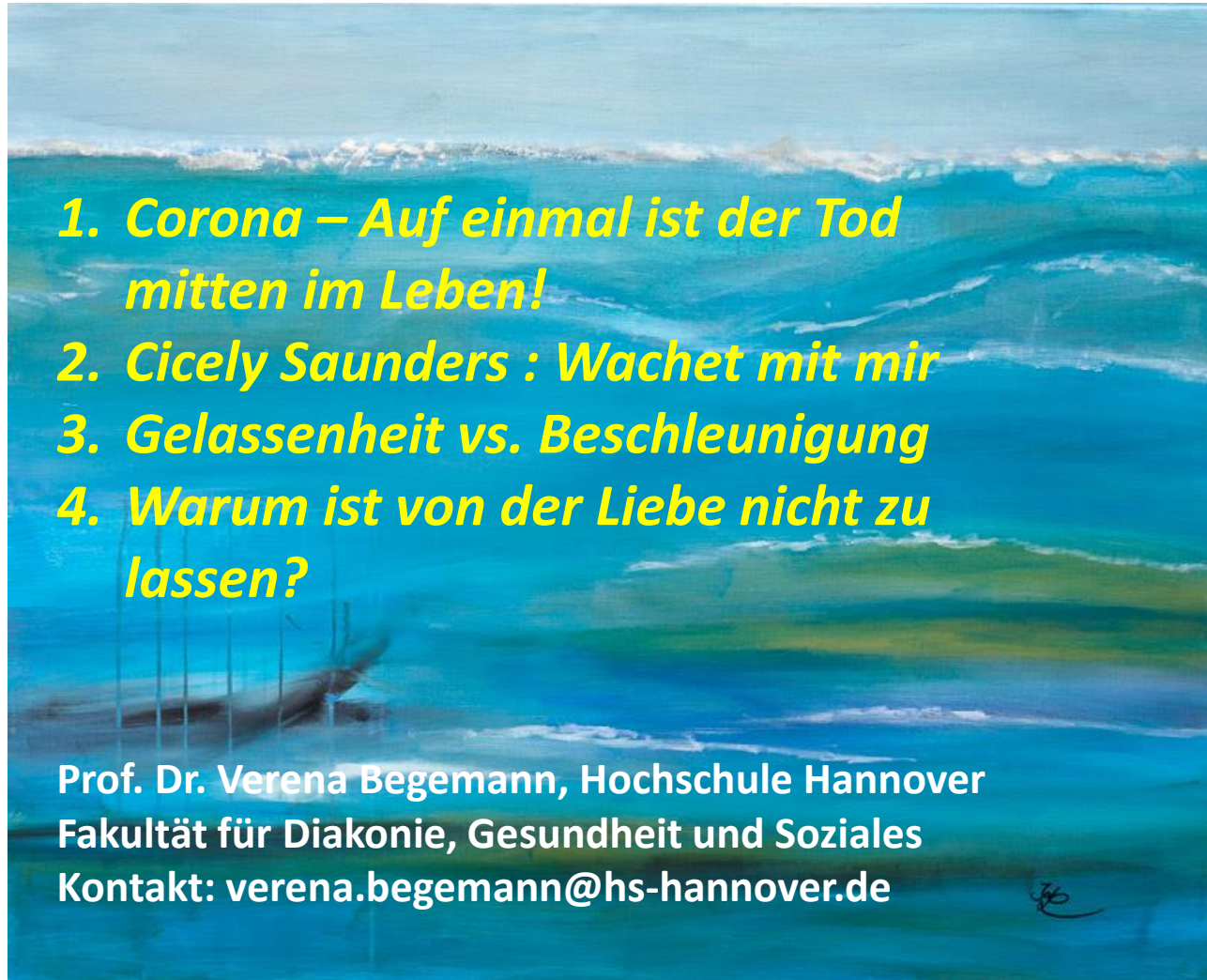


Sterben und Gelassenheit

Von der Kunst, den Tod ins Leben zu lassen



- 1. *Corona – Auf einmal ist der Tod mitten im Leben!***
- 2. *Cicely Saunders : Wachtet mit mir***
- 3. *Gelassenheit vs. Beschleunigung***
- 4. *Warum ist von der Liebe nicht zu lassen?***

Prof. Dr. Verena Begemann, Hochschule Hannover
Fakultät für Diakonie, Gesundheit und Soziales
Kontakt: verena.begemann@hs-hannover.de

Künstlerin: Karin Lenser, Melle

DIE ZEIT vom 26. März 2020

„Diese Priester sterben am Coronavirus.

Viele von ihnen, weil sie bei den Infizierten bleiben“

Bericht von Evelyn Finger und Ulrich Ladurner



Wer Freunde in Rom hat, den erreichen in diesen Tagen immer wieder E-Mails mit den Namen toter Priester. Monsignore Oliver Lahl von der Dt. Botschaft beim hl. Stuhl schickte dreißig Namen, dazu kleine Porträtfotos. Er schrieb: "Diese Bilder machen mich unendlich traurig und stimmen mich zugleich tröstlich."

Es seien Mitbrüder, der jüngste 45, der älteste 104, die am Coronavirus starben. Viele von ihnen waren Krankenhaus- oder Gemeindeseelsorger, die Kranke und Sterbende begleiteten.

"Ich muss an das Wort und Beispiel Jesu denken: 'Es gibt keine größere Liebe, als wenn einer sein Leben für seine Freunde hingibt.'"

Sich einlassen – sich selbst lassen können



Vortrag von C. Saunders 1965: „Wachtet mit mir“ heißt auch, aushalten zu können, was wir nicht verstehen. Es bedeutet nicht: „Verstehe doch endlich!“ oder „Nimm es weg“ oder „Erkläre“

Saunders wusste, dass sich Leiden nur begrenzt durch gute Schmerztherapie lindern lässt.

„Wie stark wir auch Schmerz und Not lindern oder Menschen helfen, selbst einen Sinn in allem zu sehen, immer wird es Situationen geben, in denen wir unsere Hilflosigkeit realisieren und akzeptieren müssen. Es wäre schlimm, wenn wir das vergessen würden.“

(Saunders, Sterben und Leben 2009, S. 17)

Ethisch-politischer Diskurs

Reden und Essays von Cicely Saunders für unsere Zeit



Charakteristika von Gelassenheit

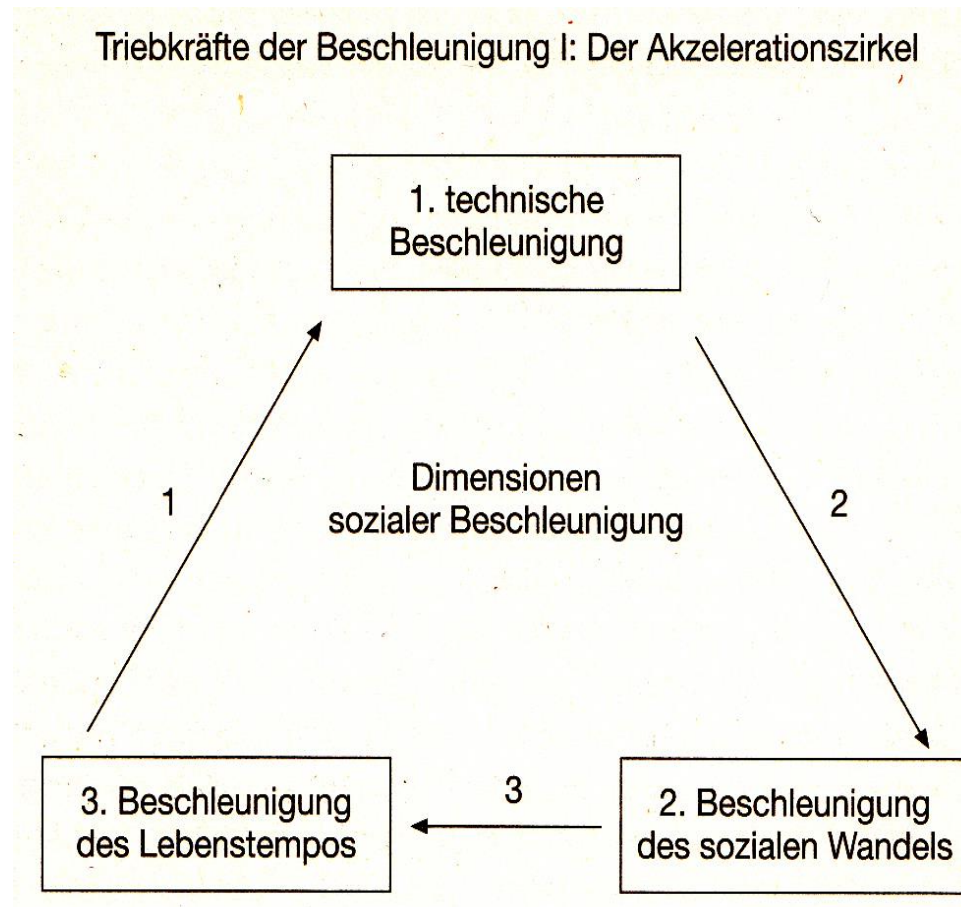
- Seelenruhe, Ausgeglichenheit, maßvolle Gemütsbewegung
- Innere Freiheit und Weite
- Distanz einnehmen und Perspektivwechsel
- Reflektierter Verzicht des Handelns
- Aktive Ausdauer im Warten-können

Seneca (1-65 n.Chr.):

„Darauf sei täglich bedacht, dass du die Kraft habest, mit Gleichmut das Leben zu verlassen, an dem viele so sich festklammern und festhalten, wie Menschen, die von einem Wildwasser fortgerissen werden, an Dornen und Gestrüpp.“



In welchen Zeitstrukturen leben und sterben wir?



Hartmut Rosa (2012): Beschleunigung, S. 251

Gelassenheit als Kontrapunkt zur Beschleunigung

- Kontrolle, Beschleunigung, Optimierung des Lebens: bis vor kurzem war fast alles, immer und überall möglich: „Entgrenzung und Grenzenlosigkeit“
- Das Sterben fordert eine Haltung von uns, die uns nicht mehr vertraut ist:
Passivität statt Aktivität - Empfangen statt Geben -
Hingabe statt Aufgabe
- Jedes Sterben hat seine eigene Zeit und wir Begleiter*innen erleben dabei Grenzen.



Schmerzen der Vergänglichkeit mit aushalten lernen - ein Übungsprozess – bei mir selbst und anderen

„Sie müssen aushalten, wenn geschwiegen wird. [...] Sie müssen aushalten, wenn jemand Atemnot hat. Sie müssen aushalten, wenn jemand röchelt. Sie müssen aushalten, wenn jemand ganz unruhig ist. Wenn dann die Angehörigen noch da sind, müssen Sie auch die Angehörigen beruhigen“

(Begemann/Seidel 2015, S. 75)



Hospizpionierin Dame Cicely Saunders (1918-2005) „Hurricane Cicely“

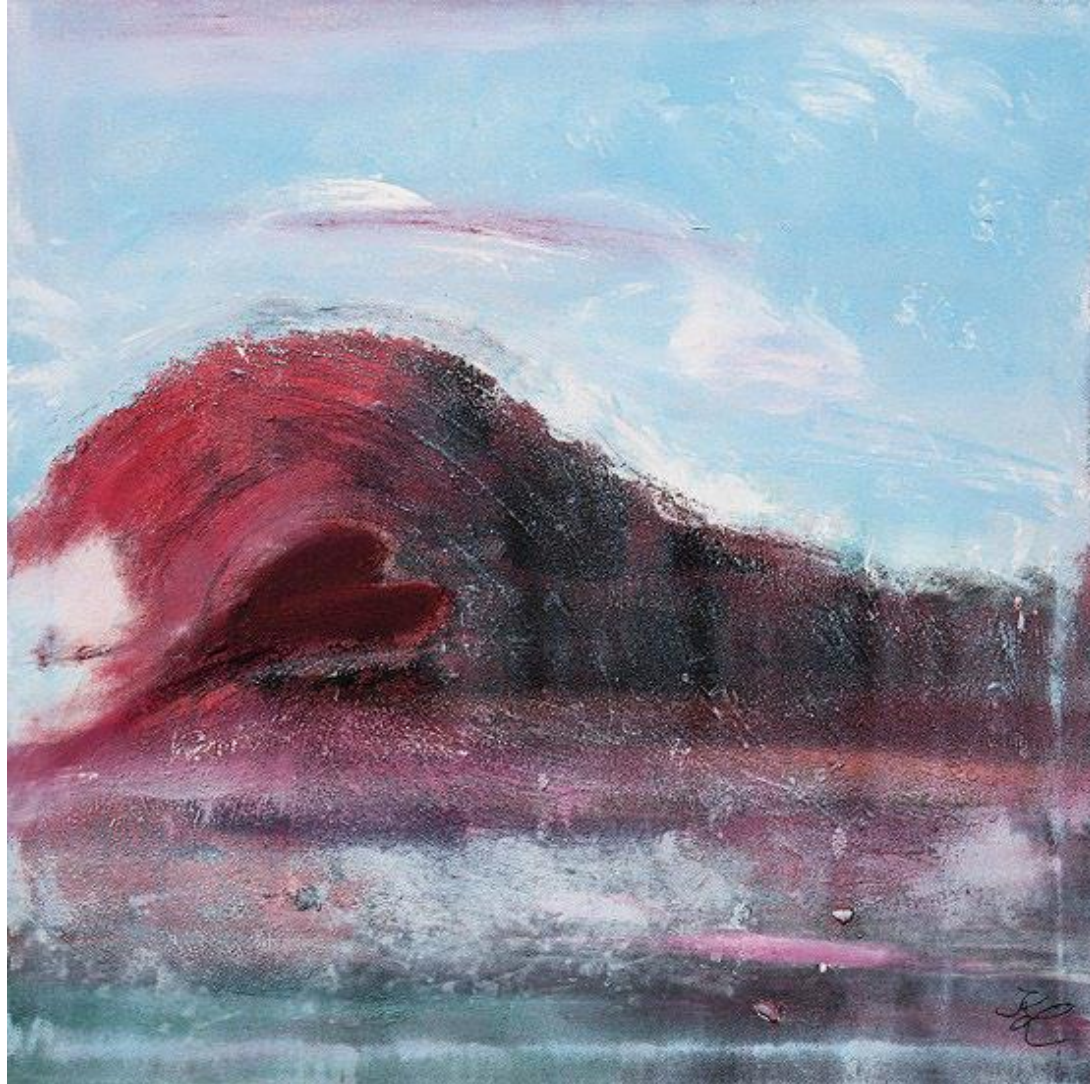


„Sie (die Sterbenden) brauchen Liebe und Freundschaft ebenso wie eine handwerklich gute Versorgung. Ich denke, unser Verständnis davon, was ‚echte Obacht‘ bedeutet, muss das umfassen. Wir müssen natürlich lernen, wie es sich wohl anfühlen muss, so krank zu sein, das Leben und seine Aktivitäten zu verlassen, zu wissen, dass deine Fähigkeiten nachlassen und dass du dich von deinen Lieben und deinen Aufgaben trennen musst.“
(Heller et al: Geschichte der Hospizbewegung in D, 2013, 34)



**Welche Vorbilder und
Symbole gibt es für
Gelassenheit?**

Warum ist von der Liebe nicht zu lassen?



Künstlerin: Karin Lenser ©

Die Sehnsucht nach dem guten Leben

„Was zählt in unserem Leben, sind doch die menschlichen Beziehungen und die Bedeutung, die wir für andere haben bis in unseren Tod hinein.

Was zählt, sind diese zeitlosen Momente, wo wir uns einander überlassen, wo sich unsere Leben berühren, in denen sich unser Leben leibhaftig und erzählend verwebt mit dem Leben eines anderen Menschen und etwas aufleuchtet von dem Glück, der Freude und Dankbarkeit, dem Geschenk des Daseins.“

(Andreas Heller im Vorwort zu „Sterben und Gelassenheit“)



Literaturhinweise

Begemann, Verena/Berthold, Daniel/Hillmann, Manfred (2015): Sterben und Gelassenheit. Von der Kunst, den Tod ins Leben zu lassen. Göttingen: Vandenhoeck&Ruprecht.

Bilder zum Buch: Karin Lenser, Künstlerin in Melle bei Osnabrück

Heller, Andreas et al (2013): Die Geschichte der Hospizbewegung in Deutschland. Ludwigsburg: Hospizverlag

Rosa, Hartmut (2012): Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne. Frankfurt a.M.: Suhrkamp

Saunders, Cicely (2009): Sterben und Leben. Spiritualität in der Palliative Care. Zürich: Theologischer Verlag Zürich

Schmid, Wilhelm (2014): Gelassenheit. Was wir gewinnen, wenn wir älter werden. Berlin: Insel Verlag

Seneca, Lucius Annaeus: Philosophische Schriften, lateinisch und deutsch, Bd. 3, Ad Lucilium epistulae morales I-LXIX, Ep. 4,4 Darmstadt 1999.

