

Dr. Franz Schmatz

„BEGLEITE MICH IM STERBEN, DANN LEHRE ICH DICH LEBEN“



Foto: Sonja Pfeisinger

Seit über vierzig Jahren darf ich jetzt sterbende Menschen begleiten. Ausgangspunkt dafür waren die Jahre meiner eigenen schweren Erkrankung, in denen ich viel Zeit in Kliniken verbrachte und erstmals und immer wieder sterbende Menschen erlebt habe. Damals habe ich mir vorgenommen, dass ich selber für sterbende Menschen etwas tun möchte, wenn ich nochmals gesund werde. Vor allem mein erstes Seminar mit Elisabeth Kübler-Ross hat mich dann zusätzlich bestärkt, diesen Weg zu gehen. Sie hat damals einen Satz gesagt, der sich dann für mich in der Sterbendenbegleitung bis heute immer wieder bestätigt hat: „Wenn du qualitativ, bewusst, intensiv und rechtzeitig leben lernen willst, musst du dich immer wieder einmal mit sterbenden Menschen begleitend auf den Weg machen!“

Der Einstieg in die ehrenamtliche Begleitung von sterbenden Menschen war mühsam. Jahrelang war ich im Krankenhaus Krems damit allein unterwegs. Der damalige Krankenhauseelsorger konnte mit meinem Anliegen nicht viel anfangen und auch sonst gab es viel Skepsis. Dann gab es eine Begegnung mit dem damaligen Primar von der Internen, dem ich meine „Visionen“ vortragen durfte und der hat mich unterstützt. Erst ganz langsam begann dann das Interesse und die Bereitschaft, mit sterbenden Menschen anders umzugehen. Es dauerte aber noch viele Jahre bis zu den ersten Initiativen Richtung Hospiz- und Palliativ-arbeit.

Mir wurde in den Begleitungen sterbender Menschen bald bewusst, dass Sterben, Tod und Trauer in unserer Gesellschaft total verdrängt werden, dass auch im Krankenhaus viele unbewusst Angst vor den Sterbenden haben, weil sie uns einen Spiegel mit der Frage, wie wir mit unserem Leben und unserer Endlichkeit umgehen, vorhalten und mir wurde immer klarer, dass die meisten Menschen letztlich das eigentliche Problem nicht mit dem Tod, sondern mit dem Leben haben. Außerdem war und bin ich immer wieder

Autor: Dr. Franz Schmatz

© Juni 2017 · NÖ PPA · Laut gedacht · „Begleite mich im Sterben, dann lehre ich dich Leben“

Seite 1 von 5

neu darüber betroffen, dass so viele Menschen bei ihrer Lebensbilanz, wenn sie den Lebensbogen spannen, sagen, dass sie das Gefühl haben, nicht wirklich gelebt zu haben. Von den meisten Sterbenden kommen Aussagen, wie „Ich habe nicht wirklich selber gelebt!“, „Ich wurde von außen gelebt!“, „Ich war, wie sie mich haben wollten!“, „Ich habe nur funktioniert!“, „Ich bin durch dieses Leben gehetzt!“.....

Faszinierend ist, dass andererseits gerade Menschen am Ende ihres Lebens fähig werden, etwas zu verkosten und zu genießen (einen Schluck Wein, ein kleines Stück Schokolade, den Anblick oder die Berührung einer Blume, das Erleben eines Sonnenaufganges oder -unterganges....). Da kommt auch mir mit den Betroffenen oft die Frage: Warum nicht schon früher, warum erst jetzt?

Ein ganz berührendes Beispiel war für mich auch, wie mir eine Frau mit 85 Jahren ihren Wunsch mitgeteilt hat, dass sie vor ihrem Sterben mit ihrem Mann noch einmal ganz nackt im Bett liegen und ihn ganz spüren möchte, weil sie wusste, dass sie nicht mehr nach Hause kommen würde. Sie schämte sich zunächst für diesen Wunsch. Umso mehr hat es auch mich zutiefst erfüllt, dass ich mithelfen durfte, den beiden diesen Wunsch zu erfüllen. Der Aufwand war für mich nicht allzu groß, weil die Patientin am Wochenende allein im Zimmer lag. Sie waren ungestört 3 Stunden allein und haben sich beide nachher mit einer Umarmung bei mir bedankt. Später hat mir der Mann bei einer Begegnung wörtlich gesagt: „Als ich da mit meiner Frau ganz nackt im Bett lag und wir uns ganz gespürt haben, da hat es überhaupt keine Worte mehr gebraucht!“. Gibt es ein berührenderes Abschiedsrituale von zwei Menschen, die über 50 Jahre verheiratet waren, als dieses – und das im Krankenhaus!

Sterbebegleitung ist in diesem Sinne in vielerlei Hinsicht gerade im Krankenhaus ein Kontrast! Ich meine, ein notwendiger Kontrast. Leben kann sich nur in der Spannung zwischen zwei Polen ereignen, weil nur aus dieser Spannung Leben und Lebendigkeit möglich sind. Seit es unser Universum gibt, steht es in der Spannung zwischen Werden und Vergehen. Wir sind nicht gefragt, ob wir das wollen, sondern herausgefordert, diese Polarität existenziell zu gestalten.

Leider tragen auch die Religionen selber zur Todesverdrängung bei (das muss ich gerade auch als Theologe sagen), weil sie den Tod immer in das Eck mit Sünde und Schuld stellen. Der Tod ist nicht durch Sünde und Schuld in die Welt gekommen, sondern das Spannungsfeld von Werden und Vergehen gehört zur Schöpfung von Anfang an dazu. Wer die Polarität zur Dualität macht und den Tod mit der Sünde verschwistert, blockiert im Lebensfluss vieles. Lebensbejahung ist ohne Akzeptanz des Todes wohl nicht möglich. Schließlich stellt sich der Tod gleichsam als Kontrasthintergrund zur

Autor: Dr. Franz Schmatz

© Juni 2017 · NÖ PPA · Laut gedacht · „Begleite mich im Sterben, dann lehre ich dich Leben“

Seite 2 von 5

Verfügung, damit Leben erst leuchten kann. Den Sternenhimmel sehe ich auch am deutlichsten wenn es dunkel ist. Wir Menschen haben daher die Möglichkeit, der Furchtbarkeit des Todes die Fruchtbarkeit erfüllenden Lebens abzuringen. So gesehen wird der Tod zur intensivsten Lebenseinladung, die es gibt.

Wenn Sterbebegleitung als Wechselspiel von Geben und Empfangen gestaltet wird, werden die sterbenden Menschen für uns Begleitende zur lebendigen Einladung, JETZT zu leben, das Leben lustvoll, qualitätsvoll, bewusst und intensiv zu erfahren. Wer in diesem Sinne sterbenden und trauernden Menschen Weggeleit schenkt, wird auch nicht selber in der Erschöpfung landen. Im Sinn der Hospiz- und Palliativbewegung achten Begleiterinnen und Begleiter zunächst einmal gut auf sich, achten auf Selbstliebe, Selbsttreue und Selbstverantwortung und geben anderen aus einer gefüllten Schale. In vielen Begleitungen habe ich mich schon gefragt, ob ich jetzt gerade Begleitender oder Begleiteter bin.

In der Begleitung geht es um Weggeleit und nicht um Versorgung mit Rezepten, Konzepten, Antworten oder gar Ratschlägen. Wir wollen die Begleiteten so stützen und stärken, dass sie ihren ureigensten Weg suchen und finden können und ihren Weg so gehen dürfen, wie es für sie stimmig ist. Daher gibt es auch so viele Arten des Sterbens und Trauerns, wie es Menschen gibt. Die einen gehen ruhig und gelassen, die anderen betend und wieder andere fluchend, zornig und schimpfend in den Tod. Wie es ist, ist es gut und wir haben nicht zu bewerten.

In der Sterbebegleitung geht es in erster Linie um das achtsame, horchende, spürende und gut wahrnehmende Da-sein. Das Sprechen und auch die Aktivitäten treten in den Hintergrund und dem SEIN wird Raum gegeben. Das Spüren oder Halten der Hand, das Befeuchten der Lippen oder das behutsame Trocknen der Tränen vermitteln Geborgenheit. So wird auch oft die staunende Stille und die sich ausbreitende Leere zu einer tiefen spirituellen Erfahrung. Wer dafür aus eigener Lebenserfahrung offen ist, kann oft mit dem Sterbenden gemeinsam erleben, wie Leben sich verdichten kann, wenn alles rundherum losgelassen wird. Das sind die ganz großen kostbaren Geschenke, die wir Begleitenden bekommen.

Auf diesem Hintergrund müssen wir gut achtgeben, dass die Hospiz- und Palliativbewegung nicht zu einer Ideologie und damit zu einem erstarrten System verkommt. Bei aller Bedeutung und Notwendigkeit von Professionalisierung und Expertentum muss uns klar sein, dass es für das Sterben keine Experten gibt. Sterbebegleitung ist ein Prozess, in den ich mich mit offenem Herzen einlasse, ohne Ziele zu definieren und ohne der Versuchung der Machbarkeit oder Richtigkeit zu erliegen.

Autor: Dr. Franz Schmatz

© Juni 2017 · NÖ PPA · Laut gedacht · „Begleite mich im Sterben, dann lehre ich dich Leben“

Seite 3 von 5

Wir wissen am Beginn des Weges nicht, wie der Weg sich entwickelt und zu welchem Ziel er uns führt. Niemand kann für einen anderen Menschen die Warum-frage oder Sinn-frage beantworten, aber wir können durch Stützung und Stärkung vielleicht Menschen helfen, die Nicht-beantwortbarkeit zu ertragen. Wir teilen die Ohnmacht und verzichten auf die Macht der Machbarkeit. Das verbindet mich in der Begleitung mit dem Sterbenden und schenkt eine besondere Qualität der Zuwendung. Vor dem Tod stehend fallen die Masken ab, die gewohnten Rollenspiele hören auf und es zählt nur mehr eine Frage: Wer bist du als Mensch und wie gehst du mit dem Menschen um? Dann geht es um Klarheit, Ehrlichkeit und Echtheit und letztlich um Mensch-werdung. Genau in dieser Erfahrung könnten wir einander in den Krankenhäusern und Pflegeheimen aus den verschiedenen Berufsgruppen begegnen und das zur Mitte unseres Dienstes werden lassen.

Am Schluss möchte ich es mit einem Text aus meinem Buch „Zeit zu Leben“ zusammenfassen:

Wenn du mich liebst, lass mich gehen
Wenn Du mich wirklich liebst:
lade mich nicht ein zu bleiben
halte mich nicht fest
binde mich nicht an dich
verführe mich nicht zu warten
führe mich nicht in die Nostalgie
erzähle mir nicht ständig vom Gestern

Wenn du mich wirklich liebst:
lasse mich los
gib mich frei
gönne mir das Neue
öffne mir die Tore
singe mir das Lied der Freiheit
glaube mit mir an den neuen Morgen

Wenn du mich wirklich liebst,
lass mich gehen!

(aus: Franz Schmatz, Zeit zu leben – Erfahrungen aus 25 Jahren Lebens- und Sterbebegleitung, Effata Verlag, S.81)

Autor: Dr. Franz Schmatz

© Juni 2017 · NÖ PPA · Laut gedacht · „Begleite mich im Sterben, dann lehre ich dich Leben“

Seite 4 von 5

Über den Autor:

Univ.-Doz. Prof. Mag. Dr. Franz Schmatz

Nähere Informationen zur Person, zu den Büchern und Vorträgen von Franz Schmatz finden Sie auf seiner Homepage:

www.fffata.at

Impressum

Im Letter LAUT GEDACHT stellen namhafte und erfahrene Expertinnen und Experten Überlegungen zur Umsetzung der Patientenrechte an. Der Letter erscheint unregelmäßig seit Juli 2001 und findet sich auf www.patientenanwalt.com zum kostenlosen Download.

Herausgeber: NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft, A 3109 St. Pölten, Rennbahnstrasse 29

Tel: 02742/9005-15575, Fax: 02742/9005-15660, E-Mail: post.ppa@noel.gv.at

Für den Inhalt verantwortlich: Der Letter dieser Reihe repräsentiert jeweils die persönliche Meinung des Autors. Daten und Fakten sind gewissenhaft recherchiert oder entstammen Quellen, die allgemein als zuverlässig gelten. Ein Obligo kann daraus nicht abgeleitet werden. Herausgeber und Autoren lehnen jede Haftung ab.

© Copyright: Dieser Letter und sein Inhalt sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck oder auch nur auszugsweise Weiterverwendungen nur mit Zustimmung des Herausgebers. Zitate mit voller Quellenangabe sind zulässig.

Autor: Dr. Franz Schmatz

© Juni 2017 · NÖ PPA · Laut gedacht · „Begleite mich im Sterben, dann lehre ich dich Leben“

Seite 5 von 5