

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 58 (1987)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Vom Sterbenden lernen, Abschied zu nehmen : Begleitung von Sterbenden  
**Autor:** Amez-Droz, M.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-810611>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Begleitung von Sterbenden

Von Pfarrer M. Amez-Droz \*

Meine Einführung ins Thema «Tod, Sterben, Sterbebegleitung» beginne ich mit einer Märchenanekdote der Brüder Grimm. Dass die kurze Geschichte in einer Zeit geschrieben ist, als es noch keine Zahnprothesen gab, und dass die Bilder nicht reibungslos in unsere Zeit passen, möge Sie nicht stören. Es geht um Grundsätzliches, bestehend in der Annahme, dass das Thema «Tod» verwoben ist mit dem Thema «Leben», dass über den Tod nachzudenken immer bedeutet, nach dem eigenen Leben zu fragen.

Das Märchen lautet so:

«Als Mensch und Tier erschaffen wurden, gewährte Gott jeder Kreatur eine Lebensdauer von dreissig Jahren. Esel, Hund und Affe erhoben Einspruch gegen diese Vorsehung: Dreissig Jahre erschienen ihnen qualvoll lange. Sie wollten abkürzen und gingen mit diesem Anliegen zum Schöpfer. Der hatte ein Einsehen. Er gewährte dem Esel einen Abzug von achtzehn Jahren, dem Hund erliess er zwölf und dem Affen zehn Jahre. Während die Tiere nun zufrieden waren, war der Mensch unzufrieden. Er begriff nicht, dass man ein langes Leben mit Hinfälligkeit bezahlen muss, und er forderte mehr Lebenszeit. Der Schöpfer ging auf den Wunsch ein, und des Menschen Jahre wurden um die achtzehn des Esels, um die zwölf des Hundes und um die zehn Jahre des Affen verlängert, und so lebt ein Mensch im Durchschnitt siebzig Jahre. Die ersten dreissig sind seine menschlichen Jahre, die gehen schnell dahin. Ihnen folgen die achtzehn Jahre des Esels: Da wird dem Menschen eine Last um die andere aufgebürdet. Dann setzen die zwölf des Hundes ein – knurrend liegt er in den Ecken und hat kaum mehr Zähne zum Beissen. Die zehn Jahre des Affen machen den Schluss. Der Mensch ist schwach und verwirrt und wird zum Spott der Jungen.»

### Lebensdauer oder Lebendigkeit?

Auch wenn heutige Menschen mit Arbeitgeber und Pensionskasse in Konflikt kämen, wenn sie mit fünfzig zahlos in den Ecken herumliegen wollten: Ein Kern Wahrheit ist in Märchenbildern meist vorhanden. Lassen Sie mich einen Zeitgenossen zitieren, der mit seinen Worten diesen Kern umschreibt, indem er einen Wesenszug des Menschen beleuchtet:

«Für ihn ist Lebensdauer wichtiger als Lebendigkeit. Es geht ihm nur um eines: immer weiter zu leben . . . Aber darum geht es nicht. Sondern darum, wie man jeden Augenblick rückhaltlos lebt . . . Das ist keine Frage der Dauer, sondern eine Frage der Tiefe.»

Diese Worte konfrontieren uns mit einem hart formulierten Gegensatz: Auf der einen Seite *Lebendigkeit*, die aus der Fähigkeit entsteht, den Augenblick rückhaltlos auszukosten, Lebendigkeit, die sich nicht sorgt um den kommenden Tag, Lebendigkeit, die sich so ungebunden im Hier und Jetzt entfaltet, dass die Frage der Lebensdauer schier nebensächlich wird, Lebendigkeit, für die in erster Linie die voll ausgeschöpfte Gegenwart zählt. Auf der anderen Seite das pure Gegenteil: Anhaltende *Lebensdauer*, die aber nicht Ausdruck intensiver Lebendigkeit ist, sondern eher ein mühevolleres, inhaltsleeres Kreisen, das kein Ende findet.

Ich nehme an, wir alle begegnen diesem Gegensatz im eigenen Leben: Phasen, Augenblicke, in denen wir ungetrübt eine vibrierende Lebendigkeit empfinden, daneben unbefriedigendes Hängenbleiben im Kreise ungelöster Probleme und Lebensverhältnisse.

Aber verschärft treffen wir auf den Gegensatz zwischen Lebendigkeit und Lebensdauer bei unserer Arbeit mit Alterspatienten. Es vergeht kaum ein Tag, ohne dass wir von einem Heimbewohner hören: «Das isch kes Läbe meh!» – Wenn diese Worte aus dem Mund eines Patienten kommen, der sich selbst bemitleidet, können sie wie ein Vorwurf anmuten: «Es isch kes Läbe meh, und du luegsch eifach zue. Mach ändlich öppis dergäge!» Sind die Worte als Anklage gemeint, mögen wir ein schlechtes Gewissen bekommen, oder wir stumpfen nach der zehnten Wiederholung unweigerlich ab.

Aber oft ist der Ausspruch «Das isch kes Läbe meh» kein Ausdruck von Selbstmitleid, sondern echte Wiedergabe einer Zwickmühle, in der sich der Patient befindet. Lebendigkeit, Energie, Unternehmungslust sind dahin, und was an Lebensdauer bleibt, empfindet er oft als Kreisen, das er am liebsten unterbrechen möchte, über das er aber so wenig Macht hat wie über seine schwindende Lebenskraft. Er fühlt sich einem Leben ausgeliefert, das für ihn an Interesse und Lebendigkeit eingebüsst hat, und er fühlt sich ebenso sehr einem Tod ausgeliefert, der sich unter Umständen Zeit lässt und kommt oder nicht kommt, wie es ihm passt. Patienten in dieser Zwickmühle leiden darunter, weder dem Leben mehr einen Sinn abzugewinnen, noch in der Lage zu sein, sterben zu können. Es gelingt ihnen weder zu leben noch zu sterben.

Aber der Gegensatz zwischen spontaner Lebendigkeit und bloss oberflächlicher Lebensdauer ist nicht nur das Problem des einzelnen und des betagten Menschen, der Zwiespalt scheint ein spezielles Problem unserer Zeit zu sein; nämlich, indem, wie ein weiterer Zeitgenosse schreibt, in unserer Gegenwart «die Sicherung des materiellen Überlebens Vorrang hat vor der Entfaltung der Person . . .» – Diese Worte enthalten eine Kritik am Geist unserer Zeit. Sie besagt, dass heutiges Bestreben um Sicherheit so einseitig ausgeprägt ist, dass die lebendige

\* Pfarrer M. Amez-Droz hielt den hier im Wortlaut wiedergegebenen Vortrag an einem heiminternen Weiterbildungskurs für die Pflegeabteilung des Kantonalen Krankenhauses Wülflingen in Winterthur.

# Weltweite Spitze: die Igeho 1987 in Basel.

**Basel, 19.–25. November 1987:** So vielfältig die Branche ist, so einhellig sind die Meinungen über die Igeho: es gibt kein vergleichbares Ereignis, das dieser internationalen Fachmesse für Gemeinschaftsverpflegung, Hotellerie und Restauration das Wasser reichen könnte. Was sind die Gründe dafür?

**... die Qualität der Igeho.** Die Igeho bietet seit jeher aktuellste Information über das gesamte Produktspektrum der Branche. Sie bietet dem Fachbesucher alles, vom Rohmaterial bis zum fertigen Produkt, von der Küche bis zum Management, vom Service bis zur Schulung, von der Technik bis zur Verwaltung – insgesamt 18 Sektoren klar gegliedert. Alle massgebenden Berufsverbände und -organisationen sind mit Informationsständen vertreten. Und ein elektronisches Besucher-Informationssystem zeigt Ihnen computerschnell, wo Sie was finden. Der persönliche Kontakt zwischen den erwarteten 80 000 Besuchern und den über 700 Ausstellern mit

vertretenen Lieferwerken aus 30 Ländern sowie der Erfahrungsaustausch unter Berufskolleginnen und -kollegen stehen mit im Vordergrund. Einen wichtigen Beitrag hierzu leisten auch die Begleitveranstaltungen und Sonderschauen. Zum Beispiel:

**... die Igeho-Tech 87.** Thema dieser Sonderschau ist die Rationalisierung auf allen Ebenen der Gastronomie, Hotellerie und Gemeinschaftsverpflegung. Von der Planung und Produktion bis zur Administration und Entsorgung. Praxisgerechte Präsentationen und innovative Lösungen zeigen, wie's besser weitergehen kann.

**... Infotel 87.** Der Computer ist in Hotellerie und Tourismus längst nicht mehr Gast, sondern unverzichtbarer Mitarbeiter im täglichen Betrieb. Die Sonderschau «Infotel» widmet sich ausschliesslich diesem Thema. Sie zeigt die heutigen Einsatzbereiche der EDV und informiert Sie über den neuesten Stand der Systeme und Anwenderprogramme.

**... der Salon Culinaire Mondial** mit internationalem Kochkunstwettbewerb. An der Igeho 87 blanchieren, sautieren, tranchieren, arrangieren und brillieren während 7 Tagen 14 Nationen um Gold, Silber und Bronze. Alles im Rahmen des «2. Salon Culinaire Mondial» mit internationalem Kochkunstwettbewerb. Das muss man erlebt haben! Über 1200 eingeschriebene Teilnehmer aus über 25 Ländern, die mit Messern, Kellen, Kasserollen, Sautereusen und Taschenrechnern um die begehrten Medaillen kämpfen. Die Meisterleistungen dieser Kochkünstler können Sie nicht nur begutachten, bestaunen oder kritisieren, sondern zum Teil auch geniessen: im «Restaurant des Nations» (siehe Tabelle).

*Die Igeho 87 steht also während sieben Tagen im Mittelpunkt des Interesses. Da werden auch Sie erwartet!*

## Salon Culinaire Mondial: 14 Nationalmannschaften im Einsatz.

	Ausstellung Kochkunstschau	Restaurant des Nations Warme Küche
Donnerstag, 19. Nov.	Kanada und Österreich	Italien und Dänemark
Freitag, 20. Nov.	Malaysia und Jugoslawien	BRD und Schweiz
Samstag, 21. Nov.	Italien und Dänemark	Singapur und USA
Sonntag, 22. Nov.	Luxemburg und Ungarn	Kanada und Österreich
Montag, 23. Nov.	BRD und Schweiz	England und Holland
Dienstag, 24. Nov.	Singapur und USA	Malaysia und Jugoslawien
Mittwoch, 25. Nov.	England und Holland	Luxemburg und Ungarn



## IGEHO 87 BASEL/SCHWEIZ 19.–25.11.1987 2. SALON CULINAIRE MONDIAL

12. Internationale Fachmesse für Gemeinschaftsverpflegung, Hotellerie und Restauration und Weltkochschau mit internationalem Kochkunstwettbewerb. In den Hallen der Schweizer Mustermesse Basel. Täglich von 9 bis 18 Uhr. Information und Katalog: Igeho 87, Postfach, CH-4021 Basel/Schweiz

Entfaltung der Person darunter leidet und zu kurz kommt. In der Tat: Noch zu keiner Zeit war in unseren Breitengraden das materielle Überleben so gesichert wie heute, und ob sich das auf unsere innere Lebendigkeit fördernd oder hemmend auswirkt, ist eine berechnete Frage. Wie dem auch sei, wir kommen nicht um die Feststellung herum: Am Ende der materiellen Sicherungskette, die heute das Überleben garantiert, steht das *Pflegeheim* als Institution. Inwiefern hier die Sicherung eines möglichst langen Lebens auf Kosten von lebendiger Entfaltung den Vorrang hat, inwiefern wir Mitarbeiter eines Krankenhauses unseren Patienten lediglich zu materiellem Überleben verhelfen statt zu einem sinnvollen letzten Lebensabschnitt: Diese Frage muss wohl immer und nicht nur, wenn es ums Thema Leben und Sterben geht, aktuell bleiben.

#### «Er starb alt und lebenssatt»

Ich habe auf verschiedenen Ebenen vom Gegensatz zwischen sich entfaltender Lebendigkeit gesprochen und von einer Überlebensdauer, die kein Ende findet. Ich hoffe, Sie werden die *déformation professionnelle* hinnehmen, wenn ich in diesem Zusammenhang zwei biblische Beispiele heranziehe, in denen dieser Gegensatz überwunden wird.

Über Abraham und Hiob steht am Ende ihres Lebens der zusammenfassende Satz: «Er starb alt und lebenssatt.» «*Lebenssatt*» bedeutet zweierlei: Der Zeitpunkt des Sterbens war genau richtig. Mehr Dauer wäre zuviel, weniger zu wenig gewesen. Aber «lebenssatt» bedeutet auch: Ein reich erfülltes Leben ist abgeschlossen. Satt in bezug auf die Zeitspanne und satt an voll ausgekostetem Leben sind beide gestorben. Im Falle eines Hiob mag «lebenssatt» befremden. Wir wissen ja: Eine Hiobsbotschaft ist eine Katastrophenmeldung, und Hiob waren Katastrophen auferlegt. Zwar kannte Hiob auch ausgiebiges Glück: Eine zahlreiche Familie und Reichtum aus einer grossen Habe an Vieh waren sein eigen, und er liess es sich lange Zeit gut gehen. Innerhalb einer Viertelstunde machte jedoch eine Unglücksbotschaft um die andere diesem Leben eines glücklichen Mannes ein Ende. Die Viehbestände waren von Blitzen getroffen oder von feindlichen Scharen geraubt, die Angestellten und Knechte bei Über- oder Unglücksfällen ums Leben gekommen, ebenfalls getötet alle Söhne und Töchter. Eine schreckliche Krankheit zehrte Hiobs Leib auf, und durch neununddreissig Kapitel zieht sich eine Kette aus Schreien der Verzweiflung, aus Hader mit dem Schicksal, aus Ringen mit sich selbst. Und am Schluss lesen wir über den gleichen Hiob: «Er starb alt und lebenssatt.»

Abraham hat neben überwältigendem Glück nicht weniger heftige Erschütterungen ertragen. Nachdem er bis ins Alter auf einen Nachkommen gewartet hatte, war er wenige Jahre später nach einer nächtlichen Vision mit seinem einzigen Sohn Isaak unterwegs, um ihn an einer Schlachttstätte als Opfer dazubringen. Wie ist es möglich, dass auch sein Leben unter dem abschliessenden Motto steht: «Er starb alt und lebenssatt»?

Um eine Antwort zu geben, kann man sich verblüffenderweise der Worte eines modernen Psychologen bedienen, als lägen keine Jahrtausende dazwischen. Das Ziel heutiger Psychotherapie ist ein lebendiger Mensch, «fähig, die Lüste und Schmerzen, die Freuden und Sorgen des Lebens voll zu erfahren». – Die erwähnten alttestamentlichen

Väter waren für das Leben, und das heisst: sie waren für die Erfahrung von Glück und Schmerz rückhaltlos offen. Glück, das ihnen gegönnt war, konnten sie annehmen und unbefangenen geniessen; aber auch Schmerz hatte Platz in ihrem Erleben und durfte voll zum Ausdruck kommen, wo er ihnen begegnete.

#### Das bedingungslose Ja zum Leben

War das bedingungslose Ja, das sich beide immer wieder abgerungen haben, war ihr Ja zum Leben und zu sich selbst die Ursache, dass sich für Abraham und Hiob das Schicksalsblatt später wieder wenden konnte? Nach durchgestandenen Prüfungen kam Hiob neu zu Besitz, nochmals wurden ihm Söhne und Töchter geboren, und umringt von seiner Familie und versöhnt mit dem Schicksal starb er «alt und lebenssatt». Auch Abraham, der zum Äussersten bereit war, musste zuletzt seinen Sohn nicht hergeben, erlebte dessen Aufblühen, und alt und lebenssatt starb auch er.

Diese Beispiele geben uns einen Hinweis, der vielleicht nicht nur für die biblischen Väter, sondern für uns Menschen im allgemeinen gilt. Ein Leben, das in Glück und Leid, in Höhen und Tiefen mit wachen Sinnen und mit einem bedingungs- und rückhaltlosen Ja geführt, erlitten und ausgekostet wird, dieses Leben findet offenbar seinen natürlichen Abschluss zum richtigen Zeitpunkt: «Er starb alt und lebenssatt.» Oder kurz und bündig gesagt: *Wer voll gelebt hat, kann auch sterben.*

Wenn diese provozierende Behauptung zutrifft, dann bedeutet das umgekehrt: Es ist nicht gelebtes Leben, es ist die Unfähigkeit, «die Lüste und Schmerzen des Lebens voll zu erfahren», es ist unerledigter Ballast, der uns daran hindert, zu einem Lebensabschluss zu kommen, bevor unser Dasein überfällig wird.

Ich sehe einen Patienten vor mir, der immer wieder davon spricht, gar nicht mehr am Leben zu hängen, der sich wünscht, der Tod wäre längst gekommen. Aber obwohl über die fünfundneunzig, macht der Mann kaum den Eindruck, als ob es ans Sterben ginge. Das Dasein hier im Heim ist für ihn wenig befriedigend; Menschen, die mit ihm in Verbindung stehen, hören aus seinen manchmal empörten Äusserungen übereinstimmend die unausgesprochene Botschaft: «Ich bekomme nicht was ich brauche, ich komme zu kurz.»

Wenn dieser Patient aus seiner Kindheit erzählt, taucht als wichtiges Ereignis immer wieder der frühe Tod des Vaters auf, ein Einschnitt im Leben des Fünfjährigen, der alles veränderte. Nach eigener Darstellung lebte die vaterlose Familie fortan am Rande des Existenzminimums, und für die Kinder bedeutete dies: am Rande der Unterernährung aufzuwachsen. Die mangelnde Widerstandskraft aufgrund von ungenügender Ernährung wurde nach Ansicht des Patienten zur Ursache für lebenslange Kränklichkeit, nicht ohne eine Reihe von operativen Eingriffen.

Und da war noch der gewalttätige Lehrer, der sich erlauben konnte, vaterlose Kinder ungestraft hemmungslos zu schikanieren und zu missachten. Die Botschaft, die unausgesprochen durch die Kindheitserinnerungen klingt, ist schon zu diesem frühen Zeitpunkt dieselbe: «Ich kriegte

nicht, was ich gebraucht hätte, ich kam immer zu kurz.» Tatsächlich: Als Kind musste dieser Mensch Verzichte und Erniedrigungen erfahren, er kam zu kurz. Denn das Kind braucht einen Vater, der es schützt. Aber der Patient ist dieses bohrende Gefühl, im Leben zu kurz zu kommen, sein Leben lang nicht losgeworden; es hat ihn begleitet bis ins Alter. Heute beschwert er sich über mangelhafte Pflege und Verpflegung. Er gehört zu den Patienten, denen es das Pflegepersonal nie recht macht. Und dieser Patient kann nicht sterben. Aber wie sollte ein Mensch lebenssatt sterben können, wenn das früh eingeprägte Gefühl: «Ich komme zu kurz» nicht erledigt ist, wenn diese Wunde noch immer brennt, wenn dieser Mangel immer noch im Vordergrund steht, ohne dass der Patient die Ursache kennt? Das unerledigte Gepäck früher Enttäuschungen hat ihn daran gehindert, in voller Lebendigkeit zu leben, und darum ist Lebenshunger da, der gestillt werden möchte, der aber – und das ist das Tragische – in derart vorgerücktem Alter kaum mehr gestillt werden kann, und es bleibt das Bild einer sich im Kreise drehenden Unzufriedenheit, gegen die manchmal kein Kraut gewachsen ist.

### Sterbebegleitung

Wir vom Pflege- und Betreuungspersonal spüren immer wieder den Zwiespalt zwischen Hunger nach Lebendigkeit, Hunger nach Wärme und zwischen abweisendem Lebensüberdruß im Verhalten unserer Patienten, und es ist ein schwieriger Teil unserer Aufgabe, diesen Zwiespalt zu ertragen.

Wenn die Sterbforscherin *Elisabeth Kübler-Ross* vom Unerledigten spricht, das es bei der Vorbereitung auf den Tod zu erledigen gilt, damit ein friedvolles Sterben möglich wird, dann bezieht sich das Unerledigte auch in ihren Worten auf frühe Eindrücke und Entbehrungen, die im werdenden Menschen innere Wunden oder ein schmerzliches Manko hinterliessen und noch lange nachwirken ins Erwachsenenalter und nicht selten bis ans Lebensende.

Wenn ich in diesem Zusammenhang das Thema «Sterbebegleitung» nur kurz streife, dann können wir, aus nüchterner Distanz betrachtet, von folgender Bilanz ausgehen: Menschen am Ende ihres Lebens, denen es vielleicht schwerfällt, zu sterben, weil noch unerledigtes Gepäck vergangener Tage auf ihnen lastet, weil verborgener Lebenshunger da ist, der auf Erfüllung wartet, aber kaum mehr gestillt werden kann – sterbende Patienten sollen auf ihrem letzten Wegabschnitt von anderen, jüngeren Menschen begleitet werden, die mehr oder weniger, bewusst oder unbewusst, selber beschäftigt sind mit eigenem Unerledigtem, mit ihrer eigenen heimlichen Angst, das Leben könnte vorbei sein, bevor es lebenssatt erfüllt ist. Die Sterbenden erinnern uns an Bedürfnisse und Probleme, die in unserem Dasein noch unabgeschlossen auf uns warten. Vielleicht verspüren wir deshalb einen instinktiven Impuls, uns vor Sterbenden abzuschirmen, uns mit dem Thema «Tod» lieber nicht zu konfrontieren. Aber Sterbende sich selbst zu überlassen, ist keine Lösung.

Ich muss ehrlich gestehen: Ich wäre überfordert, würde ich an mich selbst den Anspruch stellen, einen Sterbenden mit starker Hand zu einem Ende ohne Angst, ohne Schmerz, voll Trost und Frieden zu geleiten. Diese starke Hand, auch wenn ich sie mir wünschte, ist nicht meine Hand.

Denn: Wieviel Angst vor dem Leben und vor dem Tod wohnt in mir selbst? Wieviel Schmerz ist in mir selbst noch unerledigt? Wieviel Frieden und Trost habe ich selber schon gefunden? Bin ich nicht immer selber noch ein Suchender?

### Vom Sterbenden lernen

Nur wenn ich mich von Ansprüchen löse, kann ich ruhig bei einem Sterbenden verweilen. Ich möchte nochmals eine Behauptung wagen. Wenn wir Sterbende begleiten, dann brauchen wir nicht Helfer mit starker Hand zu sein, fähig, die Konfrontation mit dem Tod überlegen zu bewältigen; es genügt, wenn wir als Mitmenschen da sind, die vom Sterbenden lernen möchten – für sich selbst, für das eigene Leben.

Ob der Sterbende von einem mehr oder weniger erfüllten Leben Abschied nimmt: Ich kann am Ende nichts mehr für ihn erledigen. Ich kann anwesend sein, Anteil nehmen, einen Zuspruch geben, ein wenig zärtlich sein. Und ich kann in mich hineinspüren, was dieser sterbende Mensch mir wohl sagen will, das ich von ihm jetzt lernen könnte.

Von einem Sterbenden für mein Leben dazulernen, das heisst, dem Sterbenden Ehre anzutun, und der Sterbende wird für mich zu einem Gewinn. Indem ich in meiner täglichen Arbeit immer wieder sterbenden Patienten begegne, setzte ich mich mit dem Thema «Abschied» auseinander. Der Sterbende nimmt auf seine Weise Abschied oder hat schon Abschied genommen ohne mein Zutun. Vielleicht hat er bereits Neuland betreten – wir wissen es nicht. Er ist weiter als wir. Aber ich selbst: Woran hänge ich ängstlich oder verbissen in meinem Leben, ohne Abschied nehmen zu können? Welches sind *meine* Sorgen, Befürchtungen, Wunschvorstellungen, denen ich hinterher- oder vor denen ich davonrenne? Und ich spüre in der Gegenwart des Todes: Es gibt Wesentlicheres als meine Sorgen, Befürchtungen, meine Wunschvorstellungen. Und langsam – das ist meine Hoffnung – kann ich mich lösen von vielem, was mich innerlich antreibt und einengt, und es gelingt mir mehr und mehr, das Leben anzunehmen so, wie es mir entgegenkommt, und nicht mehr so, wie ich es haben möchte.

*Die Begleitung von Sterbenden mag für die Lebenden Einübung bedeuten in Offenheit für neue Erfahrungen.* Das macht Sterbebegleitung lohnend für uns. Denn: Je mehr Gelegenheiten wir ergreifen, um bewusst Abschied zu nehmen oder Abschied mitzuerleben, um so freier werden wir allmählich vom Gepäck der Vergangenheit, um so freier vom Druck der Zukunft, um so freier für eine Gegenwart, die sich vor unseren wachen Sinnen immer voller entfaltet, um so freier für Lebende und Sterbende. Und meine sich vertiefende Lebendigkeit ist das schönste Vermächtnis, das mir die Verstorbenen hinterlassen. In diesem Sinne möge am Ende unserer Betrachtung über Tod, Sterben, Sterbebegleitung ein Wort von *Martin Buber* in ein Dasein zurückführen, das angesichts des Todes unbegrenzt an Wert und Intensität gewinnt:

*«Es gibt etwas, was man an einem einzigen Ort der Welt finden kann. Es ist ein grosser Schatz, man kann ihn die Erfüllung des Daseins nennen. Und der Ort, an dem dieser Schatz zu finden ist, ist der Ort, wo man steht.»*