



## Die Würde des Betroffenen ist das höchste Gut

Jannik Haller

Wenn man darüber nachdenkt, worüber man mit Freunden in meinem Alter diskutiert, dann fällt auf, dass der Tod oder Sterben so gut wie nie Thema sind. Doch liegt es daran, dass wir diese Themen verdrängen, weil wir das Glück haben, nur sehr selten mit ihnen in Kontakt zu kommen oder liegt es generell an unserer Einstellung zum Leben, welche eher Zukunft als Chance fürs Leben und nicht Zukunft als Ende des Lebens umfasst?

Ich habe mich mit ein paar Leuten meines Alters über ihre Meinung zu Tod und Sterben unterhalten und werde ein paar Gründe nennen, warum man sich so selten in meiner Generation damit beschäftigt. Zudem werde ich meine Erfahrungen mit eben diesen Themen, die ich während meiner Praktika im Hospiz und Kinder- und Jugendhospiz gemacht habe, schildern.

Tod ist eigentlich ein sehr allgegenwärtiges Thema in unserer Gesellschaft. Wirft man einen Blick in die Zeitung, schaltet man kurz die Nachrichten ein, so wird man von einer Welle an Massenmorden und Krankheitsleiden der Menschheit überschwemmt – aber kommt man trotzdem damit in Berührung? Nein, nicht wirklich. Diese Dinge passieren viel zu weit weg von der eigenen Realität, auch wenn man ein Gefühl der Betroffenheit erleben kann. Selten gibt es Momente, in denen man wirklich mit Sterben konfrontiert wird. Diese beschränken sich hauptsächlich auf Beerdigungen von Verwandten. Nun sind Beerdigungen in den meisten Fällen religiöse Angelegenheiten und hier fällt auf, wie sehr – auch heute noch – Sterben mit Religion zu tun hat. Schon das Beispiel, dass Hospize kirchliche Einrichtungen sind, bestätigt dies. Nun lässt sich auch beobachten, wie wenig die Leute meiner Generation mit Religion zu tun haben – ich selber bin nicht einmal getauft. Da der Tod und der Weg dorthin oft als spirituell gehandelt und erlebt werden, ist es schwer, sich in eine solche Lage, in der religiöse Gedanken helfen, hineinzusetzen; mal ganz abgesehen davon, dass der Gedanke an ein Ende in jungem Alter abschreckt.

Ich selber habe aus nächster Nähe mitbekommen, wie Religion eine Person, welche die letzten Tage ihres Lebens im Hospiz verbringt, zur Ruhe hat kommen lassen.

Das war, als ich 2016 im Rahmen eines dreiwöchigen Sozialpraktikums von der Schule aus im Hospiz Stuttgart war. Es gab eine ältere Dame, streng religiös erzogen, die immer in ihrer Bibel gelesen hat. Als Ablenkung und als Trostspende. Viel faszinierender war eine andere Dame, mit der ich, über die kurze Zeit, die ich mit ihr verbringen durfte, so etwas wie eine Freundschaft geschlossen habe. Die Dame hat mir viel über ihre Zeit früher mit Mann und Kindern erzählt und schien nie wirklich von der Kirche beeindruckt gewesen zu sein. Für sie war der Kirchenbesuch früher eher eine gesellschaftliche Pflicht als eine echte Überzeugung. Doch ein paar Tage vor ihrem Tod erzählte sie mir, dass sie im Zuge eines Angebotes vom Hospiz aus mit einem Pfarrer gesprochen hatte. Dieser hatte ein bisschen „Hokuspokus für die Seele“ mit ihr gemacht. Erst dachte ich, dass sie die ganze Sache nicht so ernst nimmt, doch sie schien sehr zufrieden damit; sie hatte jetzt mit ihrem irdischen Leben abschließen dürfen, ihre Sünden waren vergeben und sie konnte sicher sein, dass da ein Gott ist, mit dem sie sich vereinen kann, wenn das alles vorbei ist. Vor allem – es muss ja nicht alles vorbei sein nach dem Tod, wenn man im Einklang mit Gott ist. Das Ganze war zwar schwer für mich persönlich nachzuvollziehen, aber es ist doch sehr einleuchtend, wie sehr so etwas helfen kann. Ich konnte den Bezug zur Religion besser verstehen, als ich die Geborgenheit sah, die dahintersteckt: der Gedanke, dass man nicht verloren ist, wenn alles zu Ende geht.

Wie bin ich Sterbenden in meiner Zeit dort begegnet? Zunächst einmal trifft man auf etwas Unbekanntes, vor allem, wenn man mitten im Schulleben ist. Dann muss man sich fragen, noch bevor das Praktikum losgeht, wie man überhaupt damit zurechtkommen wird; es geht ja nicht nur darum, dass die Menschen dort sterben, Pflege gehört da auch dazu. Und so bin ich zum ersten Mal mit zerfallenen Körpern in Kontakt gekommen. Wenn man so etwas das erste Mal sieht, kann es einen doch auch ekeln – das soll gar nicht böse gemeint sein. Als ich das erste Mal geholfen habe, einen Gast zu waschen, kam in mir die Frage auf, wie ich denn so jemandem

sonst begegne. Ich war in der intimsten Sphäre und habe alles gesehen, was man im Alltag versteckt. Doch das ist schnell zur Normalität geworden. Für mich hat es sich schnell aufgeteilt, wer diese Personen sind, wenn man ihnen pflegerisch hilft und wenn man sich mit ihnen beim gemeinsamen Essen unterhält. Diese Aufteilung habe ich auch daran bemerkt, dass es Patienten gab, denen man pflegerisch sehr nahekam, die sich aber trotzdem nie im Gespräch wirklich öffnen wollten.

Das bedeutete auch für mich, zu lernen, es nicht persönlich zu nehmen, wenn die Patienten nicht reden oder Hilfe annehmen wollten. Ich meine, ich war ja da, um ein bisschen zuzuhören und meine Hilfe, wo ich nur kann, anzubieten. Doch da man im Sterben ja am meisten mit sich selbst beschäftigt ist, kann man es manchmal nicht brauchen, wenn jemand versucht, Nähe zu einem aufzubauen, wenn man sich gerade von allem verabschiedet. Eine wichtige Lektion war für mich, zu lernen, wann man Abstand gewähren muss und wann jemand Zuwendung braucht.

Zuwendung konnte ich der Dame, von der ich schon vorhin zum Thema Religion sprach, geben. Diese wurde, außer von ihrer Vermögensverwaltung, von niemandem besucht und so kamen wir schnell in die Routine, uns ein- bis zweimal am Tag raus in den Garten zu setzen, damit sie mir bei einer Schachtel Marlboro Gold von früher erzählen konnte. Zu diesem Zeitpunkt schien sie ihr ganzes Schicksal schon akzeptiert zu haben und erzählte über die schönen alten Zeiten. Nicht, weil es bitter war, dass sie vorbei sind, sondern weil sie zufrieden war, diese erlebt zu haben. Mit ihr habe ich mich zum ersten Mal gefühlt, als würde ich richtig helfen können, da ich als Schulpraktikant genug Zeit hatte, in der ich bei ihr sein konnte. So habe ich gelernt, es als selbstverständlich zu sehen, auf sterbende Personen zuzugehen, ohne sich von ihren Umständen abschrecken zu lassen, auch wenn eine gewisse Berührungsangst erst einmal noch geblieben ist. Der Körper kann sich unter schweren Krebsleiden doch sehr verändern. Die Berührungsangst habe ich mir dann erst bei meinem Praktikum im Kinder- und Jugendhospiz im Winter 2018/19 abgewöhnt, als ich um einiges mehr in der Pflege mithelfen konnte.

Da sich ein Kinderhospiz weniger mit den letzten Tagen eines langen Lebens, sondern mit der Entlastung von Familien, deren Kinder schwere Pflegefälle sind, beschäftigt, ist die Atmosphäre, sobald man es betritt, eine ganz andere. Der Umgang mit dem Tod ist zwar für alle Beteiligten, soweit sie alt genug sind, um ihn zu verstehen, immer noch Hauptthema, jedoch vermittelt einem die gesamte Villa, in der sich diese Einrichtung befindet, ein ganz anderes Bild. Überall liegt Spielzeug herum und das Wohnzimmer ist mit Luftballongirlanden geschmückt. Dort wird man als betroffene Familie aus dem Alltag herausgeholt, man kann Zeit mit sich und seinen Freunden verbringen, im Wissen, dass Leute da sind, die sich pflegerisch und pädagogisch um die Kinder kümmern. Man hat das Gefühl, dass das Sterben von den Patienten und ihren oft sehr jungen Geschwistern ferngehalten wird; nicht, dass man es ihnen verheimlicht, sondern eher, dass der ganze Aufenthalt auf das, was man noch Schönes im Leben hat, ausgerichtet ist. So habe ich viel gespielt und Ausflüge gemacht. Doch es kam auch vor, dass Eltern von ihren sehr jungen Kindern Abschied nehmen mussten. Eine solche Situation ist schwerer zu begreifen als in einem Erwachsenenhospiz, in dem die meisten Patienten auf ein langes Leben zurückschauen können;

hier schaut man auf ein Leben, das hätte sein können. Doch bleibt das Prinzip der Begleitung dasselbe: Man sucht nach allen Möglichkeiten, den Betroffenen eine schöne und würdevolle Zeit zu beschreiben, auf welche man mit schönen und nicht bitteren Erinnerungen zurückblicken kann.

Um noch einmal kurz auf die Dame aus dem Erwachsenen hospiz zurückzukommen: Nicht nur, dass ich ihr beim Sterben nahegekommen bin, auch bin ich zum ersten Mal einer toten Person begegnet. Nur eine Woche, nachdem mein Praktikum vorbei war, verstarb sie. Da ich viel Zeit mit ihr verbracht hatte, ging ich zu ihrer sehr kleinen Abschiedsfeier noch im Patientenzimmer. Nachdem ich auf der Anfahrt lange mit mir gerungen habe, wie ich der ganzen Situation begegnen soll, schien mir doch auf einmal alles sehr natürlich, als ich ins Zimmer kam. Da ich die letzten drei Wochen die ganze Zeit von sterbenden Menschen umgeben war, hatte ich mich auf die letzte Konsequenz, die in einem Hospiz logischerweise immer an die Tür klopft, schon eingestellt. Natürlich hätte ich es schön gefunden, noch einmal eine Geschichte von früher von ihr zu hören, aber viel schöner fand ich es, sie zum ersten Mal ohne Leiden, welche die Krankheit mit sich gebracht hatte, zu sehen: ohne dass sie Sekret hustete und ohne, dass sie sich beschwerlich in einen Rollstuhl hieven musste. Dieses Bild von ihr, im Bett, mit ein paar Blumen und einer Zigarette verziert, hat mir gezeigt, wie normal und würdevoll Tod sein kann. Denn man sieht aus, als würde man sehr entspannt schlafen und weniger eingefallen, als man noch die Tage davor aussah, weswegen ich es mich auch traute, sie zu berühren, um ihr eine Blume in die Hand zu geben.

Anhand dieser Erfahrung sieht man, wie anders ein Tod sein kann im Gegensatz zu dem Tod, mit dem man im Alltag in Kontakt kommt (Nachrichten und Unterhaltungsmedien). Es muss kein hässliches Ende sein, wie ein Unfall, oder ein romantisches, wie in einer Liebestragödie. Es kann ein langer und schwerer Prozess sein, der schwer auf Körper und Psyche wirkt, aber es sollte ein Prozess sein, bei dem die Würde des Betroffenen das höchste Gut ist. Und um diese zu bewahren, hat man keine andere Wahl, als auf die Menschen einzugehen und mit ihnen in Berührung zu kommen, denn der Tod ist normal. Nur weil wir es nicht mitbekommen, heißt es nicht, dass er nicht tagtäglich stattfindet. Ich bin mir sicher, dass viele Menschen meines Alters mit Sterbenden ohne Probleme in Berührung kommen könnten, sobald es eine Möglichkeit dazu gibt oder es Not tut. Allerdings findet Sterben sehr weit weg von jungen Menschen statt, da man wenig in die Kirche geht und immer weniger auf pflegerische Berufe zusteuert. Somit haben wir gar nicht die Möglichkeit, uns damit bekannt zu machen, außer dass wir wissen, dass wir auch irgendwann einmal dran sein werden und natürlich hoffen, dass uns ein genauso würdiges Ende beschert wird, wie es in einem Hospiz der Fall ist.



**Jannik Haller**  
ehemaliger Waldorfschüler und im Moment  
Praktikant in verschiedenen Berufen und auf  
der Suche nach dem passenden Studium  
akademie@hospiz-stuttgart.de

# SORGEKUNST

## Mutbüchlein für das Lebensende

*Sapere aude!  
Habe Mut, dich deines  
eigenen Verstandes  
zu bedienen!*

Immanuel Kant



SORGEKUNST  
Mutbüchlein für das  
Lebensende  
Andreas Heller, Patrick  
Schuchter  
124 Seiten, engl. Brochure,  
2., korrigierte Auflage  
Esslingen 2018,  
der hospiz verlag  
ISBN: 978-3-946527-14-5,  
Preis: EUR 14,90 (D) /  
EUR 15,30 (A)

In Gesellschaften des langen Lebens braucht es Mut, das Leben bis zuletzt anzunehmen. Die Lektüre dieses Büchleins erfordert Mut und soll Mut zurückgeben, um das alltägliche Leben im Jetzt vom Ende her zu betrachten. Die antike Philosophie war der Überzeugung: Dieser Mut ist notwendig, um das Denken klarer zu machen. Was sind die Möglichkeiten des Glücks? Wie lässt sich Vertrauen zu Mitmenschen aufbauen?

Dieses Denken entspricht der „Sorge“. Die Sorge hat zwei Seiten. Sorge beschwert. Der Tod, der Voraus-Blick auf die eigene mögliche Gebrechlichkeit und das Lebensende wecken diese Sorge. Die zweite Seite der Sorge ist aktiver. Sorgen heißt: Verantwortung übernehmen, sich kümmern, bedenken, gestalten, nicht ausweichen. Auf dem Spiel steht eine neue Sorgekunst.

Dieses Mutbüchlein steht in der langen Tradition der Lebenskunstliteratur. Es ermutigt zu einer Sorge um sich, mit anderen und für andere. Es ist ein leidenschaftliches Plädoyer für ein wesentlicheres Leben in menschlichen Beziehungen, hier und heute. Es wird getragen von der Einsicht, dass nicht „Planung“ der angemessene Umgang mit den existenziellen Herausforderungen ist, sondern Sorgekunst.

**Bestellungen unter  
Tel. 07 154 / 13 27 37 oder  
www.hospiz-verlag.de**