

Aktiver Umgang mit einem Tabuthema

„Ich werde sterben“, sagte mir mein Vater im Frühjahr 1998, als er schwerkrank in einem Hamburger Krankenhaus lag. „Blödsinn, wir werden noch gemeinsam den Jahrtausendwechsel ins Jahr 2000 feiern, danach ist immer noch genug Zeit, um zu sterben“, antwortete ich darauf, wohlwissend, dass wir diesen denkwürdigen Jahreswechsel nicht mehr gemeinsam erleben würden.

Im Juli 1998 ist mein Vater dann gestorben und ich wußte, dass ich grundsätzlich falsch auf seine Aussage reagiert hatte. Immer wieder mußte ich darüber nachdenken, wie ich mit dem Thema Sterben hätte besser umgehen können und sollen.

Parallel dazu ist in meiner Firma eine Kollegin erkrankt und wird in unterschiedlichen Schüben von einer Tumorerkrankung mit daraus resultierenden langfristigen Krankenhausaufenthalten „gebeutelt“. Gut gemeint sagte mir eine andere Kollegin, ich solle die erkrankte Kollegin besser nicht auf die Krankheit ansprechen, da sie nicht „gut drauf“ sei. Zwar habe ich diesen Ratschlag seinerzeit befolgt, nur wohl gefühlt habe ich mich dabei in meiner Haut nicht. Hat man sich doch nur selbst und den Anderen eine heile Welt vorgegaukelt?

Unzufrieden mit dieser Situation habe ich mir Gedanken gemacht, wie ich zukünftig selbst mit derartigen Situationen umgehen könne, als mir ein Zeitungsartikel eines Seitenwechslers in die Hände fiel, der in einem Hospiz die „andere“ Seite kennengelernt hatte. Das ist genau der richtige Ansatz, dachte ich mir, um für mich mit Blick auf das Tabuthema „Sterben“ etwas zu verändern. Glücklicherweise bot sich mir dann recht schnell die Gelegenheit, meinen eigenen Seitenwechsel in Angriff zu nehmen. Nie werde ich den Vorbereitungstag dieses Seminars vergessen, war es doch der 11. September 2001. Als ich guter Dinge am Nachmittag dieses Tages nach Hause kam und meiner Familie berichten wollte, was ich in dem Vorbereitungsseminar für den Seitenwechsel erlebt hatte, wurde ich mit den fürchterlichen Bildern des Anschlags auf das World Trade Center in New York konfrontiert, die auf allen Fernsehkanälen liefen. Bei diesem tausendfachen grausamen Sterben der Menschen in diesen Gebäuden waren meine „Probleme“ eigentlich schon gar nicht mehr existent, dachte ich, oder war das schon wieder eine Form der Verdrängung?

Einige Wochen später habe ich dann im Hospiz Hamburg Leuchtturm für eine Woche meine persönliche Seite gewechselt; raus aus dem Büroalltag und rein in eine Welt, in der das Sterben fast auf der Tagesordnung stand.

Schon mit Beginn des Seitenwechsels fiel mir auf, mit welcher bewundernswerten Hingabe sich das Pflegepersonal, die Küchenbesetzung und die große Anzahl der ehrenamtlichen Helfer um die zu betreuenden Bewohnern, wie sie die Menschen des Hospizes nannten, denen ihr letzter Weg in diesem Leben bevorstand, kümmerten. In diesem Zusammenhang von einer Berufung für diese aufopferungsvolle Tätigkeit zu sprechen, scheint mir nicht übertrieben zu sein.

Natürlich hatte ich arge Beklemmungen, als ich das erste Mal in das Zimmer eines Bewohners mitging, um dort der bei der Morgentoilette eines alten Herren, dem jeder wünschte, er könne endlich sterben, zu helfen. Diese wichen aber sehr schnell der Empfindung, dass ich mir nicht als überflüssiger Außenseiter vorkam, sondern dass ich hier ehrlich mit-helfen konnte.

Verzweiflung, Hoffnung, Arrangieren mit dem Gedanken, sterben zu müssen, regeln, was noch zu regeln ist und Loslassen können oder eben auch nicht, das schienen mir die

unterschiedlichen Stationen des Sterbens zu sein, die ich bei den Bewohnern im Hospiz Leuchttfeuer Hamburg meinte, wahrzunehmen.

Das mag sehr routiniert klingen, allerdings war das Kennenlernen dieser unterschiedlichen Stufen und die dahinterstehenden Bewohner mit zum Teil furchtbaren Krankheitsbildern bei den Tumorpatienten, für mich eine Belastung, mit der ich auch umzugehen lernte. Natürlich gingen mir die Bilder eines Tages nicht aus dem Kopf, wenn ich nach meinen „Diensten“ nach Hause fuhr. Als ich die Pfleger darauf ansprach und fragte, ob sie auch diese Gefühle trotz ihrer zum Teil jahrelangen Erfahrung kennen würden, gaben Sie mir einen Tipp: „Lass dir warmes Wasser über deine Hände und Unterarme laufen, damit kannst du dir die seelische Belastung quasi abspülen“, sagte mir Günther, der mich während des einwöchigen Seitenwechsels im Hospiz betreute. Und siehe da, dieser Tipp half mir tatsächlich, die Bilder eines Tages besser zu verarbeiten.

Trotz der recht kurzen Zeit im Leuchttfeuer Hamburg gelang es mir, so etwas wie Vertrauen zu dem einen und anderen Bewohner aufzubauen, die gesundheitlich noch in der Lage waren, am gemeinsamen Mittag- und Abendbrotessen teilzunehmen. Durch diese gemeinsamen Essen bestand nämlich die Möglichkeit, sich mehrmals im Tagesverlauf zu sehen und miteinander zu sprechen, fast möchte ich es „klönen“ nennen.

So habe ich von Horst, einem Hirntumorpatienten, erfahren, dass er in früheren Jahren diverse Marathonläufe absolviert hatte. Da ich selbst auch dieser Art von Selbstkasteiung nachgehe, hatten wir natürlich sofort ein spannendes Thema zu fassen, was darin gipfelte, dass wir gemeinsam über den Flur des Hospizes „joggten“. Zuerst noch sehr vorsichtig lief Horst mit seiner Gehhilfe los, doch bald wurden wir mutiger, ließen diese beiseite und ich stütze Horst bei unseren gemeinsamen läuferischen Übungen auf dem Flur.

Auch sorgte eine Stadtrundfahrt durch Hamburg mit Marie, einer liebenswürdigen alten Dame, für einen leichten Menschaufbruch des Küchenpersonals und der „Ehrenamtlichen“ im Foyer des Hospizes, als ich Marie überredet hatte, mit mir gemeinsam einmal durch meine Stadt zu fahren und ihr die eine und andere schöne Seite von Hamburg zu zeigen. Marie hatte mir nämlich in einem Gespräch auf meine Nachfragen gesagt, sie kenne die Stadt eigentlich nur flüchtig und hätte das Angebot einer Stadtrundfahrt bisher immer abgelehnt. Ach ja, immerhin haben wir zwei es dann geschafft, mit einer Art „standing ovation“ und mit Worten wie *„Marie, dass wir das noch erleben dürfen, dass du eine Stadtrundfahrt machst“* von den Leuchttfeuer-Leuten in unsere Rundfahrt verabschiedet zu werden. Als wir dann erkannten, dass wir unser zeitliches Limit für die Fahrt nicht einzuhalten würden und verspätet zum gemeinsamen Mittagessen ins Hospiz zurückkehren würden, meinte Marie in ihrer beruhigenden, leisen Stimme: „Das macht doch nichts, die anderen kommen auch nicht immer pünktlich zum Essen!“

Bei diesen „Unternehmungen“ konnte ich feststellen, wie zufrieden ich mit einem Mal für das dankbare Lächeln dieser Bewohner war, das sie mir „schenkten“, wenn wir uns verabschiedet haben. Dieses Lächeln, das ich viel bewußter wahrgenommen habe, als vielleicht irgendein Lächeln zu anderen Situationen außerhalb dieses Seitenwechsels erzeugte in mir ein völlig neues Gefühl der Dankbarkeit. So etwas hätte ich vorher nicht für möglich gehalten, ja, ich hätte nicht einmal gedacht, dass ein einfaches Lächeln eine so tiefe Dankbarkeit hervorrufen kann. Durch dieses Erlebnis wurde mein Fokus auf die wirklich wichtigen Dinge des Lebens gelenkt, gleichzeitig wurde mir klar, mit welchen banalen Dingen man manchmal meint, sich „verrückt“ machen zu müssen.

Nein, hier wurde nun vieles auf ein vernünftiges Maß zurückgestuft, wovon ich - Gott sei dank - noch heute profitiere. Mit einem Male sieht man nämlich das eigene Umfeld, ja die eigene Familie, in einem ganz anderen Licht und ist dankbar, dass es ihnen einfach gut geht und sie gewissermaßen auf der Sonnenseite des Lebens stehen. Vorher war das immer eine Selbstverständlichkeit, über die man gar nicht mehr nachgedacht hat.

Aus diesen Erfahrungen heraus habe ich dann auch den Kontakt zu meiner Schwiegermutter neu „sortiert“, der bis dato eigentlich über viele Jahre dem typischen Schwiegermutter - Schwiegersohn-Klischee nahe kam. Wir hatten beide nicht das rechte Verhältnis zueinander, da wir doch beide schöne Dickschädel waren. Hier gab es eine „Baustelle“, die ich, mit Blick auf das Alter und die Gesundheit meiner Schwiegermutter, nun einfach einmal regeln wollte. Was haben wir noch für einen prachtvollen Sommer 2002 erleben können, was haben wir noch gemeinsam lachen können und wie zufrieden waren in dieser Situation alle, Frau, Kinder, Schwiegermutter und natürlich ich selbst auch, als es dann plötzlich und für uns alle doch überraschend hieß, Abschied zu nehmen.

Anfang September haben wir dann meine Schwiegermutter zu Grabe getragen. Was bin ich dankbar, aus der Erfahrung aus dem Hospiz heraus, diesen versöhnenden Schritt getan zu haben. Und natürlich fühle ich mich im Nachhinein wohl und zufrieden. Welche Vorwürfe hätte ich mir wohl auch in diesem Falle gemacht, wenn wir uns nicht noch *rechtzeitig* vorher ausgesprochen hätten? Und ich weiß auch, dass im Grunde genommen auch sie, was unser beider Verhältnis anbetrifft, sich von dieser Welt beruhigt verabschieden konnte.

Derartige Ereignisse haben mir letztendlich aufgezeigt, dass es doch tatsächlich noch irgendetwas zwischen Himmel und Erde geben muß, das auf uns schaut und hier und da einmal mit einem kleinen „Wink“ hilfreich Dinge zu regeln hilft.

Auch mit meiner Kollegin in der Firma, die selber schwerkrank seit Monaten wieder dabei ist, gegen ihre Krankheit anzukämpfen und der ich von meinen Erfahrungen im Hospiz und auch von den sehr persönlichen mit meiner Schwiegermutter berichtet hatte, kann ich mich völlig frei und ohne irgendwelche Beklemmungen über ihre Krankheit und über die Therapie unterhalten.

Wenn man dann noch berücksichtigt, dass ich genau mit der Kollegin, die mir in der Vergangenheit immer wieder abgeraten hatte, diese Themen anzusprechen, nun in Form von gemeinsamen Frühstücksbesuchen dabei bin, unserer gemeinsamen Kollegin Mut zu machen und mit ihr gemeinsam auch auf andere Gedanken zu kommen, dann denke ich, dass dieses genau der richtige Weg ist. Ja, wir haben beide dazugelernt!

Leuchtfeuer Hamburg hat mir, um bei dem Beispiel eines Leuchtfeuers zu bleiben, den richtigen Weg aufgezeigt, mit den Tabus um das Thema Sterben aufzuräumen und mir Möglichkeiten aufgezeigt, wie ich zukünftig besser damit umgehen kann. Für diese Erfahrung bin ich zutiefst dankbar.

Lothar Illing
Hamburg, im Oktober 2002