

Interview: Karina Jais

Abschiednehmen ist seit Jahrzehnten ein großes Thema für Sepp Raischl. Lange war er Vorstand und fachlicher Leiter des Christophorus-Hospiz-Vereins (CHV). Insgesamt arbeitete er 32 Jahre für den CHV, baute zudem das Christophorus-Hospiz-Institut für Bildung und Begleitung auf und leitete es. Auch Raischls Weg in die Hospizbewegung begann mit einem Abschied: Als Ordensbruder und Priester der Franziskaner rebellierte er gegen den Zölibat, gründete eine Familie. Von der katholischen Kirche suspendiert, brauchte der Theologe einen neuen Beruf. Raischl, Jahrgang 1958, studierte Soziale Arbeit und fand über seine Frau, zu der Zeit Krankenschwester in der Onkologie, zum CHV. Nun geht er in den Ruhestand.

SZ: Herr Raischl, Sie setzen sich mit dem Christophorus Hospiz Verein seit mehr als 30 Jahren dafür ein, dass schwerst- kranke Menschen ihr Leben selbstbestimmt zu Ende leben können. Wie kann das gelingen?

Sepp Raischl: An erster Stelle steht die Kommunikation, wir müssen über Sterben und Tod reden. Wie möchte jemand seine letzten Tage verbringen? Was macht ihm Angst? Was will er auf gar keinen Fall? All das muss man besprechen.

Über den Tod zu sprechen, fällt vielen schwer.

Ich habe gute Erfahrungen gemacht mit der sogenannten hypothetischen Rede. „Was wäre, wenn du wüsstest, in zwei Monaten bist du tot?“ Auf diese Art kann man sich mit Distanz gedanklich an etwas herantrauen und in Ruhe eine Antwort finden. Ich erlebe immer wieder: Wer sich frühzeitig mit seiner Endlichkeit beschäftigt, kann leichter loslassen.

In Deutschland stirbt etwa die Hälfte der Menschen im Krankenhaus, ein Drittel im Pflegeheim. Die meisten möchten jedoch zu Hause sterben. Was braucht es, dass dies möglich ist?

Ein guter Tod zu Hause ist dann möglich, wenn Sterbende sich sicher fühlen können. Hospizvereine unterstützen und begleiten Schwerstkranke und deren Angehörige auf diesem Weg. Dabei geht es um Fragen wie: Kommt jemand regelmäßig vorbei? Kann ich nachts Hilfe holen? Habe ich etwas gegen meine Schmerzen? Die meisten haben ein gutes Gefühl dafür, wo sie sterben möchten. Entweder sagen sie es, oder die Physis zeigt es. Wenn Symptome zunehmen, ist es manchmal keine Option mehr, zu Hause zu bleiben.

Wie kann sich auch die Familie auf das Sterben zu Hause einlassen?

Will jemand alleine zu Hause sterben, muss ein Netz geknüpft werden: Familie, Freunde, Nachbarn, professionelle Dienste, Ehrenamtliche. Wenn jemand die letzten Tage im Kreis der Familie verbringt, ist vielleicht nicht viel nötig, aber Unterstützung ist hilfreich. Grundsätzlich brauchen wir Mut, um Sterbende zu begleiten. Es ist eine Herausforderung und kann eine Zumutung sein. Angehörige, die diesen Schritt gewagt haben, berichten dennoch fast immer von einer ungeheuer lebensstärkenden Erfahrung.

Wie finde ich heraus, ob ich mir eine Sterbebegleitung zutrauen kann?

Unser „Basiskurs Sterbebegleitung“ zum Beispiel vermittelt eine Vorstellung davon, was beim Sterben passiert, was Sterbende brauchen und wo man Hilfe bekommt. Es geht um da sein und aushalten und um die Bescheidenheit, seine Grenzen zu kennen. Immer wieder sagen Kursteilnehmer: Das kann ich mit Hilfe schaffen, meine Mutter muss nicht ins Hospiz.

Große Entfernung, berufliche Zwänge, die Kinder – häufig fehlt die Möglichkeit, der Mutter, dem Vater am Ende so zur Seite zu stehen, wie man möchte.

Für einen gelungenen Abschied ist jeder Augenblick wertvoll. Einem Elternteil zu sagen, wofür man dankbar ist, kann Jahrzehnte an Verletzungen heilen. Eine Berührung oder ein Blick können viel lösen. Aber auch wenn man etwas nachträgt, darf das



Sepp Raischl hat als Kind den Tod seines Großvaters miterlebt. Die Begleitung des alten Mannes zu Hause hat den Theologen geprägt.

FOTO: ALESSANDRA SCHELLNEGGER

„Es geht um da sein und aushalten“

Sepp Raischl hat viele Jahre den Christophorus-Hospiz-Verein geleitet. Er findet, wir haben uns das Sterben aus der Hand nehmen lassen. Ein Gespräch über lebensbejahende Begleitung, Sterbehilfe und Dankbarkeit.

angesprochen werden. Authentisch sein Herz zu öffnen, ist heilsam für alle. Und wer sich schwertut, über Gefühle zu sprechen, schreibt einen Brief.

Wie sieht ein gutes Lebensende für Sie persönlich aus?
Ich hoffe, dass ich dankbar zurückblicken kann.

Wann haben Sie das erste Mal jemanden bis zum Tod begleitet?

Ich bin in einer großen Familie auf einem bayerischen Bauernhof aufgewachsen. Als der Großvater Ende der Sechzigerjahre zu Hause gestorben ist, war ich mit meinen zehn Jahren selbstverständlich dabei. Heute steht das Medizinische stark im Vordergrund; man muss erst mal einen Hausarzt finden, der das Sterben zu Hause mitträgt. Dann die Frage: Machen wir alles richtig? Der Druck ist groß, damit es am Ende nicht heißt: Die haben den Großvater einfach sterben lassen?

Ja, wir haben uns in den vergangenen 50 Jahren massiv verunsichern lassen. Ich hoffe, dass mehr und mehr Menschen erkennen: Das Sterben ist unsere Sache. Ich möchte es provokativ sagen: Wir sollten uns das Sterben nicht aus der Hand nehmen lassen. Wir als Menschen, die wir miteinander gelebt haben, sollten uns beistehen. Das wäre meines Erachtens das Beste, was wir uns geben können.

Warum ist es so schwierig, selbstbestimmt zu sterben?

Die Medizin hat großartige Fortschritte gemacht, aber irgendwann kommt ein Punkt, wo Weiterleben zur Qual wird. Es kann befriedend sein zu entscheiden: Jetzt ist es gut. Der Gedanke „ich möchte möglichst lange leben“ ist naiv, wenn wir nicht

berücksichtigen, was das für uns und unsere Familien bedeutet.

Die Hospizbewegung ist angetreten, mehr Leben in das Sterben zu bringen. Palliative Begleitung ist lebensverlängernd, weil sie die Qualität des Lebens steigert. Sie gibt den Menschen Mut, lindert Schmerzen, schafft Raum dafür, sich um Beziehungen zu kümmern und bewusst Abschied zu nehmen. Allerdings finde ich, das Spirituelle kommt etwas zu kurz. Im Ruhestand werde ich mich noch intensiver damit auseinandersetzen.

Nicht jeder möchte sein Leben bis zum Ende leben. Seit das Bundesverfassungsgericht 2020 das Verbot geschäftsmäßiger Sterbehilfe gekippt hat, ist assistierter Suizid in Deutschland möglich.

Der Verein hat inzwischen 100 Festangestellte und 270 Ehrenamtliche

Wir als CHV haben uns klar positioniert und unterstützen keine Selbsttötung. Wer zu uns kommt, muss wissen, woran er ist. Wir konzentrieren uns mit all unserer Kraft auf die Aufgaben, für die wir uns gründlich qualifizieren: Schmerzen lindern, Symptome kontrollieren und lebensbejahend begleiten bis zuletzt. Viele Hospizverbände formulieren das ähnlich.

Wie berührt Sie als Theologe eine Entscheidung für den Suizid?

Mich als Theologe und Sepp Raischl macht es sehr traurig. Es geht nicht darum, alles selbst zu machen. Man darf sich dem Le-

ben anvertrauen und anderen zumuten. Ich habe oft erlebt, welchen Unterschied es auch psychisch macht, wenn Abschied möglich ist und Menschen ihr natürliches Sterben annehmen. Trotzdem respektiere ich die Entscheidung jedes Einzelnen.

Respektieren Sie auch die professionelle Sterbehilfe?

Ich und wir als CHV erheben den Anspruch gegenüber Sterbehilfevereinen in Deutschland, ihre Arbeit – wenn man das so nennen mag – gut zu machen. Wer Menschen bei der Selbsttötung unterstützt, sollte das nicht auf dem Rücken anderer tun, sondern selbst für notwendige Rahmenbedingungen sorgen, etwa Räume und ausgebildetes Personal bereitstellen. Aus Gesprächen mit Pflegekräften weiß ich: Es ist für sie kaum zu ertragen, sich täglich um das Wohlergehen eines Kranken zu kümmern, der sich dann das Leben nimmt, sozusagen in ihren vier Wänden etwa eines Pflegeheims.

Welche Themen werden Ihre Nachfolgerinnen noch beschäftigen?

Kerstin Hummel und Nora Gaupp, die beiden Vorständinnen, werden sich sicher weiter für die Ausweitung der palliativen Versorgung einsetzen. Cornelia Kurth, die die Leitung des Bildungsinstituts übernimmt, wird auch in Zukunft daran arbeiten, das Thema Tod zu enttabuisieren. Es macht das Gehen leichter, zu wissen, dass die Aufgaben in guten Händen sind. Das bedeutet nicht, dass alles so laufen muss, wie ich es mir gedacht habe.

Seit Sie 1992 zum Christophorus-Hospiz-Verein kamen, ist viel passiert.

Damals war das eine kleine Gruppe sehr kompetenter, stark motivierter Menschen

mit dem Ziel, die aus England kommende Hospizbewegung in Deutschland zu etablieren. Heute sind wir ein hochprofessioneller Verein mit etwa 100 Festangestellten sowie 270 ehrenamtlichen Mitarbeitern; wir bieten umfassende ambulante Dienste, betreiben eines der beiden Hospize in München, ein Tagesangebot, ein Bildungsinstitut, und in wenigen Jahren kommt ein innovatives ambulantes Zentrum dazu. Wir stehen kurz vor der Unterschrift unter einen Erbpachtvertrag für ein Grundstück, auf dem wir bauen werden. Das freut uns riesig.

Welche Errungenschaften liegen Ihnen besonders am Herzen?

Dank der Hospizbewegung gibt es palliative Versorgung in Deutschland nahezu flächendeckend. Wir haben erreicht, dass sich Patientenverfügungen und Vollmachten durchsetzen und rechtsverbindlich wurden. Und ich empfinde es als Revolution, dass wir ein über Jahrhunderte festgeklopftes hierarchisches Gesundheitssystem reformiert haben: In der Palliativversorgung kümmern wir uns um den ganzen Menschen. Pflegekräfte und Ärzte, Juristinnen, Kollegen aus Sozialarbeit und Seelsorge arbeiten ebenbürtig, Hand in Hand auch mit Ehrenamtlichen. Jeder wird gehört, das ist wunderbar gelungen.

Freiwillige hatten von Anfang an eine wichtige Rolle in der Hospizarbeit.

Im Ruhestand werde auch ich mich unter die Ehrenamtlichen einreihen und zum Beispiel weiterhin mit meiner Frau und unseren Kindern Heiligabend im Hospiz gestalten. Solange es gewünscht ist, feiern wir das Weihnachtsfest gemeinsam mit den Menschen, die hier ihre letzten Tage verbringen.