



## „Ich möchte an der Hand eines Menschen sterben.“ Wie können wir Sterbende begleiten?

Wie möchten Sie sterben? Die meisten Menschen möchten an der Hand eines Menschen sterben, nicht allein gelassen, nicht hinter Maschinen oder Apparaten abgeschoben, nicht in einem Pflegebett vergessen. Wollen nicht nur das Erschrecken und die Scheu der andern erleiden, brauchen jemanden, der einfach nur dableibt.

Wer möchte, dass ihm bei seinem Sterben eine Hand gereicht wird, ein Mensch nahe ist, der sollte heute dem die Hand reichen, ihm nahe bleiben, der ihn – vielleicht wortlos – bittet: „Ach, bleiben Sie doch da.“

Was kann ich tun, am Bett eines sterbenden Menschen? Zunächst einmal nichts, und das ist sehr viel. Wir alle sind geübt im Agieren, im Eingreifen, im Zupacken. Es fällt uns ungleich schwerer, unsere Hilflosigkeit einzugestehen, auszuhalten, dass nichts oder nichts mehr zu tun ist, zuzulassen, dass ich nur noch gefragt bin, einem Menschen meine Nähe zu schenken, zu bleiben.

Was zu tun ist für einen Schwerkranken, sind die Handgriffe der Pflege. Diese sind delegiert oder lange eingeübt, alltäglich geworden in einer längeren oder kurzen Krankheitszeit. Sie bringen Achtung, Verständnis und liebevolle Zuwendung zum Ausdruck, aber sind auch immer wieder eingebunden in das schwierige Wechselspiel von Macht und Ohnmacht, Stärke und Schwäche, Agieren und Ausgeliefertsein. Und die Rollen wechseln zwischen dem Pflegenden und dem Kranken. Da keimt auch Zorn, und wir werden schuldig. Eine junge Frau, die ihre ganz verwirrte Großmutter mit betreut, gestand: „Manchmal ist es sehr schwer, sie als die liebzuhaben, die sie heute ist; nicht nur die Erinnerung, wie sie einmal war.“

Unsere Liebe ist in Gefahr in Zeiten der Erschöpfung, der Trauer, der Wut, des Verletztseins, der Kränkung. Deshalb ist es wichtig, dass ich außerhalb der Krisensituation für mich grundlegend beschlossen habe, in aller Schwachheit ihre oder seine Würde zu schützen, zu achten. Deshalb ist es so wichtig, dass wir von Verzeihung und Vergebung wissen und davon, dass wir jeden Tag neu aus den Kraftquellen Gottes leben dürfen.

Menschen, die wissen, dass sie bald sterben werden, werden im vielfachen Sinne hellhörig. Sie hören zwischen und hinter unseren Worten. Laute und oberflächliche, formelhafte Worte tun ihnen weh. Sie erleben und erleiden, was Dietrich Bonhoeffer so formulierte: „Es gibt einen Maßstab für das Große und Geringe, für das Gültige und Belanglose, für das Echte und das Gefälschte, für das Wort, das Gewicht hat, und für das leichte Geschwätz: das ist der Tod.“ Merken wir es uns, denn als Begleitende sind wir in der großen Gefahr zu versuchen, unsere Hilflosigkeit mit vielen Worten zuzudecken.

Es ist für Christen eine gute Übung, an der Tür des Krankenzimmers zu beten: „Herr, ich weiß nicht, was ich sagen soll. Öffne du mir den Mund oder lass mich schweigen.“

Vielleicht gehen wir miteinander auf eine Zeit zu, in der Worte überhaupt keine Rolle mehr spielen, in der alles gesagt ist. Unterschätzen wir nicht den Wert dieser Zeit. Es tut weh, tut dem Sterbenden weh, wenn Angehörige eilig ein Sterbezimmer verlassen mit der Bemerkung: „Er (oder sie) ist ja überhaupt nicht mehr ansprechbar.“

Machen wir doch stattdessen miteinander am Bett eines schwer kranken oder sterbenden Menschen die Erfahrung des „heiligen Schweigens“. Des Schweigens, das beredter ist als viele Worte. Des Schweigens, in dem Mimik und Gestik, ein Blick, ein Händedruck, sein Abwenden, unser Zuwenden, Fragen und Antworten enthalten sind. Des Schweigens, das aufmerksam zugewandt hört.

Das auch die Antwort hört auf unsere Frage, ob wir mit ihm singen oder beten dürfen. Und diese Antwort ist zu achten, auch wenn sie ein Nein bedeutet. Unsere stille Fürbitte ist deshalb doch trotzdem möglich. Und sein oder ihr Zögern und Zweifeln brauchen vielleicht ganz nötig unseren „Fürglauben“, unser Vertrauen in die Barmherzigkeit Gottes. Wenn uns ein Ja antwortet und uns unsere eigenen Worte allein so unzureichend erscheinen, werden wir den Schatz der Psalmen erfahren. Und im Summen oder Singen vertrauter Töne und Lieder werden wir dem Sterbenden gleichsam ein Geländer anbieten können, „wenn zum Beten die Gedanken schwinden“.

Wiederum, weil Nichtwissen Angst macht, ein Versuch, körperliche Veränderungen bei einem Sterbenden zu beschreiben: Das nahende Ende zeichnet sich ab in den etwas dunkleren, leicht marmorierten Füßen und Händen. Kalter Schweiß bricht aus. Vielleicht können wir noch die spröden Lippen befeuchten, den Schweiß von der Stirne wischen – das kann jede und jeder, die oder der bereit ist zu bleiben.

Der Atem geht oft schnell und heftig, immer wieder entstehen lange Atempausen. Dem scheinbar letzten Atemzug folgt häufig ein letzter – und noch ein letzter. Bleiben Sie ruhig, halten Sie ihre bebenden Gefühle und ihre Erschütterung im Griff. Halten Sie sich daran fest, dass Jesus am anderen Ufer steht – und auch an Ihrer Seite. Bleiben Sie auch still da, wenn dann der Tod eingetreten ist. Zunächst ist jetzt gar nichts zu tun, alles hat Zeit. Lassen Sie jetzt auch nicht erschrocken los. Vergessen Sie das Ammenmärchen vom „Leichengift“. Der Verstorbene ist noch derselbe und Sie dürfen be-greif-bar Abschied nehmen, es wird Ihnen in Ihrer Trauer helfen, leibhaftig Wärme und beginnende Kühle zu spüren. Sie können mit ihm reden, ihm verzeihen oder um Verzeihung bitten. Wer sagt eigentlich, dass er Sie nicht hört? Wir dürfen ihn Gott anbefehlen.

Nach einer gewissen Zeit können Sie ein Frottiertuch zu einer festen Rolle wickeln und unter das Kinn schieben, damit der Mund geschlossen bleibt. Schließen Sie seine Augenlider. Sollten sie sich wieder öffnen, hilft es, wenn Sie angefeuchtete Watte auflegen. Legen Sie die warme Decke beiseite und decken Sie den Verstorbenen bis zu den Schultern mit einem Leintuch zu. Unter Umständen drehen Sie die Heizung zu und öffnen ein Fenster. Sollte es in der Nacht sein, genügt es, am nächsten Morgen den Arzt und den Bestatter zu informieren.

Vielleicht räumen Sie das Zimmer auf und stellen eine Kerze oder einen Blumenstrauß neben das Bett. Geben Sie sich und auch den anderen Angehörigen oder Freunden den Raum und die Zeit zum Abschied nehmen. Sie dürfen einen Verstorbenen bis zu 36 Stunden – u.U. auch länger – zuhause behalten. Brechen Sie nicht eine wichtige gemeinsame Wegstrecke abrupt ab. Vielleicht haben Sie auch die Kraft, für sich oder mit anderen diese Gedanken durchzudenken: Was sollte dem Verstorbenen angezogen werden? Warum nicht etwas Festliches, was er oder sie gerne getragen hat, worin er oder sie Ihnen vertraut ist? Zum anderen: Könnten wir den Dienst des Waschens und Ankleidens vielleicht selber tun oder gemeinsam mit der Schwester der Diakoniestation oder einem anderen professionellen Helfer? Es hat nichts Erschreckendes, es ist eine ganz besondere Weise des Abschiednehmens. Und: Wer könnte mit Ihnen an diesem Bett eine kleine Aussegnungsfeier gestalten? (Unser Gesangbuch bietet auch dafür Hilfestellung.)



■ Fortsetzung  
auf Seite 26



Ja, ich möchte uns miteinander in die Pflicht nehmen. Aber nicht angstvoll verkniffen kämpfend. Sondern als solche, die wissen, dass Gottes großes Ja zu ihrem Leben ihre Würde trägt und die von daher viel Kapazität frei haben, sich für die Würde eines jeden Menschen und ganz besonders der ausgelieferten, schwachen Menschen einzusetzen.

Wir brauchen einander, das Sterben weist uns aneinander. Vielleicht gilt es in einer Gesellschaft, in der immer mehr Menschen alleine leben – und alleine sterben –, dass wir als christliche Gemeinde gemeinsam wieder beginnen, den Dienst der Sterbebegleitung zu tun. Von den frühen christlichen Gemeinden sagte man: „Sie lassen niemand alleine sterben.“

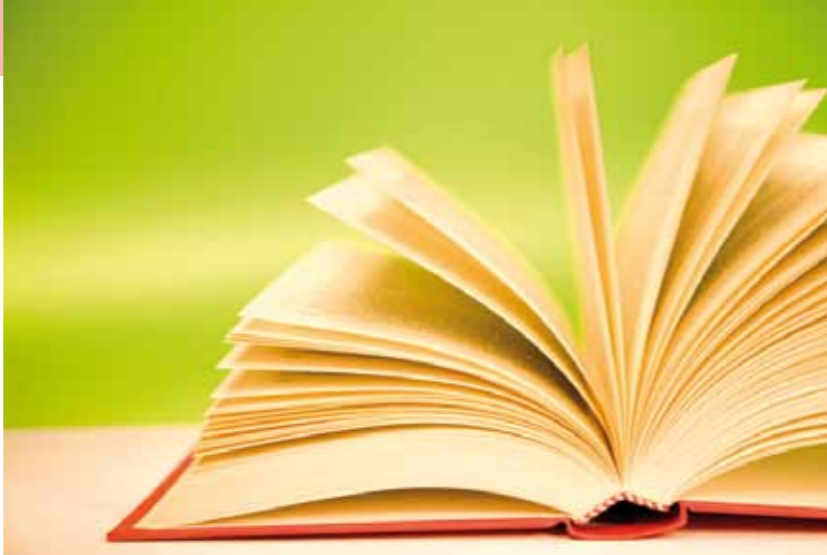
Wie ernst meinen wir unsere sonntägliche Fürbitte für die Kranken und Sterbenden? Sie meint doch auch: Wir sollten mit offenen Augen, Ohren und Herzen wahrnehmen, wer in unserer Gemeinde, in unserem Hauskreis, unserer Nachbarschaft, aus unserem Freundes- oder Bekanntenkreis nach einer vielleicht langen Pflegezeit schon am Ende der Kraft ist oder sich fürchtet vor den kommenden Tagen des Sterbens. Wir können einander beistehen, ganz konkret helfen, ablösen, Begleiter der Begleiter werden. Haben wir heute Kraft frei, dann dürfen wir vielleicht schon morgen um Hilfe bitten.

Bleiben. Es geht darum zu bleiben: Nicht auszuweichen, nicht zu kneifen, nicht alles andere für wichtiger zu halten. Auch mit zitternden Knien zu bleiben. Sich mit der eigenen Angst dem Wirken des Heiligen Geistes anzuvertrauen. Es geht darum, die so verletzliche Würde des Sterbenden zu schützen, zeichenhaft ihm die Liebe seines Schöpfers weiterzugeben.

„Bleibet hier und wachet mit mir, wachet und betet“, bat Jesus die, die er in seine Nachfolge gerufen hatte, als ihm „am allerhängsten“ war, als Todesangst nach ihm griff. Nein, wir werden einen Sterbenden nicht den Todesängsten entreißen können, das kann nur er. Aber unser spürbares, erfahrbares, fürbittendes Begleiten dürfen wir in seiner Nachfolge keinem versagen. ■



Renate Klingler, Bad Urach, seit fast 20 Jahren ehrenamtlich engagiert in der Sterbebegleitung



## Buchtipps

Rolf Scheffbuch

### Würdig und vorbereitet

Wie wir gut leben und sterben können

„Habe ich wirklich gut vorgesorgt für den Fall meines Todes?“ Vor dieser Frage stand Rolf Scheffbuch, als bei ihm plötzlich ein tief sitzender Tumor entdeckt wurde und eine schnell angesetzte Operation nicht viel Hoffnung verhieß. Zu seinem Erstaunen bewegten den langjährigen Prediger des Glaubens weniger die praktischen Fragen des Alltags und der Familie als die eine Frage: „Kann mich Gott denn annehmen, so wie ich bin?“ Geistlich tiefgehend, wohltuend und Mut machend beschreibt er, was ihm den Blick öffnete, wie er Zuspruch fand und was ihm in dieser Zeit wichtig geworden ist. Ein Buch für Menschen, die bewusst leben ... und einmal bewusst und würdig sterben wollen.



Brunnen 2006. 108 Seiten,  
12,1 cm x 18,7 cm, Kartoniert  
6,95 €  
ISBN-10: 3-7655-3899-X,  
ISBN-13: 978-3-7655-3899-5



SCM Hänssler 2010. 176 Seiten,  
10,5 cm x 16,5 cm, Gebunden  
11,95 €  
ISBN-10: 3-7751-5260-1,  
ISBN-13: 978-3-7751-5260-0  
(Bestellung bei der  
Api-Geschäftsstelle möglich:  
Telefon 0711/96001-0,  
kontakt@die-apis.de)

Steffen Kern

### Warum das Leid?

Unsere Sehnsucht nach Hoffnung

Der Amoklauf von Winnenden, das Erdbeben auf Haiti oder ein Schicksalsschlag in unserem eigenen Leben - all dieses Leid führt zu den berechtigten, existenziellen Fragen: Wo ist Gott? Wie kann ein liebender Gott das zulassen? Oder einfach: Warum? Steffen Kern sucht Antworten, die standhalten und tragen.



Freimund 2010. 35 Seiten,  
16,6 cm x 16,7 cm, Broschiert  
3,90 €  
ISBN-10: 3-8654-0085-X,  
ISBN-13: 978-3-8654-0085-7

Heinrich Herrmanns

### Die Sensation ist ER

Kommt zum Abendmahl des Herrn

Bescheiden ist die Gabe, unermesslich groß die Bedeutung. Gott selbst hat sich damit so innig verbunden, dass mir aus dem Bissen Brot und dem bescheidenen Schluck Wein ein Geschenk von ewiger Tragweite zuteil wird. Lassen wir uns immer wieder einladen zu diesen kostbaren Gaben Gottes.

## GALERIE HOHE WART

Die feine ART zu rahmen  
Winfried Gloge

### Buchbinderei



Buchreparaturen von  
Bibeln, Gesangbüchern,  
Kochbüchern ...  
Namensprägungen -  
einfache Abwicklung  
per Paketdienst

### Bilder



Bilder lassen Wände  
sprechen! Suchen Sie  
ein Bild? Leihen Sie sich  
unseren Katalog „Kunst-  
drucke“, „Leinwandbil-  
der“ unverbindlich auf  
dem Postwege aus.

### Einrahmungen



3000 Bilderleisten in  
Holz und Alu  
120 Passepartoutöne  
5 Glasarten



Winfried & Kirstin Gloge:

„Beratung  
ist unsere Stärke!“



GALERIE HOHE WART  
Die feine ART zu rahmen  
Winfried Gloge  
Donauschwabenstr. 3  
89542 Herbrechtingen  
Tel. 07324/2608

[www.galerie-gloge.de](http://www.galerie-gloge.de)