

Wenn das Leben dem Tode begegnet

Sterben



Praktikumsbericht vom Hospiz in Brugg,
23. Februar bis 5. März, insgesamt 12 Tage

Von Claudia Ambühl,

Lommiswil, im März 2015

Inhaltsverzeichnis

Warum ich dieses Thema gewählt habe	Seite - 3 -
"Theorie" über das Sterben; Auszüge des Vorworts aus dem Buch: Die sieben Geheimnisse guten Sterbens von Dorothea Mihm und Annette Bopp	Seite - 5 -
Vorübertropfende Zeit von Ronald Zürrer	Seite - 6 -
Im Gedenken an Frau Bohrer (Alle Namen sind geändert)	Seite - 7 -
Mein ganz persönlicher Lernprozess	Seite - 11 -
Danksagung und Literaturverzeichnis	Seite - 12 -

Wenn das Leben dem Tode begegnet

Sterben

Warum ich dieses Thema gewählt habe?

Seit vielen Jahren beschäftige ich mich auf der spirituellen Ebene mit der Frage des Lebens, des Sterbens und des Lebens nach dem Tode. Lange konnte ich das Sterben gut von mir fern halten, denn, solange ich darüber philosophieren konnte, hat es mich ja auch nicht persönlich betroffen. Irgendwann fiel mir dieses Ausweichen auf und ich wollte doch einen Schritt näher gehen. Nämlich einen Schritt näher an MEINEN eigenen Tod, an MEIN eigenes Sterben und meinen dazugehörigen Gefühlen und Emotionen. In der Ausbildung zur Sterbe- und Trauerbegleiterin hatte ich die Gelegenheit, mich erneut auf einer anderen Ebene mit dem Sterben, dem Tod und dem Danach auseinanderzusetzen. Ich hatte die Möglichkeit, einen tiefen Blick auf meine eigenen Ängste, Wünsche, Befürchtungen und Bedürfnisse zu werfen. Ich lies mich ganz mutig in einen oft heftigen und schmerzhaften inneren Prozess mit mir selber ein, der bis zu meinem Tode auch nicht abgeschlossen sein wird. Denn erst durch die eigene Erfahrung werde ich wissen, wie es wirklich sein wird, zu sterben. Und zwar mein eigenes, höchst individuelles Sterben.

Immer wieder taucht bei mir die Frage auf, wie ich mich denn überhaupt auf mein eigenes Sterben vorbereiten kann? Sicherlich ist die Lektüre von Büchern die sich mit diesem Thema auseinandersetzen sehr hilfreich. Auch kann Meditation mir helfen oder immer wieder das Üben des "Los-lassens" - des "Sein-lassens" - des "Geschehn-lassens". Was mir persönlich aber am hilfreichsten erscheint, ist die Hinwendung zum Theismus. Die Hinwendung zu Gott. Zu Gott ohne Kirchen, ohne Dogmen, Vorschriften und Regeln, Engstirnigkeit, Verachtung und Verurteilung anders Denkender und Glaubender. Sondern die Hinwendung zu Gott, der uns immer in Liebe begegnet und dem ich voll und ganz vertrauen darf. Ich habe erfahren, dass wenn ich dieses Gottesbewusstsein, völlig unabhängig von einer Konfession (!), immer mehr in mir zu kultivieren vermag, ich mir selbst und meinen Mitmenschen mehr und mehr mit und in Liebe begegnen kann und darf. Meine Toleranz, mein Mitgefühl, meine Liebe für andere Wesen dieser Erde fühlt sich immer grösser, tiefer, inniger, ergreifender und schöner an, je mehr ich dieses Gottesbewusstsein in mir erblühen lassen kann. Ihm überhaupt eine Chance gebe, mich zu berühren. Dafür benötige ich den Mut, mich zu öffnen, es zu-zu-lassen, mich hin-zu-geben.

Und dieses Gefühl der Geborgenheit und der Liebe Gottes, dass dann in mir zu entstehen vermag, nimmt mir mehr und mehr die Angst vor dem Leben und somit auch die Angst vor

dem Sterben und dem Tod. Eine wunderbare Erfahrung, die ich nur jedem menschlichen Wesen ans Herz legen kann. Wir sind dazu aufgefordert, den Mut zu entwickeln, um uns zu öffnen und zu trauen, neue, innere und liebevollere Wege zu gehen, um zu erkennen, dass wir nicht alleine sind. Ich bin davon überzeugt, Gott ist im Leben wie auch im Sterben und im Tode mit und in uns. Dieses tiefe Wissen und die tiefe Erfahrung, können mir die Angst vor dem Sterben und dem Tode nehmen und lassen mich LEBEN! Leben im hier und jetzt. Manchmal gelingt es mir besser und manchmal gar nicht! Doch mich immer wieder daran zu erinnern und mich Gott innerlich zu- und hinzuwenden, lässt mögliche Krisen und Ängste schneller und einfacher vergehen und mich die Kraft der göttlichen Liebe um so intensiver erfahren und spüren.

Nach dem erfolgreichen Abschluss der Ausbildungen und der Lektüre vieler Bücher, kam immer mehr das drängende Bedürfnis, all das Gelernte und Erlebte nun endlich vom Kopf in die Hände und ins Herz zu führen. Und es wirklich zu TUN! Ich wollte und möchte, aus einem tiefen inneren Bedürfnis heraus, Sterbende und ihre Angehörigen begleiten. So fand ich den Weg ins Hospiz nach Brugg. Als ehrenamtliche Mitarbeiterin wurde ich von einem wunderbaren Team herzlich Willkommen geheissen. Ich durfte endlich wirklich lernen und erfahren was es heisst, Sterbende und ihre Angehörigen zu begleiten. Allerdings war dies nur ein kleiner Strahl auf einen solch unglaublich grossen Schatz an Erfahrungen und Wissen. Ich wusste, ich möchte mehr erfahren und lernen. Deshalb habe ich den Lehrgang zur Pflegehelferin begonnen und mit viel Überzeugungskraft, zu meiner grössten Freude, auch meinen Praktikumsplatz im Hospiz in Brugg erhalten.

Für den theoretischen Teil, was Sterben bedeuten kann, möchte ich gerne Auszüge aus dem Vorwort des Buches "Die sieben Geheimnisse guten Sterbens" von Dorothea Mihm und Annette Bopp zitieren. Ich kann allen die sich für das Thema interessieren, dieses Buch nur wärmstens empfehlen.

Auszüge aus dem Vorwort von Dorothea Mihm:

.... Denn es gibt kein Leben ohne ihn (den Tod). Das eine bedingt das andere. Es ist ein ständiger Kreislauf von Werden - Sein - Vergehen. Dieser Dreiklang bestimmt unsere Welt, unser Leben. Jeder Atemzug produziert Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Das, was war, ist, sein wird.

Nur der Augenblick zählt. Nichts können wir festhalten. Und doch versuchen wir es immer wieder. Das Bewahrenwollen ist die grösste Sehnsucht, die wir in uns tragen. Eine Sehnsucht, die nie erfüllt wird, weil wir nichts festhalten und bewahren können. Nichts. Gar nichts. Alles müssen wir immer wieder loslassen, freilassen, gehen lassen: Besitz, Gegenstände, Statussymbole, Tiere, vor allem Menschen. Menschen, die uns wichtig sind, die uns nahestehen, die wir lieben. Dieses Lassen fällt uns am schwersten. Es ist die schmerzlichste Prüfung, die das Leben mit sich bringt, und im Tod wird sie am brutalsten von uns gefordert. Sowohl im Tod eines uns nahestehenden Wesens wie auch in unserem eigenen. Das Sterben ist die wohl intensivste und radikalste, oft von einer Minute zur anderen erzwungene Übung des Loslassens. Und wir alle haben Angst davor.

Die vor dem Sterben und vor dem Tod ist die archaischste und tiefste Frucht, die wir haben können. Sie ist auch eine Angst vor der Unwissenheit, was im Sterbeprozess geschieht, vor dem Alleinsein, dem Ver-Lassenwerden.

"Gut sterben" - was heisst das? Geht das überhaupt? Wahrscheinlich hat jeder eine andere Vorstellung davon, was "gutes Sterben" konkret bedeuten könnte. Für die einen ist es der Tod im Schlaf, der unmerklich kommt, auf leisen Sohlen. Für andere ist es der Tod aus heiterem Himmel, der den Menschen fällt wie der Blitz einen morschen Baum. Zack - und weg. Oder es ist der Tod mit Ankündigung, zum Beispiel eine chronische Erkrankung, die sich erst über viele Monate oder Jahre hinweg ganz allmählich verschlimmert und schliesslich im Tod endet; ein langsames Abschiednehmen also. Oder es ist der selbstbestimmte Tod.

Dennoch gibt es (in der Entwicklung der Palliativmedizin und des Hospizwesens) auch dort Bereiche, die noch entwicklungsbedürftig und erweiterungsfähig sind.

Das betrifft vor allem den Umgang mit Sterbenden in ihren letzten Tagen und Stunden, im aktiven Sterbeprozess, wenn sie nicht mehr sprechen können. Hier liegt noch vieles im Argen, weil gerade diese Zeit unmittelbar vor dem letzten Atemzug mit so vielen Tabus und so viel Unkenntnis belastet ist. Die meisten Menschen, auch viele Pflegende und Ärzte, wissen nicht, wie mit Sterbenden in dieser Grauzone zwischen Leben und Tod angemessen umzugehen ist.

Dass denjenigen, die es wünschen, ein bewusstes Sterben ermöglicht wird und ihnen nicht aus Unkenntnis und Hilflosigkeit ein Tod im Dämmer Schlaf starker Beruhigungsmittel aufgezwungen wird. Denn wir wissen heute: Auch wenn Menschen in ihren letzten Stunden bewegungslos und anscheinend friedlich daliegen, geht es in ihrem Inneren oft alles andere als friedlich und ruhig zu.

.....

Wo der Tod ein Zeichen für das Vergängliche, das Sterbliche ist, steht die Liebe für den göttlichen Funken, für das Ewige, Unzerstörbare, Bleibende. Die Liebe ist die einzige Kraft, die dem Tod und der Angst überlegen ist, die unsere Hoffnung nährt und damit unser Leben stärkt.

Vorübertropfende Zeit

Ronald Zürrer

Heute beginnt der Rest deines Lebens. Bist du bereit?

Tropf!

Wieder fiel ein Jahr leise dahin, zerrann an deiner Hand
und wurde eins mit dem Dunst des Vergangenen.

Tropf, tropf:

Und wieder eines, und nochmals eines.

Unfassbar flüchtig fliegt jeder Augenblick von hinnen.

Und du?

Tanzst du - so tief du es wünschst?

Fühlst du dich leicht - so oft du es brauchst?

Wirst du geliebt - so ganz es dir gebührt?

Tropf, tropf, tropf.

Mit zittrigem Finger schreiben wir unseren Namen auf den Fluss
und hoffen, er möge innehalten,
hoffen, er möge bestehen.

Er aber fließt, fließt, beständig,
spült jeden ungelebten Traum für immer hinfort:
Nicht wichtig genug, nicht wichtig genug.

Tropf, tropf.

Wichtig genug, doch nicht jetzt.

Nicht jetzt, nicht jetzt.

Tropf, tropf.

Worauf wartest du?

Ich bin hier, ruft die Gegenwart. Ich bin hier für dich,
immer bereit zu allem - allem mit dir, allem für dich -,
doch immer entfernt, während du vorfreust,
und immer vorbei, während du nachdenkst.
Ich bin jetzt hier. Ich. Hier. Jetzt. Für dich.
Nutze mich, nutze uns. Jetzt.

Jede Kraft ist jetzt,
aller Schmerz war gestern.
Jede Möglichkeit ist jetzt,
alle Reue kommt morgen.
Jede Erfüllung ist jetzt,
immer nur jetzt, immer nur
hier und jetzt.

Worauf also wartest du?

Tropf ...

Komm! Komm jetzt.

Tropf ...

Tanze! Tanze mit mir.

Tropf ...

Du wirst geliebt.

Tropf.

Bist du bereit?

Im Gedenken an Frau Bohrer

Sommer 1952 bis Winter 2015

Ich habe mich für Frau Bohrer entschieden, weil mich ihre Freundlichkeit, Tapferkeit, ihr Wille und ihre Klarheit berührten. Als ich Frau Bohrer kennenlernen durfte, war sie schon bettlägerig, hatte grosse Schmerzen von den Metastasen im ganzen Körper und Atemnot vom Krebs, der ihre Lunge zerfrass. Durch einen Tumor der auf ihr Rückenmark drückte, war Frau Bohrer schon seit längerer Zeit Paraplegikerin. Sie hat kaum mehr Nahrung aufgenommen und trank nur noch schlückchenweise etwas Wasser durch einen Trinkhalm. Sie erhielt Schmerzmittel nach Bedarf, Antidepressiva und Beruhigungsmittel. Trotz ihrer Müdigkeit und Schwäche wusste Frau Bohrer vom ersten Vorstellen her, meinen vollständigen Namen und vergass ihn bis zu ihrem Tod nicht. Frau Bohrer war seit Mitte Dezember im Hospiz und vom Team durfte ich erfahren, dass Frau Bohrer eine sehr gepflegte und disziplinierte Persönlichkeit sei. Sie wolle immer gerne wissen was mit ihr gemacht wird und wollte auch immer alles unter Kontrolle halten. Im Hospiz werden keine Biographien dokumentiert, aber ihr Mann, erzählte mir einiges aus dem gemeinsamen Leben mit seiner Frau.

Herr Bohrer ist sichtlich über den Zustand seiner Frau bewegt. Ich setze mich mit einer Tasse Café zu ihm und er erzählt aus seinem und dem gemeinsamen Leben. Sein Vertrauen freut und ehrt mich und ich höre ihm gerne zu. Er erzählt, dass seine Frau Künstlerin sei. Dank seinem guten Verdienst konnte Frau Bohrer zu Hause bleiben und sich ganz dem Seidenmalen, dem Malen überhaupt und vielen weiteren künstlerischen Tätigkeiten hingeben. Sie hat keines ihrer Kunstwerke verkauft, sondern alles an Freunde verschenkt. Sie begegneten sich vor 39 Jahren im Beisein einer Freundin von Frau Bohrer in einem Restaurant in Deutschland und dieser Jahrestag wird sich in zwei Tagen wiederholen. Weiter erzählt mir Herr Bohrer, dass seine Frau einen ausgeprägten Sinn für Ordentlichkeit besitzt und ihr dies auch jetzt noch ganz wichtig sei. Vor sieben Jahren erhielt Frau Bohrer die schreckliche Diagnose: Krebs! Gemeinsam seien sie durch all die Höhen und Tiefen dieser schrecklichen Krankheit gegangen. Geprägt von Hoffnung, Angst und Hilflosigkeit. Herr Bohrer hätte durch die Krankheit vieles über das Leben gelernt. Es hätte ihn, wie natürlich auch seine Frau, geprägt und verändert. Durch den langen Leidensweg konnten sie aber immer wieder voneinander Abschied nehmen und Herr Bohrer konnte sich innerlich darauf vorbereiten, ein Leben ohne seine liebe Frau zu leben. Er erklärt mir, dass sie über viele wichtige Dinge miteinander sprechen konnten und nun habe er das Gefühl, dass nichts mehr zwischen ihnen stehe. Dies berührt mich sehr, denke ich doch daran, dass wir alle dazu aufgefordert sind, dies in jedem Augenblick unseres Lebens zu tun. Wie oft lassen wir gewisse Dinge unausgesprochen, die uns sogar über Jahre belasten und beschäftigen können.

Herr Bohrer kommt jeden Tag seine immer schwächer werdende Frau besuchen. Um ihr beizustehen, bleibt er oft viele Stunden am Bett seiner Frau sitzen und hilft ihr, so gut es seinen Fähigkeiten entspricht. Ich kann die gegenseitige Zuneigung aber auch Unsicherheit, in dieser herausfordernden und ständig sich veränderten Situation von Frau

Bohrer, der beiden spüren. Frau Bohrer hat auch immer wieder Besuch von Freunden, und Verwandten, die viel Zeit bei ihr verbringen und sich von ihr verabschieden.

Ich erhalte die Möglichkeit, viele Stunden und Tage bei Frau Bohrer am Bett verbringen zu dürfen. Am ersten Tag erlebe ich Frau Bohrer sehr unruhig. Sie wirkt auf mich ruhelos und ängstlich, ihre Sprache ist gut verständlich, sie kann das Wasserglas mit Trinkhalm fast selbständig zum Munde führen und sie kann sich die Lippen selber einfetten. Allerdings will sie, wegen den grossen Schmerzen, unter gar keinen Umständen gepflegt werden, was für sie sehr ungewöhnlich ist, da sie eine sehr reinliche und gepflegte Frau ist. Sie äussert das Bedürfnis, von mir unter ihrem Kopf gehalten zu werden. Dies scheint sie zu beruhigen und ihr das Atmen zu erleichtern.

Am nächsten Tag hat sich der Zustand von Frau Bohrer wesentlich verändert. Sie leidet nach wie vor grosse Schmerzen und ihre Hautfarbe wirkt auf mich gelblich-weiss-grau, doch scheint sie ruhiger zu sein. Sie schreckt nicht mehr so heftig aus ihren kurzen Träumen auf, ihre Pupillen werden trübe, sie kann das Glas nicht mehr alleine halten und auch die Lippen müssen von ihren Begleitpersonen gepflegt werden. Sie freut sich aber über einen Löffel Aprikosensorbet, das ihren Mund befeuchtet und ihr einen guten Geschmack im Munde vermittelt. Heute müssen wir sie einfach pflegen; was mir für Frau Bohrer, im Angesicht ihres Schmerzes, so leid tut. Zu dritt drehen wir Frau Bohrer so wenig wie nötig und so vorsichtig und sanft wie möglich zur Seite, so dass die Pflegende das Gesäss zu reinigen vermag. Das T-Shirt schneiden wir auf, um es Frau Bohrer ausziehen zu können. Ein weiteres T-Shirt wird von uns am Rücken aufgeschnitten, so dass Frau Bohrer in ihrem eigenen, sauberen "Spitalhemli" ihre Besucher empfangen kann. Wir waschen ganz vorsichtig die Beine und crèmen sie sanft ein. Dies erschöpft Frau Bohrer sehr und sie fällt danach wieder in einen unruhigen Schlaf. Sie beginnt auch zu halluzinieren und Dinge zu sprechen, die für uns keinen Zusammenhang ergeben. Immer wieder verlangt sie nach mir, um ihren Kopf und ihre Hand zu halten. Es ist für mich klar ersichtlich, dass ihr die Nähe und Zuneigung eines Menschen einfach gut tun. Und für mich ist es eine berührende Freude, ihr diese Nähe schenken zu dürfen.

Als ich am kommenden Tag die freiwillige Sitzwache ablöse, (die Frau Bohrer schon zu Hause pflegte und viele, viele nächtliche Stunden als ehrenamtliche Mitarbeiterin am Bett von Frau Bohrer verbracht hat) fällt mir sofort auf, dass Frau Bohrer oberflächlicher atmet als gestern. Die Sitzwache erzählt, dass Frau Bohrer nicht mehr Wasser aus dem Glas trinken könne. Um ihr den Mund zu befeuchten, spritzen wir Frau Bohrer nun immer wieder mit einem Spray in die Mundhöhle. Den ganzen Morgen schläft Frau Bohrer immer wieder ein. Sie leidet unter grossen Schmerzen, daher erhält sie regelmässig Morphium, so dass die Schmerzen für sie erträglich bleiben. Sie spricht nur noch im Flüsterton, hält meine Hand oder wünscht sich, dass ich ihren Kopf stütze. Ich installiere gegen die trockene Luft einen Luftbefeuchter. Als das Gerät läuft, fragt mich Frau Bohrer, wie sie denn nun weiter mit dem Luftbefeuchter vorgehen müsse. Ich erkläre ihr, dass sie sich nicht mehr um den Luftbefeuchter zu kümmern brauche. Nun seien immer Menschen für sie da, die sich um sie, wie auch um den Luftbefeuchter kümmern würden. Sie ist sichtlich erleichtert und flüstert mir zu, dass sie nicht alleine sein möchte. Ich versichere ihr, dass

von nun an immer jemand bei ihr sei und sie voller Vertrauen jegliche Verantwortung abgeben könne.

Dass diese Dauerbegleitung eines Menschen, rund um die Uhr möglich ist, ist einfach wunderbar. Zu spüren, welche Sicherheit und auch Ruhe diese Frau Bohrer vermittelt, erfüllt mich mit grosser Freude.

Am Nachmittag geht es Frau Bohrer wieder besser. Sie nippt etwas von einem Stück Kuchen, lächelt über witzige Bemerkungen und nimmt ganz klar wieder Anteil an ihrer Umgebung und freut sich über den Besuch ihres Mannes.

Wir bemühen uns, Frau Bohrer ganz, ganz sanft und kurz zu pflegen. Wir waschen sie intim, streichen ihre Arme mit ihrer wohlriechenden Crème ein und lagern sie ganz sorgfältig neu. Dann lässt die Pflegefachfrau mit Hilfe einer Kanüle etwa 400 ml Flüssigkeit aus den Lungenzwischenräumen von Frau Bohrer ausfliessen. Die Flüssigkeit sieht aus wie Urin und sollte Frau Bohrer wenigstens etwas Erleichterung beim Atmen ermöglichen. Der Urin von Frau Bohrer wird täglich weniger, er riecht sehr intensiv und wird konzentrierter.

Es tut mir weh zuzusehen, wie Frau Bohrer leidet. Wie sie immer noch Verantwortung für gewisse Dinge übernehmen möchte, wie sie aus ihren kurzen Träumen aufschreckt und wie sie offensichtlich unter Schmerzen leidet. Ich habe auch den Eindruck, dass sie Angst hat. Hat sie Angst vor dem alleine sein? Vor Atemnot? Davor die Kontrolle über ihr Leben zu verlieren? Vor dem was auf sie zukommen könnte? Vor dem Unbekannten? Vor dem unausweichlichen Abschiednehmen ihr lieb gewordenen Menschen, ihres irdischen Lebens?

Wie kann ich ihr helfen? Ich fühle mich immer wieder hilflos und unfähig. Es ist für mich schwierig, zu erkennen, was Frau Bohrer wirklich braucht. Meine Hand? Wasser? Eine minimalste Umlagerung? Was tut ihr gut? Was muss ich können? Niemand hat mich je auf solch eine Situation vorbereitet. Müssten wir das nicht alle schon in der Schule lernen? Ich versuche mich ganz auf meine Intuition und Sensitivität zu konzentrieren --- weg von meinem Denken --- hin zu meinen Wahrnehmungen und meinen Herzensqualitäten.

Während den vielen Stunden an Frau Bohrers Bett, habe ich viel Zeit zum Nachdenken. Immer wieder werde ich an meine Zeit als ganz junge Mutter erinnert. Für mich hat es so viele Parallelen. Dort war ich auch aufgefordert, meine Herzensqualitäten zu entwickeln, um mein Kind zu verstehen. Ich sehe diesen schwachen und von Schmerzen gepeinigten Körper vor mir, in dem Frau Bohrer sicherlich schon seit vielen Jahren nicht mehr zu Hause sein möchte. Und doch habe ich den Eindruck, dass Frau Bohrer diesen Körper noch nicht verlassen will. Sie hat diesen Kampf noch nicht aufgegeben, weil der Schritt ins Unbekannte für sie vielleicht noch bedrohlicher wirkt, als all die Schmerzen und das Leid?

Am kommenden Tag ist Frau Bohrer sehr schwach. Sie schläft sehr, sehr viel, schreckt auch nicht mehr auf, sondern öffnet nur die Augen und braucht einen Moment, bis sie mich

erkennt. Die Arme jucken sie, deshalb streiche ich sie ihr wieder ganz sanft ein. Als ich ihre Hände in die meinen nehme, fällt mir auf, wie kühl sich die äusserste Spitze ihrer Finger anfühlen. Sie wünscht sich wieder meine Hand unter ihrem Kopf und lächelt mich dankbar an. Zum ersten Mal in diesen vielen Stunden an ihrem Bett, wird sie nicht mehr wach, wenn ich meine Hand unter ihrem Kopf weg ziehe. Ihre Stimme ist kaum mehr ein Flüstern, wenn sie nach Wasser verlangt. Nach dem Mittag kommt ihr Mann. Er ist sichtlich über den Zustand seiner Frau bewegt. Ich habe wieder die Möglichkeit, mit ihm einen Café zu trinken und ihm zuzuhören. Ich kann spüren, wie es Herrn Bohrer gut tut, über sich und seine Frau aus dem gemeinsam Erlebten zu erzählen.

Als ich mich kurz vor Feierabend bei den beiden verabschieden gehe, wird Frau Bohrer wach. Sie schaut mir tief und lange in die Augen und hält meine Hand mit beiden Händen. Ich bin zu tiefst bewegt und berührt. Wir schauen uns lange an und ich habe das Gefühl, sie wirklich ein klein wenig zu kennen. Ich durfte Frau Bohrer ein ganz kleines Stück ihres Lebens kennenlernen und begleiten, dies wird eine bleibende und dankbare Erinnerung für mich sein.

Als ich nach drei freien Tagen wieder ins Hospiz komme, stelle ich sogleich fest, dass Frau Bohrer am Leben ist. Wie wunderbar, so durften sich Frau Bohrer und ihr Mann an ihr 39-jähriges Jubiläum des gemeinsam gelebten Lebens erinnern.

Und ich freue mich sehr, dass ich Frau Bohrer nochmals begegnen darf.

Im Laufe des Tages verliert Frau Bohrer sehr viel Stuhl. Ihr ganzer Körper scheint alles loszulassen und sich zu reinigen. Wieder pflegen und säubern wir Frau Bohrer so sorgfältig und vorsichtig wie es uns nur möglich ist. Ich habe den Eindruck, dass Frau Bohrer weniger Schmerzen hat als noch letzte Woche. Ihr Körper fühlt sich bei der Pflege etwas weicher und geschmeidiger an. So geht es ein klein wenig einfacher Frau Bohrer zu pflegen. Vielleicht wirken die Medikamente besser? Oder ist Frau Bohrer schon nicht mehr ganz mit ihrem Körper verbunden? Trotzdem benötigen wir 1 1/2 Stunden um Frau Bohrer zu pflegen, was sie sichtlich erschöpft und ihr nach wie vor Schmerzen bereitet.

Als ich mich am Abend von ihr verabschiede wirkt sie auf mich sehr ruhig, absolut präsent und völlig klar. Sie spricht nicht mehr, doch sie verzaubert alle Anwesenden mit ihrem unglaublich schönen Lächeln. Danke!

Frau Bohrer verstirbt ruhig im Beisein der freiwilligen Sitzwache in der kommenden Nacht.

*"Wird ein Mensch geboren, stirbt ein Geist;
stirbt ein Mensch, wird ein Geist geboren."
(Novalis)*

Mein ganz persönlicher Lernprozess

Ich durfte lernen, wie ich ich schwerst kranke Menschen mit so viel Sorgfalt, Feinheit und Einfühlungsvermögen wie nur möglich, pflegen kann. Diese hingebungsvolle Fürsorge und Pflege, sterbenden Menschen gegenüber, hat mich tief berührt und mich mit einem wahren Glücksgefühl beschenkt.

Ich durfte mich auch im Dienen üben. Dies ist ein Teil in mir, den ich in meinem Alltag oft vergebens versuche mit Freude zu kultivieren. Schnell kommt das Gefühl des "Ausgenutzt Werdens" in mir hoch und dieses Gefühl schätze ich ganz und gar nicht. Im Hospiz erlebte ich die Freude und Zufriedenheit, die das Dienen in mir auszulösen vermochte. Dieses Glücksgefühl, das das wahre Dienen in mir auszulösen vermag, möchte ich gerne in meinem Alltag weiter üben, spüren und erleben.

Weiter weiss ich nun mit absoluter Sicherheit, dass ich diesen Weg der Begleitung sterbender Menschen und ihren Angehörigen gehen möchte und werde.

Danke an alle, die mir diese Erkenntnisse ermöglichten!

Ich danke von ganzem Herzen Frau Bohrer und auch ihrem Mann für ihr unglaubliches Vertrauen mir gegenüber. Ich wünsche Frau Bohrer eine gute Reise und ihrem Mann, den Mut, durch die tiefe Trauer hindurchzugehen, immer im Wissen, dass die Liebe unvergänglich ist. Möge ihm die Liebe zu seiner Frau, die Kraft, Freude und Zuversicht für sein eigenes weiteres Leben schenken.

Ebenso bedanke ich mich bei den trauernden Angehörigen und Freunde der Verstorbenen und wünsche auch Ihnen allen, ein reich erfülltes Leben.

Ich bin von grosser Dankbarkeit erfüllt, dass ich dieses für mich sehr prägende, lehrreiche und inspirierende Praktikum im Hospiz in Brugg absolvieren durfte. Ich möchte mich an dieser Stelle beim ganzen Team und all den betreuten Menschen und ihren Angehörigen bedanken, die mich so freundlich, offen und voller Vertrauen empfangen haben und mir dabei halfen, die vielfältigsten und eindrucklichsten Erfahrungen mit Menschen machen zu dürfen, die dem Tode gegenüber stehen und trotzdem leben.

Menschen, die leben wollen, mit all ihren menschlichen Bedürfnissen und Eigenschaften. Freude, Schmerz, Angst und Trauer empfinden - bis sie ganz still und friedlich sind. - Einfach so da liegen - ruhig - friedlich und schmerzfrei.

Danke Euch allen!

Literaturverzeichnis:

Kardex / *mündliche Erzählungen*

Die sieben Geheimnisse guten Sterbens / *Dorothea Mihm und Annette Bopp*

Vorübertropfende Zeit / *Ronald Zürrer*

Text / *Novalis*