Mitteilungen der Hospiz-Gruppe »Albatros« Augsburg e.V.

FLUGPOST

Ausgabe Juli 2023

THEMA ABSCHIED

In dieser Flugpost haben wir uns in einem großen Ausmaß dem Thema Abschied gewidmet.

Beim Thema Abschied von Verstorbenen erleben wir große Veränderungen und viele neue Denkweisen. Alte Rituale werden manchmal als sinnentleert empfunden, neue sind am »sich entwickeln«. Es entsteht viel Neues und Individuelles, Buntes und Vielfältiges.

Auch der Artikel über einen Seminarabend von Ursula Hahn-Seidel – »Und, schon einmal über die eigene Beerdigung nachgedacht?« – ist sehr informativ und nachdem der Seminarabend voll besetzt war, wollen wir hiermit die Information über die Flugpost vielen zukommen lassen.

In unserer Trauergruppe für Kinder und Jugendliche war Franz Guggenberger mit afrikanischen Trommeln. Das war ein ganz besonderes Erlebnis für alle und hat den Kindern so gut gefallen und gut getan!

Und ein Stück Abschiedsschmerz steckt für uns auch in dem Schreiben von Max Schneller, unserem IT-Berater. Zwar noch nicht akut (da sind wir sehr dankbar), aber so langsam denkt er daran, sich zurückzuziehen. Max Schneller steht uns seit Jahrzehnten mit seinem Wissen und seiner Professionalität zur Seite – unaufgeregt, immer freundlich und geduldig mit den technisch etwas Unbegabteren. Danke! für dein Verständnis und deine große Treue zum Albatros. Auch, dass du uns noch zur Seite stehst bis Ersatz gefunden ist.

Eine neue Form des Abschiednehmens vom Leben wird auf uns zukommen bzw. ist schon da: »Die Debatte um neue gesetzliche Regelungen zur Suizidbeihilfe hat wieder Fahrt aufgenommen. Die Gruppen um die Grünen-Politikerin Renate Künast und die FDP-Politikerin Katrin Helling-Plahr, die sich in den vergangen beiden Jahren für liberale Regelungen einsetzten, haben jetzt ihre Gesetzespläne zusammengeführt. Damit wollen sie bei einer Entscheidung im Bundestag, ihre Chancen gegenüber den Anhängern, eine restriktiveren Linie um den SPD-Politiker Lars Castellucci erhöhen.« (Zitat Deutsches Ärzteblatt 6/23)

Die Schlussabstimmung für eine Neuregelung der Suizidbeihilfe soll noch vor der Sommerpause erfolgen. In vielen Gremien wird dieses Thema intensiv und oft auch emotional geführt. Gerade die Hospizvereine, aber auch die palliativen Einrichtungen sind ja in großem Ausmaß damit konfrontiert. Ich erlebe diese Diskussionen als sehr bereichernd, sehr ehrlich und auch immer wieder eine gewisse »Zerrissenheit«, wenn man sich in die Rolle des Angehörigen versetzt, seine eigenen Wünsche reflektiert und das in Einklang bringen möchte mit Richtlinien und starren Vorgaben.

Für unsere Arbeit beim Albatros heißt das bestimmte Rahmenbedingungen zu setzen, im großen Respekt vor der Individualität der Menschen. Manches wird klar zu regeln sein, aber ich denke, wir sollten es wagen auch mal wegzugehen vom »schwarz-weiß« Denken und akzeptieren, dass unser Lebensende nicht »durch-regulierbar« ist, sondern dass es Grauzonen geben wird. Wie bei so vielen anderen Bereichen auch.

Möglichst wenig Vorurteile und viel Offenheit und vor allem auch die Liebe zu unserem Nächsten werden uns dabei helfen.

Renate Flach

Renate Flach

Inhalt:

Veränderte Abschiedskultur	Seite 2
Gedanken zu meinen Beerdigungsansprachen	Seite 3
So individuell, so würdig und so authentisch wie möglich endgültig Abschied von den Liebsten nehmen	Seite 3
Und, schon mal über die eigene Beerdigung nachgedacht?	Seite 4
Afrikanisches Trommeln als Trauerbegleitung	Seite 5
IT-Administration bei der Hospiz-Gruppe	Seite 6

Impressum:
Herausgeber: Hospiz-Gruppe »Albatros« Augsburg e.V., Völkstraße 24, 86150 Augsburg, Telefon 0821/38544, Telefax 0821/158878, verantwortlich i.S.d.P.: Renate Flach

VERÄNDERTE ABSCHIEDSKULTUR

Früher kannten wir ausschließlich den Gottesdienst zur Beerdigung und die Erdbestattung. Das hat sich bis heute sehr verändert und wir nehmen vermehrt wahr, dass sich die Menschen ganz individuell für unterschiedliche Formen des Abschiednehmens und der Bestattungsform entscheiden.

Nach wie vor werden die kirchlichen Rituale genutzt, aber oft wird auch ein Trauerredner beauftragt oder die Familien gestalten den Abschied selbst. Als Bestattungsform kennen wir nach wie vor die Erdbestattung. Aber zunehmend stellen wir fest , dass die Urnenbestattung deutlich häufiger wird. Und gar nicht so selten wird eine anonyme Bestattung der Urne gewünscht.

Das alles hat sehr unterschiedliche Gründe, die wir nicht bewerten wollen. Wir unterstützen die Angehörigen, ihre Vorstellungen zu formulieren, um für sich den Weg zu finden, der für sie am ehesten gehbar ist.

In den folgenden beiden Artikeln berichten der evangelische Pfarrer Peter Thorn und die Trauerrednerin Renate Baumiller-Guggenberger von ihrer Gestaltung eines Abschiedsrituals.

Renate Flach

*Die wunderbare „Baumfrau“ („Tree of life“) entdeckte und fotografierte Renate Baumiller-Guggenberger 2019 in Lucca auf der Stadtmauer. Die Skulptur ist ein Werk des italienischen Künstlers Andrea Roggi (*1962), der eine ganze Reihe öffentlicher Kunstwerke in Italien – hauptsächlich in der Toskana und Umbrien – und im Ausland schuf. Mehr Info zu seinem “Lebensbaum” www.andrearoggi.it*

Foto: Renate Baumiller-Guggenberger

Gedanken zu meinen Beerdigungsansprachen

Wenn ich als Pfarrer um die Gestaltung einer Trauerfeier gebeten werde, bitte ich zunächst um ein Gespräch mit den Trauernden. Ich möchte etwas erfahren über ihre Beziehung der Trauernden zu dem/der Verstorbenen und biografische Daten aus dessen/deren Leben. Dadurch ergibt sich für mich Wesentliches für die »Klangfarbe« der Abschiedsfeier.

Ich rechne bei Trauerfeiern mit einer großen Bandbreite der Gefühle: von tieftraurig bis entlastet von einem langen Leidensweg. Ich werde also vorsichtig sein, vom Leben als dem Geschenk eines liebenden Gottes zu reden, wenn Verstorbene und auch Trauernde lange Zeit von Schmerzen und Leid gequält waren. Aber ich kann von einem Gott reden, dem selbst Leid und Schmerz nicht fremd sind. Die biblischen Texte sind nicht frei von Klage und der Bitte um Erlösung von Qualen. Dennoch im Leiden nicht allein gelassen zu sein ist das tröstliche Angebot meines Glaubens. Das Kreuz steht dafür als deutliches Symbol.

Freilich hoffe ich, in jedem Leben Momente des Glücks und auch des Erfolgs entdecken zu können. Denn ich glaube, dass wir Menschen Geschöpfe eines guten Gottes sind, der uns im Leben begleitet. Das hilft uns, dankbar zu sein für die Augenblicke, in denen uns die Größe und Schönheit unserer Welt berühren, in denen uns die Liebe eines Menschen begegnet. Immer wieder werden wir durch unsere Gefühle auf Göttliches in unserem Leben angesprochen: Zuwendung trotz meiner Fehler, Annahme und Großmut trotz meiner Schwächen. Das alles wird uns in der Gestalt Jesus von Nazareth vor Augen gestellt. Es ist die Botschaft einer finalen Erlösung, die auch den Tod überwindet.

Als letztes Bild steht mir eine Festtafel vor Augen, an der alle miteinander versöhnt feiern, wie es in der Feier des Heiligen Abendmahls immer schon angedeutet war.

Peter Thorn

Peter Thorn, evangelischer Pfarrer i.R.

So individuell, so würdig und so authentisch wie möglich endgültig Abschied von den Liebsten nehmen

Immer mehr Menschen entscheiden sich für eine Trauerfeier, in der sie von einer professionellen Trauerrednerin begleitet werden. Unsere Hospizbegleiterin Renate Baumiller-Guggenberger nennt ihre Website »Für Trauernde sprechen«. Wir haben sie um einen kleinen Beitrag zu ihrer Tätigkeit und ihren Erfahrungen gebeten.

»Jeder Mensch ist einzigartig; ebenso individuell sollte auch der Abschied von ihm sein.« Von dieser Haltung, dieser Überzeugung geleitet, begann ich während Corona meine Tätigkeit als Trauerrednerin, für die ich meine bisherigen beruflichen Kompetenzen als Dramaturgin, systemischer Coach, Kulturredakteurin und insbesondere als Redenschreiberin im Augsburger OB-Referat mit den Erfahrungen im Hospizbereich verbinde.

Warum aber engagieren Angehörige überhaupt eine Trauerrednerin? Was wünschen sie sich, was zeichnet eine gute Trauerrede aus, wie kann ich als Außenstehende den Verstorbenen und den Familien gerecht werden, wo liegt mein Beitrag, um zu einer würdevollen Trauerfeier beizutragen?

Meist würden die Trauernden am liebsten selber über den geliebten Menschen sprechen, sind aber unsicher, ob sie das können. Sie fürchten, von den eigenen Gefühlen überwältigt zu werden. Beim persönlichen, mindestens zweistündigen Gespräch mit den Hinterbliebenen stehen zwei Fragen im Fokus: »Was würde dieser Mensch nach seinem Tod über sich erzählt wissen wollen?« und »Was könnte denjenigen Trost spenden, die zusammenkommen, um sich endgültig von ihm zu verabschieden?« Daran orientiere ich mich, um den passenden »Ton« (viele Hinterbliebene wünschen sich z.B. ganz wenig Pathos!), die richtigen Worte für die ca. 20-minütige Rede zu finden, die ich dann zuhause schreibe und später bei der Trauerfeier vor den Hinterbliebenen halte.

Das fällt natürlich leichter, je mehr »Fakten«, je mehr erzählte Erinnerungen und prägende Lebensmomente mir erzählt werden. Oft ist das, was zwischen den Zeilen, was nonverbal, emotional ausgedrückt wird, das Wesentliche; mal helfen viele »Stimmen« und Bilder, manchmal staune ich, dass selbst nach 60 Jahren Ehe kaum etwas über den/die eigenen Partner*in erzählt werden kann. Somit ist Empathie samt guter Menschenkenntnis ebenso wie die Fähigkeit, behutsam mit Menschen in Trauer umgehen zu können die Voraussetzung für meine Arbeit. Nur so erfahre ich das, was für das Schreiben einer individuellen, gut formulierten und im besten Fall ein wenig Trost spendenden Trauerrede nötig ist.

In Einzelfällen sind die Hinterbliebenen ziemlich ratlos, was den gewünschten Ablauf der Abschiedsfeier an der letzten Ruhestätte betrifft. Da berate ich dann gerne, um ein authentisches Abschiedsritual zu gestalten und damit der Trauerfeier über die Rede hinaus mit Elementen wie z.B. der stimmigen Musik die gewünschte Atmosphäre zu schaffen.

Renate Baumiller-Guggenberger

Renate Baumiller-Guggenberger

UND, SCHON MAL ÜBER DIE EIGENE BEERDIGUNG NACHGEDACHT?

Genau diese und viele weitere Fragen stellte Ursula Hahn-Seidl am Abend des 10. Mai bei einem Seminar, organisiert durch die Hospiz-Gruppe »Albatros«.

Kristin Thorau

Sicher denkt man ab einem gewissen Alter darüber nach, spätestens dann, wenn man wieder jemanden loslassen muss. Dabei schwingt immer die Frage mit: War die Feier auch im Sinn der verstorbenen Person?

Nach den Berichten der Teilnehmenden gibt es offensichtlich positive wie auch negative Trauerfeier-Erfahrungen. Um sicher zu gehen, gab die ausgebildete Sozialpädagogin und Trauerbegleiterin Hahn-Seidl Impulse um das »Letzte Fest« selbst zu gestalten: Eine Beerdigung ist eine persönliche Entscheidung, und es gibt keine »richtige« oder »falsche« Art und Weise, sie zu gestalten. Für die Gedanken zu eigenen Wünschen und Vorstellungen und um sie mit Angehörigen oder einem Bestattungsdienst zu besprechen, sollte man sich Zeit nehmen, um Unterstützung und Informationen zu erhalten.

Es beginnt bei der Bestattungsart: Zu überlegen ist, ob eine Beerdigung, eine Einäscherung oder eine alternative Bestattungsform wie eine natürliche Bestattung oder eine Seebestattung bevorzugt wird. Dabei spielen persönliche Vorlieben aber auch kulturelle oder religiöse Traditionen eine Rolle.

In Deutschland besteht eine Beisetzungspflicht sowie der Friedhofszwang. Dieser beinhaltet in einigen Ländern auch die Bestattung in einem Friedwald. Man darf den Sarg jedoch weder im Garten vergraben noch eine Urne zu Hause aufbewahren. Das Bestattungs- und Friedhofsrecht ist Ländersache. Dieses legt z.B. fest, innerhalb wie vieler Tage bestattet werden muss. Die Friedhofsordnung bestimmt die Gebühren für die Grabnutzung und regelt teils sehr genau, wie ein Grab samt Grabstein aussehen muss.

Wie soll aber die Zeremonie oder Feier vonstatten gehen – religiöse oder spirituelle Zeremonie, eine private Gedenkfeier oder eine öffentliche Trauerfeier? Gibt es spezielle Musik-, Lesungs- oder Rednerwünsche? Festlegen kann man auch, wer über den Tod benachrichtigt und/oder die Beerdigung informiert werden soll und welche Teilnehmenden erwünscht sind oder lieber ausgeschlossen werden.

Es ist auch wichtig, die finanziellen Aspekte der Beerdigung zu bedenken. Wie viel möchte man für die Beerdigung ausgeben und müssen dafür finanzielle Vorkehrungen getroffen werden, um diese Kosten abzudecken. Die Einrichtung eines speziellen Sparbuchs mit Sperrvermerk für Bestattungskosten oder eine Sterbegeldversicherung können Möglichkeiten sein.

Wichtig ist, die Beerdigungswünsche schriftlich festzuhalten. Mit einer Bestattungsverfügung oder einer Vorsorgevollmacht kann man sicherstellen, dass die eigenen Vorstellungen umgesetzt werden.

Eine »schöne« Beerdigung ist etwas ganz Individuelles und hängt von eigenen Vorlieben, Werten und Traditionen mitunter auch den Bedürfnissen der Hinterbliebenen ab. Es gibt jedoch einige allgemeine Elemente, die als schön empfunden werden und in die Planung einfließen können:

- **Persönliche Beziehung:** Eine schöne Beerdigung reflektiert das Leben und Wesen des Verstorbenen. Sie kann beispielsweise durch gemeinsam erlebte Geschichten, Erinnerungsfotos, der Lieblingsmusik oder Hobbys des Verstorbenen bereichert werden.
- **Warme Atmosphäre:** Eine einladende und respektvolle Atmosphäre kann dazu beitragen, dass sich die Trauernden wohl und unterstützt fühlen. Dies kann durch eine angenehme Gestaltung des Bestattungsortes, die passende Dekoration und eine angemessene Beleuchtung erreicht werden.
- **Bedeutungsvolle Rituale:** Rituale, die den Glauben oder die Traditionen des Verstorbenen und der Hinterbliebenen reflektieren, können als tröstlich und bedeutungsvoll empfunden werden. Religiöse Gebete, Lesungen oder kulturelle Bräuche können in die Zeremonie eingebunden werden.
- **Einfühlsame Reden und Beiträge:** Ansprachen, Reden oder persönliche Beiträge von Freunden, Familienmitgliedern oder spirituellen Führern können dazu beitragen, Erinnerungen zu teilen und den Verstorbenen zu ehren. Diese Beiträge sollten respektvoll, einfühlsam und auf die Bedürfnisse der Trauernden abgestimmt sein.
- **Gemeinschaftliche Unterstützung:** Eine schöne Beerdigung ermöglicht den Trauernden, sich gegenseitig zu stützen und gemeinsam zu trauern. Rituale wie das Entzünden von Kerzen, das gemeinsame Singen von Liedern oder das Halten von Gedenkminuten können dabei helfen, eine Gemeinschaft der Unterstützung und des Trostes zu schaffen.
- **Zeit und Raum für Abschied:** Eine schöne Beerdigung bietet den Trauernden die Möglichkeit, sich in angemessener Weise von ihrem geliebten Menschen zu verabschieden. Das kann durch einen offenen Sarg, das Streuen von Blumen, das Vorlesen von persönlichen Abschiedsbriefen oder das gemeinsame Ablegen von Erinnerungsstücken geschehen.

Letztendlich ist eine schöne Beerdigung ein Ausdruck der Liebe, Wertschätzung und des Respekts für den Verstorbenen. Sie sollte seinen Bedürfnissen und Wünschen gerecht werden und den Trauernden helfen, den Verlust zu verarbeiten und ihm zu gedenken.

Kristin Thorau

AFRIKANISCHES TROMMELN ALS TRAUERBEGLEITUNG

Ein afrikanisches Sprichwort sagt:
»Drei göttliche Wesen nahmen uns unsere Sorgen ab – es waren Trommeln, Tanz und Gesang «

Ich packte also 12 Jemben (afrikanische Trommeln) in mein Auto und fuhr zum Ziegelstadel, wo sich einmal im Monat die Trauergruppe für Kinder und Jugendliche trifft. Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass der Klang der Trommeln den Körper bis ins tiefe Innere durchdringt und energetische Schwingungen verändert und harmonisiert. Weg vom Kopf, weg vom ständigen Denken und Grübeln, hin zum Bauchgefühl.

Die Kinder und Jugendlichen luden die Trommeln aus und waren natürlich sehr gespannt was sie da erwarten würde. Wir saßen im Kreis und erkundeten die Trommeln. Langsam tasteten wir uns an die verschiedenen Anschlagtechniken heran. Der Bass war natürlich der Schlag, der bei zwölf gemeinsam geschlagenen Trommeln spürbare Schwingungen erzeugte und im Bauch zu spüren war. Nachdem jeder mit seiner Trommel vertraut war, wagten wir uns an einen der bekanntesten afrikanischen Tanzrhythmen, dem Koukou aus Guinea, heran. Dieser besteht aus zwei »Stimmen« die dann zusammen gespielt einen sehr harmonischen Rhythmus ergeben.

Die Kinder und Jugendlichen waren hoch konzentriert und das Erlernen der beiden Rhythmusteile war sehr anstrengend. Nach knapp 2 Stunden hatten wir es geschafft und wir ließen den Koukou erklingen. Alle konnten beim Trommeln für Momente die Trauer, die Schwere und Belastung in den Hintergrund treten lassen, weil das Üben ihre volle Aufmerksamkeit erforderte. Sie waren ganz im Augenblick und der Raum für Freude und Begeisterung öffnete sich.

Im Juni werden wir einen weiteren Trommelvormittag machen und uns mit einem neuen afrikanischen Rhythmus beschäftigen. Ich war von der Offenheit der Kinder sehr berührt und freue mich auf eine Fortsetzung.

Franz Guggenberger

Franz Guggenberger

Eine »Djembé«, eine besonders in Westafrika verbreitete Trommel

macau@stock.adobe.com

IT-ADMINISTRATION BEI DER HOSPIZ-GRUPPE

Vor einiger Zeit bat mich Renate Flach ein paar Worte hinsichtlich der IT-Administration – man könnte auch sagen »IT-Kultur« – bei der Hospiz-Gruppe »Albatros« zu verlieren. Der Begriff »IT« (Information Technologie) steht hier als Sammelbegriff für alles, was mit PCs und Software zu tun hat.

Hat die Methode »Karteikasten« gar nicht erst aufkommen lassen: Maximilian Schneller

Nun, ich möchte niemanden mit IT-Details quälen und nur einen kleinen Einblick in das geben, was ich als IT-Administrator für die Hospiz-Gruppe in den vergangenen (fast) 30 Jahren erlebt und abgewickelt habe.

In der Zeitrechnung von IT sind 30 Jahre schon fast eine Ewigkeit. Wenn man bedenkt, dass das Internet erst etwa so um 1990 Einzug gehalten hat und in dieser Zeit PCs noch ein Schattendasein gefristet haben, dann muss es nicht verwundern, was die Hospiz-Gruppe zum Zeitpunkt ihrer Gründung in Bezug auf IT hatte – nämlich NICHTS. Dinge wie Smartphones oder WLAN waren zu diesem Zeitpunkt noch Fremdwörter.

Das war auch gut so, denn die Aufgabe der Hospiz-Gruppe war ja nicht, sich mit PCs und dergleichen zu beschäftigen, sondern sich ihrer Mission, Sterbebegleitung zu organisieren, zuzuwenden. Und das hat sie in der Tat mit Bravour geschafft.

Und die IT? Na, die lief in kleinen Schritten hinterher. Mit der Inbetriebnahme eines einzelnen PCs (ein Commodore glaube ich war's – ich habe leider keine genauen Aufzeichnungen mehr darüber) und einer einfachen Mitgliederverwaltung wurde angefangen.

In der Folgezeit wurde die Software überarbeitet, ergänzt und der Hauptzweck der Applikation – die Verwaltung der Begleitungen mit all ihren Anforderungen (Zuordnung und Dokumentation der Tätigkeit von HospizhelferInnen) – implementiert.

Standard-Software – bis heute nur sehr begrenzt für den Bereich von (ambulanten) Hospizen verfügbar – war nicht erhältlich, was zwangsläufig zur Eigenentwicklung dieser Applikation geführt hat. Mit dieser Applikation und all ihren Nebenzweigen arbeitet die Hospiz-Gruppe bis heute und kann damit ihre Arbeit administrativ gut begleiten.

Wie sich die IT in der Zukunft darstellen wird, kann nur bedingt vorhergesagt werden. Fakt ist, dass es immer wieder technische, rechtliche und organisatorische Änderungen geben wird und man, wenn immer möglich und nötig, den Anforderungen entsprechen muss bzw. will.

Man denke hier nur an den Zwang, Windows 10 durch 11 zu ersetzen. Eigentlich keine große Sache, wenn damit nicht gleichzeitig einhergehen würde, dass damit einige PCs aufgrund der Hardware-Restriktionen von Microsoft nicht mehr unterstützt und somit ersetzt werden müssen. Ärgerlich, denn damit entstehen wieder unnötige Kosten in Form von PC-Neuerwerb oder ähnlichem.

Da leider auch an mir die Zeit nicht stehen bleiben will, habe ich noch eine Bitte an all diejenigen, die diesen Beitrag lesen: wenn Sie Interesse und Fähigkeiten in Datenbanktechnik, Server-Administration und Software-Entwicklung – haben und sich hier einbringen wollen, melden Sie sich im Büro der Hospiz-Gruppe. Ich werde gerne für Diskussionen zur Verfügung stehen und vielleicht können wir gemeinsam die weitere IT-Betreuung der Hospizgruppe gestalten – ehrenamtlich natürlich (wie sonst auch).

Maximilian Schneller