

Was tröstet?

Erfahrungen als Sterbebegleiterin

Das Krankenhaus ist eine trostbedürftige Umgebung, in der die Seelsorge die Aufgabe hat zu trösten. Wie das konkret aussehen kann, beschreibt eine Krankenhauseseelsoergerin aus ihrer Praxis.

Trost und Transzendenz

● Schmerzen werden in unterschiedliche Dimensionen eingeteilt: in physische, psychische, soziale und spirituelle. Als Krankenhauseseelsoergerin bin ich angefragt, Linderung der spirituellen Schmerzen zu ermöglichen. Trostvoll zu sein, bedeutet für mich, leidende Menschen daran zu erinnern, dass sie in sich einen göttlichen Funken tragen, dass sie einen seelischen Anteil besitzen, der immer heil bleibt, der nicht krank werden kann, der nicht sterben kann. So können sie an ihre Herkunft anknüpfen, ohne die Zukunft zu verlieren.

Ohne es zu verbalisieren, bin ich im Krankenhaus für religiöse Menschen Symbol für Transzendenz, für Überschreiten von Grenzen, für Erweiterung des Lebensraumes. Ich bin Erinnerungsträgerin einer Sehnsucht nach einem glücklichen Ende, nach Heimat und Geborgenheit, nach Himmel, nach Gott, der mitgeht, der

Ursprung und Ziel ist. Ich bin Hinweis auf Gott. So wie ich selber leibhaftig da bin, ist ebenso die unfassbare göttliche Energie anwesend.

Mein Trösten besteht darin, auf den eigentlichen Tröster, den Beistand implizit hinzuweisen. Ich bin Wegweiserin, dass es etwas/jemanden/einen Ort gibt, wo Heilsein stattfindet. Durch mein Tun, wird Gottes Tun angedeutet: Ich bin dort, wo der kranke Mensch ist, ich gehe

*»Durch mein Tun,
wird Gottes Tun angedeutet«*

mit durch freundliche oder ausgetrocknete innere Landschaften, harre aus, bin geduldig, fühle mich in ihr Erleben ein. Durch mein Verständnis ist es vielleicht möglich, dass sie sich selbst verstehen, sich selbst verzeihen, das eigene Leben ein Stück mehr begreifen und dabei wachsen.

Ich bin gegenüber und bringe deshalb eine andere Sichtweise ein, die Wege aus der Krise aufzeigen kann. Indem ich den kranken Leib berühre, von Herz zu Herz kommuniziere, meine persönliche Lebendigkeit und meine leidenschaftliche Liebe zum Leben einbringe, weise ich als Spiegel auch darauf hin, wie Gott zu uns Menschen steht.

Was Menschen tröstet, ist Wärme und Offenheit, aussprechen zu können, was einengt, wahrgenommen zu werden, ohne bewertet zu werden, und vor allem einen Zugang zu haben zur eigenen Seele, einen Bezugspunkt zu haben jenseits der eigenen Grenzen. Transzendenzerfahrungen können sehr unterschiedlich wahrgenommen werden, je nach der persönlichen Gottesbeziehung der Menschen. Für manche Menschen erlebe ich es als trostvoll, wenn sie die Erlaubnis bekommen, sich aufzulehnen oder zornig zu sein, wenn alles sein darf.

Andere erfahren Trost im Transzendieren von Sinnlosigkeit: dort, wo sie ihr Leben übergeben an eine Macht, die größer ist, als sie selbst; dort, wo sie mehr als das Schicksal sehen, wo sie das jetzt erlebte Kranksein relativieren können. Manche erfahren Trost darin, dass sie Sinnzusammenhänge im eigenen Leben erkennen.

**»statt nach dem Warum,
nach dem Wozu fragen«**

Statt nach dem Warum, fragen sie nach dem Wozu ihrer Erkrankung: Was will diese Situation von mir? Was lerne ich neu? Wie kann ich neue Ordnung in mein Leben bringen? Was macht jetzt (in der letzten Lebensphase) Sinn? Was tut mir jetzt gut? Wo in meinem Leben gibt es Freude? Wie kann ich mit der göttlichen Kraft in Verbindung bleiben?

Zu meinen Zielen im seelsorglichen Umgang gehört es, Menschen in ihrer Würde zu stützen, ihnen Selbstbestimmung, Intimität zu ermöglichen und damit ihre Identität zu stärken. Trostreich kann es für PatientInnen sein, wenn ich Räume eröffne, damit sie aus ihrem Leben erzählen können, und das Gehörte würdige, ihnen danke für das, was ihr Leben ausmacht, wenn ich selber zum benedicere komme: zum Gutes Sagen.

Trost durch symbolisches Handeln

- Tröstung erfahre ich als Seelsorgerin selbst am stärksten in den gemeinsamen Ritualen mit PatientInnen. Dort, wo Menschen offen sind für Symbole und Rituale, bieten diese Raum, Gott hereinzuholen in das Abschiednehmen, die Situation zu deuten und dadurch besser auszuhalten. Wo es möglich ist, versuche ich an die religiöse Heimat des Patienten Anschluss zu finden. Wo ich nichts mehr erfahren kann über die Form der Religiosität des sterbenden Menschen, hole ich mir den Trost aus dem eigenen Glauben.

- In meinen Segens- und Verabschiedungsritualen verwende ich je nach Situation unterschiedliche Symbole, die es ermöglichen zu erkennen, dass die Wirklichkeit mehr ist, als das Vordergründige. Meine Gesten – und sind sie noch so unauffällig – sind Ausdruck meiner inneren Wirklichkeit. Mein Tun kann von der Wirklichkeit Gottes erfüllt sein:

- Mit liebevollen Worten begrüße ich den sterbenden Menschen und dessen Angehörige. Ich stelle mich vor und erkläre, was ich jetzt tun

**»Gelassenheit und Ruhe
geben inneren Frieden.«**

möchte. In meinen Gruß-, Segens-, Dankesworten, in meinen Wünschen und Bitten für die sterbende Person verweise ich indirekt auf die Macht unserer inneren Einstellungen, auf die Kraft unseres Glaubens. Gelassenheit und Ruhe in meinen Worten können den anderen Sicherheit und inneren Frieden geben.

- Aus meiner Gebetsammlung versuche ich je nach Lebenssituation des Menschen, den ich gerade begleite, einen stimmigen Text zu finden; meist formuliere ich Texte um oder spreche frei. Hier ein Beispiel:

Heil und unversehrt sollst du sein – Gott segne deine Verletzlichkeit.

Getröstet und zuversichtlich sollst du werden – Gott segne deine Niedergeschlagenheit.

Ein festes Herz sei dir Halt auf deinem Weg – Gott segne deine unerlösten Träume.

Es soll dir wohl ergehen an Leib und Seele – Gott segne deine Wehrlosigkeit.

Froh werde dein Leben zwischen Morgen und Abend – Gott segne die Abgründe deiner Trauer.

(Quelle unbekannt)

- Mit meinem Auftreten und dem respektvollen Umgang mit allen Betroffenen, inklusive mir selbst, verweise ich auf unsere königliche Würde als Menschen. Wir sind von Gott erschaffen, sind seine geliebten Kinder. Im übertragenden Sinn ziehe ich meine Schuhe aus: Ich

»Ich zeige mich barfuß.«

zeige mich barfuß, so wie ich in meinem Innersten bin. Ich stelle meine Instrumentarien und Schutzmechanismen beseite und mache mich empfindsamer. Ich setze mich der Situation aus, wissend: Hier ist heiliger Boden.

- Wenn ich den Menschen sanft berühre, ist das nicht nur ein Zeichen für das Annehmen dieser Person, sondern auch ein Zeichen für das sanfte, erfrischende Berührtwerden durch den Geist Gottes.
- Mein Krankenhausmantel ist geschmückt mit dem internationalen, ökumenischen Krankenhaus-Seelsorge-Kreuz: einem abgeschnittenen Baum, aus dem eine neue Pflanze wächst. Es ist ein Symbol für die Unsterblichkeit unseres Lebens, für das immer wieder Auferstehen und Feiern auch im (scheinbar) tristen Leben.

- Das Kreuzzeichen – über mich selbst und über den sterbenden Menschen gezeichnet – überwindet die Gegensätze von oben und unten, von links und rechts, löst Spannungen auf. Als Zeichen für den gekreuzigten und auferstandenen Christus vermittelt es die Kraft, die Realität des Lebens anzunehmen, und nährt die Hoffnung, dass das Kreuz nicht das Letzte ist, dass Tod und Verzweiflung überwunden werden und sie nur der Durchgang zu neuem Leben sind.

- Manchmal trage ich meine Brosche »Herz mit Flügel« als Zeichen für ein sich erhebendes, weitendes Herz; Zeichen für existentielle Kommunikation, für das, was dem Menschen wirklich am Herzen liegt.

- Das Licht einer brennenden Kerze erleuchtet das Dunkle und Undurchsichtige der Seele. Als Symbol für den auferstandenen Christus, für den lebendigen Gottesgeist gibt es Wärme und Geborgenheit und inneren Frieden.

- Weihwasser verwende ich als Wasser des Lebens, durch das hindurch Gott immer wieder Menschen gerettet hat: Noah und seine Familie, Moses und sein Volk. Es wäscht uns rein von Schuld und von Angst, es erfrischt uns im Leid und in den Schmerzen, es belebt uns in Ver-

»Ein Weihwasserritual kann als Taufe für das neue Leben verstanden werden.«

zweiflung und Hoffnungslosigkeit. Ein Weihwasserritual am Ende des Lebens kann als Taufe für das neue Leben verstanden werden.

- Das Bild einer Gebirgsquelle mit dem Text: »aus Wasser und Geist geboren« bekommen Eltern bei der Nottaufe ihres Kindes.
- Das Brot des Lebens (Hl. Kommunion), das Kommen Gottes in unseren Leib, richtet uns innerlich auf und schenkt unserer Seele Vertrauen.

- Ein Schmetterling steht für die Leichtigkeit und die Verwandelbarkeit unserer Seele, als Auferstehungs- und Unsterblichkeitssymbol.
- Eine Rose oder eine andere Blüte kann die Schönheit und Vergänglichkeit alles Irdischen andeuten.

Unmöglichkeit des vollkommenen Trostes

- Untröstlich bleiben manchmal Mütter und Väter, die ein Kind verloren haben. »Man weiß, dass die akute Trauer nach einem solchen Verlust ablaufen wird, aber man wird ungetröstet bleiben, nie einen Ersatz finden. Alles, was an die Stelle rückt, und wenn es sie auch ganz ausfüllen sollte, bleibt doch etwas anderes. Und eigentlich ist es recht so. Es ist die einzige Art, die Liebe fortzusetzen.« (Sigmund Freud, nach dem Tod seiner Tochter)

In solchen Situationen kann es trostreicher sein, wenn ich zum Trauern ermutige, wenn ich die Trostlosigkeit, die Verzweiflung anderer teile, wenn ich meine Betroffenheit zeige, wenn ich das Elend nicht verharmlose, wenn ich die Klage und das Leid aushalte. Manchmal ist es

hilfreich zu sagen, dass die Trauer nicht nach einem Jahr abgeschlossen sein muss, dass sie nicht verarbeitet sein muss, dass sie nie aufhören muss.

»*dass die Trauer
nie aufhören muss*«

Manche Menschen finden ein Stück Trost in Ritualen der Trauer wie z.B.: Fotos anschauen, einen Hausaltar mit Gegenständen des Verstorbenen einrichten, Friedhofsgänge, Gespräche über den Verstorbenen, Schreiben, Gedenktage feiern ...

Für Trauernde gibt es manchmal keine andere Möglichkeit, als mit den schmerzenden Wunden leben zu lernen, wissend, dass sie zeitlebens wohl nie ganz heilen werden. Als Seelsorgerin geht es mir immer darum, mich gemeinsam mit den PatientInnen auf die Suche nach dem zu begeben, was heiler macht.

Stärkend ist allein oft schon, die eigenen Ressourcen, die inneren Oasen und Quellen freizulegen und hier aufzutanken. Das Begleitetwerden auf dieser Suche, Präsenz und Aufmerksamkeit für das eigene Leben geschenkt zu bekommen, eröffnet Raum für Gotteserfahrungen.

Noch bist du da

Wirf deine
Angst in die Luft
bald ist deine Zeit um
bald
wächst der Himmel
unter dem Gras
fallen deine Träume
ins Nirgends
noch duftet die Nelke

singt die Drossel
noch darfst du lieben
Worte verschenken
noch bist du da
sei was du bist
gib was du hast
Rose Ausländer

(entnommen dem Behelf: Nahe sein in Krankheit und Tod, hg. v. d. Kath. Frauenbewegung Südtirol)