

# Der Totengräber will Sonne

**Wir alle sterben. Auf dem Weg in den Tod gibt es Menschen, die uns in der letzten Lebensphase begleiten. Sie setzen sich freiwillig mit dem Tod auseinander. Warum nur? Die Emdener Zeitung hat den Hospizdienst Emden über mehrere Monate begleitet.**

**Von EZ-Redakteur PATRICK PLEWE**  
☎ 0 49 21 / 89 00 419

**Emden.** Der Totengräber baut Obst an. Pfirsiche, Kirschen, Pflaumen, Kiwis, Äpfel. Rolf Gehrig bringt Leben in seinen Garten. Wenn er diesen blühenden Ort verlässt und zu den kranken Menschen nach Hause kommt, ist es ganz anders. Dann bringt er die Gewissheit mit: Hier wird bald jemand tot sein.

In Deutschland leben 80 Millionen Menschen. Sie sind weiblich und männlich, jung, alt, schwarz, weiß, deutsch, türkisch, afrikanisch, sie sind Lehrer, Bäcker, Putzfrau - doch eine Sache gibt es, die sie verbindet: Sie alle müssen sterben. Früher taten sie das zu einem Großteil in den eigenen vier Wänden im Kreise der Familie. Heute ist der Tod ausgelagert. Viele sterben in Krankenhäusern. Wer jedoch weiß, dass er bald tot sein wird, und weiß, dass er nicht alleine in der Klinik sterben möchte, der kann auch einen anderen Weg nehmen.

Nach Angaben des Deutschen Hospiz- und Palliativ-Verbandes gibt es bundesweit neben 230 Palliativstationen in Krankenhäusern auch 200 stationäre Hospize, 13 Kinderhospize und 1500 Hospizdienste. Etwa 100 000 Menschen engagieren sich in diesen Einrichtungen und stehen den Sterbenden in der letzten Lebensphase bei.

Einer davon ist Rolf Gehrig, ein kleiner, gemütlicher Mann im Ruhestand, ein 74-Jähriger mit einem sanften Blick und einem gutmütigen Lächeln. Gehrig ist Sterbebegleiter, einer von zwei Männern bei den 18 Frauen

im Hospizdienst Emden. Er macht freiwillig das, was kaum einer will. Er setzt sich mit dem Tod auseinander. Und mit Menschen, die ihn seiner Meinung nach für den Totengräber halten. Zumindest am Anfang.

Es ist Frühling, einer der ersten warmen Tage in diesem Jahr, als Rolf Gehrig zu einem Rundgang durch seinen Garten einlädt. Er beginnt mit dem Kirschbaum, dessen Äste noch kahl sind. Neben den winzigen Knospen ist lediglich ein Vogelhäuschen zu sehen, das Gehrig mit Futter gefüllt hat. „Da, sehen Sie!“, sagt er plötzlich und zeigt auf einen Spatz, „da kommt wieder einer“. Das Tier hat keine Probleme damit, Unterstützung anzunehmen.

Sich Hilfe von außen zu holen, ist für die meisten Menschen jedoch ein Zeichen von Schwäche. Den Hospizdienst um Hilfe zu bitten, ist die absolute Schwäche. Es ist die Kapitulation im Kampf gegen den Tod. Ein Aufgeben, aber auch ein Freigeben. Oft sind es Familienmitglieder, die den Hospizdienst kontaktieren, weil ein geliebter Mensch schwer krank und ein Ende seines Lebens abzusehen ist. Sie sind überfordert, haben keine Kraft, merken, dass sie dem Sterbenden nicht die Ruhe, den klaren Kopf, die Unterstützung bieten können, die er jetzt braucht.

Aber auch der Sterbende braucht Hilfe. Mit der Diagnose „sterbenskrank“ wird seine Welt auf einmal klein. Der Arbeitsplatz fällt weg, sein Lebensradius beschränkt sich auf die Wohnung, Freunde wenden sich ab, weil sie mit dem Tod nichts zu tun haben wollen. „Der Mensch ist plötzlich isoliert“, sagt Claudia Kleihauer. Sie ist die Leiterin des Emdener Hospizdienstes und der erste Kontakt für die Betroffenen. Nehmen sie die große Hürde und rufen an, kommt die Leiterin vorbei. Sie meldet sich anschließend bei einem ihrer ehrenamtlichen Sterbebegleiter: Menschen im Alter zwischen 50 und 75 Jahren, die einen berufstätig, die anderen im Ruhestand, alle mit individuellen Charakteren - und einem gemeinsamen Schicksal.

Wer vom Garten aus ins Wohnzimmer von Rolf Gehrig schaut, der blickt auch hier auf viele Pflanzen, aber auch auf eine Bilderwand. Die Fotos zeigen ihn mit einer Frau, „der Liebe meines Lebens“. Gehrig hat sie verloren, vor vielen Jahren. Leberkrebs. Auch seine zweite Partnerin ist bereits tot: Gebärmutterkrebs.

Die Sterbebegleiter beim Hospizdienst Emden verbindet, dass sie alle Abschied von geliebten Menschen nehmen mussten. Den meisten von ihnen hat der Tod jemanden aus dem engsten Kreis genommen. Bei einigen sind es Familienmitglieder, bei vielen die Partnerin oder der Partner. Nicht trotzdem, sondern gerade deshalb haben sie beschlossen, sich dem Tod auszusetzen - um ihn zu verarbeiten, ihn zu verstehen, mit ihm umgehen zu können. Sterbebegleiter sind sie aber auch geworden, weil sie nicht mit ansehen können, wenn jemand seine letzten Tage auf dieser Welt einzeln verbringt. Sie alle wollen ein würdevolles Sterben.



Hospizdienst-Leiterin Claudia Kleihauer und ihre Sterbebegleiter ...



... Rolf Gehrig ...



... Thea Reints ...



... Almuth Wedler ...

Sie machen das jedoch auch, weil es Freude macht. Das ist tatsächlich der Eindruck, den man bekommt: Sterbebegleiter zu sein, macht Freude. Aber wie kann das gehen, das Haus eines Sterbenden zu betreten und in diesen vier Wänden, die sich immer mehr zusammenziehen, Freude zu empfinden?

Rolf Gehrig steht wieder vor einem Kirschbaum. Der ist deutlich kleiner als der erste und sieht ziemlich trist aus. „Im letzten Jahr hat er nur eine einzige Kirsche gegeben. Aber die“, sagt Gehrig, „die war hervorragend!“ Der Sterbebegleiter kommt in dem düstersten aller Momente. Ein Mensch und sein Umfeld begreifen spätestens mit der Ankunft des Fremden vom Hospizdienst, dass dieses eine Leben bald vorbei ist. Der Sterbende beschäftigt sich gerade mit der privatesten Angelegenheit, die es gibt: dem eigenen Tod.

Diese Situation ist wie der kleine Kirschbaum in Gehrigs Garten. Viel Positives wirft sie nicht ab. Öffnet sich die Tür, schlägt dem Sterbebegleiter neben Resignation nicht selten auch Verzweiflung, Wut und Ablehnung entgegen. „Die Angehörigen sind meistens am schlimmsten“, sagt Gehrigs Kollegen Gabriele Busch. Es kann aber auch sein, dass der Sterbende über Tische und Bänke tobt, weil er so irrsinnige Schmerzen hat. Gehrig hat das schon erlebt. Aber auch in diesen Situationen gibt es sie, die wenigen, kleinen Kirschen, die dafür ganz besonders gut schmecken.

„Wenn wir kommen, gibt es kein Blabla. Das verblüfft und berührt mich immer wieder“, sagt Claudia Kleihauer. Die Sterbenden und ihre Angehörigen wissen, dass nicht mehr viel Zeit bleibt. Eine Fassade aufzubauen, lohnt sich nicht. Sofort Vertrauen zu fassen, ist die bessere Alternative. Ist diese Basis da, kann

der Sterbebegleiter seiner Aufgabe nachgehen. Aber was ist diese Aufgabe genau?

Einige Meter neben dem kleinen Kirschbaum steht ein Pfirsichbaum. Gehrig hat ihn erst vor Kurzem gepflanzt. An seinem dünnen Stamm flattert ein Schildchen mit Informationen zur Frucht. „Damit er weiß, was er werden soll“, sagt Gehrig verschmitzt.

Einen Weg aufzuzeigen, dafür ist auch der Hospizdienst da. Der Sterbebegleiter bewirkt keine Wunder. Wenn er kommt, trägt



... Karin Theilen ...



... Gabriele Busch ...



... Elisabeth Tjaden.

er die Situation, das Gefühl der Machtlosigkeit mit, gibt Kraft, nimmt die Last und die Angst vor dem Tod - dem Sterbenden und den Angehörigen.

„Das Wichtigste ist reden. Reden, reden, reden“, sagt Claudia Kleihauer. Viele Probleme und Ängste können alleine durch Kommunikation gelöst werden. Der Sterbebegleiter ist dafür da, Dinge anzusprechen, die andere nicht ansprechen. Zum Beispiel, dass der Betroffene nicht den feinen, schwarzen Zwirn tragen muss, er ist auch keine private Haushaltshilfe, die Essen

knallbunte Kleidung am Leib haben darf. Unsicherheiten herauszuhören und zu ermutigen, das sind wichtige Aufgaben von Gehrig und seinen Mitstreiterinnen.

Ein Sterbebegleiter muss auch delegieren. Er klärt über Rechte auf, berät, ob und welcher Arzt hinzugezogen werden könnte. Er besorgt einen Rollstuhl oder ein Krankenbett - kleinere Dinge, die eine große Wirkung haben können. Der Hospizdienst ist jedoch kein Pflegedienst, das verstehen viele falsch. Er ist auch keine

Versäumnisse, Fehler, Geheimnisse.

Aber warum? Warum tappen die lebenslangen Gefährten im Dunkeln, während der Fremde sofort ins Licht gesetzt wird? Aus Rücksicht, weil sie ihre Liebsten nicht belasten wollen. Aber natürlich auch wegen der Verschwiegenheit. Denn wer Sterbebegleiter ist, der muss schweigen können, und das im doppelten Sinne. Der muss Schweigen wie das sprichwörtliche Grab, in dem der Gesprächspartner schon bald liegt, und der muss die Totenstille aushalten können, die

oft schon vor dem Tod entsteht. Der muss aushalten können, auch mal keine Antwort, keine Erklärung zu haben, für die traurigen oder schrecklichen Erfahrungen, die ihnen in diesen Momenten zuteil werden.

Gegenüber den Familienangehörigen und Freunden hat der Sterbebegleiter aber auch einen Vorteil: Er ist nicht in gleichem Maße emotional verwickelt. Das heißt mitnichten, dass er keine Emotionen zeigt. Im Gegenteil, er weint mit, er schreit mit, er umarmt, er lacht auch. Bei aller Emotionalität verliert er nur

nicht den Blick fürs Ganze, den die Angehörigen meistens schon längst verloren haben.

Der Hospizdienst kommt in der Regel einmal pro Woche und bleibt bis zu zwei Stunden. Wenn es dem Ende entgegengeht, kann es sein, dass der Sterbebegleiter auch mal über Nacht am Bett wacht. Es kann passieren, dass der Hospizdienst einen Sterbenden nur einen Tag begleitet, weil ihm nicht mehr Zeit vergönnt wird. Es kann sein, dass Gehrig und seine Kolleginnen über mehrere Jahre an der Seite eines Sterbenden sind.

Viele der Betroffenen sind zwischen 40 und 50 Jahre alt, die meisten haben Krebs. Es gibt aber auch ältere Patienten, die gleich mehrere Krankheiten wie Demenz oder Parkinson haben. Auch Kinder sind dabei, die an einem Gendefekt oder einer Stoffwechselerkrankung leiden. Rolf Gehrig zum Beispiel betreut seit 2009 zusammen mit einer Kollegin einen Jugendlichen in Norden, der einen Gehirntumor hat. „Das geht unter die Haut“, sagt Gehrig. Die Arbeit des Sterbebegleiters ist sensibel und emotional. Aber kann man sie dann überhaupt erlernen?

Am hoch gewachsenen Aprikosenbaum bittet Rolf Gehrig den Gast, „mal ganz genau hinzuhören“. Zu sehen ist tatsächlich nichts, aber die Baumkrone umgibt ein Summen. Die ersten Bienen nähern sich, vorsichtig, um zu erkunden, was es da zu holen gibt. Sie kreisen erst einmal um die Frucht herum, bis sie auf ihr landen und dort dann lange verweilen.

Ähnlich verhalten sich die Menschen, die sich entschlossen haben, Sterbebegleiter zu werden. Zum ersten der zwölf Treffen im Vorbereitungskurs kommen sie ein bisschen zaghaft, aber zielgerichtet. In der Schulung besuchen sie einen Bestatter, lernen etwas über Gesprächsführung und die Sterbe- und Trauerphasen. Sie bekommen das Handwerk vermittelt. Denn man kann das lernen, die Auseinandersetzung mit dem Tod. Man kann sie zwar nicht gewinnen, aber man kann mit einem Lächeln verlieren. Nur wie? Wie macht man das konkret, dem Tod zu begegnen, Sterbebegleiter zu sein?

Die Antwort ist die simpelste, die es geben kann: indem man ernsthaftes Interesse an dem Sterbenden hat, ihn respektiert, indem man zuhört, Verständnis

zeigt. Kurzum: indem man Mensch ist. Und nicht Totengräber.

Denn die Sterbebegleiter bringen nicht den Tod, der ist vorher schon da. Gehrig und seine Kolleginnen hingegen bringen noch mal Leben: Angehörige, Freunde und Bekannte lassen ihre Visiere fallen. Der Sterbende öffnet sein Herz, lässt seine Gefühle, seine Ängste, seine Wünsche raus. Vielleicht ist er kurz vor seinem Tod so lebendig wie nie. „Das sind Sternstunden“, sagt Gehrig. Das sind diese Momente, die Freude machen. Die Momente, die unglaublich bereichernd und erfüllend sein müssen. Die reinigen, die die Augen öffnen für das, worauf es im Leben wirklich ankommt.

Allein, die Arbeit des Sterbebegleiters ist kein Meer voller Sterne. Die Ehrenamtlichen schaffen es nicht immer, die Situation aufzuheben. Vor allem die Angehörigen hegen nicht selten großes Misstrauen, der Sterbebegleiter ist ja auch ein Eindringling, von dem sie nicht genau wissen, was er will. Da kommt es zu Konflikten.

Und wenn es diese Reibereien nicht gibt, dann sind da in jedem Fall viel Leid, viele Tränen, die der Sterbebegleiter zusammen mit den Betroffenen erlebt in den letzten Monaten, Wochen, Tagen, Stunden, Minuten. Schließlich ist es ein Abschied für immer. Wie kann ein Sterbebegleiter nur damit leben?

Rolf Gehrig hat eine große Terrasse in seinem Garten. Der Strauch steht ein paar Meter vor dem Stuhl, auf den er sich gerne setzt und das genießt, was er geschaffen hat. Der Strauch ist wichtig, er hört einfach nicht auf zu wachsen, kehrt immer wieder zurück. Wie der Tod. Gehrig sagt, er muss regelmäßig einen Schnitt machen. „Sonst würde ich ja keine Sonne mehr abbekommen.“

## Hospizarbeit in Deutschland

Im Jahr 1983 wurde die erste Palliativstation in Deutschland gegründet, eine Sechs-Betten-Einheit an der chirurgischen Uniklinik Köln. Ein Jahr später nahm die ambulante Hospizarbeit ihre Arbeit auf, Vorläufer war die von Diakonin Ursula Ley in Stuttgart ins Leben gerufene Sitzwachenarbeit in Pflegeheimen. 1985 wurde der Christophorus Hospiz Verein in München gegründet. Er war der erste Verein, der den Hospizbegriff als Selbstbezeichnung verwendete. Ebenfalls ab 1985 bot der Seelsorger Heinrich Pera am Elisabeth-Krankenhaus in Halle/Saale Hospizarbeit als Sprechstunde für lebensbedrohlich erkrankte Menschen an. Aus diesem Angebot heraus entstand später ein Hospiz-Hausbetreuungsdienst. Im Jahr 1986 wurde schließlich das erste stationäre Hospiz in Deutschland (Haus Hörn in Aachen) eröffnet. Seit dem Jahr 1997 zahlen die gesetzlichen Krankenkassen für die professionelle Begleitung in der letzten Lebensphase.

Quelle: *Deutscher Hospiz- und Palliativverband*