

Von der
WÜRDE
des Lebens
und
des Sterbens



Iris Disse begleitete
ihre Mutter beim Übergang
in den Tod – in einer Zeit,
in der Sterbenden oft
Isolation droht

Text ● Iris Disse

Alles fing damit an, dass meine Mutter im August nachts meinem Vater, der sie ins Bad begleitete, entglitt und stürzte. Man brachte sie ins Krankenhaus. Sie war achtundachtzig Jahre alt und zu diesem Zeitpunkt mal mehr, mal weniger dement. Mein Vater, zweiundneunzig Jahre alt und gesund, lebte mit ihr und einer polnischen Pflegekraft zu Hause. Mit der Krankheit meiner Mutter kam in Gesprächen der Begriff der Würde auf. Vater sagte Mutter nie: „Du bist krank, ich habe dir jetzt schon was weiß ich wie oft geantwortet“, wenn sie dieselbe Frage immer wieder stellte. „Das ist doch gegen ihre Würde“, sagte er auf meine Frage, wie er das aushalte. „Ich liebe sie doch.“

ISOLATION

Und jetzt – plötzlich war Mutter un-erreichbar. Niemand durfte sie sehen. „Covid-Gesetze“, hieß es knapp, nur alle drei Tage dürfe man zu Besuch kommen. Vater verzweifelt, Mutter am Telefon in Tränen. Am zweiten Tag hieß es: „Ihre Mutter könnte nach Hause, sie hat nur Prellungen, keine inneren Verletzungen. Aber leider hat man eine Frau in ihr Zimmer gelegt, die positiv auf Covid getestet wurde. Sie muss zwei Wochen hier bleiben, in der Isolierstation – nein, niemand darf sie besuchen.“

WÜRDE

Wir wussten, das würde sie nicht überleben. Vater war wütend, dann verzweifelt. Ich sprach mit dem Arzt. Der erzählte etwas von Kollateralschäden bei der Bekämpfung des Virus. Da könne man nichts machen. Viele Alte würden jetzt alleine in den Krankenhäusern sterben, Verwandte könnten sie nicht begleiten. Ich war schockiert, nahm den Kampf auf. Am dritten Tag erreichte ich, dass sie ihre Quarantäne zu Hause verbringen konnte.

Ich buche meinen Flug nach Ecuador um, sage meinem Team Bescheid. Wir

holen Mutter ab. Als sie im Rollstuhl aus dem Zimmer gefahren wird, ein Aufschrei: „Helga!“ – „Elmar!“ Vater eilt den langen Gang zu ihr, mit der Schnelligkeit, die sein zweiundneunzig Jahre alter Körper zulässt: „Küss mich“... Und sie küssen sich mit Maske, die Vater dann herunterreißt ... Und jetzt küssen sie sich richtig, halten sich fest, die Umstehenden haben Tränen in den Augen.

Wieder zu Hause, hört Mutter auf zu essen. Vater drängt, versucht sie zu zwingen. „Papa, mach das nicht“, sage ich. Er fährt mich an: „Wir können sie doch nicht verhungern lassen“ – „Mama bereitet sich aufs Sterben vor.“ Vater verlässt die Küche.

DIE WÄLDER

Jeden Morgen fahre ich zur Talsperre, laufe, lausche den heiseren Schreien der Wildgänse, blicke aufs Wasser. Da spiegeln sich große Flächen von toten Fichtenwäldern. Im Internet finde ich den Bericht eines Försters: Die Trockenheit schwächt die Fichten so, dass der Borkenkäfer sie zerstört. Ich lese, dass jetzt leider der Überschuss an Fichtenholz auf den Preis drückt. Ich lese, dass der Tod der Fichten das Landschaftsbild des Sauerlandes verändern wird, der Tod der Buchen aber nicht, da hier ja nur 17 % des Waldbestandes aus Buchen bestehen. Ich lese: Der Grundwasserspiegel sinkt seit zwei Jahren kontinuierlich, die Wurzeln kommen nicht ans Wasser. Nirgends wird auf die Ungeheuerlichkeit des Geschehens hingewiesen: Unsere Wälder sterben!

DIE KRONE

Corona, das heißt „Krone“. Der Mensch fühlt sich als die Krone der Schöpfung: Weil er vorausdenken, Zukunft gestalten kann. Weil er etwas weiß von Menschenwürde, von Freiheit. Weil er ein kulturelles Wesen ist, das Theater, Gemälde, Tanz und Musik kreieren kann.

Es ist in diesen Zeiten auffällig, dass gerade Zusammenkünfte zum Singen oder um ins Theater zu gehen verboten sind, während man im Flugzeug oder in der Bahn eng an eng mit anderen sitzen kann. Aber als Krone fühlen wir uns doch vor allem, weil wir mitfühlende

Wesen sind, ein Gemüt haben – haben wir das noch? Das Wort „Gemüt“ taucht kaum noch auf, verschwindet aus unserer Sprache, genau wie das Wort „wohlgemut“. Das Gemüt scheint ein Luxusartikel geworden zu sein, genau wie Zeit, um zu feiern oder zu trauern, mit den Kindern zu spielen. Die deutsche Gemütlichkeit weicht, und ohne Ruhe und gemütliches Miteinander mit Spiel, Tanz und Gesang ist die „Ich habe keine Zeit“- und „Ich muss funktionieren“-Geisteskrankheit überall das Maß. Stress zu haben, erscheint uns normal – wer geht schon noch wohlgemut durch seine Tage?

SURREALE WIRKLICHKEIT

Die Wirklichkeit erscheint mir surreal. Wir werden als Menschen jetzt gesetzlich gezwungen, unsere Alten alleine krepieren zu lassen? Was für Menschen machen diese Gesetze? Ich erfahre, dass selbst im Hospiz keine Angehörigen die Sterbenden begleiten dürfen. Man könne sie mit Covid anstecken – wohlgemerkt: Menschen, die im Sterben liegen. Wo bin ich? Wie kann es sein, dass alles verboten wird, was den Menschen zum Menschen macht?

Was ist denn die Würde des Menschen? Ein inneres Wissen, was richtig ist, jenseits der rationalen Analyse. Einen „inneren Kompass“ nennt es der Neurobiologe Gerald Hüther, einen Kompass, den wir brauchen, um in einer von Krisen geschüttelten und von ökonomischen Kriterien bestimmten Welt unser Zentrum als Mensch nicht zu verlieren: „Unsere Würde zu entdecken, also das zutiefst Menschliche in uns, ist die zentrale Aufgabe im 21. Jahrhundert.“ Wie kann es sein, dass wir das vergessen haben?

Wir sind Gemeinschaftswesen. Wir brauchen Nähe, Berührung, Vertrauen ineinander. Zeit füreinander. Hier liegen unsere Wurzeln, die uns nähren. Und jetzt? Wir isolieren uns von anderen, sperren unsere Kinder zu Hause ein und zwingen sie, Tage vor dem Computer zu verbringen, also zu „funktionieren“, wohlwissend, dass Kinder vor allem durch Erfahrungen lernen. Was lernen sie jetzt denn wirklich? Wir binden uns Masken vors Gesicht, schaffen Isolation und Ängste vor dem

anderen, versuchen so eine Krankheit des Körpers zu bekämpfen – und vergessen, dass das Leben mehr ist als nur Überleben. Leben, das heißt miteinander feiern, lachen, spielen, arbeiten, kreieren, lieben. Geboren werden, und ja, auch sterben: an Unfällen, an Krankheiten, am Alter, an gebrochenen Herzen, an Stress, an Isolation, an Angst, an den Umweltgiften ...

Lebendig zu sein, ist ein Risiko. Sicherheit? Eine gefährliche Illusion.

DAS HEIM

Ich laufe. Birken strecken ihre kahlen Äste klagend in den Himmel. Ich sehe meine Mutter in ihrem Bett liegen, jetzt im Heim, ihre nackten, mageren Greisinnenarme in die Luft streckend: „Ich bin so alleine, hört mich denn keiner?“ – „Ich bin doch bei dir“, sagt Vater. „Ich bin doch bei dir“, sage ich. Aber vielleicht sprechen die Bäume durch sie? Vielleicht ist das, was sie sagt, gar nicht verwirrt? Vielleicht spricht durch sie unser Planet, unsere Mutter Erde?

Es reißt ein Schleier; ich spüre das Ungeheuerliche, das Wahnwitzige der Ereignisse in mir pulsieren, spüre Zusammenhänge jenseits der Worte, bin entsetzt, fühle Wut, gepaart mit Hilflosigkeit. Ja, wir graben uns, unseren Kindern und Kindeskindern das Wasser ab, genau wie den Bäumen. Ich sehe Vater auf seinem Bett im Altersheim sitzen. Geschlagen, traurig, aber voller Würde. Er hält sein Versprechen, verlässt Mutter nicht, obwohl er noch fit genug ist, um zu Hause zu leben: „Wir sind doch fünfundsechzig Jahre zusammen, das haben wir uns versprochen.“ Auch ich bin in die Covid-Angst-Falle getappt: „Wenn Mutter noch mal so stürzt, dass sie ins Krankenhaus muss, wird sie dort alleine verrecken“, hatten wir gedacht. Also dann doch lieber ins Heim, wo sie von Profis betreut wird. Der Arzt rät das, Freunde und Verwandte sehen das auch so. Das sei einfach vernünftig.

Am dritten Tag sind die Eltern wieder zu Hause. Ich verliere den Flug zurück nach Ecuador, eine zweite Umbuchung geht nicht. Die Yogalehrerausbildung findet ohne mich statt, das Team übernimmt. Gevatterin Tod ist ein Chaosfaktor, lässt sich nicht „timen“.

STERBEN

Ja, Mutter beginnt den langen Weg über den Regenbogen zu gehen, in die andere Welt. Es geht quälend langsam. Sie hat Schmerzen: „Alles tut mir weh. Ich will nicht mehr“, sagt sie wieder und wieder. „Ich will nach Hause.“ Tabletten will sie nicht mehr schlucken, auch keine gegen Schmerzen. Ich weiß nicht, was ich tun soll. Ich fühle mich hilflos, allein, überfordert. Dann kommt der Arzt des Palliativnetzwerks. Er berät mich mitfühlend, bestätigt: „Ja, Ihre Mutter liegt im Sterben“ und spritzt Morphium. Keine Schmerzen mehr. Und am selben Tag kommt ein Krankenpfleger: mein Cousin aus Kassel, den ich seit Jahren nicht mehr getroffen hatte. Er ist die lebendige Antwort auf mein Gebet nach Unterstützung. Ein Wunder. Er hat unbezahlten Urlaub genommen. Er wird bleiben, und ich bin nicht mehr allein. Ein wunderbarer Mann, sanft und bestimmt gibt er mir den Raum und das Vertrauen, in den Prozess einzutauchen.

Jetzt geht es plötzlich schnell. Wenn Mutter an einem Tag noch aufstand und laufen konnte, geht das am nächsten Tag schon nicht mehr. Sie hört auf zu trinken. Jeden Tag schwindet sie ein wenig mehr dahin. Vater kann schwer loslassen. Ich sitze an Mutters Bett, wenn er eine Pause braucht. Dann singe ich für sie – „Spirit Songs“, das heißt, ich bin einfach nur Kanal für Töne, Melodien und auch Worte. Immer wieder geht es um Loslassen, um das Licht. Das macht Mutter ganz ruhig, sie entspannt sich. Etwas für sie tun zu können, erfüllt mich mit wilder Zärtlichkeit.

GEBURT

Vor ein paar Jahren durfte ich meine Freundin bei der Hausgeburt ihres Kindes begleiten, die drei Tage dauerte. Das Gefühl ist ähnlich: Da passiert etwas, das heilig ist und das ich nicht beeinflussen kann. Begleitend kann ich mich dem Prozess hingeben, und darf plötzlich selbst ganz viel Lebendigkeit erfahren. Ich verstehe jetzt, warum in indigenen Kulturen der Tod als Geburt in eine andere Welt begriffen wird. Und es tröstet mich.

Ich finde Mutters alten Körper wunderschön, wenn sie nackt vor mir liegt, ich sie wasche. Er hat eine ganz eigene Ästhetik, fragil, durchscheinend. Als ich ihren Bauch abtrockne, nehme ich die Schwangerschaftsstreifen wahr. Plötzlich wird mir bewusst: Ich bin in diesem Bauch gewachsen. Ich bin ein Teil von ihr. Sie hat mich geliebt, bevor ich auf der Welt war. Ihre Hände haben mich gestreichelt, getröstet. Sie hat mich gestillt. Ihre Liebe zu mir war bedingungslos.

Ich erzähle ihr Geschichten über ihr Leben, was sie mir und anderen Menschen bedeutet hat, während sie vor sich hindämmert.

ZWIEGESPRÄCH

Mama, ich bin so stolz darauf, Deine Tochter zu sein. So viel habe ich von Dir gelernt: sich nicht kleinkriegen zu lassen; nicht auf andere, sondern auf sich selbst zu hören; die Bewältigung von Krisen; Deine Art, schnell zu verzeihen und in Konflikten nach Lösungen zu suchen; ein offenes Herz für andere Menschen zu haben; Kinder zu verstehen; nicht aufzugeben und dem Leben zu vertrauen. Als Tochter zu erleben, wie Du immer selbstbewusster geworden bist als Frau, wie Du noch studiert hast, als wir schon in der Schule waren, das war schon toll. Und natürlich lernte ich Deine Glücksdisziplin: „HG, Hauptsache, glücklich.“

Du warst eine wunderbare Lehrerin. Weißt Du noch? Neulich bei einem Strandspaziergang kamst Du mit einem kleinen Jungen ins Gespräch, der in seinem Sandauto saß. „Es gibt böse Menschen, die laufen einfach über mein Auto drüber und machen es kaputt. Und es gibt gute Menschen. So wie Dich. Du sprichst mit mir und machst nichts kaputt. Du bist ein guter Mensch“, bekräftigt er nochmals, als Du Dich verabschiedet hast. Er winkte Dir lange nach.

TOD, MEIN FREUND

Jetzt bin ich bei ihr, während ihre Seele den Körper verlässt. An dem Morgen, als sie ihren letzten Atemzug tut, läuten die Kirchenglocken. Und Vater und sie halten sich an den Händen,

wie sie es sich gewünscht hatten. Und ich verstehe im Herzen, was Mystiker aller Religionen uns sagen: „Wir sind keine materiellen Körper mit einer Seele drin – wir sind eine Seele, die in einem Körper Erfahrungen in der materiellen Welt sammelt.“ Ich nehme wahr, wie Mutters Seele sich emporschwingt in die Freiheit, ins Licht. Einen Moment lang bleibt die Zeit stehen. Ein Kreis hat sich geschlossen. Und ich verstehe, dass die *Santísima Muerte*, die „Hochheilige Frau Tod“, wie die Mexikaner sagen, ein Segen sein kann. Die Würde des Sterbens. Danke, Mama, für dieses Geschenk.

TOTENWACHE

Mein Cousin und ich haben den Leichnam gewaschen, mit duftenden Kräutern eingeölt und neu bekleidet. Das war wie ein Gottesdienst. Dann kamen die drei Tage, als Mutter aufgebahrt in Vaters Bibliothek lag. Die hatte ich den Bestattern abgetrotzt, entgegen dem „Das macht man heute nicht mehr“, und ich bin so dankbar, dass sie sich auf unseren Wunsch einlassen konnten. Wir haben an ihrem Sarg geweint, gelacht, gebetet, Geschichten über sie erzählt. Schnäpsschen oder Kaffee getrunken, Kekse gegessen. Freunde kamen, Verwandte reisten aus anderen Städten an, blieben ein paar Tage. Mein Liebster flog aus Ecuador ein, um mich zu unterstützen. Ich war nachts bei ihr, als alle schliefen. Totenwache. All das hat gut getan. Mein Vater, der Liebende, ist untröstlich – und gleichzeitig geborgen in einem Nest von gemeinsamer Trauer und Fürsorge. Ich habe viel von ihm gelernt über die verrückte Würde der Liebe. Es ist eine starke Zeit.

DER TANZ

Ich gehe um die Talsperre, früh am Morgen. Die Gänse rufen mit heiserem Schrei. Sie sind seit keltischen Zeiten die Boten der Anderswelt. Der Wind wispernt in den Bäumen, die sich zum Wasser hinbeugen, über das eine Libelle blauschimmernd gleitet; das Grün der Blätter spielt mit den Sonnenstrahlen, und der kleine Bach singt ein heiteres Lied. Plötzlich ist Deine Seele da, und ich tanze mit ihr, dem Wind, den Bäumen, dem Bach. Weine und lache. Mama, ich liebe Dich. Danke. ●



Iris Disse ist Tantrikerin, Autorin, Filme- und Radiomacherin. In ihrem internationalen Retreatzentrum in Ecuador, der *Durga's Tiger School of Tantra Yoga, Arts & Shamanism*, gibt es ganzjährig international zertifizierte Yogalehrer-ausbildungen (YA/YAI).

www.durgas-tiger-school.com

Termine 2021:

Spanien, Granada: 07.–30.5.2021

Deutschland bei Berlin: ZEGG, 08.06.–01.07.2021

Ecuador: fortlaufend 2021, „in person“ und online

Rollstuhl Kurier



Mobilität für Alle.
Das Magazin.

Bestellen Sie unsere
aktuelle Ausgabe unter

info@escales.de



für 4,80 Euro
zzgl. Versandkosten

Weitere Informationen
finden Sie hier:

www.rollstuhl-kurier.de