

„Den Tod als Freund sehen“

Sterbebegleiter Jean-Paul Beffort informiert in der Rotenburger Volkshochschule

ROTENBURG • Sterben und Tod, vor diesen sensiblen Themen drückt sich die Gesellschaft gern. Fast jeder klammert diese letzten und endgültigen menschlichen Momente aus, als würde es nie nicht geben. Zum Thema „Rituale der Sterbegleitung und Trauerarbeit“ hielt Jean-Paul Beffort, Psychotherapeut und Sterbebegleiter, in der Volkshochschule ein Referat, das im Rahmen eines zweitägigen Seminars im November vertieft werden soll.

Der 57-jährige in Luxemburg geborene Vater von zwei Kindern lebt seit 28 Jahren in Deutschland. Vor zwei Monaten hat er seine Praxis in Visselhövede eröffnet. Zum Sterbebegleiter wurde er von der bekannten Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross ausgebildet. Nicht nur deshalb wusste er, wovon er sprach: Der Tod hat mehrmals bei ihm „angeklopft“. Zweimal, so der Referent, sei er selbst den klinischen Tod gestorben, in einem Falle hätten seine Frau und er fast den Sohn verloren.

Nein, rückte Jean-Paul Beffort mögliche Vermutun-

gen gerade, er sei alles andere als todessehnsüchtig, er könne das Leben sehr wohl genießen, aber er wolle mit dazu beitragen, das Sterben und den Tod aus ihren Tabuzonen zu holen. Das Sterben sei aus dem eigenen Haus weitgehend ausgelagert worden in Krankenhäuser, in Heime, in Hospize, wobei diese Einrichtungen segensreich seien. Angehörige trennten sich meistens so schnell wie möglich von dem Leichnam.

Sterbeprozess eingeteilt in vier Phasen

Den Tod verglich der Referent mit einem „Rückertungsprozess“: „Wir geben etwas Ausgeliehenes an die Natur zurück.“ Menschen, die auf dem Weg in den Tod gewesen seien, aber dann doch ins Leben zurückkehrten, berichtete Beffort, hätten ähnliche Empfindungen gehabt: Ein spiralförmiges Herausdrängen aus dem Körper, ein Glücksgefühl, Schmerzen seien beendet. Jean-Paul Beffort: „Vieles lässt sich gar nicht erklären, wir ge-



Jean-Paul Beffort

hen in einen anderen Zustand hinein“.

Der Referent teilte den Sterbeprozess in vier Phasen ein. „Sterben“, sagte Beffort, „ist etwas Individuelles und beginnt damit, dass das Gehirn anfängt sich zu entladen.“ Menschen bekämen einen großen Drang, aus der Vergangenheit zu erzählen. Dazu müsse ihnen der nötige Raum gegeben werden. Das Sterben sei das Intimste und Geheimnisvollste, was wir mit einem Menschen erleben könnten. Es komme weiter darauf an, Frieden nicht nur mit anderen, son-

dem auch mit sich selbst zu schließen. Jean-Paul Beffort nannte ein Aufblammen letzter Lebenskraft als Phänomen der zweiten Phase. Der Sterbende erlebe diese noch einmal als glückliche Zeit. Ein kürzerer Zustand, der hinübergleite zu einem Zurückziehen der Sinneswahrnehmungen. Die Augen werden glasig, das Schmecken setzt aus, die Sprache geht verloren, manche Menschen fallen in Bewusstlosigkeit. Beffort:

„Mein Anliegen ist es, dass der Tod als Freund gesehen wird. Vielleicht beginnen wir dann, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren“.

Nach dem medizinischen Tod bleibe die Seele etwa 72 Stunden lang mit dem Toten verbunden. In diesen Tagen hätten dann die Angehörigen Gelegenheit, Abschied zu nehmen. Wichtig sei, die Traurigkeit zuzulassen. Wichtig sei auch, Kinder stets einzubeziehen. Jean-Paul Beffort plädierte schließlich dafür, Sterbebegleiter nicht nur ehrenamtlich arbeiten zu lassen, sondern in einen regulären Beruf zu verwandeln. • bn