

Humor am Sterbebett: Lachen spendet Betroffenen Kraft

„Wer bestellt den Tod ab?“

VON SYLVIE-SOPHIE SCHINDLER

Anneliese Thomas (Name geändert) wird bald sterben. Am Vortag hat sie ihr Zimmer in einem Hospiz bezogen. Nun ist ihr Ehemann zu Besuch, er steht wie verloren neben ihrem Bett, denn seine Frau braucht dringend eine neue Hygienehose und kann sich nicht alleine behelfen. Die Pflegerin ist schnell zur Stelle, auch ein ehrenamtlicher Mitarbeiter packt mit an. Vorsichtig drehen sie die ältere Dame zur Seite. Eine angespannte Situation, die Anneliese Thomas plötzlich mit einem Schmunzeln auflöst. „Na prima, so kann man sich auch kennenlernen“, kommentiert sie trocken. Und sogleich fällt die Anspannung von allen ab. „Wir haben alle herzlich miteinander gelacht“, erinnert sich der ehrenamtliche Mitarbeiter Harald-Alexander Korp an die Situation. Der Religionswissenschaftler ist Lehrbeauftragter an der LMU München und arbeitet unter anderem als Humor-Coach und Sterbebegleiter. Er macht immer wieder die Erfahrung: „Im Hospiz wird gelacht – und das sogar ziemlich oft.“ In seiner aktuellen Publikation formuliert er diese Erkenntnis bereits im Buchtitel: „Am Ende ist nicht Schluss mit lustig.“ Humor angesichts von Sterben und Tod, dafür plädiert Korp.

Große Angst, etwas falsch zu machen

Alles andere als eine Selbstverständlichkeit. Die einen, so Korp, würden mit Unbehagen auf diese Forderung reagieren, andere fragen: „Darf man das?“ Natürlich, da sei die Angst, und sie sei unter Umständen berechtigt, einen Leidenden zu verletzen, wenn man in seiner Anwesenheit lache. „Doch hinter dieser Befürchtung steckt oft die eigene Angst vor Leben und Tod“, erklärt der Experte. Auch spiele die Angst mit hinein, von seinem Umfeld für sein „pietätloses Verhalten“ missbilligt zu werden.

Doch die Lach-Hemmung, die viele befalle angesichts eines Menschen am Lebensende, laufe den Sterbenden nicht selten zuwider. Denn die wollen auch in der schmerzlichsten Phase des Lebens nicht auf den Humor verzichten. „Eine Patientin des Ricam-Hospiz in Berlin sagte beispielsweise zu mir: „Lachen Sie bitte mit mir, noch bin ich nicht tot“, erzählt Korp. „Eine andere Patientin meinte: Klar, ich habe einen Hirntumor, aber soll ich deshalb nur rumheulen?“

„Jeder Mensch, und sei er noch so sterbenskrank, wolle mehr als nur eine Krankheit sein“ und bis zu seinem letzten Atemzug „möglichst normal leben“, und dazu gehöre eben auch, zu lachen. Betroffene wie Angehörige dürfen, ja sollen es sich erlauben, befindet Korp: „Es ist eine falsche Form von Pietät, wenn man denkt, nun wird gestorben,



Sterben ist, wenn man trotzdem lacht: Angehörige und Pflegekräfte von Totkranken sollten auf Humor nicht verzichten. Im Gegenteil. Momente der Sprachlosigkeit werden durchbrochen, es können viel leichter Momente der Nähe entstehen.

FOTOS: PANTHERMEDIA (2)

deshalb ist es aus und vorbei mit dem Humor.“ Deshalb: „Wenn einem nach Lachen zumute ist, dann sollte man das nicht unterdrücken, sondern dem nachgeben.“ Witze und Lachen tun aus vielerlei Hinsicht gut. Sie können der Ausdruck einer Bewältigungsstrategie sein und oft wie ein Rettungsanker wirken. „Humor bietet uns auch immer die Gelegenheit, einem Geschehen ein wenig von seiner Bedrohlichkeit zu nehmen und in einem ganz anderen Licht zu sehen, man erlebt quasi eine Art kleine Erleuchtung“, so der Religionswissenschaftler weiter.

Die Anspannung fällt so leichter ab

Lachen nehme außerdem allen Beteiligten etwas von der enormen Anspannung, schaffe Erleichterung und helfe, Aggressionen und Frust zu lösen, die jemand, der mit seinem oder dem Tod eines Angehörigen hadere, angestaut habe. Nicht zuletzt können mit Humor Momente der Sprachlosigkeit durchbrochen werden. „Ich erlebe es in meiner Hospizarbeit immer wieder, wie viel Nähe plötzlich entsteht, wenn man miteinander lachen kann“, erzählt Korp. Er selbst habe sich diese Erkenntnisse auch erst erarbeiten müssen. Einst habe er sich mit der Pflege seiner schwerkranken Mutter oft überfordert gefühlt. „Zum Lachen war mir da kaum zumute“, erinnert sich Korp. Es habe viele schmerzvolle und traurige Phasen gegeben. Und doch: „Meine Mutter hat mir gezeigt, dass der Humor auch in ihrem Sterben seinen Platz hat.“ So-

SCHMUNZELN AUF FRIEDHÖFEN

GRABINSCHRIFTEN – ES GEHT AUCH LUSTIG

Kann man einem Verstorbenen auf seinem Grabstein etwas anderes mitgeben als das beliebte „Ruhe sanft“? Man kann. In Kransach in Tirol befindet sich ein Friedhof, der nicht umsonst als der „lustigste Friedhof Europas“ gilt. Und das liegt an zahlreichen Grabinschriften, die einen augenzwinkernden bis eher makaberem Humor beweisen.

Eine Auswahl:

- > „Hier ruht mein lieber Arzt Herr Grimm – und alle, die er heilte, neben ihm“.
- > „Hier schweigt Johanna Vogelsang, sie zwitscherte ihr Leben lang.“
- > „Hier ruht Franz Josef Matt, der sich zu Tod gesoffen hat. Herr gib ihm die ewige Ruh und ein Gläsle Schnaps dazu“.
- > „Es liegt begraben die ehrsame Jungfrau Nothburg Nindl, gestorben ist sie im siebzehnten Jahr, just als sie zu brauchen war.“
- > „Hier liegt mein Weib, Gott seis gedankt, oft hat sie mit mir gezanzt. O lieber Wanderer geh gleich fort von hier – sonst steht sie auf und zankt mit Dir“.



Nicht auf jeden Grabstein steht „Ruhe sanft“. Beim hier verstorbenen Jupp ist dies mal anders formuliert.

DPA

gar dann, als es schien, dass die letzte Stunde für seine Mutter geschlagen hatte. Die Ärzte und Krankenschwestern hätten mit ernsten Gesichtern an ihrem Bett gestanden. Er selbst habe das Schlimmste befürchtet. „Doch da schlug meine Mutter plötzlich die Augen auf und fragte schmunzelnd: „Wer kann bitte den Tod abbestellen?““ Diese und andere Momente, in denen der Humor die Oberhand gewonnen habe, seien eine „hilfreiche Insel des Aufatmens im Meer des Leidens“ gewesen.

Was konkret bedeutet das im Umgang mit dem Sterbenden? Immer ein Lachen auf den Lippen, immer einen Witz auf Lager haben? „Es geht nicht darum, ständig den Clown zu spielen, sondern um eine grundsätzliche Offenheit für den Humor, den manche

Situation so mit sich bringen kann“, empfiehlt Korp. Und: „Warum nicht mal einen humorvollen Impuls geben?“ Wagen. Ausprobieren. „Humor zu zeigen, das hat oft auch mit Mut zu tun.“

Humor ist je nach Kultur unterschiedlich

In Betracht ziehen müsse man natürlich immer, dass ein anderer über das, was man selbst lustig findet, überhaupt nicht lachen könne. „Was ich mit Humor betrachten kann, kann für einen anderen provokant oder sogar schmerzvoll sein“, so Korp weiter. Wer beispielsweise einen dementen Angehörigen begleite, werde Alzheimer-Witze nicht unbedingt lustig finden. Auch sei der Humor in verschiedenen Kulturen unterschiedlich. Und ob angesichts des Todes ge-

lacht werden darf, das liege nicht selten an der religiösen Ausrichtung der Betroffenen. In seiner Beschäftigung mit den Religionswissenschaften sei Korp immer wieder darauf gestoßen, dass gerade auch das Christentum dem Humor durchaus seinen Platz einräume: „Man denke etwa an das sogenannte Ostergelächter, das sich im späten Mittelalter und insbesondere in Bayern entwickelte. Dabei regten die Geistlichen zum Lachen an, indem sie zum Beispiel Witze während der Predigt erzählten.“ In manchen Regionen hätten die Gläubigen sogar Tiere nachgeahmt und seien durch die Kirche gerannt. Und in außerkanonischen Evangelien sei der Hinweis auf einen am Kreuz sterbenden Jesus zu finden, der die Menschen auslache, weil sie um ihn trauern.

Worüber lacht der Sterbende gerne?

Um den Humor zu erspüren, der den Sterbenden anspricht, macht Korp meistens eine Humor-Anamnese. Durch das Abklopfen verschiedener Fragen findet er heraus, worüber der Betroffene lachen kann. Man könne sich dabei nach dem Lieblingshumoristen erkundigen oder nach dem, worüber man als Kind gerne gelacht hat. Gerade Letzteres führe oft Erstaunliches zutage und sei eine hilfreiche Brücke. Wie wohl letztlich Lachen tut, das haben längst zahlreiche Studien bewiesen, allen voran die Lachforscher, auch Gelotologen genannt. Eine der bekanntesten Auswirkungen: Eine Minute Lachen hat den gleichen Effekt wie zehn Minuten Jogging. Doch Humor, das bedeutet mehr als Lachen und lustig sein. „Humor heißt, sich immer wieder an die unterstützende Kraft von Lachen und Freude zu erinnern, sie wertzuschätzen und einzusetzen“, so Korp.

BUCHTIPP

Am Ende ist nicht Schluss mit lustig. Humor angesichts von Sterben und Tod.

Von Harald-Alexander Korp Gütersloher Verlagshaus, 256 Seiten; 19,99 Euro.

GEDICHTE

ALBERT SCHWEITZER

Wenn ihr an mich denkt, seid nicht traurig.
Erzählt lieber von mir und traut euch ruhig zu lachen.
Lasst mir einen Platz zwischen euch,
so wie ich ihn im Leben hatte.

Wenn die Kraft zu Ende geht,
ist Erlösung eine Gnade.

Scheidet die Mutter aus dem Leben,
können Worte Trost kaum geben,
doch bleibt für alle Zeit,
die Liebe und die Dankbarkeit.

Du hast ein gutes Herz besessen,
nun ruht es still, doch unvergessen.

Dein gutes Herz hat aufgehört zu schlagen
und wollte doch so gern noch bei uns sein.
Schwer ist es, diesen Schmerz zu tragen,
denn ohne Dich wird vieles anders sein.

Das schönste Denkmal,
das ein Mensch bekommen kann,
steht nicht auf irgend einem Platz,
sondern im Herzen seiner Mitmenschen.

Albert Schweitzer war ein deutsch-französischer Arzt, evangelischer Theologe, Organist und Philosoph. Als Theologe und Philosoph veröffentlichte er theologische und philosophische Schriften sowie Arbeiten zur Musik und autobiografische Schriften. Bevor er nach Afrika ging, um dort 1913 im zentralafrikanischen Gabun ein Krankenhaus zu gründen, hatte der 38-Jährige bereits in drei verschiedenen Fächern promoviert, hatte sich habilitiert und war Professor. Schweitzer erhielt zahlreiche Auszeichnungen wie Ehrendoktorwürden zahlreicher Universitäten, dem Friedenspreis des Deutschen Buchhandels (1951) und dem Friedensnobelpreis im Jahre 1952.



Albert Schweitzer
geb.: 14. Januar 1875 in Kaysersberg;
gest.: 4. September 1965 in Lambaréné/
Gabun.

LESERGEDICHT

MEIN Schmerz

Als hätte ich
eine Patchworkdecke darübergelegt,
aus Annehmen
Akzeptieren
Verstehen
Glauben
Loslassen und
Weiterleben –
irgendwie.

Dann
löst sich der Faden –
und der Schmerz
bricht aus allen Nähten...

Corina Lärli wohnt in Raubling und arbeitet als Krankenschwester. Seit etwa 1982 schreibt sie und einige ihrer Werke sind in der „Bibliothek der deutschsprachigen Gedichte“ veröffentlicht worden.



Corina Lärli
geboren: 1967.

MACHEN SIE MIT!

Wir veröffentlichen an dieser Stelle jede Woche ein Lesergedicht. Schicken Sie uns Ihre Verse mit Ihrem Foto, einem kurzen Lebenslauf und Adresse an: Münchner Merkur, Journal-Redaktion, Paul-Heise-Straße 2-4, 80336 München



Auch ein sterbenskranker Mensch hat den Wunsch, bis zum letzten Atemzug so normal wie möglich zu leben: Lachen gehört dazu.