

20 Jahre Elisabeth Hospizverein

Dachau,

Schloß, 21.11.2018, 17 Uhr

Regionalbischöfin Susanne Breit-Keßler

Abschied nehmen, begleiten, trauern

Sehr geehrte Damen und Herren,

Wir laden ein... alle Sterblichen.“ So stand es auf dem Programm eines Symposiums. Sterben macht keine Ausnahme. Es geht alle an, jede und jeden einzelnen von uns. Sterben lässt sich nicht abschieben, weder zeitlich noch räumlich. Der Tod lässt kein Alter aus und schert sich nicht um all die sonst so scheinbar wichtigen Unterscheidungen zwischen Menschen. Wir begegnen dem Tod, wir werden ihm begegnen, das kann uns niemand abnehmen. Wir können aber einander beistehen.

Sie, liebe Damen und Herren vom Hospizverein, tun das seit 20 Jahren. In der Nachfolge Jesu Christi und benannt nach unserer gemeinsamen Heiligen Elisabeth. Denn auch wir Protestanten lieben die ungarisch-thüringische Prinzessin, weil sie sich den Armen und Kranken liebevoll zugewandt hat. Sie ist ein großartiges Beispiel tätiger Nächstenliebe. Elisabeth, die deutsche Nationalheilige, hatte übrigens am Montag Namenstag. Am 19. November, dem Tag ihrer Beisetzung. Mit 24 Jahren ist sie gestorben.

Elisabeth-Hospizverein. Wie Ihre Namenspatronin sehen Sie Ihre Aufgabe in der ambulanten Arbeit. Sie gehen zu den Menschen, besuchen sie in ihrer

letzten Lebensphase und sind für sie da, wo sie leben, zuhause oder im Heim. Zugleich widmen Sie sich in Seminaren und Vortragsveranstaltungen den Fragen von Sterben, Tod und Trauer. Ganz richtig sagen Sie: Hospizarbeit ist Dienst am Leben! Es geht darum, Haltungen, Mentalitäten so zu stärken, dass wir mit Abschied, Trauer und Tod getrost umgehen.

Die englische Ärztin Cicely Saunders hat den Hospizgedanken in die Welt getragen. Ihr Londoner St. Christophers Hospice war dafür da, Sterbende freundlich aufzunehmen, dort ihnen ein Leben in Würde bis zum Schluss zu gewährleisten. Hospiz das erinnert an den christlichen Grundsatz der Gastfreundschaft, das Gebot, für jeden "Durchreisenden", den man beherbergt, - und gerade angesichts des Todes erfahren wir, dass wir im Leben nur Wanderer sind - wirklich alles zu tun, was dessen Wohl befördert.

„Wo das Sterben hinkommt, da sollen wir, die wir da bleiben, uns rüsten und trösten. Besonders sollen wir einander verbunden sein und nicht voneinander lassen noch fliehen“, sagt der Reformator Martin Luther. Sie, sehr geehrte Damen und Herren, denken darüber nach, tun viel, was Sterbenden und ihren Angehörigen wohl tut, was Schmerzen auf ein zumindest erträgliches Maß mindert, was Raum gibt für Gefühle, für Fragen und Klärungen, für Tröstliches.

Viele Menschen, befragt nach ihren Vorstellungen für die letzte Lebensphase, wünschen sich einen Tod, möglichst schnell, möglichst ohne Leiden, mitten heraus aus dem aktiven Leben. Es gibt mehr und mehr das Ideal von springlebendigen Senioren, die auch noch im hohen Alter behände Berge besteigen, Nordic Walken, was die Stecken hergeben, geistig und körperlich unvermindert an allem teilnehmen. Eine nur allzu verständliche Vorstellung. Leben wird heute als ureigenstes Projekt eines Menschen betrachtet.

In einer Gesellschaft, die an Erfolg, Karriere, Vitalität und Schönheit orientiert ist, will man häufig nichts mehr mit Elend, Not, Alter, Tod zu tun haben. Die Folgen: Der Mensch trägt für sein Leben ganz allein, einsam Verantwortung („Jeder ist seines Glückes Schmied“). Der Erwartungsdruck ist hoch und damit auch der Zwang zur Rechtfertigung, wenn es einem nicht so ergeht wie erwartet. Man will nicht allein des Lebens, sondern auch, aus unterschiedlichen Gründen, des Todes habhaft werden.

Man hat langsam das Gefühl, nicht zur Last fallen zu dürfen, das eigene Sterben auch noch managen zu sollen und für die eigene Entsorgung zu sorgen. Diese Tendenzen beenden die Debatte um die Autonomie – weil Autonomie dann irgendwann nur noch darin besteht, sich Zwängen zu fügen und – nicht „alsdann“, sondern alsbald – zu sterben. Wer Autonomie mit Autarkie gleichsetzt, für den muss jede Form der Hilfsbedürftigkeit und des Angewiesenseins eine narzisstische Kränkung darstellen.

Autonomie ist aber weit mehr als bloß Autarkie. Zur Selbstbestimmung gehört, Glück und Zerbrochenheit wahrnehmen, anschauen zu können und sich dabei akzeptiert zu wissen. Würde definiert sich nicht durch Gesund- oder Heilsein. Menschenwürde kommt uns allen von Gott her zu - ist Ausdruck von Beziehung. Sie setzen sich dafür ein, dass Menschen bis zuletzt menschenwürdig leben und, wenn es soweit ist, auch menschenwürdig sterben können.

Es geht um die Kultur und die Humanität unserer Gesellschaft. Sie wissen, was für eine immense Herausforderung es jeden Tag bedeutet, für Sterbende und ihre Angehörigen da zu sein, was für Entscheidungen damit verbunden sind. Es ist eine hohe Verantwortung, bei der Sie andere begleiten und die Sie selbst übernehmen. Sterben ist schwer. Das Miterleben kann Schuldgefühle

bei Angehörigen hervorrufen. Dauert ein Sterben lange, kann es für Gewissensbisse sorgen.

Es braucht Empathie für Ängste im Blick auf die so genannte Apparatedizin. Menschen wollen nicht um jeden Preis am Leben erhalten werden, sondern, wenn ihre Zeit gekommen ist, auch sterben dürfen – dann, wenn es unangemessen ist, dem Widerfahrnis des Todes weitere Aktivitäten entgegen zu setzen. Das Miterleben des Sterbens hat etwas mit der Last des Lebens zu tun, die uns neben seiner Schönheit auch aufgebürdet ist. Der Tod hat kein Hochglanzformat.

Aber die Errungenschaften der Palliativmedizin und die Weisheit der Hospizbewegung geben Sterbenden und Angehörigen wahre Hilfe. Hospizkultur und Palliative Care machen Menschen Mut, ihre Angehörigen auch am Ende nicht alleine zu lassen – sie befähigen zu einer Humanität, ohne die unsere Gesellschaft zu Grunde geht. Einen sterbenden Menschen zu begleiten, ist eine schwere Zeit, die viel Kraft und Tränen kostet. Trotzdem hat die Nähe zu sterbenden Angehörigen eine unvergleichliche Qualität.

Wer einem anderen bis zum Tod zur Seite steht, gewinnt die kostbaren Momente einer Nähe, der auch das Ende nichts anhaben kann. Sterben gehört wie das Geborenwerden zum Leben. Beides ist schmerzhaft. Bei beidem sind wir mit unserer ganzen Menschlichkeit gefordert. Christenmenschen kommen von dem Wissen um die Karfreitage unseres Daseins und um die Auferstehung her. An ein Leben vor dem Tod, von Gott geschenkt, von Liebe und Würde geprägt bis zum letzten Atemzug.

Dem widmen Sie sich mit Passion und Engagement. Sie geben Hoffnung weiter. Solche Hoffnung ist nicht allein für Menschen wichtig, die sich anschicken, ihre letzte Reise anzutreten. Hoffnung lässt Menschen anders

leben. Das Lebensende ist nicht ausschließlich grauenvoller Moment, den jeder am liebsten verdrängen wollte. Vielmehr wird eine Grenze überschritten, hinter der es Neues zu entdecken gilt. Ich spreche mich nicht für Todessehnsucht aus, sondern für ein bewusstes Leben jeder Lebensphase.

Jede Lebensphase sollte intensiv gelebt werden. Ein gelassener Umgang mit dem Altwerden und Sterben gelingt vor allem dem Menschen, der ein erfülltes Leben hat. "Herr, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden", so betet ein Psalmendichter in der Bibel. Über das Alter nachzusinnen, ist weise. "Lehre uns bedenken" – das meint, mit dem Ende vor Augen, wann immer es kommt, getrost und zuversichtlich, fröhlich und dankbar zu leben.

Wir brauchen heute nicht weniger dringend als unsere Vorfahren eine Kunst des Lebens und Sterbens. Denn dank gesunder Ernährung und medizinischer Forschung ist hohes Alter normal geworden. Unsere Lebenserwartung steigt nach wie vor. Gerade deswegen fehlen uns die Vorbilder vorheriger Generationen, um uns mit Alter und Tod auseinander setzen zu können. Unsere Mütter und Väter und die Generationen vor ihnen sind meist früher gegangen als wir.

Eine *Ars vivendi et moriendi*, wie sie in gedruckten Büchern des Mittelalters für Lesende als bunte, anschauliche Bilderbücher für Analphabeten verteilt wurde. Es geht um eine Kunst des Lebens und Sterbens, die sich nicht allein auf die Frage der Versorgung beschränkt, sondern sich vor allem mit dem Nachdenken über das eigene Alter, über den persönlichen Umgang mit dem Leben und seinem Ende befasst. Unser Leben legt es nahe, zunächst über das Leben und dann erst über das Sterben zu sprechen.

Wobei der Tod natürlich vor allem im Herbst des Lebens zum Thema wird. Denn der Herbst des Lebens kommt, wenn wir ihn erleben dürfen, nach Kindheit und Jugend, nach einem Erwachsenensein, in dem alle Möglichkeiten offen stehen. Der Herbst, er kann nicht mehr die Zeit sein, in der alles frisch und vital, ganz ungebrochen und zukunftsstürmend ist. Der Schriftsteller Theodor Fontane dichtete: „O trübe diese Tage nicht, / Sie sind der letzte Sonnenschein, /

Wie lange, und es lischt das Licht / Und unser Winter bricht herein. // Dies ist die Zeit, wo jeder Tag / Viel Tage gilt in seinem Wert, / Weil man's nicht mehr erhoffen mag, Dass *so* die Stunde wiederkehrt. // Die Flut des Lebens ist dahin, / Es ebbt in seinem Stolz und Reiz, / Und sieh, es schleicht in unsern Sinn/ Ein banger, nie gekannter Geiz; // Ein süßer Geiz, der Stunden zählt / Und jede prüft auf ihren Glanz, / O Sorge, dass uns keine fehlt / Und gönn' uns jede Stunde *ganz*. (O trübe diese Tage nicht, Theodor Fontane 1845)

Das klingt melancholisch – so, wie man sich selber im Herbst, im Herbst des Lebens gelegentlich fühlt. „Die Flut des Leben ist dahin“: Einiges hat man schon hinter sich gelassen - auf jeden Fall die Zeit, in der wie im Frühling alles noch keimt, sprießt und sprosst, wächst und gedeiht – wenn es gut geht. Die Zeit, in der es wie im Sommer leidenschaftlich zu- und hoch hergeht, mit manch brennendem Verlangen und hitzigen Debatten. Aber nur idyllisch, das wissen wir, waren auch die vergangenen Jahrzehnte nicht.

In der Zeit der aufregenden Kindheit ist Vieles unbekannt und unerwartet; in der der Jugend fällt es schwer, die Welt zu verstehen und sich in sie hineinzufügen; das Erwachsenwerden festigt einen und lässt zugleich manche Träume verlieren. Man könnte wehmütig werden im Angesicht all dessen, was bereits vorüber ist. Das Wissen um Vergänglichkeit, darum, dass manche

Zeiten unwiederbringlich dahin sind, ist nicht gerade eines, das einen nur heiter stimmt.

Wie ordne ich mich da ein, in diesen Ablauf von Lebensjahreszeiten, dann, wenn ich merke, dass mir nicht mehr die ganze Welt offen steht? Wenn ich weiß, dass viele Wege gegangen, sonnige Abschnitte abgeschritten und Felder abgeerntet sind? Manches ist mir einfach zuviel – ich muss früher heim, weil ich schneller müde bin, brauche meinen Schlaf. Ich habe keine Lust überall dabei zu sein, nur um dabei zu sein. Vielleicht ist das eine erste Ahnung: Im Herbst des Lebens bekomme ich neue Freiheit.

Johannes Heesters, der Schauspieler, wurde 108 Jahre alt. Seine Frau hat ihn in den letzten Jahrzehnten viel fotografiert und die Fotos in einem Bildband versammelt mit dem Titel "Schönheit des Alters". Normalerweise sind für uns Schönheit und Alter ein Widerspruch. Schönheit verbinden wir mit Jugend, Elastizität des Körpers, der Haut, Lebhaftigkeit der Sprache. Am Alter sehen wir die Vergänglichkeit aller dieser Eigenschaften. Besonders Frauen, aber zunehmend auch Männer sind empfänglich für Mittelchen gegen das Altern.

Manche tun das bereits im Sommer ihres Lebens, um damit den Herbst des Lebens zu verzögern. Aber man kann die Uhr nicht zurückdrehen, die Zeit nicht aufhalten - wenn Herbst dran ist, ist kein Frühling und kein Sommer. Das Gedicht Fontanes endet klug: „Und sieh, es schleicht in unsern Sinn/ Ein banger, nie gekannter Geiz; // Ein süßer Geiz, der Stunden zählt / Und jede prüft auf ihren Glanz, / O sorge, dass uns keine fehlt / Und gönn' uns jede Stunde *ganz*.“

Das ist die richtige Einstellung für den Herbst – auf jede einzelne Minute und Stunde achten, denn sie sind noch kostbarer geworden als in den Lebensjahren, in denen man glaubte, man würde ewig leben. "Ein süßer Geiz,

der Stunden zählt" - Stunden mit Freunden, Stunden mit den Eltern, wenn einem ihre Gegenwart noch geschenkt ist. Stunden mit dem liebsten Menschen... Ja, wir sollten dafür sorgen, dass uns keine dieser Stunden fehlt, dass wir ihren Glanz genießen.

Es gibt einen elementaren Satz, der hilft, sich in der eigenen Lebensjahreszeit zurecht zu finden. Er lautet: "Meine Zeit steht in deinen Händen". Mein ganzes Leben ist bei Gott geborgen, ich selbst bin zu jeder Zeit ein ganzer Mensch, der alle Lebensjahreszeiten zugleich in sich trägt. Ich bleibe derselbe Mensch, ich selber erkenne mich in jedem Alter wieder, das ich gelebt habe, ich zähle es zu mir in meinem jetzigen Lebensstadium dazu. Das Gesicht im Spiegel.

Ist es nicht so, dass wir in unserem älter gewordenen Gesicht immer auch noch das jugendliche wiedererkennen? Meine Zeit steht in deinen Händen – sie ist ein Geschenk. Deshalb möchte ich mit süßem Geiz meine Stunden zählen, kristallklar wahrnehmen, erkennen, was wirklich wichtig ist. Leben ist nicht einfach ein Kreislauf von Werden und Vergehen ist, dass die Natur sich nicht einfach in meinem Lebensalter spiegelt, sondern dass ich zu jeder Zeit ein ganzer Mensch bin, in dem alle Lebensjahreszeiten zugleich stecken.

Das kristallene Gewand der Klarheit bedeutet, im Herbst des Lebens die ganze Zeit annehmen, um sich als ganzer Mensch zu erkennen, um nicht zu verlieren, was alles zum gelebten Leben gehört. Ich trage ja trotz des Herbstes immer noch meinen Frühling und meinen Sommer in mir. Bin manchmal fröhlich und abenteuerlustig wie ein Kind, albern wie ein Teenager, nah am Wasser gebaut. Ich kann leidenschaftlich sein, temperamentvoll und voll glühendem Zorn, mit Blitz und Donner wie in der Hitze des Sommers.

Und ich habe doch auch schon kalte Winter erlebt, in denen der Schnee sich wie ein Leichentuch über meine Gefühle und Hoffnungen gelegt hat – als meine schwer kranken Eltern starben, als ich selbst am Rande des Grabes stand, als ich Freunde in jungen Jahren verloren habe. Unsere Zeit steht in deinen Händen. Es gehört eben alles zu mir, zu meinem Leben – das Leichte, Heitere, Beschwingte, die frühe Dunkelheit, die überraschend hereinbrechende Nacht, der Sturm, die Kälte.

Aber ich spüre auch, dass ich im Herbst meines Lebens längst nicht kalt bin, sondern voller Wärme und Glück, bei mir und Gott zuhause. Meine Zeit steht in deinen Händen – ich bin dankbar für die Fülle des Lebens, die Gott mir geschenkt hat. Ich genieße, womit er mich bedacht hat und ich nehme alles an, was er mir an Lasten auferlegt hat – denn alles, was ich bisher erlebt, erlitten, genossen und selig, beglückt empfangen habe, hat mich zu dem Menschen gemacht, der ich bin, unverwechselbar.

Das kann einen zu jeder Jahreszeit des Lebens, auch im prallvollen Herbst dankbar stimmen. Es ist wunderbar, da zu sein, zu atmen, zu leben, Liebe zu spüren, Freundschaft zu erfahren. Es ist unfassbar, welche Ernte wir in unserem Leben einfahren dürfen, wie wir unsere Scheuern füllen können mit Bildern, Worten, Tönen, Klängen - mit schweren und leichten, mit guten und traurigen. "Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden".

Es ist Zeichen von Reife, vergangenen Zeiten nicht nachzutruern, sondern sie mit ihren hellen und dunklen Seiten hinein zu nehmen in die eigene Lebensgeschichte und Ja zu sagen zur eigenen Gegenwart. Ich weiß wohl, dass das manchmal nicht so gelingt – vor allem nicht, wenn man allein damit bleibt. Das muss nicht so sein. Es gibt Seelsorgende, die in unserer Kirche ein

offenes Ohr für Lebensgeschichten haben. Und es gibt erfahrene Therapeuten, die einem „jede Stunde ganz“ gönnen.

Die sich Zeit nehmen und mit „leidvoll süßer Klarheit, die befreit“, einem helfen, in das „kristallene Gewand der Wahrheit“ des eigenen Daseins zu schlüpfen. Das ist eine Chance, den Lebensherbst in vollen Zügen zu genießen und den Winter abwarten. Luther, den ein gebildeter kurfürstlicher Hofrat um Angabe geeigneter Lektüre gebeten hatte, hat ein Büchlein verfasst, das von der "Kunst des guten Sterbens" handelt. Luther setzt einen Leser voraus, der sich der Situation des künftigen Sterbens bewusst stellt.

Dass man den Tod verdrängen könne, kommt Luther nicht in den Sinn, auch nicht, dass man sich vielleicht durch ärztliche Prognosen, die die Möglichkeit der Heilung offenlassen, verträsten lassen könne. Ärzte kommen in der Sterbeszene, die Luther vor Augen hat, nicht vor. Wir sind froh, dass wir sie haben – wenn sie uns begleiten, uns mit ihrem Wissen und Können die Angst vor körperlichen Schmerzen nehmen. Er spricht die innere Vertrauensfrage des Lebens an, die Hoffnung auf Trost und Zuversicht im Sterben.

Luther führt den Leser gedanklich ganz nah an den Augenblick des bewussten Sterbens heran. In dem Moment, in dem der Mensch aufhört zu atmen, zu leben und sich zu sich selbst und zu seinen Mitmenschen verhalten zu können, verhält sich Gott weiterhin zu ihm. Das ist es, was der christliche Glaube Ewiges Leben nennt: Die Geborgenheit in Gottes Treue, in der Gottesbeziehung, ein Gehaltensein über die Grenze des Lebens hinaus, die Aussicht auf gnädiges Angenommensein - mit der ganzen, gesammelten eigenen Lebensgeschichte. Wo der Tod hinkommt, wohin wir im Sterben gelangen, da ist immer schon Gott. Herr-Liche Aussichten...

Wir sollten uns wappnen mit Gedanken, die wir uns zu Lebzeiten zurechtlegen können, auf die wir am Ende vertrauen und in denen wir den tragenden Grund des Lebens erkennen. Christlicher Glaube hilft in der Vorbereitung auf das Lebensende. Wir bekommen mit unserem Glauben Rituale, Gebete, Texte an die Hand, von denen wir hoffen, dass sie als innere Bestärkung am Lebensende präsent sind. Wie wir sterben, wissen wir nicht. Bewusst im Glauben sterben können.

Darauf sollen wir uns vorbereiten. Nicht den Tod verdrängen, sondern sich die Gedanken an den tragenden Grund beim Sterben sich zurechtlegen, sich die Zeit für diese Gedanken bereits zu Lebzeiten zu nehmen. Herr, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden. Kein Mensch soll ohne hilfreichen Beistand sein Leben leben müssen und keiner soll ohne zärtliche Fürsorge sein Leben beenden. Das müsste eigentlich eine Selbstverständlichkeit für Christenmenschen sein.

Ein hohes Gut, das wir in unserer Kultur pflegen und hegen sollten, ein hohes Gut der menschlichen Gemeinschaft, auf das sich jeder und jede im Leben und Sterben verlassen dürfen soll. Humanität, wahre Menschlichkeit fordert die achtsame und barmherzige Sorge der Gemeinschaft um und für ihre Sterbenden - und für ihre Angehörigen. Ihre Hospizarbeit ist ein Segen. Sie leistet einen großartigen Beitrag dazu, dass Menschen verständnisvoll und zärtlich begleitet sterben, dass sie Abschied nehmen können.

Abschied von denen, die ihnen lieb und teuer sind, dass es ihnen im besten Fall möglich ist, Frieden zu schließen mit sich und mit der Welt. Die Hospizarbeit macht Menschen Mut, ihre Angehörigen auch am Ende nicht allein zu lassen. Ich selbst habe meinen Vater und meine Mutter bei ihrem Sterben begleitet. Es war eine schwere Zeit, die mich viel Kraft und Tränen

gekostet hat – zumal ich bei meiner Mutter selbst krank und dem Tode nahe war. Es war eine schwere und eine unendlich kostbare Zeit.

Abschied, Begleiten, Trauer. Dazu gehört die Kultur unserer Begräbnisse und Friedhöfe. Schnelligkeit wird dem Leben eines Menschen und der Trauer nicht gerecht. Die Lebensgeschichte eines Verstorbenen braucht eine letzte Ruhestätte auf Erden. Trauer braucht Rituale und Orte, eine pietätvolle Feier und die gepflegte Grabstätte. Das Grab verbindet mit den Verstorbenen. Grabpflege ist Ausdruck von Lebenskultur. Wer sie den Angehörigen nicht aufbürden will, nimmt ihnen die Möglichkeit des Gedenkens.

Geschmückte Gräber an Ostern und das Gedenken der Verstorbenen am Ewigkeitssonntag sind Ausdruck der Hoffnung für Lebende und Tote. Andenken wird in Ehre gehalten. Die Lebenden werden an die Grenze ihres eigenen Daseins erinnert. Es gibt keinen besseren Ort als den Friedhof, um zur Ruhe zu kommen, sich zu besinnen. Oder, wie es mancherorts üblich ist, sich an dem Spiel der Kinder zu erfreuen, wenn es nicht voll Geschrei, aber lebendig ist.

Sehr geehrte Damen und Herren, "meine Zeit steht in deinen Händen", bekennt der christliche Glaube, die Zeit zum Leben und die Zeit zum Sterben ist uns von Gott gegeben. Den Herbst genießen und den Winter abwarten, so ist es richtig. Zählen wir unsere Stunden und prüfen wir sie auf ihren Glanz, wie es bei Theodor Fontane und in dem alten Psalm der Bibel heißt. "Lehre uns unsere Tage zählen, dass wir ein weises Herz gewinnen". Sorgen wir dafür, dass uns keine gute Stunde fehlt. Auch nicht am Ende, nicht in Trauer.

„Sammele, Gott, meine Tränen in deinen Krug“, heißt es in einem Gebet der Bibel und weiter: "Ohne Zweifel, du zählst sie" (Ps 56,9) Sie vom Elisabeth-Hospizverein vermitteln das Vertrauen, dass Trauer, Schmerz nicht irgendwo

versickern, sondern bei Gott gut aufgehoben sind. Auch Sie selbst sollen wissen: Wir sind mit allem bei Gott geborgen. Lassen wir Regen Regen sein, durchdringen wir Nebel, achten wir darauf, dass die leidvoll süße Klarheit des Herbstes uns wirklich befreit. Freuen wir uns am Überfluss des Lebens.
Danke.