

Gast _freundschaft

Hospiz Schöneberg-Steglitz
Newsletter Nr. 1/2020

**Liebe Freundinnen und Freunde des
Hospizes Schöneberg-Steglitz,**

seit Mitte März hat sich die Welt verlangsamt und das Virus stellt alle vor große Herausforderungen. Corona hat natürlich auch den Hospizalltag verändert. Ambulante Begleitungen wurden, wo möglich, telefonisch weitergeführt, und im stationären Hospiz gelten seither veränderte Sicherheitsmaßnahmen, um eine Infektion von Gästen und Mitarbeitenden zu verhindern.

Neben der Sorge, vulnerable Menschen zu infizieren, sind wir angesichts der allabendlich sichtbaren Bilder von beatmeten Patienten auf Intensivstationen auch mit Ängsten und Gedanken hinsichtlich unserer eigenen Sterblichkeit konfrontiert.

Ein Newsletter, der individuelle Gedanken und Wünsche zum eigenen Sterben thematisieren sollte, war schon Wochen vor Beginn der Pandemie geplant, denn unser neues Theaterstück, dessen Premiere für Ende Mai geplant war, widmet sich diesem Thema. Aber soll man angesichts der emotional angespannten Lage an diesem Vorhaben festhalten? Wir finden: ja, denn die Auseinandersetzung mit den eigenen Todeswünschen wird in diesen Tagen täglich neu ausgelöst.

Die Texte unsere Autorinnen und Autoren bleiben anonym, um ihre Privatsphäre nicht zu verletzen. Die Anonymität macht es überdies auch leichter, die eigenen Gedanken und Themen offener darzustellen und sie dort, wo gewünscht, als Vorschlag für eine Diskussion oder für ein inneres Zwiegespräch zur Verfügung zu stellen.

Wir wünschen Ihnen ein anregendes Leseerlebnis.

Stefan Schütz

Stefan Schütz,
Leiter des Ambulanten Hospizdienstes



Wie wir sterben wollen

Es schmerzt, es macht hilflos und ratlos, die Sprache versiegt, die Tränen fließen – all das und vieles mehr stürzte auf mich ein, wenn ich Menschen in den letzten Tagen ihres Lebens besucht hatte.

Nie allerdings hätte ich mir gedacht, mich einmal mit einer Sterbenden zu freuen. Ich besuchte sie schon seit zwei Jahren; als ich aber diesmal an ihr Bett trat, erkannte sie mich nicht mehr. Sie richtete ihre Augen kurz auf mich, dann ging ihr Blick wieder auf Reisen, irgendwohin, wo es wohl still war und schön und einladend. Plötzlich fing sie an zu sprechen, oder war es singen? Immer die gleichen Worte: *Maria mit dem Kinde lieb, uns allen deinen Segen gib. Amen.* Immer wieder diese Worte. Und ein seeliges Lächeln ging dabei über ihr Gesicht. Sie hatte sich auf den Weg gemacht, und sie schien sich zu freuen, bald am Ziel zu sein. Ich stand weinend an ihrem Bett und konnte mich nur mit

Mühe von ihr lösen. Am Abend war sie angekommen.

Und ich? Irgendwann werde auch ich diese sterbliche Hülle verlassen. Dass ich zu den Menschen gehören werde, die in unserem Land schmerzfrei sterben dürfen, darauf hoffe ich sehr. Und wäre es nicht tröstlich, so zuversichtlich und fast freudig wie diese alte Dame, irgendwann dieses Leben zu verlassen? Ihr hat wohl ihr Glaube geholfen, über den sie aber nie mit mir gesprochen hat. Vielleicht freute sie sich darauf, ihre Lieben in einer anderen Welt wiederzusehen. Könnte ich mir das auch vorstellen und will ich das überhaupt? Dann würde ich ja wohl auch meine Nicht-Lieben treffen, und das will ich wirklich nicht.

Geblichen sind für mich viele Fragen, und dafür bin ich der alten Dame dankbar.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Neues aus dem Hospiz



Ende Oktober hatten wir die Ehre, auf dem Hospiztag in Ribnitz-Damgarten unsere »Bertha« aufzuführen (Backstage-Foto). Ende Februar fand dann die vorerst letzte Aufführung von **Bertha, stirb endlich!** im Nachbarschaftshaus Friedenau statt.



Nach der Gartenaktion Ende November dankten wir den vielen Ehrenamtlichen mit einem **Pasta-Essen** für ihre Mithilfe.

Mitte Dezember fand unsere **Weihnachtsfeier für die Hospizgäste** statt, auf der ein Pop-up-Chor unter der Leitung unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterin Ulrike Brand zu Gehör kam und auch zum Mitsingen anregte.



Wenn wir gehen



*Wenn wir gehen,
machen wir für die Nachrücker Platz.
Die kleinen Kinder meiner Nachbarn
spielen heute – lautstehend, fröhlich und von solchen Fragen unbekümmert –
auf der Wiese des Hinterhofes.
Nachdenklich schaue ich ihnen von meinem Küchenfenster des dritten Stocks zu,
vor meinem geistigen Auge sehe ich in ihrem unschuldigen Treiben
die ewige Fortsetzung des Seins.
Sie sind die Denker, Arbeiter, Schaffer, Macher, Influencer der morgigen Welt.
Ihre Gedanken, Ideen und Sehnsüchte bleiben uns verborgen –
denn wir haben keinen Einlass in ihrer Welt von morgen.
Platz machen, also, deshalb müssen wir gehen, deshalb gehen wir.
Diese Vorstellung erhellt heute meinen Tag.
Später irgendwann, wenn meine Zeit des Abschieds naht, ist sie mein Wegweiser.
Ich gehe in Harmonie mit dem großen Ganzen,
der Sonne und dem Mond entgegen.
Auf dem Weg dorthin schaue ich kurz zurück – und lächle.
Habe ich Fragen an das, was hinter dem Vorhang liegt?
Vielleicht sollen wir die Antworten nie wissen – nur erahnen, erträumen,
damit unsere Suche nach den Geheimnissen des Daseins
uns bis zum Horizont der Ewigkeit führt.
Auf der anderen Seite angekommen, löse ich mich auf,
ins Nichts.
Oder?*

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin



Von Liebe getragen

In den siebziger Jahren sang Hannes Wader »Ja, man wird alt oder auch nicht, mich ärgert, dass ich es nicht weiß. Aber dafür bestimme ich den Tag, an dem ich sterben will ...«, und ich sang damals mit Inbrunst mit.

Diese Liedzeile fiel mir wieder ein, als wir uns bei der Entwicklung unseres neuen Stückes u. a. mit der »Todesart Schweiz«, dem begleiteten Suizid, befassten. Der erste Satz hat sich zunächst erledigt, ich bin inzwischen immerhin 66 Jahre alt geworden, doch stimmt der zweite Satz heute noch für mich?

So bedingungslos würde ich das heute nicht mehr sagen. Bei der ehrenamtlichen Begleitung Sterbender habe ich im Laufe der letzten Jahre kennengelernt, was liebevolle Unterstützung und gute palliative Versorgung leisten können. Doch habe ich auch Menschen in tiefster Not und Verzweiflung

erlebt, und ich weiß nicht, wie ich selbst in solch auswegloser Situation reagieren und handeln würde ...

Und wie würde ich mich wohl verhalten, wenn z. B. meine Frau schwer erkranken und sagen würde: »Ich kann und ich will nicht mehr!«? Ich weiß es nicht.

Ich wünsche mir vor allem, dass sie mir sagen würde, was sie zu tun beabsichtigt – oder, dass sie zum Suizid entschlossen sei. Denn dies nicht gewusst zu haben und plötzlich damit konfrontiert zu sein, dass sie den Freitod gewählt hat, wäre für mich vermutlich wie ein Verrat an unserer Ehe und sicher ungleich schwerer zu verarbeiten, als wenn wir gesprochen hätten – dies thematisieren wir auch in einer Szene unseres neuen Stückes.

Ich wünsche mir, dass ich, mit dem Wunsch nach aktiver Sterbehilfe konfrontiert, die

»Größe« haben werde, mich – trotz des drohenden Verlusts – von der Liebe zu meiner Frau tragen zu lassen, dass ich bei allen möglichen Vorbehalten mit ihr sprechen kann, um auch mein Dilemma zu benennen: »Ich will nicht, dass du dich umbringst, *und* ich will deine Entscheidung akzeptieren, das reißt mich fast auseinander!«

Wie auch immer, ob ich oder ein mir nahestehender Mensch durch Freitod aus dem Leben gehen möchte, ich wünsche mir, mich verabschieden zu können.

Und – dies sind Wünsche, ist alles Spekulation. Ich bin froh, dass mich die Arbeit an dem neuen Stück und natürlich auch die politische Diskussion der letzten Monate mit dieser Frage konfrontiert haben, sodass ich womöglich ein wenig besser darauf vorbereitet bin, falls sie sich stellt.

Ein ehrenamtlicher Mitarbeiter

Gedankensplitter

Wie ich sterben möchte?

- „Gute Frage! Ich arbeite zwar als Ehrenamtliche in einem Hospiz, habe aber zu meinem persönlichen Sterbe-Szenario keine konkreten Vorstellungen. Ich erlebe häufig bei alten Menschen, dass sie sich im Laufe ihres Alterungs- und Sterbeprozesses von so mancher Idee oder festen Überzeugung zum Thema verabschieden mussten – Sterben ist einfach nicht planbar. Was ich genau weiß, ist wie ich *nicht* sterben möchte: allein und hilflos, würdlos und leidvoll. Ich hoffe, dass ich mir, wenn es einmal so weit ist, möglichst lange ein großes Maß an Selbstbestimmung erhalten kann.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

- „Eigentlich lieber überhaupt nicht, von wollen ist keine Rede! Aber bleiben wir realistisch, es gibt keinen Weg daran vorbei. Ob arm oder reich, dick oder dünn, manchmal zu jung, sehr krank oder einfach alt, wir müssen/dürfen uns von diesem Leben irgendwann verabschieden. Der Zeitpunkt bleibt geheimnisvoll und manchmal beunruhigend. Ein Zenmeister würde sagen: Üben. Üben. Üben. Aber wie macht man das?

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

- „Im ersten Moment kam mir der Gedanke: schnell und schmerzlos. Dann fielen mir die vielen Menschen ein, die im Moment um ihr Leben kämpfen auf der ganzen Welt. Es fällt mir schwer, Worte zu finden, aber ich möchte, wenn ich gehen muss,

ein gutes Gefühl haben, Frieden mit mir und den Menschen, die ich zurücklassen musste. Und ich möchte sagen können, es war ein schönes Leben, trotz allem.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin



Dankeschön



Angesichts der Coronavirus-Pandemie ist unser Alltag ein anderer geworden. Wir danken unseren Gästen und ihren Zugehörigen, die sich auf unsere Hygie-

nevorschriften einlassen und immer wieder Einschränkungen hinnehmen mussten. Unser Dank gilt aber auch unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbei-

tern, die mit Umsicht und Kreativität ihre Arbeit verrichten und sich trotz allem ihre Fürsorge und Zuegwandtheit erhalten haben.

Dem Tod bewusst entgegensehen



Meine Krebserkrankung vor 20 Jahren gab den Anstoß, darüber nachzudenken, wie Menschen mit dem Tod umgehen und wie bzw. was ich von diesen Menschen lernen kann, die kurz davor stehen zu sterben. So kam ich dazu, Sterbebegleiterin zu werden. In den letzten Jahren habe ich über fünfzig Frauen und Männer begleitet

und die verschiedenen Möglichkeiten im Umgang mit der letzten Lebensphase kennengelernt. Ich weiß nicht, wie weit ich mein Sterben bewusst lenken kann, aber ich möchte so gelassen wie möglich dieses Leben verlassen. Im Rahmen meiner Patientenverfügung habe ich mich dann auch mit dem freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit am Lebensende vertraut gemacht und festgestellt, dass diese Form meinen Wünschen am ehesten entspricht. Wenn mir ein Leben durch Schmerzen oder massive Einschränkungen nicht mehr lebenswert erscheint, wenn ich spüre, dass mein Lebensende naht, möchte ich nicht mehr essen und trinken und dabei von meinem Hausarzt und meinen Angehörigen unterstützt werden. Ich durfte eine Frau begleiten, die sich mit ihrem Mann schon lange darauf vorbereitet hatte, ihr Sterben so zu gestalten. Sie wurden von einem Palliativarzt betreut, von ihm beraten. (Das wäre mir auch für mich bzw. für meine Angehörigen wichtig.) Es war für mich eine Bestätigung meiner Vorstellung, meines Wunsches, so bewusst und gelassen dem Tod entgegensehen wie dieses Ehepaar. Die mit ihnen verbrachte Zeit war so friedvoll gelassen, und ich bin ihnen dankbar, dass sie mich haben daran teilnehmen lassen.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Send me an angel

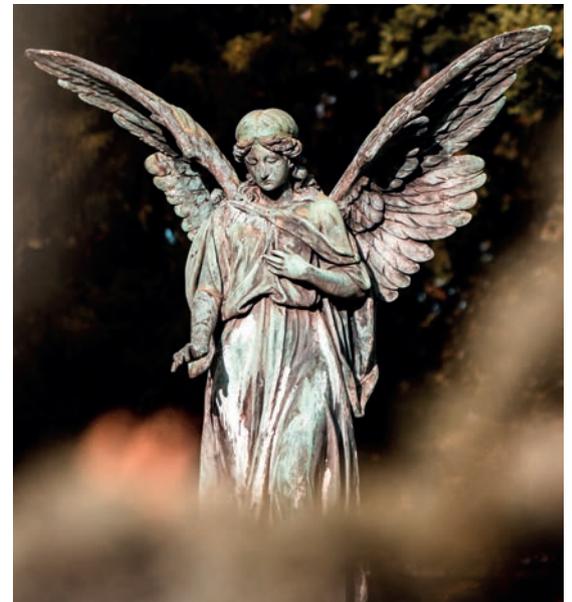
*Kopf in die Hand gestützt,
stelle ich mir vor, ich könnte
die Umstände, den Ort und die Zeit
meines Sterbens selbst frei bestimmen.*

*Allein oder in Begleitung, und wenn in
Begleitung, wer soll alles dabei sein –
Diesseits oder jenseits des Atlantiks, denn
Heimat ist für mich hier wie auch dort –
Zuhause oder im Krankenhaus –
Am Ende einer Erkrankung oder eines
langen Lebens,*

*Mit medizinischem Nachhelfen –
Geplant oder als natürlicher Lauf der Dinge?
Oder gar als Folge eines Unfalls oder Über-
falls? – Danke, das doch eher nicht.*

*Es entstehen keine Bilder in meinem Kopf
Zu diesen Fragen.
Denn: erstens kommt es anders und zweitens
als man denkt.
Deshalb,
Sage ich einfach,
»Send me an angel – und lass es gut werden!«*

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin



Bach auf dem Balkon

Nach einem sehr schönen Radausflug verkündete mein Mann, dem ich von dem geplanten neuen Theaterstück berichtet hatte: Wenn er auf irgendeine Weise seiner Mobilität beraubt sei und komplett auf fremde Hilfe angewiesen, möchte er bei Minusgraden über Nacht auf den Balkon geschoben werden, mit einem guten Getränk und schöner Musik, z. B. dem Wohltemperierten Klavier. Er bedauerte, dies nicht in seine Patientenverfügung schreiben zu können, da dies ja Sterbehilfe und somit strafbar sei.

Kurioserweise stellte sich im November heraus, dass er einen Schlaganfall erlitten hatte, der seine linke Seite hätte komplett außer Betrieb nehmen können – wunderbarerweise kam es nicht dazu. Doch im Nachhinein fiel mir ein, dass ich irgendwann mal dachte: jetzt wird mein Mann alt. Denn er brauchte lange für alles und forderte oft Ruhe ein. Wir haben nur eine verglaste Log-



gia, und ich könnte, glaube ich, ihm diesen letzten Wunsch nicht erfüllen. Ich hoffe, dass er diesen Wunsch nicht an mich herantragen wird.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Willkommen

In dieser Rubrik kündigen wir traditionell anstehende Veranstaltungen oder Ereignisse an. Da die Pandemie uns weiter im Griff hat und gewährte Lockerungen immer wieder zurückgenommen werden können, ist es uns leider nicht mehr möglich, Theateraufführungen oder Tage der offenen Tür zu planen. Sobald dies wieder möglich ist, informieren wir Sie unter www.hospiz.nbhs.de auf unserer Homepage.



Wer hilft bei Fragen?

Stationäres Hospiz

Pflegedienstleiterin Christine Seiler
Tel 7 68 83-102, stationaeres-hospiz@nbhs.de
Sozialarbeiterin Almuth Lohoff
Tel 7 68 83-103, sozialarbeit-hospiz@nbhs.de

Ambulanter Hospizdienst

Koordination
Stefan Schütz, Carmen Dietrich, Dilek Yildiz
Tel 7 68 83-104, -105, ambulantes-hospiz@nbhs.de

Sozialstation Friedenau

Standort Bundesallee Ambulante Palliativpflege
Bundesallee 50, 10715 Berlin Tel 85 40 19-3 (24 Std.)
sozialstation-bundesallee@nbhs.de

Unsere Adresse

Hospiz Schöneberg-Steglitz
Kantstraße 16, 12169 Berlin (Steglitz)

Spenden

Nachbarschaftsheim Schöneberg
DE91 1002 0500 0003 1062 05
BFSWDE33BER
(Bank für Sozialwirtschaft Berlin)

Dem Tod bewusst entgegensehen



und die verschiedenen Möglichkeiten im Umgang mit der letzten Lebensphase kennengelernt. Ich weiß nicht, wie weit ich mein Sterben bewusst lenken kann, aber ich möchte so gelassen wie möglich dieses Leben verlassen. Im Rahmen meiner Patientenverfügung habe ich mich dann auch mit dem freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit am Lebensende vertraut gemacht und festgestellt, dass diese Form meinen Wünschen am ehesten entspricht. Wenn mir ein Leben durch Schmerzen oder massive Einschränkungen nicht mehr lebenswert erscheint, wenn ich spüre, dass mein Lebensende naht, möchte ich nicht mehr essen und trinken und dabei von meinem Hausarzt und meinen Angehörigen unterstützt werden. Ich durfte eine Frau begleiten, die sich mit ihrem Mann schon lange darauf vorbereitet hatte, ihr Sterben so zu gestalten. Sie wurden von einem Palliativarzt betreut, von ihm beraten. (Das wäre mir auch für mich bzw. für meine Angehörigen wichtig.) Es war für mich eine Bestätigung meiner Vorstellung, meines Wunsches, so bewusst und gelassen dem Tod entgegenzusehen wie dieses Ehepaar. Die mit ihnen verbrachte Zeit war so friedvoll gelassen, und ich bin ihnen dankbar, dass sie mich haben daran teilnehmen lassen.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Meine Krebserkrankung vor 20 Jahren gab den Anstoß, darüber nachzudenken, wie Menschen mit dem Tod umgehen und wie bzw. was ich von diesen Menschen lernen kann, die kurz davor stehen zu sterben. So kam ich dazu, Sterbegleiterin zu werden. In den letzten Jahren habe ich über fünfzig Frauen und Männer begleitet

Send me an angel

Kopf in die Hand gestützt, stelle ich mir vor, ich könnte die Umstände, den Ort und die Zeit meines Sterbens selbst frei bestimmen.

Mit medizinischem Nachhelfen – Geplant oder als natürlicher Lauf der Dinge? Oder gar als Folge eines Unfalls oder Überfalls? – Danke, das doch eher nicht.

Allein oder in Begleitung, und wenn in Begleitung, wer soll alles dabei sein – Diesseits oder jenseits des Atlantiks, denn Heimat ist für mich hier wie auch dort – Zuhause oder im Krankenhaus – Am Ende einer Erkrankung oder eines langen Lebens,

Es entstehen keine Bilder in meinem Kopf Zu diesen Fragen. Denn: erstens kommt es anders und zweitens als man denkt. Deshalb, Sage ich einfach, »Send me an angel – und lass es gut werden!«

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin



Bach auf dem Balkon

Nach einem sehr schönen Radausflug verkündete mein Mann, dem ich von dem geplanten neuen Theaterstück berichtet hatte: Wenn er auf irgendeine Weise seiner Mobilität beraubt sei und komplett auf fremde Hilfe angewiesen, möchte er bei Minusgraden über Nacht auf den Balkon geschoben werden, mit einem guten Getränk und schöner Musik, z. B. dem Wohltemperierten Klavier. Er bedauerte, dies nicht in seine Patientenverfügung schreiben zu können, da dies ja Sterbehilfe und somit strafbar sei.

Kurioserweise stellte sich im November heraus, dass er einen Schlaganfall erlitten hatte, der seine linke Seite hätte komplett außer Betrieb nehmen können – wunderbarerweise kam es nicht dazu. Doch im Nachhinein fiel mir ein, dass ich irgendwann mal dachte: jetzt wird mein Mann alt. Denn er brauchte lange für alles und forderte oft Ruhe ein. Wir haben nur eine verglaste Log-



gia, und ich könnte, glaube ich, ihm diesen letzten Wunsch nicht erfüllen. Ich hoffe, dass er diesen Wunsch nicht an mich herantragen wird.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Willkommen

In dieser Rubrik kündigen wir traditionell anstehende Veranstaltungen oder Ereignisse an. Da die Pandemie uns weiter im Griff hat und gewährte Lockerungen immer wieder zurückgenommen werden können, ist es uns leider nicht mehr möglich, Theateraufführungen oder Tage der offenen Tür zu planen. Sobald dies wieder möglich ist, informieren wir Sie unter www.hospiz.nbhs.de auf unserer Homepage.



Wer hilft bei Fragen?

Ambulanter Hospizdienst Koordination
Stefan Schütz, Carmen Dietrich, Dilek Yildiz
Tel 7 68 83-104, -105, ambulantes-hospiz@nbhs.de

Stationäres Hospiz
Pflegedienstleiterin Christine Seiler
Tel 7 68 83-102, stationaeres-hospiz@nbhs.de
Sozialarbeiterin Almuth Lohoff
Tel 7 68 83-103, sozialarbeit-hospiz@nbhs.de

Sozialstation Friedenau
Standort Bundesallee Ambulante Palliativpflege
Bundesallee 50, 10715 Berlin Tel 85 40 19-3 (24 Std.)
sozialstation-bundesallee@nbhs.de

Unsere Adresse
Hospiz Schöneberg-Steglitz
Kantstraße 16, 12169 Berlin (Steglitz)
.....
Spenden
Nachbarschaftsheim Schöneberg
DE91 1002 0500 0003 1062 05
BFSWDE33BER
(Bank für Sozialwirtschaft Berlin)

Gastfreundschaft

Liebe Freundinnen und Freunde des Hospizes Schöneberg-Steglitz,

seit Mitte März hat sich die Welt verlangsamt und das Virus stellt alle vor große Herausforderungen. Corona hat natürlich auch den Hospizalltag verändert. Ambulante Begleitungen wurden, wo möglich, telefonisch weitergeführt, und im stationären Hospiz gelten seither veränderte Sicherheitsmaßnahmen, um eine Infektion von Gästen und Mitarbeitenden zu verhindern.

Neben der Sorge, vulnerable Menschen zu infizieren, sind wir angesichts der allabendlich sichtbaren Bilder von beatmeten Patienten auf Intensivstationen auch mit Ängsten und Gedanken hinsichtlich unserer eigenen Sterblichkeit konfrontiert.

Ein Newsletter, der individuelle Gedanken und Wünsche zum eigenen Sterben thematisieren sollte, war schon Wochen vor Beginn der Pandemie geplant, denn unser neues Theaterstück, dessen Premiere für Ende Mai geplant war, widmet sich diesem Thema. Aber soll man angesichts der emotional angespannten Lage an diesem Vorhaben festhalten? Wir finden: ja, denn die Auseinandersetzung mit den eigenen Todeswünschen wird in diesen Tagen täglich neu ausgelöst.

Die Texte unsere Autorinnen und Autoren bleiben anonym, um ihre Privatsphäre nicht zu verletzen. Die Anonymität macht es überdies auch leichter, die eigenen Gedanken und Themen offener darzustellen und sie dort, wo gewünscht, als Vorschlag für eine Diskussion oder für ein inneres Zwiegespräch zur Verfügung zu stellen.

Wir wünschen Ihnen ein anregendes Leseerlebnis.

Stefan Schütz

Stefan Schütz,
Leiter des Ambulanten Hospizdienstes



Wie wir sterben wollen

Es schmerzt, es macht hilflos und ratlos, die Sprache versiegt, die Tränen fließen – all das und vieles mehr stürzte auf mich ein, wenn ich Menschen in den letzten Tagen ihres Lebens besucht hatte.

Nie allerdings hätte ich mir gedacht, mich einmal mit einer Sterbenden zu freuen. Ich besuchte sie schon seit zwei Jahren; als ich aber diesmal an ihr Bett trat, erkannte sie mich nicht mehr. Sie richtete ihre Augen kurz auf mich, dann ging ihr Blick wieder auf Reisen, irgendwohin, wo es wohl still war und schön und einladend. Plötzlich fing sie an zu sprechen, oder war es singen? Immer die gleichen Worte: *Maria mit dem Kinde lieb, uns allen deinen Segen gib. Amen.* Immer wieder diese Worte. Und ein seeliges Lächeln ging dabei über ihr Gesicht. Sie hatte sich auf den Weg gemacht, und sie schien sich zu freuen, bald am Ziel zu sein. Ich stand weinend an ihrem Bett und konnte mich nur mit

Mühe von ihr lösen. Am Abend war sie angekommen.

Und ich? Irgendwann werde auch ich diese sterbliche Hülle verlassen. Dass ich zu den Menschen gehören werde, die in unserem Land schmerzfrei sterben dürfen, darauf hoffe ich sehr. Und wäre es nicht tröstlich, so zuversichtlich und fast freudig wie diese alte Dame, irgendwann dieses Leben zu verlassen? Ihr hat wohl ihr Glaube geholfen, über den sie aber nie mit mir gesprochen hat. Vielleicht freute sie sich darauf, ihre Lieben in einer anderen Welt wiederzusehen. Könnte ich mir das auch vorstellen und will ich das überhaupt? Dann würde ich ja wohl auch meine Nicht-Lieben treffen, und das will ich wirklich nicht.

Geblieben sind für mich viele Fragen, und dafür bin ich der alten Dame dankbar.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Neues aus dem Hospiz



Ende Oktober hatten wir die Ehre, auf dem Hospiztag in Ribnitz-Damgarten unsere »Bertha« aufzuführen (Backstage-Foto). Ende Februar fand dann die vorerst letzte Aufführung von **Bertha, stirb endlich!** im Nachbarschaftshaus Friedenau statt.



Nach der Gartenaktion Ende November dankten wir den vielen Ehrenamtlichen mit einem **Pasta-Essen** für ihre Mithilfe.

Mitte Dezember fand unsere **Weihnachtsfeier für die Hospizgäste** statt, auf der ein Pop-up-Chor unter der Leitung unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterin Ulrike Brandt zu Gehör kam und auch zum Mitsingen anregte.



Wenn wir gehen

Wenn wir gehen, machen wir für die Nachrücker Platz. Die kleinen Kinder meiner Nachbarn spielen heute – lauttobend, fröhlich und von solchen Fragen unbekümmert – auf der Wiese des Hinterhofes. Nachdenklich schaue ich ihnen von meinem Küchenfenster des dritten Stocks zu, vor meinem geistigen Auge sehe ich in ihrem unschuldigen Treiben die ewige Fortsetzung des Seins. Sie sind die Denker, Arbeiter, Schaffer, Macher, Influencer der morgigen Welt. Ihre Gedanken, Ideen und Sehnsüchte bleiben uns verborgen – denn wir haben keinen Einlass in ihrer Welt von morgen. Platz machen, also, deshalb müssen wir gehen, deshalb gehen wir. Diese Vorstellung erhellt heute meinen Tag. Später irgendwann, wenn meine Zeit des Abschieds naht, ist sie mein Wegweiser. Ich gehe in Harmonie mit dem großen Ganzen, der Sonne und dem Mond entgegen. Auf dem Weg dorthin schaue ich kurz zurück – und lächle. Habe ich Fragen an das, was hinter dem Vorhang liegt? Vielleicht sollen wir die Antworten nie wissen – nur erahnen, erträumen, damit unsere Suche nach den Geheimnissen des Daseins uns bis zum Horizont der Ewigkeit führt. Auf der anderen Seite angekommen, löse ich mich auf, ins Nichts. Oder?

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin



Von Liebe getragen

In den siebziger Jahren sang Hannes Wader »Ja, man wird alt oder auch nicht, mich ärgert, dass ich es nicht weiß. Aber dafür bestimme ich den Tag, an dem ich sterben will ...«, und ich sang damals mit Inbrunst mit.

Diese Liedzeile fiel mir wieder ein, als wir uns bei der Entwicklung unseres neuen Stückes u. a. mit der »Todesart Schweiz«, dem begleiteten Suizid, befassten. Der erste Satz hat sich zunächst erledigt, ich bin inzwischen immerhin 66 Jahre alt geworden, doch stimmt der zweite Satz heute noch für mich?

So bedingungslos würde ich das heute nicht mehr sagen. Bei der ehrenamtlichen Begleitung Sterbender habe ich im Laufe der letzten Jahre kennengelernt, was liebevolle Unterstützung und gute palliative Versorgung leisten können. Doch habe ich auch Menschen in tiefster Not und Verzweiflung

erlebt, und ich weiß nicht, wie ich selbst in solch auswegloser Situation reagieren und handeln würde ...

Und wie würde ich mich wohl verhalten, wenn z. B. meine Frau schwer erkranken und sagen würde: »Ich kann und ich will nicht mehr!«? Ich weiß es nicht.

Ich wünsche mir vor allem, dass sie mir sagen würde, was sie zu tun beabsichtigt – oder, dass sie zum Suizid entschlossen sei. Denn dies nicht gewusst zu haben und plötzlich damit konfrontiert zu sein, dass sie den Freitod gewählt hat, wäre für mich vermutlich wie ein Verrat an unserer Ehe und sicher ungleich schwerer zu verarbeiten, als wenn wir gesprochen hätten – dies thematisieren wir auch in einer Szene unseres neuen Stückes.

Ich wünsche mir, dass ich, mit dem Wunsch nach aktiver Sterbehilfe konfrontiert, die

»Größe« haben werde, mich – trotz des drohenden Verlusts – von der Liebe zu meiner Frau tragen zu lassen, dass ich bei allen möglichen Vorbehalten mit ihr sprechen kann, um auch mein Dilemma zu benennen: »Ich will nicht, dass du dich umbringst, und ich will deine Entscheidung akzeptieren, das reißt mich fast auseinander!«

Wie auch immer, ob ich oder ein mir nahestehender Mensch durch Freitod aus dem Leben gehen möchte, ich wünsche mir, mich verabschieden zu können.

Und – dies sind Wünsche, ist alles Spekulation. Ich bin froh, dass mich die Arbeit an dem neuen Stück und natürlich auch die politische Diskussion der letzten Monate mit dieser Frage konfrontiert haben, sodass ich womöglich ein wenig besser darauf vorbereitet bin, falls sie sich stellt.

Ein ehrenamtlicher Mitarbeiter

Gedankensplitter

Wie ich sterben möchte?

»Gute Frage! Ich arbeite zwar als Ehrenamtliche in einem Hospiz, habe aber zu meinem persönlichen Sterbe-Szenario keine konkreten Vorstellungen. Ich erlebe häufig bei alten Menschen, dass sie sich im Laufe ihres Alterungs- und Sterbeprozesses von so mancher Idee oder festen Überzeugung zum Thema verabschieden mussten – Sterben ist einfach nicht planbar. Was ich genau weiß, ist wie ich *nicht* sterben möchte: allein und hilflos, würdelos und leidvoll. Ich hoffe, dass ich mir, wenn es einmal so weit ist, möglichst lange ein großes Maß an Selbstbestimmung erhalten kann.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

»Eigentlich lieber überhaupt nicht, von wollen ist keine Rede! Aber bleiben wir realistisch, es gibt keinen Weg daran vorbei. Ob arm oder reich, dick oder dünn, manchmal zu jung, sehr krank oder einfach alt, wir müssen/dürfen uns von diesem Leben irgendwann verabschieden. Der Zeitpunkt bleibt geheimnisvoll und manchmal beunruhigend. Ein Zenmeister würde sagen: Üben. Üben. Üben. Aber wie macht man das?

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin



»Im ersten Moment kam mir der Gedanke: schnell und schmerzlos. Dann fielen mir die vielen Menschen ein, die im Moment um ihr Leben kämpfen auf der ganzen Welt. Es fällt mir schwer, Worte zu finden, aber ich möchte, wenn ich gehen muss,

ein gutes Gefühl haben, Frieden mit mir und den Menschen, die ich zurücklassen musste. Und ich möchte sagen können, es war ein schönes Leben, trotz allem.

Eine ehrenamtliche Mitarbeiterin

Dankeschön



Angesichts der Coronavirus-Pandemie ist unser Alltag ein anderer geworden. Wir danken unseren Gästen und ihren Zugehörigen, die sich auf unsere Hygiene-

vorschriften einlassen und immer wieder Einschränkungen hinnehmen mussten. Unser Dank gilt aber auch unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbei-

tern, die mit Umsicht und Kreativität ihre Arbeit verrichten und sich trotz allem ihre Fürsorge und Zuwendung erhalten haben.