

## Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde

Festvortrag am 4. November 2015 zum 20jährigen Bestehen der Hospizgruppe Harsefeld

Meine sehr geehrten Damen und Herren,

„Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ ist ein Zitat aus Psalm 71. Der Vers 9b könnte auch als Überschrift über allen Werken der Barmherzigkeit stehen, wie sie uns im Matthäusevangelium, Kapitel 25, überliefert sind:

- Hungrige speisen
- Durstige tränken
- Fremdlinge beherbergen
- Nackte bekleiden
- Kranke und
- Gefangene besuchen.

„Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ – ob nun hungrig, durstig, ein Fremdling, nackt, krank oder gefangen – könnte auch über all den Bemühungen stehen, zu denen wir gerade heute haupt- und ehrenamtlich durch die große Welle flüchtender Menschen aus den Kriegen des Nahen Ostens herausgefordert sind.

In der frühen Christenheit kam unter dem Druck von Verfolgungen, Kriegen und Pestzeiten schon bald ein siebentes Werk der Barmherzigkeit hinzu: Tote begraben. Gebe Gott, dass wir in der aktuellen Flüchtlingskrise nicht auch dazu noch gezwungen werden, Tote zu begraben als letzten Akt der christlichen Barmherzigkeit.

Diese „sieben Werke der Barmherzigkeit“ sind klassisch geworden als Kanon einer diakonisch engagierten Kirche. Jahrhundertlang bis zum heutigen Tag wurde und wird das Speisen und Tränken, das Beherbergen und Bekleiden, das Besuchen der Kranken und Gefangenen und das Begraben der Toten als ein Dienst angesehen, den die christliche Gemeinde ihrem Herrn tut gerade in ihren geringsten Gliedern. Besonders die geistlichen Orden und später auch die bürgerlichen Spitalorden entdeckten in den bedürftigen Kranken, Verlassenen und Verfolgten das auf Hilfe wartende Antlitz ihres Herrn Jesus Christus, dem sie mit geduldiger, sorgfältiger und liebevoller Pflege gern an Leib und Seele dienen wollten.

Deshalb ist die gegenwärtige Flüchtlingshilfe auch so etwas wie Hospizarbeit in unserer Gesellschaft – die Gewährung eines schützenden Daches über dem Kopf, Essen und Trinken und Wärme, auch die Wärme menschlicher Zuwendung: „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde.“

Liest man zu Ende, was Jesus bei seinem ersten öffentlichen Auftreten in der Synagoge von Nazareth aus dem Buch des Propheten Jesaja vorlas, dann wird klar, dass es neben den klas-

sischen sieben Werken der Barmherzigkeit immer schon ein „achtes Werk der Barmherzigkeit“ gegeben hat: das Trösten der Trauernden. Auch hier: „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde.“

Das „Trostant der Kirche“ hat besonders Martin Luther so sehr beschäftigt, dass er es mehrfach besonders erwähnt und hervorgehoben hat. So heißt es in seiner berühmten Seelsorgeformel in den Schmalkaldischen Artikeln: „Wir wollen nun wieder zum Evangelium kommen, welches nicht nur auf *eine* Art Rat und Hilfe gegen die Sünde gibt; denn Gott ist überschwänglich reich in seiner Gnade. Erstens durchs mündliche Wort, worin Vergebung der Sünde in aller Welt gepredigt wird; das ist das eigentliche Amt des Evangeliums. Zweitens durch die Taufe. Drittens durch das heilige Sakrament des Altars. Viertens durch die Schlüsselgewalt und auch ‚per mutuum colloquium et consolationem fratrum‘ – durch die gegenseitige brüderliche Aussprache und Tröstung.“

Und auch ein neuntes Werke der Barmherzigkeit hat sich im Laufe der Kirchengeschichte immer mehr herausgeschält. 1434 schreibt der Wiener Burgpfarrer Thomas Peuntner in seinem Büchlein „Von der Kunst des heilsamen Sterbens“, der ältesten deutschsprachigen Sterbekunst der Wiener Schule: „Es ist kein Werk der Barmherzigkeit größer, als dass dem kranken Menschen in seinen letzten Nöten geistlich und sein Heil betreffend geholfen wird.“

Eine eigene Literaturgattung entsteht so am Ausgang des Mittelalters: die „Ars moriendi“, die Kunst des heilsamen Sterbens, getragen vom aufstrebenden Bürgertum, das die materielle und geistige Kultur des späten Mittelalters prägt.

Dass gerade in diesem Zeitabschnitt der Tod alle Lebensäußerungen beherrscht, hat seine Begründung in der wirtschaftlichen und sozialen Struktur dieser Zeit: Wirtschaftskrisen beim Übergang zur neuzeitlichen Erwerbswirtschaft; Herren- und Zunftfehden, Kriegszüge; Reisen, besonders auf dem Meer; Seuchen und Hungersnöte: Von 1326 bis 1500 zählte man 75 Pestjahre. Daher die Angst vor einem jähen, unvorbereiteten Tod, denn die sittliche Verfassung des Menschen in der Todesstunde bedingt – so glaubte man damals – sein ewiges Geschick.

Deshalb bemühten sich die Priester, schon die Gesunden auf die letzte Lebensstunde vorzubereiten, deshalb predigten seit dem Ende des 14. Jahrhunderts die Dominikaner und Franziskaner über die letzten Dinge, deshalb schrieben auch die berühmtesten Theologen ihrer Zeit Anleitungen für die Kunst des heilsamen Sterbens. Auch Luther tat das 1519 in seinem berühmten „Sermon von der Bereitung zum Sterben“.

In einigen Sterbebüchlein wird besonders die Rolle des „amicus“, des Freundes, hervorgehoben, der anders als die Angehörigen und Nachbarn nicht so sehr mit dem zu erwartenden Erbe beschäftigt ist, sondern sich wirklich um das geistliche Heil des Schwerkranken und Sterbenden kümmert. Durch den „amicus“ erhält der Sterbeprozess eine menschliche Dimension – es ist die teilnehmende Liebe dessen, der den Sterbenden in der letzten Vereinigung des Todes nicht allein lässt: „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde.“

Der Sterbende soll nicht einfach nur seelsorgerlich versorgt werden, sondern in einem Prozess gläubiger Kommunikation mit dem Freund zu jenen Entscheidungen finden, die zum ewigen Heil führen. Damit ist auch jene personale Haltung umschrieben, die sich nicht scheut, dem Sterbenden seine eigene Situation vor Augen zu halten, ihn auf der Grundlage des christlichen Glaubens zur Auseinandersetzung mit ihr anzuleiten und so einen Horizont der Hoffnung zu eröffnen. Es geht darum, dem anderen den „Weg ins Licht“<sup>1</sup> zu ebnet.

Der „amicus“ ist die entscheidende Person in der gesamten Sterbebegleitung der mittelalterlichen „Ars moriendi“ geworden. Er ist derjenige, den der Sterbende zu Lebzeiten aufgrund einer persönlichen und freundschaftlichen Beziehung dazu erwählt hat. Da er nicht Priester zu sein braucht, entwickelt sich eine religiöse Sterbekultur, die weit über die sakramentalen Riten hinausgreift und die elementare Berufung jedes Christen freisetzt, dem Mitchristen Gefährte im Glauben zu sein.

So war es damals im Ausgang des Mittelalters. Heute entdecken wir mühsam die alte Kunst des heilsamen Sterbens neu und versuchen, den Schwerkranken und Sterbenden Freund zu sein. Professor Dr. Franco Rest z. B. hat vor Jahren schon für den Verein „Omega – mit dem Sterben leben“ einen „Freundschaftsvertrag“ entwickelt, der an längst vergessene christliche Tugenden anknüpft.

„Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ – unter diesem Titel durfte ich während meiner Referententätigkeit in Hannover zusammen mit anderen ein Vorbereitungsmodell für Ehrenamtliche in der Sterbebegleitung vorlegen. Gleich nach der Veröffentlichung der Handbücher 1993 begannen wir in Zusammenarbeit mit dem Gemeindeglied in Celle mit Kursen für Leitungsteams aus Kirchengemeinden und Hospizgruppen an mehreren Stellen in Deutschland. Im Norden unterrichteten Wiebke Thomsen und ich die Leitungsteams aus dem norddeutschen Raum. Aus Harsefeld nahmen 1994 und 1995 Gaby Fohrmann und Wilhelm Pillon an den Einführungskursen teil. Sie gründeten 1995 zusammen mit anderen die Hospizgruppe Harsefeld, deren 20. Geburtstag wir in dieser Woche feiern.

„Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ – so nannten wir also unser Konzept zur Vorbereitung Ehrenamtlicher in der Sterbebegleitung einer Kirchengemeinde oder Hospizinitiative.

Aber nicht nur die Überschrift haben wir der Bibel entnommen, sondern auch die Struktur von Grund- und Vertiefungskurs mit ihren jeweils acht Schritten. Im Grundkurs lernen die künftigen Ehrenamtlichen in der Sterbebegleitung seelsorgerliches Grundverhalten nach dem Vorbild Jesu (nach Lukas 24,13-35) in acht Schritten:

- wahrnehmen
- mitgehen
- zuhören

---

<sup>1</sup> Vgl. dazu: [Peter Godzik](#) (Hrsg.), [Der Weg ins Licht](#). Ein Lesebuch zu letzten Fragen des Lebens, Rosengarten b. Hamburg: [Steinmann](#) 2015 ([Leseprobe](#)).

- verstehen
- weitergehen
- bleiben
- loslassen
- aufstehen

Der Vertiefungskurs orientierte sich ursprünglich an der Struktur der Beichte, wurde dann aber von uns auch auf eine biblische Geschichte, nämlich die von der Heilung des Gelähmten (Markus 2,1-12), bezogen:

- gerufen
- gefragt
- bedacht
- bekannt
- gelöst
- erfüllt
- gesegnet
- begabt

Nicht mehr an Tätigkeiten wird im Vertiefungskurs gearbeitet, sondern an der Haltung der Seelsorgenden und Begleitenden. Wir haben ja kein anderes Werkzeug bei unserer Arbeit als uns selbst. Herzlich und zugewandt, erfahrungsbezogen und doch reflektiert leisten wir unseren Beitrag in der Begleitung Schwerkranker und Sterbender. Wir sind beim Sterben nicht erschrockene Zeugen eines Nichtungsprozesses, sondern aufmerksame Mitatmende, Mitwachende und Mitbetende bei einem bedeutsamen Übergang am Ende des Lebens.

„Das Mutbuch – Impulse für die Qualifizierung ehrenamtlicher Hospizhelfender“ haben wir deshalb eine Beilage zur Zeitschrift „Praxis Palliative Care“ im Jahr 2013 genannt.<sup>2</sup> In dieser immer noch lesenswerten Beilage der führenden Fachzeitschrift im Bereich Palliative Care wird darauf aufmerksam gemacht, dass das inzwischen vergriffenen Handbuch „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ nun wieder öffentlich zugänglich ist, und zwar in zwei Publikationen: Der Grundkurs ist wieder greifbar unter dem Titel „Die Kunst der Sterbebegleitung“, der Vertiefungskurs unter dem Titel „Sterbebegleitung – herzlich und zugewandt“, beide erschienen im Steinmann Verlag, Rosengarten bei Hamburg, 2012 und 2013.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Erschienen im Verlag Brinkmann-Meyhöfer, Hannover, als Praxisbeilage der Zeitschrift Praxis Palliative Care, Ausgabe 20, 2013.

<sup>3</sup> Peter Godzik (Hrsg.), Die Kunst der Sterbebegleitung. Handbuch zur Begleitung Schwerkranker und Sterbender, Rosengarten b. Hamburg: Steinmann 2013; Sterbebegleitung – herzlich und zugewandt. Mit zahlreichen praktischen Hilfen, Rosengarten b. Hamburg: Steinmann 2012.

Im Mutbuch werden Grund- und Vertiefungskurs des Celler Modells so vorgestellt:

*Der Grundkurs: Die Kunst der Sterbebegleitung*

Was haben wir zu tun, wenn wir Sterbende begleiten? Wir sind aufmerksam und unterstützen sie auf dem letzten Stück ihres Lebensweges, dass sie möglichst ohne Schmerzen, gut gepflegt, umsorgt von ihren Freunden oder Angehörigen, weitgehend selbstbestimmt ihren letzten Atemzug tun können. Wir verhalten uns dabei wie gute Hebammen: Wir erleichtern das Durchschreiten des Tores, denn Sterben ist ein „Geborenwerden in die Welt bei Gott“<sup>4</sup>. Wir freuen uns, wenn es geschafft ist; wir holen Hilfe herbei, wenn es zu schwer und kompliziert wird.

Die Menschen sollen und wollen nicht *durch* unsere Hand sterben, sondern *an* unserer Hand, deshalb bereiten wir uns sorgfältig auf diesen Weg vor. Als Angehörige, Freunde und Ehrenamtliche in der Sterbebegleitung lernen wir in acht Schritten seelsorgerliche Tätigkeiten: wahrnehmen, mitgehen, zuhören, verstehen, weitergehen, bleiben, loslassen, aufstehen. Ja, auch loslassen und aufstehen, weil es der sterbende Mensch uns vormacht: Wir bleiben nicht hocken im gehabten Leben, wir gehen weiter, durch das Tor hindurch.

Es gibt Bilder, die das Begleiten und Unterstützen im Sterben beschreiben: Wir bilden ein tragendes Netzwerk, wir achten einander in unseren unterschiedlichen Tätigkeiten und Professionen. Unmittelbar in der Nähe des sterbenden Menschen, ihm zugewandt, leisten wir unseren Dienst oder bleiben in respektvollem Abstand stehen und beobachten, was geschieht, wann wir gebraucht werden und wann nicht. Wenn es darauf ankommt, halten wir die Hand unter oder legen sie zum Segen auf. Wir fragen uns, was das Sterben erleichtern könnte: eine gute Schmerztherapie, eine ganzheitliche Pflege, eine Bearbeitung letzter ungelöster Probleme, eine gute und liebevolle spirituelle Begleitung.

Bei der Geburt ist Steißlage eine schmerzhaft Komplikation, im Sterben auch. Wie ermöglichen wir es, dass die von uns begleiteten Menschen in „geistliche Kopflage“ kommen können? Eine Perspektive muss her, eine Vorstellung, ein Traum von dem, was vor uns liegt. „Wer nur zurückblickt, ist nicht geschickt für das Reich Gottes“ (Luk 9,62). Könnte das der unverzichtbare Beitrag der Seelsorgenden sein, Perspektiven zu eröffnen, Deutungshorizonte in den Blick zu nehmen, die vom Schmerzhaften des Abschieds ablenken und Trost vermitteln?

*Der Vertiefungskurs: Sterbebegleitung – herzlich und zugewandt*

Wer Sterbende begleitet, wird selber tief berührt und existentiell herausgefordert. Der eigene Umgang mit Sterben, Tod und Trauer ist zu bedenken. Die eigenen ungelösten Fragen tauchen auf. Nur wer selber spürt, dass Lasten da sind, die abgelegt werden müssen, wird Sterbenden in ihren geistlichen Nöten nahe sein können.

---

<sup>4</sup> Peter Godzik, Hospizlich engagiert. Erfahrungen und Impulse aus drei Jahrzehnten, Rosengarten b. Hamburg: Steinmann 2011, S. 172 ff.

Welche Bilder vom Leben und Sterben tragen wir in uns, wovon träumen wir? Was, glauben wir, kommt nach dem Tod? Ist der Himmel leer, wie viele meinen, oder gibt es Vorstellungen, die unser Leben bereichern und unser Sterben erleichtern? Geht es nicht auch im Sterben darum, umgestaltet und neu gemacht zu werden? Zurück bleibt unsere körperliche Hülle, die Seele hat sich auf den Weg gemacht. Wohin?

Die Erfahrung lehrt, dass Bilder helfen, den Blick nach vorn zu richten – nicht eines, sondern viele. Es geht ja nicht um eine starre Ideologie oder meine persönliche Glaubensüberzeugung, sondern um ein Angebot, einen Deutungshorizont, den der andere beschreiten und für sich ergreifen könnte. Vielleicht will und kann er nicht nach vorn schauen, dann ist das auch in Ordnung. Aber vielleicht ergreift er so ein Bild und malt es sich aus – im wahrsten Sinne des Wortes. Kunsttherapeutinnen arbeiten manchmal so mit Sterbenden: Sie lassen sie ihre Bilder malen oder, wenn sie das schon nicht mehr können, ein Bild auswählen. So gestärkt mit einem inneren Bild geht ein sterbender Mensch seinen eigenen Weg unvertretbar durch das Tor hindurch.

Wir sind nur staunende Begleiter mit unserem Mitgefühl, unserem liebevollen Blick, unserer gewachsenen Erfahrung. Und wir wissen genau: Die eigentliche Bewährungsprobe unserer womöglich vielfältig erworbenen Kompetenz kommt noch, wenn wir selber gerufen werden an die Schwelle des Lebens.

Gerufen, gefragt, bedacht, bekannt, gelöst, erfüllt, gesegnet, begabt – so heißen die Schritte in unserem Buch zur Vorbereitung für Angehörige, Freunde und Ehrenamtliche in der Sterbebegleitung. So stirbt man nicht, jedenfalls nicht immer und nicht immer so leicht – das wissen wir. Aber so kann man sich auf das Sterben vorbereiten, um Haltung zu trainieren – herzlich und zugewandt, aufmerksame Mitmenschlichkeit in der jeweiligen Profession und Begabung, die wir ans Sterbebett mitbringen.

Ich möchte Ihnen diese beiden Bücher und ihre Zusammenfassung im „Mutbuch“ herzlich empfehlen.

Nach meiner Gemeindetätigkeit am Dom zu Schleswig und meiner Propstentätigkeit in Ratzeburg hatte ich in den letzten Jahren meiner aktiven Laufbahn als Pastor noch die Gelegenheit, dem Celler Modell zur Begleitung Sterbender das Rendsburger Modell zur Begleitung Trauernder an die Seite zu stellen.

Zur Hospizarbeit gehört die Begleitung trauernder Angehöriger als konstitutiver Bestandteil dazu. In Zeiten, in denen besonders das Engagement der Hauptamtlichen im Bereich von Hospizarbeit, Palliativmedizin und Palliativpflege rasant zunimmt, wird es immer wichtiger, den Einsatz der Ehrenamtlichen verantwortlich zu planen. Sie entdecken zunehmend, dass Trauerbegleitung eine ihrer wichtigsten Aufgaben und Herausforderungen sein könnte.

Veröffentlichte Leitfäden zur Vorbereitung Haupt- und Ehrenamtlicher auf die Trauerbegleitung gibt es mehrere. Insofern war es riskant, gerade in diesem Bereich ein neues Curriculum vorzulegen. Was aber immer wieder vermisst wird, ist der innere Zusammenhang von

Sterbebegleitung und Trauerbegleitung, der sich auch in der Struktur und Benennung der Vorbereitungsschritte im Kurs für Trauerbegleiter ausdrückt.

So unternahmen wir den Versuch, mit einer ergänzenden Handreichung zur Trauerbegleitung, ebenfalls aufgeteilt in Grund- und Vertiefungskurs<sup>5</sup>, bekannte Texte und Hinweise aus der Trauerliteratur auf das Celler Modell für die Sterbebegleitung so zu beziehen, dass eine Verwandtschaft der beiden Curricula sichtbar wird.

Der Grundgedanke ist folgender: In der *Sterbebegleitung* geht es darum, aus dem Aktiv ins Passiv zu kommen, neben aktiven Fähigkeiten (im Grundkurs) auch eine eher passive Grundhaltung (im Vertiefungskurs) einzuüben, die es den Begleiterinnen und Begleitern ermöglicht, auf die Sterbenden hilfreich und unterstützend einzugehen.

Bei der *Trauerbegleitung* geht es nun umgekehrt darum, zunächst einmal stellvertretend für die Trauernden aus dem Passiv des Betroffenseins in das Aktiv des Trauerausdrucks (Grundkurs) zu gelangen und dann an sich selber die Erfahrung des Angenommenseins zu machen (Vertiefungskurs), um beides als Begleitende den Trauernden zueignen zu können.

Beide Male führt der Weg vom Aktiv (im Grundkurs) zum Passiv (im Vertiefungskurs), also von der Fähigkeit zur Haltung, aber die Durchgänge sind jeweils reziprok aufeinander bezogen: Der Grundkurs in der Sterbebegleitung wird Vertiefungskurs in der Trauerbegleitung, der Vertiefungskurs in der Sterbebegleitung Grundkurs in der Trauerbegleitung. Aktiv und Passiv wechseln einander ab und ergänzen sich gegenseitig.

Das mag zunächst etwas willkürlich und gekünstelt erscheinen, bewährt sich aber in der Praxis der Kurse als einleuchtender roter Faden:

- Trauer klagt, fragt, bedenkt, erkennt, löst, dankt, segnet und gibt.
- Trauerbegleitung vermittelt die Erfahrung von wahrgenommen, begleitet, gehört, verstanden, weitergegangen, geblieben, losgelassen und aufgestanden.

Diese reziproke Verschränkung der Schritte aus dem Kurs für Sterbebegleitung und dem Kurs für Trauerbegleitung soll darüber hinaus helfen, die Verbindung der Themen zu erkennen und in der Gestaltung der jeweiligen Kurse voneinander zu lernen bzw. aufeinander aufzubauen, was als Handlungs- und Beschäftigungsimpuls jeweils mitgegeben wird.

Wer mit dem Celler Modell zur Sterbebegleitung vertraut ist, wird aus den dort beschriebenen didaktischen Vorschlägen für die Gestaltung der einzelnen Schritte auch Hilfen zur Gestaltung von Trauerkursen an zweimal acht Abenden mit der Grundstruktur „Ein-Blick in die Gruppe“, „Meditation“ und „Informationen und Anschauungsmaterial zum Thema“ ableiten

---

<sup>5</sup> Peter Godzik (Hrsg.), *Der eigenen Trauer begegnen. Ein Lebens- und Lernbuch*, Rosengarten b. Hamburg: Steinmann 2011; *Trauernden nahe sein. Ein Lern- und Lebensweg*, Rosengarten b. Hamburg: Steinmann 2011.

können. Die im Leitungshandbuch auf CD-ROM erwähnten Abläufe können dabei als erste Orientierung dienen.<sup>6</sup>

*Grundkurs: Sich einfühlen in den Weg der Trauernden – Betroffenheit in Tun verwandeln*

- rufen
- fragen
- bedenken
- erkennen
- lösen
- danken
- segnen
- geben

Den Verlust eines geliebten Menschen erleben Trauernde wie einen Schicksalsschlag – sie können sich nicht wehren, es kommt über sie, sie sind dem Geschehen zunächst vollkommen passiv ausgeliefert. Aber jede Betroffenheit drängt zu Ausdruck und Handeln – wir können nicht einfach nur noch stumm und still dazusitzen. Täten wir es, wie es z.B. von König David in seiner schweren Trauer berichtet wird, dann würden wir dem Verlorenen hinterhersterben. Aber der Lebensimpuls in uns sorgt dafür, dass wir atmen, dass wir wachen und schlafen, dass wir essen und trinken, dass wir schweigen und reden, dass wir aufstehen und gehen. Es dauert manchmal lange, bis sich der erste Impuls zum Handeln aus der Lähmung löst. Aber dann spüren wir, wie das Leben in uns sich wieder regt, wir genötigt sind, etwas zu tun.

Der Grundkurs nimmt uns zunächst in die tiefe Betroffenheit der Trauernden hinein und möchte uns erinnern an das, was wir in ähnlichen Situationen als Erstes getan haben, wie die weiteren Wegstationen hießen und wohin sich allmählich der Weg entwickelte. Es kann sein, dass wir auf manchen Wegstrecken nur langsam vorankamen und an manchen Raststationen lange verweilten und auch Schritte wieder zurückgehen mussten, um mit neuem Schwung und neuen Kräften einen neuen Anlauf zu unternehmen. Der Trauerweg wird nie leicht, schnell und einfach beschritten. Es gibt immer schwierige Wegstrecken, Rückschläge, Hemmnisse, neue Aufbrüche. Aber nach angemessener Zeit – Zeit, die wir für uns selbst und unsere Trauerarbeit brauchen – kann es sein, dass wir wieder danken, segnen und geben können.

Dieses Tun erinnert uns zugleich an Schritte der Krisenintervention, in denen es darum geht, zu begreifen, was eigentlich geschehen ist, und das Geschehene in neue Aktivität zu verwandeln. „Umdeuten“, „rationalisieren“, „hinwenden zu anderen“ – so heißen die Schritte in Krisenintervention, Seelsorge und Psychotherapie. Sie wollen anknüpfen an die verbliebenen Ressourcen der Ratsuchenden, ihre Bilder, Hoffnungen und Befürchtungen aufnehmen und ihre Klage auf diese Weise „in einen Reigen verwandeln“.

---

<sup>6</sup> Peter Godzik (Hrsg.), Sei nahe in schweren Zeiten. Handreichung zur Vorbereitung von Ehrenamtlichen in der Trauerbegleitung, Rosengarten b. Hamburg: Steinmann 2011 (CD-ROM).



Klagen und Trauern heißt Stehenbleiben im Leben – getröstet und geheilt werden wir durch Gehen und Bewegen. Am Ende können wir vielleicht wieder tanzen. Unsere Schritte auf dem Weg und in der Bewegung folgen dabei im Abmessen und Wiegen dem eigenen Rhythmus.

Die Schrittfolgen, die wir im Grundkurs vorschlagen, haben sich bewährt, gegangen werden müssen sie auf eigenen Füßen im eigenen Schritttempo. Dabei sind wir nicht allein, sondern gehalten und getragen von einer Gruppe. Wir gehen Lebenswege gemeinsam, wir sind miteinander verbunden in menschlicher Solidarität: in der Gruppe mit gleichen oder ähnlichen Erfahrungen und mit der Verabredung, uns miteinander auf den Weg zu machen und dabei voneinander zu lernen.

*Vertiefungskurs: Was ich als Begleiter tun kann, damit der Begleitete sich wohlfühlt:*

- wahrgenommen
- begleitet
- gehört
- verstanden.

So ist für ihn die Welt trotz des Verlustes und mit ihm

- weitergegangen
- geblieben
- losgelassen
- aufgestanden

Der Vertiefungskurs orientiert sich am Trauerweg der Emmaus-Jünger (Lukas 24,13-35). In den Passiv-Formulierungen wird deutlich, wie sich das seelsorgerliche Handeln Jesu in den Empfindungen der Jünger widerspiegelt. In den ersten vier Schritten geht es dabei um sie persönlich, in den zweiten vier Schritten zugleich um die Welt, die sie umgibt. Was hier geschieht, lässt sich sowohl auf den Trauernden selbst als auch auf das verlorene Objekt beziehen.

So kommt es auch, dass die ersten vier Schritte Phasen aus dem Trauerprozess thematisieren: den Aufbruch der Gefühle, das Verhandeln, die Depression und die Annahme. Im zweiten Teil geht es dann schon um eigene Aktivitäten wie weitergehen, bleiben, loslassen und aufstehen, auf die im Perfekt-Passiv zurückgeblickt wird.

Für die Trauerbegleiter kommt es darauf an, nach einem ersten Durchgang der Identifizierung mit den Trauernden und der Vorwegnahme eines abgeschlossenen Trauerprozesses (Grundkurs) die Offenheit für den je eigenen Trauerprozess der Trauernden so zu entwickeln, dass diese sich als Begleitete entsprechend verstanden und angenommen fühlen können (Vertiefungskurs).

Auch wenn die Trauerbegleiter im Tempo und in der Schrittfolge der Trauernden begleitend mitgehen, ist es doch entscheidend, dass sie an bestimmten Weggabelungen auch Hinweise

und Impulse geben können, um so das Vorwärtstkommen auf dem je eigenen Weg zu erleichtern oder überhaupt erst zu ermöglichen.

Es ist ein alter Streit in der Seelsorge, ob seelsorgerliche Begleitung immer nur mitgeht oder vielleicht doch auch selber Impulse gibt. Ich erinnere mich dabei an einen Hinweis von Joachim Scharfenberg: In der Verhaltenstherapie weiß der Therapeut, was gut ist für den Patienten (pessimistisches Menschenbild); in der Gesprächspsychotherapie weiß der Patient selber, was gut für ihn ist (optimistisches Menschenbild); im psychoanalytisch bzw. tiefenpsychologisch orientierten Gespräch und in der seelsorgerlichen Beziehung auf Zeit ereignet sich die Wahrheit zwischen den beiden Gesprächspartnern, sie ist nicht einfach verfügbar (realistisches Menschenbild).

So verstandene Seelsorge geht nicht nur mit (Begleitung), sondern rechnet damit, im entscheidenden Moment auch Hilfe und Unterstützung (durch Deutung und Ritual) anbieten zu können. Das setzt „Konzepte“ und „Wegweiser“ voraus, die vorgedacht, vorgelebt und bei Bedarf angeboten werden. Dem dienen die angebotenen Materialien des Vertiefungskurses. Sie wollen nicht einfach an die Trauernden weitergegeben werden, sondern Haltungen in den Begleitenden erzeugen, die eine gute seelsorgerliche Beziehung ermöglichen.

Gute Trauerbegleitung kann sich von Gelerntem lösen und das aktuell Begegnende jeweils aufgreifen und in einen lebendigen Beziehungsprozess einbeziehen.

„Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ – das könnte immer noch als Überschrift für beide Kursmodelle gelten: für die *Trauerbegleitung* genauso wie für die *Sterbebegleitung*. „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ – das könnte aber auch der Maßstab sein für unser Verhalten angesichts der ausgesprochenen Zumutungen für die *Sterbehilfe*. Wenn wir als Arzt, Angehöriger oder Freund in die Situation kommen, aus rechtlichen Gründen gehen zu müssen, weil ein Mensch seinem Leben selbst ein Ende setzen möchte, dann kann an dieser Situation etwas nicht richtig sein.

Wir haben gelernt:

- Aktive Sterbehilfe ist und bleibt verboten – und das ist auch gut so: Niemand will das ändern. Wir könnten niemals ungestraft bleiben, wenn wir gesetzwidrig töten.
- Passive Sterbehilfe im Sinne des Unterlassens oder auch Zurücknehmens ärztlicher Maßnahmen ist, wenn geboten, erlaubt. Und das ist auch gut so: Wir dürfen bleiben und beistehen, wenn wir nicht mehr alles um jeden Preis tun.
- Indirekte Sterbehilfe ist bei voller Konzentration auf die ärztliche Hilfe, z.B. ausreichende Schmerzmedikation, erlaubt. Und das ist auch gut so: Wir dürfen bleiben, wenn wir schlimmste Not lindern und den Tod dennoch kommen sehen.
- Wir dürfen (noch!) mitmenschlichen, auch ärztlichen Beistand leisten, wenn ein Mensch vorzeitig gehen will. Wir müssen ihm nicht in den Arm fallen, wenn er seinem qualvollen Leben selbst ein Ende setzen möchte. Nur aufklären sollten wir ihn

über alle Möglichkeiten der Hilfe im Blick auf Hospizarbeit und Palliativmedizin und nicht Reklame machen für ein „sozialverträgliches Frühableben“, wie Karsten Vilmar das 1998 nannte.<sup>7</sup>

„Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“ ist ein guter ethischer Leitfaden für alles, was uns in Alter, Leiden und Sterben, ja, auch in der uns momentan so bewegenden Flüchtlingshilfe begegnet. Wir sollen und wollen so handeln, wie wir es selbst für uns wüssten, wenn wir in einer entsprechenden Situation wären. „Tat vam asi“ – das bist Du, heißt deshalb die asiatische Weisheit. Es geht bei aller Hilfe für andere immer auch um uns selbst, die wir auch auf dem Wege sind, immer mehr selber hilfsbedürftig zu werden. Wir sind es ja schon: angewiesen auf andere. Deshalb: „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde.“

[Wenden wir das bisher Bedachte auf die gegenwärtige Sterbehilfe-Debatte an:

Seit Mitte Juni 2015 (eingebracht im Bundestag am 2. Juli 2015) liegen fünf Anträge zur Suizidbeihilfe vor. Sie reichen vom vollständigen Verbot der Suizidbeihilfe bis zur weitgehenden Legalisierung.<sup>8</sup>

- Dörflinger und Sensburg setzen sich für ein strafrechtliches Verbot jeglicher Suizidbeihilfe ein.
- Brand, Griese u. a. streben ein strafrechtliches Verbot nur der *geschäftsmäßigen* Suizidbeihilfe an.
- Reimann, Hintze u. a. schlagen die ausdrückliche rechtliche Zulässigkeit der ärztlichen Suizidbeihilfe vor.
- Künast, Sitte u. a. fordern, auch die organisierte Suizidbeihilfe zuzulassen, sofern keine kommerziellen Absichten damit verbunden sind (also: Verbot der *gewerbsmäßigen* Suizidbeihilfe).
- Keul, Sütterlin-Waack u. a. sehen keinen strafrechtlichen Handlungsbedarf. Sie sehen ihre verfassungsrechtlichen Bedenken hinsichtlich der bisher eingebrachten vier Gesetzentwürfe durch Gutachten der Wissenschaftlichen Dienste des Deutschen Bundestages bestätigt.

Das Selbstbestimmungsrecht ist der wichtigste Bezugspunkt für die argumentative Begründung der Anträge. Außerdem wird oft auf den Lebensschutz und die Menschenwürde Bezug genommen. Trotz der Bezugnahme auf ähnliche Leitbegriffe kommen die Anträge zu sehr unterschiedlichen Ergebnissen. Fast alle Anträge fordern eine noch bessere palliative und hospizliche Versorgung sterbender Menschen.

---

<sup>7</sup> [https://de.wikipedia.org/wiki/Sozialverträgliches\\_Frühableben](https://de.wikipedia.org/wiki/Sozialverträgliches_Frühableben)

<sup>8</sup> Vgl. dazu: <http://www.pkgodzik.de/index.php?id=10>

Zitat in der Badischen Zeitung: „Am liebsten würden es alle ... bei dem belassen, was vorher war. Bevor die Bundesärztekammer es für nötig fand, Ärzten die Beihilfe zum Suizid zu untersagen.“

Meine Meinung: Gefährlich ist es, wenn (wie z. B. in einer Forsa-Umfrage) die erlaubten drei Formen der Sterbehilfe (passive und indirekte Sterbehilfe sowie die Beihilfe zum Suizid) in die Nähe der verbotenen aktiven Sterbehilfe gerückt werden. Die (bisherigen) juristischen Unterscheidungen sind wichtig, auch wenn aktives menschliches Handeln vorliegt (z.B. Abbruch einer eingeleiteten medizinischen Maßnahme oder Beihilfe zum Suizid), die aber juristisch nicht unter den Fall „aktive Sterbehilfe“ fallen. Auch wenn die Juristen jetzt beginnen, wegen der sprachlichen Missverständnisse andere Terminologien zu bevorzugen, bleibt doch wichtig und beachtenswert: Von vier Tatbeständen sind in Deutschland drei erlaubt, nur ein Tatbestand ist verboten. Das sollte in einem liberalen Land wie Deutschland auch so bleiben. Das ist jedenfalls meine Meinung. Sie deckt sich weitgehend mit den

[Empfehlungen des Deutschen Ethikrates zur Suizidbeihilfe](#) vom 18. Dezember 2014:

- Anknüpfung an seine 2012 geäußerte Einschätzung, dass ein gesetzliches Verbot ausschließlich der gewerbsmäßig organisierten, also der kommerziell betriebenen Suizidbeihilfe mehr Probleme schafft als löst. ...
- Eine gute palliative Versorgung, die für alle Patienten mit einer fortschreitenden Erkrankung und begrenzter Lebenserwartung erreichbar ist, lindert Not, kann Angst und Verzweiflung überwinden helfen und damit auf Fragen nach einer möglichen Unterstützung bei einer Selbsttötung lebensorientierte Antworten geben.
- Für vereinsamte und psychisch kranke Menschen ... bedarf es ... suizidpräventiver Maßnahmen und Strukturen. Dazu gehören etwa eine gute psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung, der Ausbau niedrigschwelliger Beratungs- und Begleitangebote in Lebenskrisen und die gezielte Weiterbildung der in der Pflege sowie in verschiedenen medizinischen Versorgungsbereichen tätigen Mitarbeitenden im Hinblick auf die Früherkennung von - und die angemessene Intervention bei - Krisen mit suizidaler Gefährdung. ...
- Die geltende Gesetzeslage, wonach weder ein Suizid noch eine Beihilfe zu einem im rechtlichen Sinne frei verantwortlichen Suizid strafbar sind, steht im Einklang mit den Prinzipien eines freiheitlichen Verfassungsstaates. ...
- Vor diesem Hintergrund empfiehlt der Deutsche Ethikrat, das derzeit geltende Strafrecht *nicht* grundsätzlich zu ändern.
- Eine eigene gesetzliche Regulierung etwa der ärztlichen Suizidbeihilfe lehnt die Mehrheit des Ethikrates ebenso ab wie jede Regulierung der Suizidbeihilfe für eine andere Berufsgruppe ...

- Allerdings sollten nach Auffassung der Mehrheit des Ethikrates Suizidbeihilfe sowie ausdrückliche Angebote dafür untersagt werden, wenn sie auf Wiederholung angelegt sind, öffentlich erfolgen und damit den Anschein einer sozialen Normalität ihrer Praxis hervorrufen könnten. ...
- Die Mehrheit des Deutschen Ethikrates empfiehlt, dass die Ärztekammern *einheitlich* zum Ausdruck bringen sollten, dass ungeachtet des Grundsatzes, dass Beihilfe zum Suizid keine ärztliche Aufgabe ist, im Widerspruch dazu stehende Gewissensentscheidungen in einem vertrauensvollen Arzt-Patient-Verhältnis bei Ausnahmesituationen respektiert werden. ...
- Eine Mehrheit des Ethikrates ist der Auffassung, dass der Gesetzgeber im Betäubungsmittelrecht klarstellen sollte, dass eine im Ausnahmefall erfolgende Verschreibung von Betäubungsmitteln auch im Rahmen einer Beihilfe zu einem frei verantwortlichen Suizid nicht strafbar ist. ...

Auch diese Empfehlungen sind getragen von dem Grundsatz: „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde.“]

Weil nachgefragt wurde, hier ein paar Hinweise zur Entwicklung der Hospizarbeit in Deutschland:

[http://www.pkgodzik.de/fileadmin/user\\_upload/Hospizarbeit/Geschichte\\_der\\_Hospizarbeit.pdf](http://www.pkgodzik.de/fileadmin/user_upload/Hospizarbeit/Geschichte_der_Hospizarbeit.pdf)

[http://www.pkgodzik.de/fileadmin/user\\_upload/Hospiz\\_und\\_Sterbebegleitung/Festvortrag\\_Hildesheim.pdf](http://www.pkgodzik.de/fileadmin/user_upload/Hospiz_und_Sterbebegleitung/Festvortrag_Hildesheim.pdf)