

Fortsetzung von Seite 21

sicher anonym. Sterbende werden in leere Zimmer gestellt. Und nach ihrem Tod fährt man sie in den Kühlraum.

Ist es richtig, dass manche Menschen auch lieber alleine sterben?
Sibylle Jean-Petit-Matile: Ja. Nicht selten kommt es vor, dass ein Mensch gerade dann aus dem Leben geht, wenn der Begleitende kurz den Raum verlässt. Im Hospiz Zentralschweiz möchten wir auch aus diesem Grund die Angehörigen in den Alltag einbinden. Sie sollen sich frei bewegen können von Küche bis zu Bibliothek.

Andreas Haas: Manchmal muss man Sterbenden eine Gelegenheit geben, alleine zu gehen. Man darf nicht klammern. Verharrt man wie eine Sphinx am Bett des Sterbenden, fehlt diesem womöglich die passende Lücke, um still zu gehen. Ich finde dieses Bild schön: Menschen sind wie Wellen. Sie kommen aus dem Meer und sie gehen wieder ins Meer. Das Meer aber bleibt.

Merkt man es als Begleitender, wenn der Tod schon ganz nahe ist?
Sibylle Jean-Petit-Matile: Das kommt sehr auf die Verfassung des Patienten an. Was für Krankheiten hat er, wie ist der Flüssigkeitsstatus? Wird die Atmung unregelmässig, dann ist der Tod nicht mehr weit. Manchmal erblassen auch Füsse und Hände. Doch so wie jede Geburt individuell ist, so ist auch jedes Sterben individuell.

Fragen sich manche Sterbende auch: Was habe ich falsch gemacht? Was habe ich verpasst? Sind sie deshalb verzweifelt oder wütend?
Andreas Haas: Oft ziehen Menschen auf dem Weg zum Tod eine Lebensbilanz. Dabei können auch Ereignisse und Verhaltensweisen in Erinnerung kommen, die man vom Lebensende her gesehen ungeschehen machen möchte oder in deren Zusammenhang man sich schuldig fühlt und vielleicht Versöhnung wünscht.



Andreas Haas: «Menschen sind wie Wellen, sie kommen und gehen. Das Meer bleibt.»

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

Wie hilft man hier am besten?
Andreas Haas: Seelsorgende können vielleicht noch dazu beitragen, eine versöhnende Begegnung oder gar Aussprache zu ermöglichen. Oder sie können Gespräche und Rituale anbieten, die dem Sterbenden ermöglichen, sich oder anderen Menschen zu vergeben oder um Vergebung zu bitten. Ein Leben ist nie perfekt. Und in den Augen Gottes sind wir auch als Menschen, die Fehler machen, geliebt. Wut eines Menschen, der auf den Tod zugeht, ist wahrscheinlich das Gefühl, das für die Angehörigen am schwierigsten auszuhalten ist. Doch auch die Wut gehört zum Leben. Seelsorgende können hier mit ihrer Haltung

viel beitragen, die Wut aushalten zu können. Denn Seelsorge ist im Wesentlichen eine Haltung, weniger ein Tun und schon gar nicht ein Geben von Tipps und Ratschlägen. Die seelsorgliche Haltung wird mit dem Begriff «liebendes Verstehen», den Roberto Assagioli, der Begründer der Psychosynthese, geprägt hat, gut umschrieben. Das liebevolle Verstehen umfasst einerseits ein Verstehen des Menschen in seinen Zusammenhängen und seiner Begrenztheit, andererseits eine bedingungslose Liebe, die den Menschen voll annimmt. Liebevoll verstehen ist die Fähigkeit, über das Vordergründige, das Anscheinende hinauszugehen und hinter dem Offensicht-

lichen und Vordergründigen des Gegenübers den wahren Kern zu sehen.

Naht der Tod, kann generell Spiritualität wichtig werden. Wie definieren Sie diese?
Andreas Haas: Spiritualität ist ein relativ neues Modewort. Eine allgemein anerkannte Definition gibt es nicht. Für mich ist Spiritualität ein Ausdruck des Menschseins – wie Körper oder Geist es sind. Sie ermöglicht das Verbundensein mit dem Göttlichen, mit den Mitmenschen, mit der Natur und mit sich selbst.

Gibt es auf dieser Welt verschiedene Rituale des Abschiednehmens?

Das Hospiz Zentralschweiz

Im Februar 2017 hat das Hospiz Zentralschweiz den Pflegeheimstatus im Kanton Luzern erhalten, das heisst, die Kosten der Pflege werden über die Krankenkasse gedeckt. Im September 2018 erfolgte der offizielle Spatenstich und Baustart an der Gasshofstrasse 18. Kommenden Dezember wird die Eröffnung sein. Schwerkranken Menschen in der letzten Lebensphase sollen im Hospiz Zentralschweiz einen Ort der Ruhe finden, an dem körperlich-seelische, aber auch soziale und spirituelle Leiden gelindert werden. In der Sicherheit einer kompetenten, spezialisierten Palliative Care, kombiniert mit einer Wohnlichkeit, die einem Zuhause so nah wie möglich kommt, sollen Betroffene ihr Leben zu Ende leben können. Ihre Angehörigen werden mit einbezogen. Das Hospiz Zentralschweiz wird über acht Tagesplätze und zwölf stationäre Betten verfügen sowie über eine palliative Beratungspraxis. Gerechnet wird mit einer durchschnittlichen Aufenthaltsdauer von rund 30 Tagen. Im Hospiz wird es auch einen Raum der Stille, eine Bibliothek und zwei Gästezimmer für Angehörige geben. Der Mensch steht im Zentrum. Der Vollzug des assistierten Suizids ist im Hospiz ausgeschlossen. (sh)

Hinweis
www.hospiz-zentralschweiz.ch

Andreas Haas: Die Rituale rund um Tod und Trauer sind abhängig von Zeit und Kultur. Noch vor 50 Jahren war es in unseren Gegenden üblich, dass der Sarg in einem Leichenzug durch die Stadt oder das Dorf auf den Friedhof geleitet wurde. Heute bekommen die Menschen kaum mehr mit, wenn jemand in ihrem Quartier gestorben ist. In Nepal beispielsweise ist dies ganz anders. Krankheit und Tod betreffen nach der Lebenserfahrung der Menschen dort immer die ganze Gemeinschaft. Alle, die können, nehmen an den Ritualen zur Verabschiedung eines Toten teil. Diese Rituale der Verabschiedung können in Nepal mehrere Tage dauern.

Postkarte aus Schardscha



Trocken im Regen

Es regnet in Strömen. Und ich stehe mitendrinn – und bleibe trotzdem trocken. Ich fühle mich wie Moses, als sich das Meer für ihn teilte. Die Wolken über mir bilden Schneisen, wohin ich auch gehe. Im Emirat Schardscha haben die Scheiche den Regen genommen, in ein Zimmer gesteckt und gezähmt. So scheint es. Im «Rain Room» lässt sich im Regen laufen, singen und tanzen, ohne auch nur einen Tropfen abzubekommen. Sofern man es langsam tut. 3D-Kameras verfolgen jede Bewegung und geben die Daten an die Düsen weiter. Behutsam sparen sie den Menschen aus, während rund um ihn 2500 Liter Wasser im Umlauf sind. Gott ist hier die Technik. Der «Rain Room» ist ein durch und durch künstliches Naturerlebnis. Ausgeheckt hat ihn das Künstlerkollektiv Random International. Erstmals präsentiert wurde die Installation 2012 in London. Im Wüstenstaat, wo Süswasser rarer ist als Erdöl, hat der «Rain Room» 2018 ein permanentes Zuhause bekommen.

Draussen ist es heiss. Ich renne und werde nass bis auf die Haut. Ausgetrickst?

Susanna Petrin

Unkommod

Krankhaft gesund

Als ich aufgewachsen bin, gab es die Migros und den Coop, und dort gab es Nahrungsmittel. Das Fleisch war im Fleischregal, der Käse im Käseregal und ein Käse war ein Käse, vom Appenzeller bis zum Emmentaler. Heute gibt es für jeden Höhenmeter Unterschied, auf dem ein Käse gereift ist, ein eigenes Label und vielleicht bald ein Bild der Kuh auf der Etikette, deren Milch in dem Käse ist. Bio gab's nur in jenen Läden, wo Flöte spielende Lehrerinnen hingingen und man diese komische, richtige Nahrung kaufte, die von der Sonne reifgeküsst und nicht vom Tanker reifgespritzt wurde.

Wir kümmern und sorgen uns so sehr darum, was wir essen, dass der Ausdruck «Orthorexia nervosa» geboren wurde, der das Krankheitsbild einer Essstörung beschreibt, «bei der die übermässige Beschäftigung mit der Qualität der Lebensmittel zu psychischen oder physischen Beeinträchtigungen führen kann». Das in Anführungszeichen ist von Wikipedia, ab jetzt übernehme ich wieder. Wehe, das Kind isst nicht Bio. All die Nährstoffe und potenziellen Giftstoffe. Gerade im Wachstum. Unglaublich aufpassen muss man da. Aber ich kenne wenige Eltern, die das tatsächlich durchhalten. Es ist unglaublich anstrengend. Aber warum wird man überhaupt so? Warum messen immer mehr Menschen der Qualität des Essens einen so hohen Stellenwert bei? Die Motivation scheint offensichtlich und lobenswert. Aber

warum übertreiben wir es so? Ich glaube, wir können es wieder einmal nicht einfach gut sein lassen. Wir müssen einem Ideal nachrennen. Einen Gott haben die meisten nicht mehr, die Karriere ist gemacht, der Mercedes steht vor der Türe, das Geld kommt. Und kaum ist alles gut, zwick es irgendwo. Dass es einfach mal gut ist, ist einfach nicht gut genug. Lieber einem noch Besseren besser nachrennen. Wie gesund wollen wir denn

«Vielleicht liegt da ja etwas anderes dahinter – die Angst vor dem Altern.»



Claudia Lässer
 Programmleiterin Teleclub

sterben? Ist das Gesundeste nicht der Genuss, der auch noch der Seele guttut? Ist es nicht gesünder, einmal pro Woche eine Portion Pommes zu geniessen, als voll gefrustet jeden Abend Magerquark zu löffeln?

Es ist sicher gut zu wissen, wo was herkommt, und es ist gut, dass Lebensmittel natürlich gewachsen sind. Das sollte eigentlich normal sein. Aber die Superfood-Welle und die Unterteilung in gutes und schlechtes Essen hat schon leicht etwas Sektiererisches. Warum machen wir uns diesen Stress überhaupt. Ist es ein Wettbewerb? Bessere Nahrung, mehr Leistung? Schliesslich landen wir doch immer beim Gleichen: ausgewogen essen, genug schlafen, Bewegung und – kein Stress. Denn Stress schwächt nachweislich das Immunsystem. Aber wenn wir so viel Energie aufwenden, das Beste vom Allerbesten zu finden, und unsere Körper fast schon vergöttern, vielleicht liegt da ja etwas anderes dahinter. Die Angst vor dem Altern. Der Horror vor den Falten, der schwindenden Spannkraft, vor den immer weniger werdenden Lebensjahren. Es gibt einfach nicht so viele Antioxidantien, als dass man diesen Prozess aufhalten könnte. Natürlich, man will die Jahre gut überstehen. Aber sich so einen Stress zu machen, vernichtet die Jahre, auf die wir später zurückschauen.

Claudia Lässer

Paar der Woche

Eine grosse Liebe feiert 14. Hochzeitstag

Etwas lau war es diese Woche an der Pärchen-Promi-Front. Kein neues Liebespärchen sah man turteln, kein Pärchen, das sich vor den Augen der Welt vor einem Altar einfand. Wie froh ist man da, konnten diesen Dienstag in Grossbritan-



nien wenigstens Charles und Camilla ihren 14. Hochzeitstag feiern. Und überhaupt, was heisst hier «wenigstens»? Die Liebe von Charles und Camilla hätte ein Romanautor nicht besser und aufregender erfinden können. Gegen alle Widerstände, gegen Familie, Volk und royale Etikette schafften es die zwei am 9. April 2005 nach Jahren und Jahrzehnten endlich, ihre romantische Verbundenheit offiziell zu besiegeln. In den Wohnzimmern der Welt sahen Royal-Fans nicht nur die Bilder von einer kleinen, feinen und schönen Feier mit einem strahlenden Paar. Zwei ohne jede Nervosität oder Unsicherheit. So entspannt sind vermutlich nur Brautpaare, die den Kampf schon hinter sich haben. Wer weiss, vielleicht ja auch bald Fergie und Andrew beim zweiten Anlauf. (sh)