

Weil Sterben auch Leben ist

Seit 16 Jahren begleitet sie Sterbende in Hospizeinrichtungen und bringt als Klinikclown schwerstkranke Kinder und Erwachsene zum Lachen. Für Miriam Brenner gehört das Tabuthema Sterben und Tod mitten ins Leben. Warum das so ist, erklärt sie im MDK *forum*.

HANS* LAG mit gefalteten Händen in seinem Bett im Hospiz. Er war gezeichnet von seiner Krebserkrankung, die ihn auch hatte erblinden lassen. »Ich bin Lilo, und ich möchte ein paar Minuten bei dir sein«, sagte ich. Er sagte nichts. »Ich trage zwei halblange Zöpfe, drei bunte Haarreifen, ein orangefarbenes Dirndl, gelbe Socken, eine rote Handtasche, und ich hab eine kleine Gitarre bei mir.« Stille. Dann sagte er leise: »Spiel.« Ich wusste, dass er aus Österreich kam. Das Kufsteinlied war das einzige Lied, das mir einfiel. Ich begann zu spielen, und während ich sang, sah ich Fotos von seiner Frau und der kleinen Tochter auf dem Nachttisch. Das Kufsteinlied für einen Ende 40-Jährigen erschien mir auf einmal völlig unpassend, und vor dem Refrain dachte ich nur: »Gleich geht's ans Jodeln, und ihm ist sicher nicht danach zumute.« Ich erhob meine Stimme: »Ho la di le, di le, di le, Yo la li o di lai, di ju djio ...« und genau da setzte er plötzlich ein, regungslos, ohne eine Miene zu verziehen, und sang das »Kuckuck«, das letzte Wort im Refrain, alleine. Danach lächelte er, und wir sangen die folgenden Strophen auf die gleiche Weise. Mit jedem »Kuckuck« lächelte er mehr. Zuletzt ließen wir beide

einen lauten Abschluss-Juchzer los. Er sagte: »Das tat gut. Danke.«

Situationen wie diese erlebe ich als Klinikclown, aber auch als ehrenamtliche Hospizhelferin, wenn ich »in Zivil« am Bett eines sterbenden Menschen sitze. Für mich ist es ein unfassbares Geschenk, wenn Menschen sich mir in so intimen Momenten öffnen. Demut empfinde ich dann – auch meinem eigenen Leben gegenüber.

Mit roter Clownsnase oder ganz in Zivil

Situationen wie diese erlebe ich als Klinikclown, aber auch als ehrenamtliche Hospizhelferin, wenn ich »in Zivil« am Bett eines sterbenden Menschen sitze. Für mich ist es ein unfassbares Geschenk, wenn Menschen sich mir in so intimen Momenten öffnen. Demut empfinde ich dann – auch meinem eigenen Leben gegenüber.

Von Hause aus

Seitdem ich denken und fühlen kann, will ich wissen, warum Menschen lachen oder weinen. Schüchtern, wie ich früher war, habe ich oft den Sinn des Lebens hinterfragt und fand Clowns gar nicht lustig. Dass ausgerechnet ich Jahre später als Klinikclown zu schwerstkranken Kindern und Erwachsenen gehen würde, schien unvorstellbar. Doch der Ruf

nach dieser Herausforderung war schlichtweg zu laut. Die tägliche Konfrontation mit der Endlichkeit (mein Vater ist Pfarrer, meine Mutter Kirchenmusikerin) hat dazu geführt, dass ich neben der Schauspielerei, Musik und Moderation immer für Menschen in Krisensituationen da sein und Leichtigkeit in schwere Momente bringen wollte. Die Schauspielerei führte mich zur einjährigen Clowns-Ausbildung, und so habe ich seit 2005 im Auftrag des gemeinnützigen Vereins *KlinikClowns Bayern* e.V. zweimal in der Woche Hospize, Altenheime, Kinderonkologien und Palliativstationen in und um München besucht.

Türöffner

Bevor ich Bens* Krankenzimmer betrete, schicke ich viele bunte Seifenblasen vor. Der 4-Jährige, der auf der Kinderpalliativstation behandelt wird, lässt sich sofort auf die Situation ein. Kinder sind – anders als Erwachsene – schneller im Hier und Jetzt, wenn ihre Neugierde geweckt ist und sie volle Aufmerksamkeit bekommen. Ich greife nach den Seifenblasen und bringe sie mit dem Zeigefinger zum Platzen, während ich ein kleines Spielzeug versteckt dazu quietschen lasse. Ben zögert, aber seine Mama lacht sofort. Und jetzt lacht auch er – immer lauter, je mehr Seifenblasen kommen. Ben entspannt sich, und das überträgt sich auch auf seine Mutter. Wir drei sind voll und ganz in der Situation, Gedanken über sein bevorstehendes viel zu frühes Lebensende haben da keinen Platz.

Bei Pubertierenden versuche ich es gern mit überzeichnetem Scheitern: Ich stolpere als Diva auf die »Bühne« oder fliege als *Supermäm* nicht elegant in die Luft, sondern unsanft auf den Boden. Während Erwachsene sich früher manchmal peinlich berührt fühlten vom Clown Lilo, lassen sie sich inzwischen viel eher darauf ein. Ganz anders ist es in Pflegeheimen – die Bewohnerinnen und Bewohner waren schon immer ausgesprochen offen und dankbar für neue Impulse, Späße und Zuwendung.

Bei der Entscheidung, wen ich besuchen darf, hilft das Klinik-, Heim- oder Hospizpersonal, das immer erst eine kurze Einschätzung der jeweiligen Situation in den Zimmern gibt. Details über die Erkrankung der Betroffenen erfahre ich meist nicht, und das ist auch gut so, denn auf diese Weise rückt der Mensch, nicht aber seine Erkrankung in den Mittelpunkt.

Angehörige entlasten

Seit 2011 arbeite ich auch als ehrenamtliche Hospizhelferin für den *Christophorus Hospiz Verein* in München, lasse mich inzwischen vor allem als Sitz- und Nachtwache in akuten Fällen einteilen. So können die Angehörigen ein paar Stunden zu Hause schlafen oder das Personal kann sich um andere Gäste kümmern, während ich bei dem Sterbenden bin. Ich erinnere mich an Lydia*, eine strenggläubige ältere Dame, die große Angst vor dem Sterben hatte. Ich saß von 22 Uhr bis 6 Uhr in der Früh an ihrem Bett. Währenddessen beteten wir immer wieder das Vaterunser. Sie war desorientiert, blieb immer wieder an derselben Textstelle hängen, wir fingen immer wieder von vorne an. Ich hielt ihre Hand, ich ließ sie wieder los. Ich versuchte Lydia all meine Liebe und Ruhe zu geben. Manchmal kann man nur das tun, doch für den anderen ist genau das oft viel mehr als für einen selbst.

Emotionen wecken

Sterben ist ein individueller Prozess. Der eine möchte alleine sein, die andere braucht Beistand, um den letzten Schritt zur Abreise gehen zu können. Ich sehe meine Aufgabe vor allem darin, die Energie, die in dem einen Moment im Raum ist, aufzufangen und sie womöglich sogar zu verstärken: eine Verbindung aufzubauen, Nähe zuzulassen, Emotionen zu wecken – über ein Lied, eine Umarmung, ein Sich-Anschauen, ein Lächeln. Auf der einen Seite ist da so viel Trauriges, auf der anderen Seite entstehen auch heitere Momente. Die Erfahrung, die ich gemacht habe: Lächeln und Lachen verbindet auf die schnellste Art und funktioniert in allen Sprachen. Zwei sich zuvor fremde Menschen teilen denselben Moment und fühlen sich lebendig. Das geschieht

genauso am Sterbebett – nicht über Schenkelklopfer und Lachtränen, sondern über die Bereitschaft, bei aller Schwere auch Leichtigkeit zu erlauben. Egal ob mit oder ohne Clownsnase – nur wenn auch ich mir der eigenen Endlichkeit bewusst bin, kann ich Sterbenden auf Augenhöhe begegnen. Und dann gelingt es, die Situation so zu leben, wie sie gerade ist – nichts zu bewerten, nichts zu beschönigen, sondern im Hier und Jetzt und wirklich *da* zu sein mit sperrangelweit offenem Herzen.

Den Tod ins Leben holen

Seit der Corona-Pandemie kann ich wegen der Hygienebestimmungen leider nur sehr eingeschränkt als Klinikclown auftreten. Daher wollte ich eine neue Herausforderung finden und arbeite nun in einem Münchner Bestattungsunternehmen. Ich führe nicht nur Trauer-, sondern auch Vorsorgegespräche. Dem Tod den Schrecken zu nehmen, einen schonungslosen Blick auf das Ende zu werfen, heißt eben auch, das Thema dahin zu holen, wo wir es eigentlich gar nicht haben wollen: mitten ins Leben. Dass alle Menschen sterben werden, ist kein Geheimnis, aber es wird ständig eins daraus gemacht. Und wir versuchen alles, um die Gewissheit über das eigene Ende weit weg zu drängen. Das funktioniert meist nur, bis irgendwann ein Bekannter, eine Freundin oder jemand aus der Familie stirbt. Die Situation dann, wenn es so weit ist, anzunehmen, Ängste zu teilen, dem Sterben und Tod nicht auszuweichen, sondern vielmehr das Herz aufzumachen und Ruhe und Raum für das zu finden, was im nächsten Moment kommen mag, ist das größte Abschiedsgeschenk, das wir einem Menschen auf seinen letzten Weg mitgeben können.

Neulich traf ich mich mit einer älteren Dame, die ihre zukünftige Beisetzung genau berechnet und geplant haben wollte. Am Ende unseres Gesprächs hatten wir fast alles geklärt – die Bestattung, den Blumenschmuck, die Musik, den Platz auf dem Friedhof, und sie bedankte sich: »Ach, ich fühle mich jetzt richtig gut. Beinahe so, als hätte ich eine neue Küche gekauft.« Genau so soll es sein.

* Name geändert

**Das Herz aufmachen
und nicht ausweichen**



Miriam Brenner arbeitet unter anderem als Sterbebegleiterin, Bestatterin und Bloggerin in München.
www.fraueendlich.de
info@miriambrenner.de