

Evi Ketterer

**Geschichten intimer
Beziehungen**

Über das Buch

GESCHICHTEN INTIMER BEZIEHUNGEN erzählt die Geschichten des Lebens anhand der Beziehung von Betroffenen, Angehörigen und einer Pflegefachfrau zu Ende. Es sind intime Geschichten über das Sterben wie es ist, es sind die abgeschlossenen Geschichten von Menschen, die bis zu ihrem letzten Atemzug Mensch geblieben sind. Dieses Buch ist kein Ratgeber für das eigene Sterben und es vermittelt kein Wissen. Die hier erzählten Geschichten mögen dazu anregen, sich den unbeantwortbaren Fragen des Lebens zu stellen und zu sehen, wie andere Menschen damit umgegangen sind, bevor sie starben. Jeder Mensch ist einzigartig und so ist es die Geschichte seines Endes. Dies ist in erster Linie ein Buch über die Würde des Sterbens in unserer Gesellschaft.

Über die Autorin

EVI KETTERER ist diplomierte Intensiv- und Anästhesiepflegefachfrau in der Schweiz; sie besitzt ein CAS-Diplom in Spezialisierter Palliative Care. Seit über 20 Jahren praktiziert sie Buddhismus. Sie studierte kontemplative Sterbebetreuung mit Joan Halifax und leitete später in Los Angeles überkonfessionelle Retreats. Zurzeit arbeitet Evi Ketterer in einem mobilen spezialisierten Palliative-Care-Team, weshalb viele der Geschichten in diesem Buch im häuslichen Umfeld stattfinden. Andere wiederum handeln von der Zeit, als Evi Ketterer als Pflegefachfrau auf der Intensivstation und auf einer akuten Palliativstation arbeitete.

Evi Ketterer

Geschichten intimer Beziehungen

Sterbebetreuung einmal anders erzählt

Jenen gewidmet, von denen diese
Geschichten erzählen und allen
anderen, die mir erlaubten, erlauben
und erlauben werden, das letzte Stück
ihres Weges mit ihnen
zu gehen.



tredition®

www.tredition.de

Impressum

© Evi Ketterer, Affoltern am Albis, 2016

Umschlaggestaltung: Evi Ketterer mit Japanischer Kalligraphie „MON“ (Tor) von Kazuaki Tanahashi

Lektorat Elena Ibello

Verlag: tredition GmbH, Hamburg

978-3-7345-3281-8 (Paperback)

978-3-7345-3282-5 (Hardcover)

978-3-7345-3283-2 (e-Book)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

INHALT

Vorwort.....	9
Einleitung	11
1. <i>Alida, die Würde in Person</i>	13
2. <i>Maria und ihr einzigartiger Arm</i>	17
3. Das göttliche „Ja“ und „Jetzt“ in der Sterbebetreuung.....	20
4. <i>Peter, der Streithahn</i>	24
5. <i>Sophia und die Weisheit der Vergänglichkeit</i>	27
6. <i>Die Liste von Rolf</i>	31
7. Unlösbare Fragen haben	35
8. <i>Franziska oder „Ein jegliches zu meiner Zeit“</i>	37
9. <i>Michael oder nur noch ein paar Tage lieben</i>	41
10. Des Ichs beraubt	45
11. <i>Walter und Irina, Zufriedenheit und Achterbahn</i> ...	47
12. <i>Corinne und Martin, Geduld am laufenden Band</i> ...	51
13. <i>Lucas und Annika, Ratio versus Emotion</i>	55
14. Welches Ich bin ich und welches stirbt?	59
15. Der Sinn des Lebens und die Angst vor dem Tod...	62
16. Der Geist ist willig, aber der Körper ist schwach oder: ALS.....	65

17.	<i>Ulrike, unser Marschall</i>	68
18.	<i>Fatima und Gabriela Sabatini</i>	72
19.	Religiöse Menschen und der Tod.....	76
20.	<i>Arna, meine Glaubensschwester</i>	79
21.	<i>Phirun oder die Kunst der Hingabe</i>	83
22.	<i>Martin und das Himmelstor</i>	85
23.	Religion und Spiritualität	87
24.	Mystische Geschichten.....	95
25.	<i>Stefan will entscheiden</i>	97
26.	<i>Urs, ein Christkind besonderer Art</i>	100
27.	<i>Hans, mein Schätzle</i>	106
28.	<i>Clara gibt ihren Segen</i>	108
29.	„Wenn ich nicht mehr will, will ich nicht mehr wollen müssen“.....	113
30.	<i>Sarah, Silenzio egal ob bei Hochzeit oder Beerdigung</i>	117
31.	<i>Agnes weiß, wann sie nicht mehr will</i>	124
32.	Zwei, die nicht in Schubladen passen.....	128
33.	<i>Franz der Gesellige</i>	128
34.	<i>Beat der Intellektuelle</i>	132
35.	Zu jung zum Sterben.....	135
36.	<i>Damrod, der Schweizer Waldläufer</i>	138
37.	<i>Jozo, unser schöner Muslime</i>	144

38. <i>Marcos Verwandlung</i>	148
39. „Bis dass der Tod euch scheidet.“ Liebe bezeugen	151
40. <i>Karls und Josys vollendete Liebe</i>	153
41. <i>Das Team Silvester und Fatima</i>	159
42. <i>Salita und Thomas, eine Liebe, die nicht sein durfte</i>	164
44. <i>Lucas oder das Ende der Geschichte</i>	167
45. Die Moral von den Geschichten	171
Danksagung	172

VORWORT

Das Thema Sterben löst bei fast allen Menschen ein mulmiges Gefühl aus. Erstens wissen wir nicht, wann es für uns soweit sein wird, zweitens denken wir nicht gern an einen endgültigen Abschied von allem was uns lieb und wichtig ist, und drittens fürchten wir uns vor Leiden und Abhängigkeit in der letzten Lebenszeit. Wir entwickeln Strategien, von denen wir glauben, dass sie es für uns und unsere Liebsten leichter machen, Abschied zu nehmen. Fragt man in unserer Gesellschaft nach, wünscht sich die Mehrheit einen plötzlichen Tod oder nur eine sehr kurze Krankheitszeit. Die Zeit des Sterbens wird vor allem mit negativen Vorstellungen verbunden. Deshalb versuchen wir, das Lebensende mit allen Mitteln zu verhindern oder die Sterbephase durch einen selbstgewählten Tod zu umgehen.

Beinhaltet die Zeit des Sterbens wirklich nur Leiden, Verlust, Vergehen und endgültiger Abschied? Wer sich dem Gedanken an das eigene Sterben verschließt und sich bisher auch nicht auf die Begleitung nahestehender Menschen im Sterben eingelassen hat oder die Gelegenheit nicht hatte, wird dazu neigen, die Frage mit „Ja“ zu beantworten. Kaum jemand glaubt, dass in dieser Phase der zunehmenden Schwäche und Verletzlichkeit ein immenses Potenzial an Tiefe in Beziehungen und Wachstum in der Persönlichkeit liegen könnte.

Es gibt viele philosophische und spirituelle Abhandlungen zum Thema Sterben, theoretische Auseinandersetzungen und dogmatische Aussagen über Wachstum und Reifung. Manchmal interessant zu lesen und doch zu abstrakt für uns als Person. Was in der ehrlichen und authentischen Beziehung zwischen Menschen geschehen, was hinter der lange gehaltenen Fassade der Selbstkontrolle zum Vorschein kommen kann, das lassen uns die „Geschichten intimer Beziehungen“ erfahren. Sie sind eine Schatztruhe von sehr eindrücklichen persönlichen Beziehungen zwischen Sterbenden und ihren begleitenden Mitmenschen und lassen uns teilhaben an berührenden persönlichen Entwicklungen. Begriffe wie Würde, Vertrauen, Kommunikation und Spiritualität nehmen ganz selbstverständlich Gestalt an.

Solche Erlebnisse mit Sterbenden bereichern und beschenken auch mich als Palliativmediziner immer wieder neu. Es ist jedes Mal eindrücklich, wenn das Sterben für einen Menschen und für jene, die ihn begleiten, die Schwere verliert und es zu einem Teil des natürlichen Lebensflusses wird. Danke, Evi, für dein Engagement, für deine Ehrlichkeit und Offenheit, und dafür, dass du uns teilhaben lässt an diesen sehr persönlichen Geschichten und Reflexionen.

Roland Kunz

EINLEITUNG

Ganzheitliche Sterbebetreuung ist keine dualistische Geschichte von Kranken – Pflegenden, Pflegeempfängern – Pflegeanbietern, wissenden Profis – abhängigen Laien. Es ist das Teilen des einen Lebens als Einheit jetzt. Dies ist, wie ich über Sterbebetreuung reden möchte. Daher handelt dieses Buch auch nicht von medizinischen Fakten und möchte nicht als psychologischer oder spiritueller Ratgeber verstanden werden. Es erzählt Geschichten. Es sind die Geschichten von Menschen, die ich begleiten durfte, und die mich gelehrt haben, dass ich auch als Profi ein verletzlicher Mensch bleiben darf. Mehr noch: Wie wichtig es ist, dass ich gerade als Profi ein verletzlicher Mensch bleibe, um wirklich ein guter Profi für die Betroffenen zu sein.

Ich würde gerne die Menschen würdigen, die mich das gelehrt und es mir erlaubt haben, diese intimste Zeit ihres Lebens mit ihnen zu teilen. Darum will ich in diesem Buch erzählen, wie ich die Begleitungen dieser Menschen erlebt habe. Es sind Geschichten von speziellen Beziehungen, kurz, intensiv und sehr intim.

Zwischen einzelnen Geschichten befinden sich manchmal Gedanken oder Reflexionen¹ von mir, die ich mir einfach

¹ Um auch das unabhängige Lesen einzelner Geschichten zu ermöglichen, sind die Geschichten im Inhaltsverzeichnis kursiv gesetzt.

von der Seele schreibe, denn auch ich bin ein Teil dieser intimen Beziehung. Viele dieser Reflexionen haben mich zu der Pflegefachfrau gemacht, die ich bin und die auch solche Gespräche mit den Betroffenen führt. Vielleicht helfen sie auch den Leserinnen und Lesern ein wenig zu verstehen, mit welchen Fragen sich Betreuende, Sterbende und Angehörige beschäftigen. Es ist mir aber ein Anliegen, dass die Menschen, deren Geschichten ich erzähle, im Mittelpunkt bleiben.

1. ALIDA, DIE WÜRDE IN PERSON

Zum Beispiel gibt es da die Geschichte von Alida², die mich endgültig dazu motivierte, darüber zu reden und zu schreiben, wie Menschen in unserer Gesellschaft konkret sterben, was sie beschäftigt, und dass sie bis zum Ende sie selber bleiben dürfen.

Es war ein normaler Besuch bei Alida. Sie saß aufrecht auf ihrem Sessel, mager, wach, darauf bedacht, ihre Würde zu bewahren. Sie hatte ein paar Fragen, die sich alle darauf beschränkten, welche Symptome bestehen oder auf sie zukommen könnten. In der Regel fragte auch ihr Ehemann nur nach solchen körperlichen Aspekten. Ich saß auf dem Sofa und fasste in meinem Laptop das Wenige zusammen, was man in einen Pflegebericht schreibt, als mich plötzlich

² An dieser Stelle möchte ich sagen, dass ich in diesem Schriftstück alle Namen ändere und hauptsächlich Vornamen verwende. Der eine Grund dafür ist der Schutz der Privatsphäre und der Daten dieser Menschen. Auf der Beziehungsebene spreche ich fast niemanden, den ich betreue, mit Vornamen an. Der gegenseitige Respekt drückt sich oft durch die Höflichkeitsform in der deutschen Sprache aus. Nach dem Sterben geschieht in mir oft ein Wandel zum „Du“ im inneren Dialog. Da die Begleitenden immer mit Vornamen von ihren Angehörigen reden, ist es mir dann natürlich, es auch zu tun. Es geschieht nicht absichtlich, aber es ist so für mich stimmig, um den Respekt und die Bezeugung der engen Beziehung zum Ausdruck zu bringen.

von der Seite die fragende Feststellung traf: „Sie sehen sicher viele schwerkranke Menschen?“

Diese Frage kenne ich. Ich weiß mittlerweile, es ist jene, mit der ich getestet werde, ob ich vertrauenswürdig genug bin, sie als ganzen Menschen betreuen und den gemeinsamen Weg bis zu Ende mit ihnen gehen zu dürfen. Es ist die Frage, die testet, ob ich zur intimen Beziehung fähig bin, oder auf der professionellen Halt mache. Ich liebe diese Fragen, weil es so viel Mut kostet, sie zu stellen – vor allem, wenn man krank ist und das dumpfe Gefühl hat, man sei nun in dieser Leistungsgesellschaft nichts mehr wert, entspreche nicht mehr den Normativen von jung, schön und erfolgreich.

Wenn ich in den Augen der Patientinnen und Patienten oberflächlich antworte, – was nicht wirklich ein Versagen ist; es passiert, wenn die Chemie nicht stimmt – dann finde ich, dass ich die Beziehung auch nicht verdient habe. Wenn ich in Alidas Augen versagt hätte, hätte sie sofort die Tür zu einer tiefen Beziehung geschlossen. Sterbende haben nichts zu verlieren.

Manchmal ist eine oberflächliche Antwort auch eine natürliche Art meinerseits, Grenzen zu setzen. Ja, es kostet mich als Betreuende ebenfalls Mut, mich immer wieder auf diese Beziehungen einzulassen, von denen klar ist, sie werden bald enden. Diesen Mut kann man lernen und ich kann mir nicht vorstellen, wie ich anders pflegen könnte. Es ist das Juwel in der Sterbebetreuung für mich, auch wenn die Toten dies nicht mehr bestätigen können.

Die Geschichte mit Alida endete damit, dass ich den Deckel meines Laptops sofort zumachte, ihr in die Augen schaute

und einfach sagte: „Ja.“ Sie fuhr fort: „Das muss schwer für sie sein?!“ Ich antwortete: „Nein. Sie sind ja nicht weniger Mensch, weil sie eine Diagnose haben, an der sie sterben. Vielleicht sogar mehr. Wenn Menschen mit ihrer Verletzlichkeit konfrontiert sind und sie leben, werden manche von ihnen die schönsten Menschen, denen ich je begegnet bin.“ Ich meinte das so und ich liebte es, dass sie mich herausforderte. Sie war eine der würdigsten Menschen die ich traf: schön, offen, klar, obwohl sie todkrank war. Ja, ich war traurig, als sie starb. Aber jenseits der Trauer ist immer die Freude, dass es mir erlaubt war, sie kennenzulernen.

Das ist das Hautpanliegen, welches ich teilen möchte: Ein Mensch ist nicht weniger ein Mensch, weil er unserem Anspruch an Perfektion und unserer Idealisierung dessen, was Leben ist, nicht mehr entspricht (jung, gesund, immer glücklich, wohlhabend, mächtig, angesehen...). Im Gegenteil. Menschsein ist das ganze Bild dessen, was wir sind.

In meinem Werdegang als Mensch musste ich erkennen, wie ich durch meine eigenen versteckten Ängste und durch meine erlernte Agenda Menschen instrumentalisierte. Es war ein langer und auch schmerzhafter Prozess, mich zu öffnen und mich mutig auf die Beziehung einzulassen. Ich bin dankbar für die Menschen, die mich dies lehrten, und mir zeigten, dass nur dadurch eine heilsame Begegnung für alle möglich ist.

Es folgen Geschichten, die ich teilen will, in der Hoffnung, dass sie dem einen oder anderen helfen, Licht auf ihre Ansicht der nur dunklen Seite des Sterbens zu werfen und zu erkennen, dass Krankheit, Sterben und Tod ein wichtiger

Teil vom Leben sind, die vielleicht das größte Potenzial beinhalten, als Mensch zu wachsen. Hauptsächlich aber möchte ich die Menschen in Erinnerung behalten, von denen die Geschichten handeln.

Ich hoffe, das Ziel, mich verbunden zu fühlen, inspiriert so, dass ich der Angst vor dem eigenen Tod mit Liebe und Mitgefühl begegnen lerne. Denn dies ist der Schlüssel zu Liebe und Mitgefühl für jene Menschen, die mir erlauben, mit ihnen zu gehen. Vielleicht geht es der einen oder anderen Leserin ja auch so. Es ist der Mut, ein verletzlicher Mensch zu sein.

2. *MARIA UND IHR EINZIGARTIGER ARM*

Meine persönliche Geschichte mit der deutlichen Erkenntnis, dass ich Menschen pflege und nicht Patienten, begann auf der Intensivstation, wo ich als gut ausgebildete High-tech-Nurse arbeitete. Nun mag man denken, das sei die Hölle des absoluten Ausgeliefertseins. Das ist ein Teil der Wahrheit. Aber auch auf einer Intensivstation arbeiten Menschen, die das Potenzial haben, zu ihrer Menschlichkeit zu erwachen und aus diesem Herzen betreuen. Wenn Sie selbst oder ein Angehöriger einmal dort lagen, können Sie mit absoluter Sicherheit sagen, wer das war.

Ich glaube nicht, dass ich bis dahin unmenschlich war. Das sind die wenigstens, die in der Medizin arbeiten. Nur war ich eben, wie alle anderen Menschen auch, viel mit mir beschäftigt und damit, es gut und richtig zu machen. Ich glaubte wirklich, wenn ich mehr weiß, kann ich besser helfen. Ich hatte einfach noch nicht erkannt, dass das zwar richtig und sehr wichtig für die Sicherheit der Anvertrauten ist, aber in Bezug auf die gesamte Situation höchstens die halbe Wahrheit. Ich identifizierte mich mit meiner Rolle als Pflegefachfrau, sprich, ich definierte mich als Pflegefachfrau, so wie es mir beigebracht worden war.

Den Patienten und Patientinnen geht es nicht anders. Sie sehen sich selbst auch nicht als Mensch in der Beziehung mit einem Menschen an ihrem Krankenbett. Sie definieren

sich als Kranke, die es gut machen wollen zu überleben, oder einen guten Tod zu sterben. Sie identifizieren sich mit ihrer Rolle als Patient oder Patientin. Dadurch entsteht die Beziehung Patient – Betreuende. Das ist ok. Und es gibt das Potenzial, darüber hinauszuwachsen zu der Beziehung Mensch – Mensch.

Maria, wie ich sie nun nennen möchte, war bestimmt 80 Jahre alt, als ich sie kennenlernte. Sie war an der Beatmungsmaschine und es war klar, sie würde auch nicht mehr davon wegkommen, sondern in absehbarer Zeit sterben. In dieser Zeit ist die Beziehung zur Pflegefachfrau zumindest äußerlich sehr intim, da wir alle Körperfunktionen überwachen, sie medikamentös oder maschinell unterstützen oder sogar übernehmen. Dazu gehören die Atmung, der Kreislauf, die Ausscheidung und die Körperpflege. Unsere Gedanken kreisen also unablässig darum, was der andere Körper braucht, so dass er am Leben gehalten wird und gepflegt ist.

Ich wusch Maria an diesem Morgen von Kopf bis Fuß, aufmerksam, auch in einem gewissen Sinn zärtlich, denn das ist das Schöne an der Pflege, die buchstäbliche Berührung eines anderen Menschen. Als ich Marias Arm in meinem hielt, um ihn zu waschen, blieb plötzlich die Zeit stehen. Ihre Haut war faltig, wie es alte Haut ist. Die schlaffen Muskeln ihres Armes ruhten weich auf meinem, als ich ihn hochhob. Mit einem Mal erkannte ich, dass ich einen einzigartigen Arm im Arm hielt. Ein Arm, den es so nie gegeben hatte, nie wieder geben würde und der das ganze, einzigartige Leben im Ausdruck eines Armes vereinte. Nie

würde ich die Lebensgeschichte dieses Armes erfahren, außer durch diese Erfahrung, die ich jetzt machte, indem ich ihn mit aller Liebe, Anerkennung und Würde wusch. Durch diese Erfahrung und diese Anerkennung erfuhr und anerkannte ich die Unfassbarkeit und Größe des Lebens.

Nichts wusste ich über den Arm, der morgen sterben würde, aber es war der Arm eines Kindes, welches einst im Sand gespielt hatte; der Arm einer erwachsenen Frau, die ihren Mann liebte und später ein oder mehrere Kinder an die Brust genommen hatte, um sie zu nähren; ein Arm, der hart gearbeitet hatte, um zu überleben, der sicherlich das ein oder andere Mal unabsichtlich verletzt worden war, was Wunden und Narben hinterließ; es war der Arm, durch den morgen kein Blut mehr fließen und der sich daher auflösen würde im Tod. Marias Lebensarm.

Wie angewurzelt stand ich da und erkannte, dass dieser Arm ein Wunder des Lebens war, schaute in Marias Gesicht und erkannte, dass sie ein Wunder des Lebens war und erkannte auch plötzlich, dass ich ein Wunder dieses Lebens bin. Wenn wir es zulassen können, dann darf ein Wunder dem anderen begegnen.

Das zu lernen, realisierte ich, wollte ich mich auf den Weg machen. So habe ich es gemacht und danke Maria, dass sie mich dafür aufgeweckt hat. Vielleicht ist ja auch sie an ihrer Beatmungsmaschine zum Gleichen erwacht. Mit Dankbarkeit und liebevoll denke ich noch heute an sie. Wie wenig wissen wir doch über das Leben und seine Wunder?

3. DAS GÖTTLICHE „JA“ UND „JETZT“ IN DER STERBEBETREUUNG

Seit ich begann, Erlebnisse oder Begegnungen mit Menschen im Sterben aufzuzeichnen, frage ich mich: Warum? Warum will ich so über das Sterben und den Tod reden, auf diese Art, die ich nicht kenne, die mir Sorgen macht, ich könnte etwas preisgeben, was einmalig war und die auch meine eigene Verwundbarkeit an den Tag bringt?

Nächste Woche gehe ich zum fünften Mal nach Polen, um am fünftägigen internationalen, interreligiösen Retreat in Auschwitz teilzunehmen. Das ist jeweils eine Zeit, in der ich sehr dünnhäutig und dadurch auch sehr offen bin. Vielleicht ist es eine ähnliche Zeit, wenn ich nun „meine“ Geschichten der Sterbebetreuung erzähle – eine Zeit des Nicht-Wissens, der Verletzlichkeit und dem Verlust einer künstlich erhaltenen Kontrolle. Daher handeln diese Erzählungen auch von dem, was mich das Bezeugen in Auschwitz und das Bezeugen in der Sterbebegleitung lehrt. Das erkannte ich, als ich heute in *AschePerlen* (S. 58ff) las, dass Rabbi Don Singer dem Dichter Peter Levit den geheimen Namen Gottes als „Ja“ und „Jetzt“ verriet. Das „Ja“ und „Jetzt“ ist, was ich mit den Sterbenden erlebe, wenn ich mit ihnen zusammen bin.

Die Zeit des Sterbens, die ich mit „Nicht-Wissen, Verletzlichkeit und Kontrollverlust“ charakterisiere, macht auch mir primär Angst. Das ist gut und natürlich, denn nur die