstation des Klinikums Nürnberg-Nord. Die Türe zu einem Zimmer steht offen. Ich höre Geräusche. Die Schwester bittet mich: "Geh zu dieser Patientin, das wird ihr gut tun. Sie ist dann nicht alleine". Leise gehe ich in ihr Zimmer, begrüße die Patientin, sage wer ich bin und setze mich an ihr Bett. Ich bin nicht sicher, ob sie mich wahrnimmt. Ihr Gesicht ist hager und bleich, die Atmung ist relativ ruhig und gleichmäßig. Regungslos liegt sie da. Wer ist sie? Solche Gedanken kommen mir oft, wenn keine Kommunikation mehr möglich ist. Immer wieder kommt das Stöhnen. Helfen möchte ich in solchen Situationen, aber wie? Hier merke ich wieder einmal, wie hilflos wir Menschen doch sind.

Eine dünne Decke deckt sie zu. Ich lege meine Hand auf ihren Arm. Mag sie diesen sanften Kontakt? Ich spüre keine Reaktion, keine Veränderung im Gesicht. Das macht hilflos. Ich will nichts tun, was ihr unangenehm ist. Kälte spüre ich durch die dünne Decke und suche deshalb ihre Hand direkt. Sie ist eiskalt.

Sie hat wunderschöne Hände. Schlank; ein Ehering steckt am Ringfinger und ein kleines Silberkettchen schmückt ihr Handgelenk. Ich halte kurz meine Hand auf ihre, vielleicht gibt ihr das etwas Wärme, Energie. Dann decke ich sie wieder vorsichtig zu. Mein Tun erkläre ich ihr leise. Das ist wichtig. Wir wissen nicht wirklich, ob die Kranken im komaähnlichen Zustand nicht doch alles mitbekommen, was um sie herum und mit ihnen geschieht.

So sitze ich ruhig, wartend. Aktivität ist für mich leichter zu ertragen aber ich weiß auch, dass Sterbende Ruhe brauchen. Nur unser beider Atem begegnet sich. Diese, vielleicht knapp 60jährige Frau, ist auf dem uns unbekanntem Weg und sie sollte ihn ungestört gehen dürfen.

Die Oberärztin der Palliativstation kommt und schaut nach ihr. Sie begrüßt sie mit Namen, streichelt sie. Rührung und Betroffenheit liegt in ihrer Stimme als sie sagt: "Frau D. ist so eine ganz Liebe, sie war ihr Leben lang fleißig und da sie kinderlos geblieben ist, waren ihre beiden Neffen ihr Ein und Alles".

Jetzt nehme ich das Bild auf ihrem Tisch wahr. Eine schöne Frau mit zwei sehr netten jungen Männern, ja eher erwachsenen Buben. Das war ihr Leben noch vor ein paar Wochen! Jetzt liegt sie da und geht den letzten Weg. Einen Weg, den wir alle gehen werden. Die Ärztin verabschiedet sich von ihr und sagt zu mir ganz leise: "Sie ist

schon weit weg!" Ja - das spüre ich auch.

Wie mein Weg wohl einmal aussehen wird? Ob ich auch daliege und mir vertraute Stimmen ans Ohr klingen; ich aber nicht mehr antworten kann? Kommt dann auch eine Ärztin, die so liebevoll mit mir umgeht? Ob ich es dann sehr traurig finde, dass ich nicht mehr reagieren kann? Oder - ob ich mit meinem neu zu gehenden Weg gedanklich und gefühlsmäßig so beschäftigt bin, dass mein Umfeld für mich nicht mehr so wichtig ist? Ich weiß es nicht.

Die ausgelösten Gefühle begleiten mich bis nach Hause. Vielleicht hilft mir gerade solches Erleben, mich heute schon mit meiner eigenen Vergänglichkeit, meinem Tod, vertraut zu machen. Wie wird er wohl sein? Auf diese Frage ist die Antwort: Ich werde es erleben.

2 Tage nach meinem Besuch ist Frau D. friedlich eingeschlafen.

Heide Schwab, Hospizbegleiterin



Menschen begegnen sich

Wir sind uns am Ende deines Weges begegnet.
Wir gingen ein Stück Leben zusammen.
So leicht fanden unsere Füße gemeinsamen Schritt...
Habe ich dich oder hast du mich begleitet?

Nach kurzem Gang trennten sich unsere Wege.
Aber: Wie viel Leben kann in wenigen Schritten geschehen,
Wie viel Vertrauen wächst in Menschenbegegnung...
Habe ich dich oder hast du mich begleitet?

Du zieltest zur Tür in die andere Welt.
Die Welt, von der wir hier so wenig wissen.
Dein Geist war schon dort, dein Geist war auch hier...
Habe ich dich oder hast du mich begleitet?

Nun hast du einen neuen Weg beschritten.
Ich gehe meinen Weg hier weiter, suchend.
Jeder Menschenweg endet - oder beginnt? - an der einen Tür!
Habe ich dich oder
hast du mich an die Hand genommen?

Hilke Müller, Hospizbegleiterin



Eine Kinderbegleitung bei Familie B.

Familie B. hat einen stark lebensverkürzt erkrankten Sohn, Jakob, sowie ein gesundes Kind und gesunde Zwillinge. Wir Kinderhospizbegleiterinnen gehen nun bereits seit über vier Jahren wöchentlich für ca. 2 Stunden zu der Familie.

Jakob kann mit einem Elektro-Rollstuhl die Schule besuchen. Er wird 21,5 Stunden täglich von einem Kinderpflegedienst zu Hause und in der Schule versorgt. Die verbleibenden 2,5 Stunden des Tages müssen von den Eltern allein abgedeckt werden. Hier unterstützen wir, damit die Eltern mit den anderen Kindern in Ruhe zu Abend essen und diese dann zum Schlafen fertig machen können. Wenn kein Pflegedienst bei Jakob ist, muss immer ein Elternteil in Rufnähe sein, falls es zu Problemen mit der Beatmung kommt oder er abgesaugt werden muss. Es kann auch vorkommen, dass an einem unserer Besuchstage die Eltern dadurch mehr entlastet werden, wenn wir uns um eines oder auch alle Geschwisterkinder kümmern, was wir gerne tun, da diese uns mittlerweile gut kennen.

In der Regel läuft unser Besuch nach einem festen Schema ab: Wir sind noch nicht ganz in der Wohnung drin, ruft Jakob aus seinem Zimmer schon sehnsüchtig nach uns, meistens noch mit dem Zusatz: " Ich habe dich so vermisst". Er ist ein sehr liebenswertes, freundliches, lebensfrohes und neugieriges Kind, was trotz Beatmung gut verständlich sprechen kann und es ganz charmant versteht, alle Erwachsenen um den Finger zu wickeln. Nach der Begrüßung sprechen wir seinen Tag bzw. die vergangene Woche durch, je nach Stimmung ausführlicher oder nicht. Es ist dann meist noch eine Pflegedienst-schwester dabei, die ihn für die Nacht fertig macht und die uns auch einen Kurzbericht über Jakobs Tag gibt. Dann beginnt Jakob in unsere mitgebrachte Tasche zu schauen, welche Bücher wir für ihn dabei haben und zu entscheiden, was er vorgelesen bekommen möchte. Hierbei müssen wir immer den Mittelweg finden zwischen dem, was er alleine machen kann und der Hilfe, die wir ihm geben dürfen. Seitdem er lesen kann, liest er von jeder neuen Seite den ersten Satz selbst. Während des Vorlesens ergeben sich dann auch noch viele Gespräche, die auch mal ernsteren Charakter haben können, wie zum Beispiel die Frage, ob er im Himmel dann Fußball spielen kann. Je nach Interesse kommen zum Vorlesen dann auch seine Geschwisterkinder mit aufs Bett und hören zu. Am liebsten hört er die Geschichten oder Märchen mehrmals. In der Zeit, in der wir dort sind, liegt er ausschließlich flach im Bett, was recht schwierig ist, wenn er auch mit uns spielen will. Da er durch seine Erkrankung nichts greifen oder halten kann, müssen wir für ihn das Spielzeug nach seinen präzisen Angaben bedienen. Hier legt

er sehr großen Wert darauf, dass wir ganz genau nur das machen, was er uns sagt.
Der Abschluss unseres Besuches gestaltet sich immer gleich: Wir schauen mit ihm zusammen das Sandmännchen.
Danach ist Verabschiedung von Jakob und bei Bedarf noch ein Gespräch mit den Eltern.

Sigrid Dorner und Silvia Hemming, Kinderhospizbegleiterinnen



Ein schwerer Start ins Leben

Das Weihnachtsfest steht vor der Tür und Lucas hat seinen ersten Geburtstag, als ich ihn kennenlernen darf. Er läuft, sich mit den kleinen Händen festhaltend, am Tisch entlang und nimmt vorsichtig Kontakt zu mir auf. Seine großen blauen Augen und seine blonden Locken ziehen mich in seinen Bann. Seine Mama erzählt mir, dass Lucas in seinem ersten Lebensjahr schon zwei schwere Herzoperationen überstanden hat. Schon im Mutterleib diagnostizierten die Ärzte, dass das werdende Kind nur ein halbes Herz hat und mit großer Wahrscheinlichkeit nicht überleben kann. Man riet ihr das Baby abzutreiben. Sie entschied sich aber für sein Leben.

Die Mutter ist alleinerziehend und hat neben Lucas noch einen größeren Sohn. Das Geld ist knapp, jeder Euro wird umgedreht ehe er ausgegeben wird. Dank einer Spende, die für den Kinderhospizdienst bei uns eingetroffen ist, gehen wir einkaufen. Dringend wird Kleidung benötigt. Nach intensivem Anprobieren und Auswählen gehen die drei mit zwei vollen Taschen glücklich nach Hause.

Das neue Jahr beginnt. Die Mutter würde gern wieder arbeiten gehen. Dafür braucht sie aber einen Krippenplatz für Lucas. Dieser Platz muss allerdings ein "integrativer" sein, d.h. Kinder mit schweren Erkrankungen werden gemeinsam mit gesunden Kindern betreut. Der Betreuungsaufwand ist größer. Dafür muss die Krankenkasse ihre Einwilligung geben und ein Platz frei sein. Es gelingt uns, einen solchen Platz zu organisieren. Leider musste die Mutter den Platz absagen, weil Lucas laufend Infektionen mit Atemnot hat. Wir sorgen dafür, dass der Platz erhalten bleibt.

Lucas Bruder ist ein besonderes Kind. Er malt gern und interessiert sich für Vieles. Für die Schule lernt er nicht so gern. Er ist ein typisches Geschwisterkind, welches sich neben seinem kranken Bruder oft zurücknehmen muss und dann in der zweiten Reihe steht. Zu ihm kommt regelmäßig eine unserer Ehrenamtlichen, die speziell für den Kinderhospizdienst ausgebildet ist und widmet sich voll und ganz seinen Interessen.

Ein Aufenthalt im Kinderhospiz kann unsererseits kurzfristig organisiert werden. Dort verlebt die kleine Familie glückliche Tage und kann sich vom Alltag erholen. Lucas hat sich als Wasserratte entpuppt. Die Mutter ruft aus dem Kinderhospiz an und berichtet, wie schön es dort ist. Morgen ist eine weitere, unerlässliche Herzoperation geplant.

Jeder hat Angst, es ist ein sehr großer Eingriff, der den ganzen Tag dauern wird. Wiedermal kann niemand sagen, ob Lucas diesen Eingriff am offenen Herzen schafft. Es ist ein kleiner Trost für die Mutter, dass sie nicht allein sein wird, wenn sie die angstvollen Stunden vor dem OP warten muss. Ich begleite sie.

Renate Leuner, Koordinatorin



Trauer ist zäh

Ziemlich genau vor einem Jahr war mein Partner unheilbar an Krebs erkrankt: Chemotherapie sinnlos - keine Chance mehr! Er wünschte sich eine letzte Reise nach Frankreich und ich war vor lauter Angst und Verzweiflung nicht mehr in der Lage, klar zu denken.

Wer könnte mir raten? Wer kennt sich in solchen Situationen aus? So kam ich zum Hospiz-Team Nürnberg. Dort riet man mir, mich für Eventualitäten möglichst gut abzusichern und die Reise zu wagen; im Bewusstsein, dass ich mir nach seinem Tod keine Vorwürfe zu machen bräuchte. Der Rat war klug und richtig - die Reise trotzdem furchtbar anstrengend. Nach drei Wochen kamen wir zurück, eine Woche später war mein Lebensgefährte tot. Nun stand ich allein, voller Trauer und Erschöpfung.

Wieder bat ich im Hospiz-Team um Unterstützung. Zu meiner Überraschung durfte ich sofort ins Trauerberatungs-Zentrum kommen. Noch vor der Beerdigung war unser erstes Gespräch. Hier war ich sicher, hier war Ruhe, hier war alles erlaubt: Weinen, Klagen, Schweigen, Reden, Beten...! Im Gegensatz zu den Begegnungen mit Freunden und Verwandten bin ich hier unbekannt. Keine Erwartungen, keine Rollenmuster belasten mich. Ich kann sein, wie ich will. Das Gute am Trauergespräch ist, dass es keine Tabus gibt! Ich kann klagen, so lange ich will. Und ich habe viel geklagt - ich hatte auch allen Grund!

Mit der Zeit wurden die Intervalle länger: wöchentliche Gespräche am Anfang, alle zwei, dann alle drei Wochen... viele Monate lang. Trauer ist zäh. Sie klebt an einem, sie hängt sich dem Betroffenen an die Fersen und zieht jeden mutigen Schritt beharrlich zurück. Manchmal lauert sie hinter Ecken, wo man sie gar nicht vermutet: ein unbedachter Satz, eine kleine Geste - und die Trauer fühlt sich plötzlich an wie am ersten Tag. Manchmal möchte man verzweifeln. Aber mich hat eine Trauerberaterin ermutigt: "Sie sind tapfer!" - "Sie haben so viel geschafft!" - "Sie sind schon ganz weit gekommen!" Es ist so wohlthuend, als trauernde Frau Lob zu bekommen, auch wenn man selbst erst gar keine Erfolge wahrnehmen kann. Irgendwann habe ich festgestellt, dass ich im Trauergespräch mindestens genauso oft auch lache, wie ich weine. Die Gespräche brauchen nicht mehr so viele Taschentücher. Der Blick weitet sich wieder. Das Leben wird bunter ...

Jetzt, nach einem Jahr, nehme ich Abschied - mit Eiskaffee statt Fencheltee (wie am Anfang)! Es fällt mir fast schwer, nicht mehr hierher zu kommen. Wie viel Zeit habe ich hier verbracht!? Ich bin nicht mehr die Gleiche, aber auch nicht bitter - wie ich das am Anfang befürchtet hatte. Das verdanke ich auch der einfühlsamen, geduldigen Begleitung im Trauerberatungs-Zentrum. Ja, ich bin sehr dankbar!

Eine Trauernde

Da muss doch was zu machen sein!

Ich begegne Herrn L. ein gutes halbes Jahr nach dem Tod seiner Ehefrau. Er hatte sich im Trauerberatungszentrum gemeldet, weil sein Trauern nicht enden wollte und ihn seine Gefühle immer wieder einholten.

Zu dem vereinbarten Gesprächstermin erscheint ein dynamisch wirkender älterer Herr mit einem Tablet-PC unterm Arm. Er baut ihn ohne Umschweife auf dem Tisch auf und schildert mir nach einer kurzen gegenseitigen Vorstellung seine Situation. Er sei als Unternehmer mit nun über 80 Jahren immer noch beruflich engagiert, fühle sich jetzt aber zunehmend überfordert. Er könne sich zu nichts mehr aufraffen und sei doch innerlich ruhelos. Am meisten mache ihm aber zu schaffen, dass er unvermittelt immer wieder weinen müsse und nichts dagegen tun könne. Er frage sich, wie es weiter gehen solle, sein Leben habe mit dem Tod seiner Frau allen Sinn verloren, sie sei sein einziger Bezugspunkt gewesen. "Wir hingen aneinander wie die Kletten, ein Leben lang." Herr L. bricht bei diesen Worten in Tränen aus, bemüht sich rasch um Fassung und entschuldigt sich. "Ich weiß nicht, ob mir jemand helfen kann, aber ich will nichts unversucht lassen, deshalb bin ich hier."

Er beginnt in seinem PC zu suchen, er habe einen Brief an seine Frau mitgebracht, ob er ihn mir zeigen dürfe? Es ist ein Abschiedsbrief, worin er sich mit den Gefühlen seiner Frau gegenüber auseinandersetzt. Er beschreibt darin, was sie ihm bedeutet hatte, wie tief er sich ihr verbunden fühlte und wie sehr er sie nun vermisse, als andere Hälfte seiner selbst. Aber er befasst sich auch damit, was er in der Beziehung zu ihr versäumt hatte, wo er ihre Bedürfnisse ignoriert, ihre Gefühle übergangen hatte und ihr nicht gerecht geworden war. Er macht sich jetzt noch Vorwürfe und bedauert zutiefst, nichts wieder gut machen zu können. Herr L. muss wieder weinen und sitzt in sich versunken da, voller Trauer und Schmerz. Als müsse dies ein Ende finden, klappt er unvermittelt seinen PC zu und richtet sich energisch auf. "Da muss doch was zu machen sein!" sagt er fast ungeduldig. Es sei doch nun schon über ein halbes Jahr vergangen und er komme einfach nicht darüber hinweg. Im weiteren Verlauf des Gespräches äußert er zögernd seine Vorstellung von einer Art - Anleitung für Trauernde im Umgang mit schmerzlichen Gefühlen - wir seien doch Fachleute. Ich erkläre ihm, dass es so eine allgemeine Anweisung nicht gibt, weil Trauer eben viele Facetten hat und ganz individuell verläuft. Ich versuche ihm zu vermitteln, dass seine Reaktion auf den Tod eines geliebten Menschen durchaus angemessen ist, dass seine Trauergefühle und sein Weinen zu ihm gehören und er mit dem Brief und unserem Gespräch einen Weg zur Bewältigung eingeschlagen hat. Aus meiner Sicht mache er

bereits alles richtig, Trauer brauche ihre Zeit.

Herr L. wirkt erleichtert, der theoretische Rahmen scheint ihm in der Trauer Orientierung und Halt zu geben. Wir beziehen seine verstorbene Frau zum Abschluss des Gespräches mit ein und ich frage, was sie ihm jetzt wohl raten würde? Er braucht nicht lange nachzudenken: "Hab Geduld!" würde sie ihm sagen, und: "Es wird wieder gut." Er ist berührt von diesen tröstlichen Worten und meint, vielleicht solle er sich das selber auch ab und zu sagen. Ich bekräftige ihn in diesem Vorhaben und bedanke mich für sein Vertrauen.

Irmgard Bina, Trauerberaterin



Von den Sterbenden leben lernen

Warum ich Hospizbegleiter bin? Eigentlich, weil ich etwas (zurück) geben möchte. Und weil ich es wichtig empfinde, das Menschen in Würde und Ruhe sterben dürfen. Und weil ich mir wünsche, dass das Tabu "Tod" offener betrachtet und geachtet wird. Und weil ich Werte wie Achtsamkeit, Hilfsbereitschaft und Liebe schätze. In meinem Leben bin ich so reich gesegnet und gut beschützt, dass es mir ein Herzensanliegen ist, etwas beizutragen, was anderen Menschen Freude, Glück, Gelassenheit schenken kann. Mehr wollte ich nicht.

Doch Sterbebegleitung ist anders, unerwartet und bereichernd. Das was ich erwartungsfrei gebe, kommt in vielfachem Maße zurück. Ich erhalte so viel Dankbarkeit und Vertrauen, darf an einem Leben teilnehmen, das sich dem Ende neigt. Was ich hier bekomme ist außerordentlich wertvoll. Ein Mensch, der nun nichts mehr an seinem Leben verändern kann, teilt mit mir seine Lebenserfahrung. Was war schön? Was hätte man gerne anders gemacht?

Wenn unsere Gesellschaft das Sterben wie auch das Leben in unsere Mitte holen würde, könnten wir viele wundervolle Erkenntnisse sammeln. Wir müssten nicht "jeden Fehler" selber machen. Wir dürften wahrnehmen, was wohl "funktioniert" bzw. eher weniger von Erfolg gekrönt ist.

Irgendwann stirbt jeder. Wäre es nicht schade, wenn einem dann (erst) auffällt, dass man von bereits voraus Gegangenen hätte lernen können ... es aber nicht getan hat?

Ist es nicht auch eine Weise der Achtung - vor dem Leben, vor dem Tod, vor den Menschen - so miteinander verbunden zu sein, dass wir uns erlauben, von den Sterbenden leben zu lernen?

Manuela Starkmann, Hospizbegleiterin



Lebensbegleitung



Herausgeber:

V.i.d.P.

Redaktionsteam:

Satz und Gestaltung:

Druck:

Hospiz-Team Nürnberg e.V.

Dirk Münch, 1. Vorsitzender

Team AG der Öffentlichkeit

Grafisches Studio Frank Vetter

info@grafisches-studio.de

www.wir-machen-druck.de

Auflage Juli 2017

