

Leitartikel

Peter F. Schmid

Ars moriendi

Sterben – ein Teil des
Lebens – und seine
Begleitung

„Das Problem schlechthin für den Menschen ist sein Tod. Er wird mit der Geburt mitgegeben, wächst mit dem Menschen mit, und der Mensch fällt ihm unweigerlich anheim. Der Tod ist das einzige, das dem Menschen in der Zukunft gewiß ist, das einzige mit Gewißheit Vorhersagbare. Man sage nicht, daß er das Natürlichste des Natürlichen sei. Er ist, im Gegenteil, für das Bewußtsein und für das Streben des Menschen das Widerwärtigste und Widernatürlichste, sozusagen das Perverseste, was der menschlichen Existenz zugemutet wird.“ (Otto Mauer)¹

Die heftigen Reaktionen auf eine Plakatserie eines internationalen Textilunternehmens – über deren Geschmack man freilich höchst geteilter Meinung sein kann – haben schlaglichtartig gezeigt, was passiert, wenn Menschen plötzlich außerhalb der gesellschaftlich dafür vorgesehenen Orte und Zeiten mit dieser zugleich natürlichsten wie widernatürlichsten Tatsache ihres Lebens konfrontiert werden: mit dem Sterben und dem Tod.

Es ist dies die Konfrontation mit einer endgültigen Grenze, mit dem völligen Ausgeliefertsein, mit der unentrinnbaren Ohnmacht menschlicher Existenz. Angesichts der radikalen Anfechtung, die der Tod für das Leben der Menschen bedeutet, verwundert es nicht, wenn das Sterben und alles, was damit in Verbindung steht, aus unserem Leben weitgehend verdrängt werden. Das ist einerseits verständlich, weil der Mensch dem unausweichlichen Faktum des eigenen Todes hilflos und daher oft voller Angst gegenübersteht. Andererseits stellt die Ausblendung des Todes und damit die Ausgrenzung des Sterbens einen ungeheuren Skandal dar, wenn man bedenkt, wer damit ausgegrenzt wird: die sterbenden Mitmenschen, die gerade dann isoliert werden, wenn sie Gemeinschaft und Integration am bittersten nötig hätten.

Das Verdrängen dieser ultimativen Grenzsituation kann viele Formen annehmen: von der Leugnung oder Ignorierung psychisch und physisch „todbringender“ Situationen im Leben – man denke, wieviele Leute sich buchstäblich zu Tode essen oder arbeiten – bis zur Glorifizierung oder der Verharmlosung des Todes als eines bloßen Übergangs, wie sie besonders im religiösen Kontext an-

¹ O. Mauer, Der eigene Tod, in: Entschluß 34 (1977), aus dem Nachlaß veröffentlicht.

Sterben findet, oft unbemerkt, mitten im Leben statt

Sterbebegleitung als ganzheitliche Begleitung . . .

. . . Sterbender . . .

zutreffen ist. Und konsequenterweise werden die Sterbenden selbst hinausgedrängt, an den Rand gedrängt und abgeschoben, statt ins Leben hereingenommen zu werden. Denn auch das Sterben ist ein Teil des Lebens. Durch die zunehmend bessere medizinische Versorgung werden wir im Schnitt immer älter. Vielfach steht der Tod am Ende eines langen, oft leidvollen Krankheitsprozesses, und immer häufiger zeigt sich der Konflikt zwischen dem technisch Machbaren und dem menschlich Zumutbaren. Andererseits stirbt man gerade heute keineswegs nur als Alter oder Kranker. Und man wird nicht nur als Alter todkrank. Sei es eine tödliche Seuche wie AIDS, sei es ein Verkehrsunfall, sei es Krebs oder ein Herzinfarkt – viele werden „mitten aus dem Leben“ gerissen.

Diese Plötzlichkeit ist aber häufig auch nur eine scheinbare, denn gerade in solchen Fällen hat oft das Sterben schon lange angefangen, bevor es dem Betroffenen noch bewußt geworden ist, bevor er es wahrhaben wollte. Und auch der Selbstmord, eine erschreckend häufige Todesursache, ist vielfach nur mehr die letzte Konsequenz aus einem langen Absterben, einem Prozeß der Entfremdung. Hier wie sonst gilt das Wegschauen vor allem auch für die Bezugspersonen: Das Sterben hat zumeist schon eingesetzt, bevor es irgend jemand aus der Umgebung wahrnehmen wollte.

Die Bedeutung, die es hat, dem Sterben einen angemessenen Platz im Leben zuzumessen, zeigt sich andererseits durch die erfreuliche Tatsache eines vermehrten Bewußtseins für diese allerletzte Phase des Lebens, wie sie im Einsatz für ein humanes Sterben als Teil der Menschenwürde und für die Entwicklung einer Kultur des Sterbens zum Ausdruck kommt. Dies wird etwa durch die überall aufkommende Hospiz-Bewegung zum Ausdruck gebracht: Patienten, die nach dem heutigen Stand der Medizin keine Aussicht auf Heilung mehr haben, soll es ermöglicht werden, entweder daheim oder in eigens eingerichteten Sterbekliniken (Hospizen) bzw. -abteilungen (mit ganzheitlicher, sogenannter palliativer Therapie) die allerletzte Zeit ihres Lebens in würdiger Form verbringen zu können.

Sterbebegleitung wird dabei in einem umfassenden Sinn verstanden als ganzheitliche Begleitung aller an diesem Prozeß Beteiligten: des Sterbenden ebenso wie der Angehörigen und ihrer beider (professioneller oder ehrenamtlicher) Betreuer.

Eine solche umfassende Betreuung erfordert zunächst einmal einen großen medizinisch-pflegerischen Aufwand, der die Möglichkeiten der Angehörigen in aller

Regel übersteigt, welche zurecht befürchten, den damit verbundenen Anforderungen und Belastungen nicht gewachsen zu sein. Sie erfordert daher einen hohen personellen Einsatz und ist, wo die Arbeit nicht auf ehrenamtlicher Basis geschieht, entsprechend kostenintensiv – was dem gängigen Effizienz- und Kosten-Nutzen-Denken natürlich strikt zuwiderläuft.

Die Ungeheuerlichkeit, im Krankenhaus abgeschoben zu sterben, womöglich in einem einsamen Bett auf einem Gang, ist zwar erfreulicherweise bereits seltener anzutreffen. Damit allein ist es aber nicht getan. Eine zunehmende Zahl von Menschen hat heute den Wunsch, zu Hause zu sterben, in vertrauter Umgebung und im Kreise ihrer Familie oder ihrer Freunde. Dazu bedarf es aber nicht nur der erwähnten intensiven medizinischen und pflegerischen, sondern ebenso intensiver psychologischer und emotionaler Vorkehrungen. Es ist nicht nur wichtig, daß der Sterbende ausreichend mit schmerzstillenden Mitteln versorgt wird; es ist mindestens gleich wichtig, ihn und seine Angehörigen seelisch und spirituell zu begleiten.

Es geht daher darum – für die Sterbenden wie für die Angehörigen –, vermeidbare Belastungen fernzuhalten, um sich den seelischen Schmerzen stellen zu können: der Angst vor dem Allein- und Ausgeliefertsein, dem nahen Ende, der Trauer. Es geht auch darum, für den „geistlichen Schmerz“ offen zu sein, für den Schmerz, den es bedeutet, begrenzt zu sein, in hohem Ausmaß angewiesen zu sein, vielleicht auch, nicht entsprochen zu haben und Schuld zu tragen. Es geht darum, einen Raum für Intimität zu schaffen, es möglich zu machen, sich auszusprechen und zuzuhören, ganz einfach miteinander zu sein. Der Sterbende wie seine Lieben müssen ihr Klagen und ihr Hoffen kommunizieren können.

... ihrer Angehörigen ...

Für die Verwandten und Freunde ist es oft sehr schwer, das Sterben einer ihnen lieben Person auszuhalten. Doch dieses Aushalten-Können ist eine unabdingbare Voraussetzung für die Beziehung zu einem Sterbenden, will man für diesen eine Hilfe und nicht eher eine Last sein. Das Wort „Angehörige“ bringt die Extremsituation, die der Tod eines lieben Menschen darstellt, sehr gut zum Ausdruck: Der, der jetzt stirbt und den Kreis seiner Lieben verläßt, hat zu ihnen gehört – und jetzt gilt es, von dieser Zugehörigkeit Abschied zu nehmen: Aus Angehörigen werden „Hinterbliebene“.

... und der Betreuer

Auch die Begleitung jener Personen, die beruflich oder ehrenamtlich ständig mit dem Tod zu tun haben (Pflegepersonal, Ärzte, Seelsorger, Sozialarbeiter, einschlägig

tätige Verwaltungsbeamte, Sterbebegleiter, freiwillige Helfer u. a.), ist ein wichtiger Teil von Sterbebegleitung. Um der enormen Belastung einigermaßen standhalten zu können und trotzdem nicht in Routine und damit seinerseits in Verleugnung abzugleiten, bedarf es der ständigen Reflexion dieses Arbeitens an der Grenze des Lebens. Dies kann etwa in einer intensiven Supervision geschehen, die immer wieder auch die Auseinandersetzung mit der eigenen Sterblichkeit und dem eigenen Sterben beinhalten muß.

Seelsorge als Sterbebegleitung ist zu allererst die Aufgabe der Angehörigen

In einem solchen, den Menschen als ganzen und alle Betroffenen ansprechenden Konzept einer Sterbebegleitung hat die Seelsorge einen wichtigen Platz. Sie ist längst nicht mehr allein für die Sterbenden zuständig, wie das einmal gewesen sein mag, als man den Sterbenskranken dem Pfarrer überließ, wenn der Arzt nicht mehr helfen konnte. Heute ist interdisziplinäre Zusammenarbeit in hohem Maße gefragt.

Hier muß gelten, was als Prämisse für jede seelsorgliche Tätigkeit gilt: Auch der Sterbende ist – bei aller durch die besonderen Umstände bedingten Einschränkung – Subjekt seines Lebens und darf nicht zum Objekt von Behandlung und Betreuung werden. Dasselbe gilt für die Angehörigen. Da aber gerade der Umgang mit dem Sterben eine große Zumutung für einen Lebenden darstellt, entsteht die ständige Versuchung und Gefahr, diese Arbeit an Experten zu delegieren und damit an sie abzuschieben. Im Gegensatz dazu ist es jedoch unbedingt nötig, Sterbebegleitung als Aufgabe der Gemeinschaft der Angehörigen zu begreifen – und damit als Aufgabe der gesamten Gemeinde, die ihrerseits den Angehörigen ihre Solidarität und Unterstützung bekundet und sie in der schweren Zeit ebensowenig allein läßt wie diese den Sterbenden alleinlassen. Die „Fachleute“, die Seelsorger eingeschlossen, können den anderen die Trauerarbeit nicht abnehmen, sie können „nur“ unterstützend und helfend tätig sein, gerade damit aber auch eine enorme Entlastung bringen.

Aufgabe der Seelsorger ist es, die Trauerarbeit zu unterstützen . . .

Grundlage jeder Sterbebegleitung ist dabei die Einsicht: Trauern muß gelernt werden. Es muß von vielen Menschen zuallererst überhaupt einmal zugelassen werden. Wobei jede vorschnelle oder oberflächliche Vertröstung auf das Jenseits oder die Auferstehung in hohem Maße kontraproduktiv ist, weil sie den echten Trost verhindert, den jeder selbst suchen und finden muß. Für die Seelsorgerin und den Seelsorger ist es dabei wichtig, die Trauerphasen zu kennen, um eine jeweils der persönlichen Situation eines Trauernden adäquate Beziehung

... eine personale
Beziehung anzubie-
ten ...

... und durch die
Sterbesakramente und
die Totenliturgie den
Glauben an die
Auferstehung zu
bezeugen

Sterben ist ein
lebenslanger
Lernprozeß der
Einübung auf
Hoffnung

anbieten zu können. Nicht umsonst hat die Psychologie diesen Begriff der „Trauerarbeit“ geprägt, um damit zum Ausdruck zu bringen, daß es ein hartes Durcharbeiten ist, das von Sterbenden wie Angehörigen verlangt ist. In dieser schweren Zeit brauchen alle Betroffenen eine intensive menschliche Zuwendung, wie sie nur in einer persönlichen Beziehung geschehen kann. Dies erfordert auch in der pastoralen Arbeit ein besonders hohes Maß an feinfühligem Empfindsamkeit, Anteilnahme und Authentizität der eigenen Person. Die unaufdringliche Begleitung, angefangen vom Gespräch am Kranken- und Sterbebett bis zur Begleitung der Angehörigen auch in der Zeit nach dem Tod, ist dabei ebenso wichtig wie die Bereitstellung von Riten, die eine enorm entlastende Funktion haben können, wenn sie für das emotional so bedrückende Geschehen einen Rahmen anbieten, in dem dieses symbolisiert und damit überindividuell zum Ausdruck gebracht werden kann.

Die Spendung der Sterbesakramente, die Liturgie am offenen Grab, die „Seelenmesse“ nach dem Tod – eine zeitgemäße und einfühlsame Sterbe- und Totenliturgie können ein wichtiger Teil der Sterbebegleitung im genannten umfassenden Sinn sein und bei der Trauerarbeit helfen. Sie sind Zeichen der Hoffnung in einer Lebensphase, die von Verzweiflung angefochten ist. Nicht nur die traditionellen Sterbesakramente der Kirche, Buße, Eucharistie und Krankensalbung, alle Sakramente der Kirche sind ja in gewisser Weise Sterbesakramente, weil sie in Tod und Auferstehung Jesu grundgelegt und auf sie hingebunden sind. Dies ohne falschen Trost bewußt zu machen und aufrecht zu halten, den Glauben an das Leben angesichts des Todes zu bezeugen, das ist die Aufgabe der Seelsorgerinnen und Seelsorger in der Sterbebegleitung.

Dabei ist es gerade angesichts der besonderen Bedeutung der Beziehung eine unhaltbare Situation, daß Trauerbegleitung (häufig durch Laien) und Sakramentspendung (durch Priester) auseinanderfallen. Und es darf zudem nicht übersehen werden, daß die ersten Seelsorger wie am Anfang des Lebens auch hier am Ende die Angehörigen selbst sind, die ihrerseits durch die „amtlichen“ Seelsorger unterstützt werden.

Wir sterben in gewisser Weise von allem Anfang an. Trauern und sterben zu lernen ist uns allen ein Leben lang aufgegeben; Sterben ist ein lebenslanger Prozeß. „Toujours partir un peu mourir“ sagen die Franzosen und das heißt: Mit jedem Abschied sterben wir einen kleinen Tod.

Aber der große Tod ist dennoch eine einmalige, unwiederholbare und in diesem Sinn bei aller Einübung und Vorbereitung auch nicht vorwegnehmbare Situation. Und dann bedürfen diejenigen, denen eine unmittelbare und bewußte Zeit des Sterbens aufgegeben ist, derer, die bereit sind, den Prozeß der Begleitung des Sterbens auf sich zu nehmen.

Wo dies geschieht, wird das Sterben nicht zur totalen Isolation, sondern kann zu einer intensiven, ja belebenden Zeit für alle Beteiligten werden – in der auch die Sterbenden auf ihre Weise die Überlebenden in deren Trauer begleiten. Und für nicht wenige, die sich darauf einlassen, werden die letzten Wochen die intensivsten und wertvollsten ihres (gemeinsamen) Lebens.

So kann heute einen Baum pflanzen, wer weiß, daß er morgen sterben wird. So liegt im Sterben auch eine Chance und eine Hoffnung. So kann der Tod etwas von seinem Schrecken verlieren, wenn er den einzelnen nicht einfach herausreißt oder von Schmerzen und Zeitgenossen „erlöst“, sondern in der Gemeinschaft als personale Vollendung erlebt werden kann: Begleitet, mitgetragen, gehalten von Menschen, die den Sterbenden lieben, und deren Liebe stark genug ist, den Schmerz der Trennung auszuhalten, statt ihn und sich darüber hinwegzutrusten – kann er glauben, gehalten und getragen zu sein von einem Gott allen Trostes.

Artikel

Gotthard Fuchs Die Wiederentdeckung der Grenze(n)

Lebenswelt und
Todesbilder

Im folgenden soll ein Blick auf Lebenswelt, kulturelles Bewußtsein und gesellschaftliche Dynamik und ihren Bezug auf Grenzerfahrungen und Tod geboten werden. Warum haben es Sterben und Tod so schwer, aus der Verborgenheit herauszutreten und zu einem zentralen Teil des Lebens der Menschen zu werden? red

„Wenn einer sich vornähme, das Wort Tod nicht mehr zu benützen, auch kein anderes, das mit dem Tod zusammenhängt, mit dem Menschentod oder mit dem Sterben der Natur. Ein ganzes Buch würde er schreiben, ein Buch ohne Tod, ohne Angst vor dem Sterben, ohne Vermissten der Toten, die natürlich auch nicht vorkommen dürften, ebensowenig wie Friedhöfe, sterbende Häuser, tödliche Waffen, Autounfälle, Mord. Er hätte es nicht leicht, dieser Schreibende, jeden Augenblick müßte er sich zur Ordnung rufen, etwas, das sich eingeschlichen hat, wie-