

# horizont **E**

Das **evangelische** Magazin im Oldenburger Land



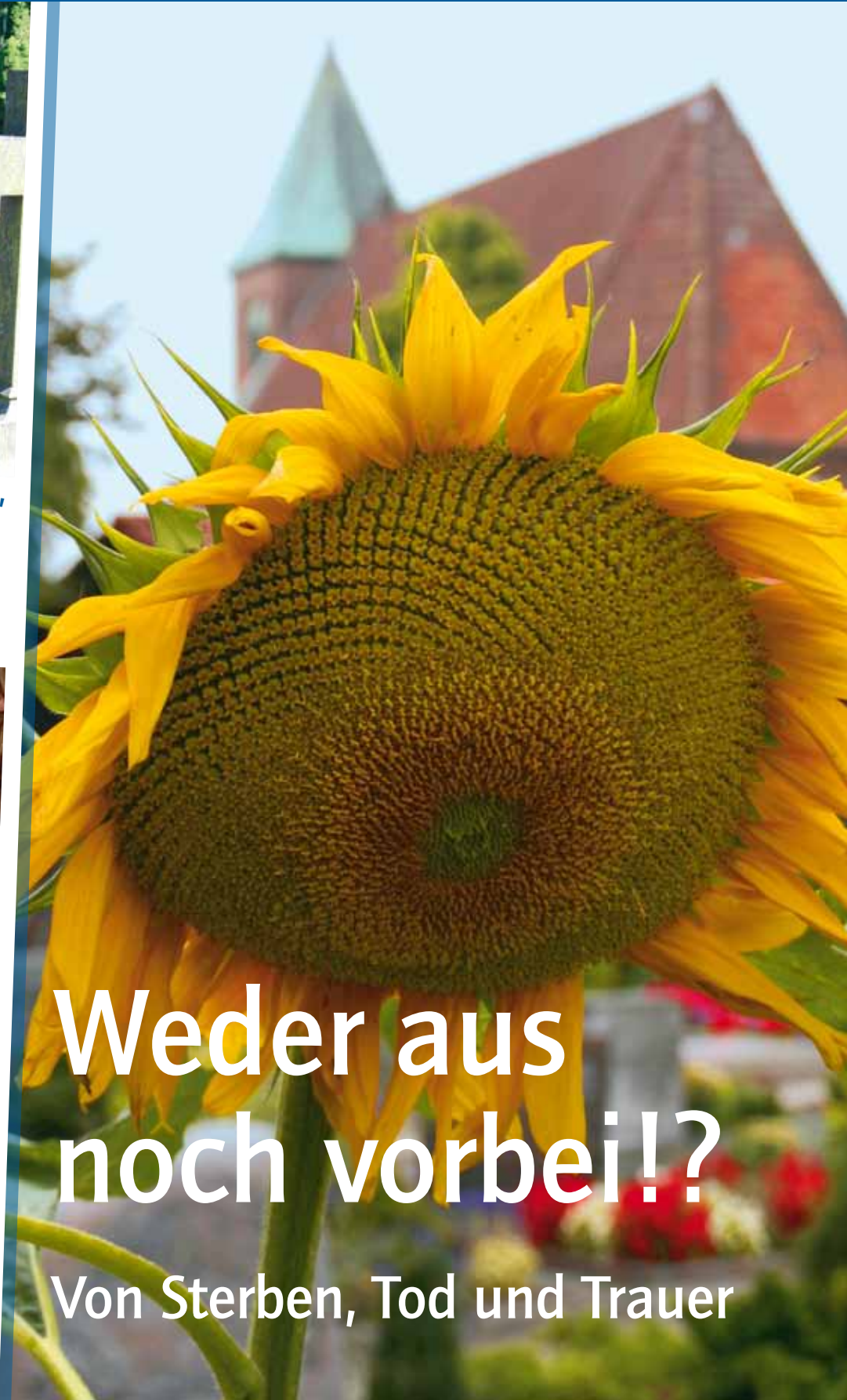
## „Den anderen gehen lassen“

Eine Diskussion über die Frage, wann der Abschied vom Leben beginnt



## Hier dürfen Kinder trauern, wie sie wollen

Viel Platz im neuen Trauerland-Domizil



# Weder aus noch vorbei!?

Von Sterben, Tod und Trauer

# „Den anderen gehen lassen“

Im Gespräch über Sterben, Tod und Trauer



Renate Lohmann, Leiterin  
der Stiftung Evangelischer  
Hospizdienst Oldenburg



Kreispfarrer Jens Möllmann  
aus der Wesermarsch

Wann beginnt der Abschied vom Leben? Darüber diskutierten die Hospizdienstmitarbeiterin Renate Lohmann, die Bestatterin Cordula Caspary und Kreispfarrer Jens Möllmann aus der Wesermarsch. Nur scheinbar war der Rahmen, ein sonniger Spätsommertag im Garten des Lokals „Tafelfreuden“, unpassend. Zeit und Ort sind fürs Abschiednehmen ebenso individuell wie jeder Mensch. Und ebenso die Art und Dauer der Trauer.

Es könnten wenige Stunden sein, aber auch mehrere Jahre, sagt Renate Lohmann zur Frage, wann das Sterben beginne. Manche Menschen verlören schon Jahre vor ihrem Tod die Lebensfreude. Oder sie sähen keinen Sinn mehr in ihrem Leben, wünschten sich geradezu den Tod. Das sei schon für Angehörige schwer mitzuerleben. Entscheidender aber sei es für Pflegekräfte. „Für sie ist es ein zentrales Thema“, weiß die Leiterin der Stiftung Evangelischer Hospizdienst Oldenburg. „Irgendwann haben sie die Idee, den ambulanten Hospizdienst zu aktivieren.“

Pfarrer Möllmann weiß aus der Seelsorge, dass der Anstoß meist vom Sterbenden selbst kommt. Wenn er erkenne, dass eine Heilung nicht mehr zu erwarten sei, erwache oft der Wunsch, noch mit bestimmten Menschen Kontakt aufnehmen zu wollen. Ihn erreiche dieser Wunsch oft auch über Angehörige. Auf keinen Fall aber werde er selbst darauf drängen. „Ich habe eine gewisse Zurückhaltung, jemanden plump darauf anzusprechen.“

Eine verbreitete Scheu vor dem Thema Tod spürt die Bestatterin Cordula Caspary aus Bremen. „Aber wenn ich signalisiert bekomme, dass weder der Patient noch seine Angehörigen das Thema ansprechen wollen, ist es meine Aufgabe, ihnen ein Fenster zu öffnen. Es bleibt dann ihre Entscheidung, ob sie dort hinaus schauen wollen oder nicht.“ Die Kulturwissenschaftlerin hat sich im Studium dem gesellschaftlichen Umgang mit dem

Tod wissenschaftlich genähert und ihre Abschlussklausur über die Entwicklung der Friedhöfe in Deutschland geschrieben. Dann erst hat sie sich für den Beruf der Bestatterin entschieden. Sie bedauert, dass die Menschen nicht mehr wie früher „wissen, wie Sterben geht“.

Heute gingen die Menschen oft durch ihr ganzes Leben, ohne einmal den Tod mitzuerleben. Den würden sie nur aus dem Fernsehen kennen. „Doch Tod und Sterben sind ganz und gar nicht wie auf dem Bildschirm.“ Dennoch: Es gebe auch ganz junge Menschen, die – mitten im Leben – sie anriefen, und alles für ihren Tod regelten. Das seien zum Beispiel Menschen, die als Kind erlebten, dass ihr Vater plötzlich verstarb, ohne einen längeren Sterbeprozess, ohne die Möglichkeit, Abschied zu nehmen.

Auch bei einem plötzlichen Tod durch Unfall oder Herzversagen sei die Hospizarbeit wichtig, betont Renate Lohmann. Gerade in diesen Fällen sei die Trauer besonders groß und stürze die Angehörigen in tiefe Krisen. Für sie aber gebe es wenige Anlaufstellen. Doch gerade sie bräuchten eine Möglichkeit, ihre Emotionen – Wut, Angst, Enttäuschung – auszudrücken. Die Hospizdienstmitarbeiterin rät dann zu nachträglichen Abschiedsritualen, etwa zum Briefeschreiben. „In einem Fall haben die Angehörigen diese Briefe nach dem Suizid des Vaters mit einer Feuerwerksrakete in den Himmel geschossen“, erinnert sie sich.

Pfarrer Möllmann weiß, wie entscheidend die Worte bei der Aussegnung oder Trauerfeier sind. Was für den einen tröstlich sei, könne für andere „wie eine Ohrfeige wirken“. „Ja, es ist schwierig, die passenden Worte, das passende Ritual zu finden“, pflichtet Bestatterin Caspary bei. Hinterbliebene seien eine heterogene Gruppe, die immer vor der Frage stehe, wie für sie die Trauerfeier zu gestalten sei. „Wir haben auch schon mehrere Feiern angeboten, sonst wäre die Feier überfrachtet worden.“

Mit Jens Möllmann ist sie sich einig, dass die religiösen Rituale dabei sehr hilfreich sein könnten, „da können wir vom Katholizismus etwas lernen“, räumt der Pfarrer ein. Das Sechs-Wochen-Amt und die Jahresfeier böten gute Gelegenheiten, des Verstorbenen zu gedenken und sich gemeinsam an Erlebtes zu erinnern. Ähnliche Rituale gebe es in vielen anderen Religionen und seien auch psychologisch zu erklären, sagt Cordula Caspary: 40 Tage brauche der Menschen in aller Regel, um solche gravierenden Erlebnisse zu verarbeiten.

Wichtig sei möglichst viel Zeit, auch da sind sich Möllmann und Caspary einig. Für einen Pfarrer setze das voraus, dass er nicht zu viele Beerdigungen habe, also eine nicht zu große Gemeinde. Und er wünschte sich Bestattungen möglichst samstags, weil sich dann die Trauergäste mehr Zeit nähmen, so Möllmann. Hier hakt Renate Lohmann ein: „Es wird ohnehin viel zu schnell bestattet, oft schon nach drei, vier Tagen.“ Oft werde der Bestatter schon gerufen, wenn der Angehörige gerade den letzten Atemzug getan habe, gerade so, als ob man sich etwas Unangenehmem entledigen wolle. Manchen möge das recht sein, „einige brauchen es vielleicht“, sagt die Hospizdienstmitarbeiterin, nötig aber sei es nicht. Aus der Erfahrung berichtet sie von einer Frau, die unmittelbar nach dem Tod ihres Mannes nicht mehr in der Wohnung bleiben wollte, und von einer anderen Frau, die noch eine letzte Nacht mit ihrem verstorbenen Mann im gemeinsamen Bett verbringen wollte und konnte.

„Es ist hilfreich, sich die Zeit zu nehmen, die jeder braucht“, bringt es Renate Lohmann auf den Punkt. Sie habe es als hilfreich erlebt, dass die Angehörigen einzeln von dem Verstorbenen, der im Nebenzimmer aufgebahrt war, Abschied nehmen konnten. „Das macht es zwar nicht leichter, sorgt aber für schöne Bilder der Erinnerung an die Trauer.“ In dieser schweren Zeit des Abschieds müssten „Trittsteine“ für das Weiterleben gelegt werden, nicht „Stolpersteine“. Denn Bilder von einem Abtransport im Zinksarg oder gar Plastiksack brennen sich im Kopf als verstörend fest. „Das geht gar nicht!“, ruft Cordula Caspary fast entsetzt aus. Sie bringe immer einen Holzsarg mit, und nur, wenn das Treppenhaus zu eng sei, werde der

Verstorbene auf einer Trage aus dem Haus gebracht; aber „Reißverschluss über den Kopf – das ist ja furchtbar!“ Renate Lohmann erinnert daran, dass Bestatter Dienstleister seien und die Wünsche der Familie berücksichtigen müssten. In jüngster Zeit spüre sie ein Umdenken: „Es wird erkannt, wie heilsam ein gestalteter Abschied sein kann.“ Auch in den Krankenhäusern gebe es meist Abschiedsräume statt weiß gefliester Keller.

„Gehen Sie mit Verstorbenen so um, als seien sie lebende Menschen“, rät Cordula Caspary. Ein Leichnam sei weder ein „Fleischklops“, noch seien Handschuhe und Mundschutz nötig, um sich ihm zu nähern. Und sie gehe auf den Toten zu wie auf einen Lebenden: „Ich klopfte an und sage beim Öffnen der Tür: ‚Herr X, Ihre Tochter ist da...‘. Das setzt sich fest und schlägt eine Brücke zu den Angehörigen“, ist die Bestatterin überzeugt. Für sie ende weder das Sterben noch die Sterbegleitung mit der amtlichen Bestätigung des Todes. „Ich glaube an eine Restwahrscheinlichkeit, dass Verstorbene noch auf Atmosphärisches reagieren.“ Deshalb Sorge sie dafür, dass Verstorbene noch einmal ihr Parfum oder Rasierwasser aufgelegt bekommen oder dass ihre Lieblingsmusik zu hören ist.

„Ich bin auch eine Verfechterin der Aussegnung“, sagt Cordula Caspary und ergreift die Hand von Pfarrer Möllmann. „Das Innehalten im Gebet hat etwas sehr Tröstliches.“ Als junger Pfarrer in der Wesermarsch habe er eine Aussegnung zum ersten Mal bei einer Vertretung übernehmen müssen. „Ich war ein wenig bange, aber hinterher fand ich es sehr sinnvoll.“ Lange habe er mit sich gerungen, das „in paradisum“ zu sprechen; heute könne er auf „durchweg positives Feedback“ auf diesen lateinischen Hymnus zurückblicken. Er Sorge für „heilsame Bilder“, wie sie sich auch die Hospizdienstmitarbeiterin und die Bestatterin von einer Beerdigung erhoffen.

Zu den „schönen Bildern“ mit heilsamer Wirkung gehörten auch so überraschende Dinge wie etwa Seifenblasen, sagt Cordula Caspary. Schon auf mittelalterlichen Puttendarstellungen seien sie zu sehen. Und ebenfalls eine alte Tradition sei, auf Gräber Erdbeeren zu pflanzen. Renate Lohmann betont in diesem Zu-



Cordula Caspary,  
Bestatterin aus Bremen





sammenhang, die Angehörigen sollten bei der Bestattung nichts dem Zufall überlassen: „Man kann und soll eine Bestattung inszenieren.“ Doch nicht alles müsse inszeniert werden, ergänzt Cordula Caspary, man müsse dem natürlichen Geschehen Raum und Zeit geben. „Wie schön war das, als die Tochter am Sarg ihres Vaters hörte, dass im Nachbarzimmer sein Lieblingslied ‚Geh aus, mein Herz, und suche Freud‘ erklang.“

Wann beginnt das Sterben, wann endet es, wie lange darf die Trauer dauern? Auf solche Fragen pflegt Renate Lohmann mit der Gegenfrage zu antworten: „Wie hoch ist oben?“ Es gebe auf solche Fragen keine Antworten; allenfalls lasse sich sagen, die Trauer höre nie auf, sie sei aber einem ständigen Veränderungsprozess unterlegen. Tatsächlich, so sagt die Hospizdienstmitarbeiterin, lasse vielleicht die Verzweiflung irgendwann nach, „doch auch Jahre nach dem Tod fließen aus dem Stand die Tränen, wenn die Erinnerung kommt. Etwa bei der jungen Frau, die bei der Hochzeit spürt, wie weh es ihr tut, dass nicht ihr Vater sie zum Altar führt.“

In der Frage der Bestattungsform herrscht nicht so große Einigkeit zwischen Hospizdienstmitarbeiterin, Bestatterin und Seelsorger. Sie begrüßen noch gemeinsam, dass es neben der Sarg- und Urnenbestattung noch weitere Möglichkeiten gibt. Cordula Caspary ist deutlich für alternative Formen. „Warum sollte ich nicht der Familie die Urne mit der Asche eines schwerstbehinderten Kindes geben?“ Das sei zwar gesetzlich nicht erlaubt, aber straffrei möglich. Ebenso provokativ wirkt ihre Frage: „Wenn es einen Ort des Gedenkens geben muss, muss es denn ein Grab sein? Kann es nicht auch eine Internetseite, eine Stiftung oder eine gespendete Parkbank sein?“

Renate Lohmann fragt sich, ob der Ort des Gedenkens ein Friedhof sein müsse. „Das ist für viele eine schauerliche Vorstellung, egal ob Zerfall oder Feuer.“ Aber Trauer brauche einen Ort, nur: „Warum kann das nicht auch ein Weltmeer sein?“ Dies habe sie für sich lange abgelehnt, bis ihre Tochter, die in Neuseeland war, meinte: „Dann wärest Du mir auch dort nah.“ Pfarrer Möllmann betont, dass sowohl die Toten als auch

die Angehörigen einen Ort des Gedenkens bräuchten. Er erzählt von einer Witwe, deren Mann eine Seebestattung gewünscht und bekommen hatte, und die sich nun um ungepflegte Gräber auf dem Friedhof kümmere. Kaum anders sei es mit den zahlreichen blumengeschmückten Kreuzen an den Straßen, die vom Unfalltod zeugten. Bis heute tue er sich emotional mit der Verbrennung von Verstorbenen schwer, sagt Pfarrer Möllmann; es habe lange gedauert, bis er diese Praxis habe akzeptieren können.

Cordula Caspary berichtet von Beispielen, wie verschiedene Interessen gleichzeitig erfüllt werden könnten, etwa wenn nach der Feuerbestattung ein Teil der sterblichen Überreste in einer Urne bei einer Trauerfeier bestattet würde, der größte Teil aber, dem Wunsch des Verstorbenen folgend, ins Meer gestreut würde. Oder wenn ein Topf mit der Erde aus dem Friedwald, in dem die Urne vergraben wurde, in einem Gefäß auf dem heimischen Balkon aufbewahrt werde. Aus ihrer Praxis berichtet Renate Lohmann von einem Ostfriesen, der unbedingt in heimischer Erde bestattet werden wollte, dessen Frau aber ein Familiengrab im Ammerland hatte und ihren Mann dort beerdigen lassen wollte. Eine Fuhre ostfriesischer Erde im Ammerländer Familiengrab war die Lösung, die beiden Wünschen gerecht wurde.

Schließlich geht es noch einmal um die Frage, wann und wie das Abschiednehmen enden kann. „Es muss auch mal an ein Ende kommen“, meint Pfarrer Möllmann. „Man muss loslassen können, sonst wird es womöglich pathologisch.“ Hier widerspricht Renate Lohmann: „Ich spreche nicht gern vom Loslassen, das setzt einen aktiven Prozess voraus und kann beim Hinterbliebenen Schuldgefühle auslösen. Besser ist zu sagen: Ich muss den anderen gehen lassen.“ Aber dabei gebe es kein Falsch oder Richtig, betont Cordula Caspary, ebenso wenig wie bei der emotionsgeladenen Frage, was mit dem Ehering des Verstorbenen geschehe. Für den einen Partner sei es wichtig, dass der Verstorbene den Ring am Finger behalte, für den anderen, dass der doppelte Ehering am eigenen Finger den Verlust des geliebten Partners dokumentiere.

*Das Gespräch hat Michael Eberstein moderiert.*

