

# Leben

## Menü zu Ostern

Um Lamm und Schaf machen viele einen Bogen. Wir erklären, wie es ganz toll schmeckt. 23

## «Der Tod ist ein Zwischenland»

**Sterbebegleitung** Sterben wird gern totgeschwiegen. Auch fehlen häufig Zeit und Ort, um in Würde diese Erde zu verlassen. Ein solcher Raum soll mit dem Hospiz Zentralschweiz geschaffen werden. Menschen sollen in Liebe gehen können.

Interview: Susanne Holz

Geburt und Tod. Das eine feiern wir, das andere verdrängen wir. Wo es doch so wichtig wäre, Menschen liebevoll aus dem Leben zu begleiten. Wir sprachen mit Sibylle Jean-Petit-Matile (58), Ärztin, und Andreas Haas (55), Pfarrer, über das Sterben und das Begleiten in den Tod.

**Sie beide werden im Hospiz Zentralschweiz tätig sein. Welche Herausforderungen warten auf Sie?**

**Andreas Haas:** In einem Hospiz ist man täglich mit den wesentlichen Fragen zu Leben und Tod konfrontiert. Wenn der Tod naht, fragt sich der Mensch: Was hat das Leben für einen Sinn? Für einen Seelsorger sind solche Fragen eine Herausforderung. Er muss nach möglichen Antworten suchen und auch zugeben können, dass er manches auch nicht weiss. Der Seelsorger flüchtet aber nie, das ist schon eine grosse Hilfe.

**Sibylle Jean-Petit-Matile:** Wir möchten einen würdevollen Umgang mit dem Sterben bieten, und zwar den Patienten wie den Angehörigen. Überhaupt gehören Patient und Angehöriger zusammen wie Mutter und Kind.

**Manche Sterbende sollen ja nach ihrer Mutter rufen. Kehrt man am Ende des Lebens wieder an den Anfang zurück?**

**Andreas Haas:** Das Ankommen im Leben und das Sichverabschieden aus dem Leben haben viel gemeinsam. Bei beidem sind wir Menschen auf palliative Begleitung angewiesen, wir müssen «ummantelt» werden – palliativ kommt vom Lateinischen «pallium» = Mantel. Ein Kleinkind ist vollumfänglich auf Schutz und Unterstützung angewiesen. Ebenso sind Menschen auf Schutz und Unterstützung angewiesen, deren Kräfte schwinden. Dass Menschen, die dem Tod nahe sind, liebe Menschen wahrnehmen, die sie gleichsam abholen kommen, ist ein recht häufiges Erleben.

**Welche Ängste haben Sterbende?**

**Sibylle Jean-Petit-Matile:** Schwierig ist der Zeitpunkt des Klarwerdens darüber, dass man nicht mehr gesund wird. Das kann zu Aggression und Depression führen. Das bessert wieder, wenn man sich mit dem nahen Tod versöhnt hat.

**Andreas Haas:** Oft klammern Angehörige mehr als Sterbende und sind aufgebracht. Viele Menschen sterben sogar ruhig und zuversichtlich.

**Aber viele Sterbende haben doch sicher Angst vor dem Tod?**

**Andreas Haas:** Es ist wichtig, auf die Sterbenden einzugehen. Soll man den Tod ansprechen? Nur wenn gewünscht – man kann das spüren. Bei manchen Menschen kommen ganz konservative Ängste hoch, wie die Angst vor der Hölle. Solche Ängste muss der Seelsorger ernst nehmen, an den jeweiligen Glauben anknüpfen und dem Sterbenden die Angst nehmen. Manchmal ist es wichtig, einen Sterbenden wie ein kleines Kind in den Arm zu nehmen und ihm die Hand zu halten. Andere möchten vielleicht keinen Körperkontakt – um das herauszufinden, kann man seine Hand unter die Hand des Sterbenden legen.

**Sibylle Jean-Petit-Matile:** Menschen nehmen vieles wahr, über den Tod hinaus. Und das ist nicht nur eine Glaubensfrage.



Sibylle Jean-Petit-Matile und Andreas Haas möchten dem Tod die Kälte nehmen.

Bild: Boris Bürgisser (Luzern, 16. Januar 2019)

**«Menschen, deren Kräfte schwinden, sind auf Schutz und Unterstützung angewiesen.»**

**Andreas Haas**  
Reformierter Pfarrer in Zug

**Zusammen im kommenden Hospiz**

**Zu den Personen** Sibylle Jean-Petit-Matile (58) ist Ärztin in Meggen und wird im Hospiz Zentralschweiz als Ärztin arbeiten. Sie ist Mitglied der Geschäftsleitung der Stiftung Hospiz Zentralschweiz.

Andreas Haas (55) ist reformierter Pfarrer in Zug. Er ist seit Juli 2015 im Stiftungsrat der Stiftung Hospiz Zentralschweiz. Seit September 2018 präsidiert er den Stiftungsrat. (sh)

**«Wohin geht die Energie des Sterbenden? Energie geht nie verloren.»**

**Sibylle Jean-Petit-Matile**  
Ärztin in Meggen und Luzern

Der Tod ist ein Zwischenland. Wohin geht die Energie? Energie geht nie verloren. Sterbende haben auch eine intensivere Wahrnehmung. Und als Letztes verliert der Mensch sein Gehör. Es ist mehr zwischen Himmel und Erde, als wir meinen. Wie gross dieses Mehr ist, an das man glauben möchte, das ist jedem selbst überlassen.

**Andreas Haas:** Die Buddhisten sind der Überzeugung, es brauche mehrere Tage, bis sich die Seele aus dem Körper verabschiedet. Und auch bei uns wurden Tote früher drei Tage lang aufgebahrt.

**Wie wichtig sind die Angehörigen für den Sterbenden?**

**Andreas Haas:** Sehr wichtig. Wie Sibylle vorhin schon gesagt hat, gehören Patient und Angehöriger oft zusammen wie Mutter und Kind. Im Hospiz Zentralschweiz möchten wir die Angehörigen auch über den Tod des Patienten hinaus begleiten, wenn nötig. Manche Angehörige brauchen spezielle Unterstützung, beispielsweise die Zuweisung zu einer Therapie, sollte sich eine Depression abzeichnen.

**Wie kann man untröstlichen Angehörigen helfen? Gibt es hier eine «emotionale Erste Hilfe»?**

**Andreas Haas:** Unsere Seele braucht Zeit. Weil Menschen bei uns oft rasch wieder funktionieren müssen, wird Trauer verdrängt oder mit Beruhigungsmitteln abgewürgt. Trauer ist ein Ausdruck des Lebens, der sich zeigen will. Dasein, zuhören, Zeit schenken, gemeinsam schweigen – das kann eine «emotionale Erste Hilfe» sein. Zeit und nochmals Zeit lassen ist hilfreich und lässt die Seele mit dem, was geschehen ist, mitkommen. Die Trauerzeiten, welche die katholische Kirche kennt (Gedenken nach einer Woche, nach 30 Tagen, nach einem Jahr), geben der Trauer Raum und helfen, dass diese sich verwandeln kann. Seelsorgegespräche oder Trauer-Cafés sind Angebote, die einen in der Trauer unterstützen können. Man muss nicht alles alleine tragen. Es kommt vor, dass Menschen nicht mehr aus der Trauer herausfinden, gleichsam darin gefangen bleiben. Das ist nicht oft der Fall, doch ist dann psychologische Unterstützung notwendig. Wie viel Zeit jemand braucht, um mit einem Verlust leben zu können, ist aber keine vorgegebene Grösse. Die Seele braucht ihre je eigene Zeit.

**Welche Eigenschaften sollte man haben, um Sterbende zu begleiten?**

**Andreas Haas:** Grundsätzlich kann jeder einen Menschen, auch einen Sterbenden, begleiten. Die Bereitschaft, sich mit der eigenen Vergänglichkeit auseinanderzusetzen, ist dafür eine hilfreiche und wichtige Voraussetzung. Für Menschen, die als Freiwillige regelmässig Sterbebegleitungen machen möchten, bietet etwa die Caritas Kurse in Sterbebegleitung an. Leider trauen sich viele Männer nicht zu, Sterbende zu begleiten. Vielleicht fällt es ihnen schwerer, sich mit der eigenen Zerbrechlichkeit und Vergänglichkeit auseinanderzusetzen. Womöglich wären entsprechende Kurse nur für Männer ein hilfreicher Einstieg.

**Wie ist das Sterben im Hospiz im Vergleich zum Spital?**

**Sibylle Jean-Petit-Matile:** Im Spital ganz

Fortsetzung auf Seite 22