



Michael Nußbaumer ist Teamcoach und Prozessbegleiter mit dem Labor für Kulturtransformation sowie Initiator und einer der Herausgeber von TAU. Er lebt mit seinen Töchtern Malin und Lilli am Fuße des Wilhelminenbergs in Wien. Als Theaterkabarettist ist er einer der beiden ersten Fahrgäste der U5.

Info:

www.kulturtransformation.net
www.michaelundmichael.com

Sterben – Tod – Trauer

NICHTS ZU MACHEN

Die Beschäftigung mit dem Sterbeprozess lehrt mich für den Alltag: Entgegen „unserer“ westlichen Logik der Machbarkeit und des Machens ist so oft – vielleicht immer? – nichts zu machen. Vielmehr geht es darum, mich wahrnehmend auf die Prozesse einzulassen, von denen mein Leben Teil ist. Den Boden kann ich bereiten, einladen kann ich, hinschauen und mich staunend einlassen kann ich. Aktiv machen kann ich mir nur Sorgen. Ich kann es weder machen, dass die Liebe zu mir kommt und bleibt, noch das Geld oder der Erfolg. Das lässt mir die Wahl zwischen Ohnmachtsgefühl und Vertrauen. Und diese habe ich immer wieder neu zu treffen.

TRAUERN WIE DIE KINDER

„Kinder trauern anders, von Kindern können Erwachsene viel lernen. Sie trauern spontan und punktuell, ein paar Minuten später spielen sie wieder. Erwachsene trauern linear und permanent, da gibt es kaum helle Momente. Kindern ist gute Trauer zumutbar, deshalb sollten sie auch beim Begräbnis dabei sein.“

Thomas J. Nagy

Seit zehn Jahren begleitet Thomas J. Nagy mit der TrauerWeile trauernde Menschen – über 3.500 werden es wohl sein. Informationen:

www.TrauerWeile.at



STERBEN HELFEN?

Aktive Sterbehilfe, also aktives Herbeiführen des Todes auf Wunsch eines Patienten oder einer Patientin ist in Österreich gesetzlich verboten und wird mit hohen Strafen bedroht. Passive Sterbehilfe ist der Verzicht auf lebensverlängernde Maßnahmen beim Sterben. Diese ist nicht strafbar, wenn PatientInnen dies aktuell wünschen und ausdrücken können oder wenn es eine aufrechte Patientenverfügung gibt. Das ist ein Dokument, in dem ich prophylaktisch genau festlege, welche Art von Behandlung ich im Ernstfall wünsche und welche nicht. Infos über Patientenverfügungen gibt es bei www.hospiz.at und www.help.gv.at.

TAU-ZIEHEN: Selbstbestimmung bis zum Schluss und ein würdevolles Gehen versus Sorge um ein Absinken der gesellschaftlichen Tötungsschwelle.

Was beim Sterben hilfreich ist:

„Sterben ist ein normaler Vorgang des Lebens, es braucht keine Hilfe, aber Begleitung, die einfühlsam schaut, dass physische, soziale und spirituelle Bedürfnisse wahrgenommen und erfüllt werden. ‚Ein letztes Mal‘ einen Ausflug machen, ins Kaffeehaus gehen, mit meiner Familie nach Hause kommen, jemand um Entschuldigung bitten, vor allem letzte Dinge regeln. In Hospiz- und Palliativrichtungen werden großartige menschliche Einsätze geleistet ..., um das zu ermöglichen. Bei meiner ersten Exkursion in eine dieser Einrichtungen war ich sehr ergriffen. Ich habe gesagt: ‚Muss ich erst schwerkrank sein, damit das möglich ist?‘“ Hermine Lechner, Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, ausgebildet in Palliative Care. Lebt seit 25 Jahren mit der Diagnose Brustkrebs.

ORGANE VERPFLANZEN?

In Österreich ist jedeR bis auf ausdrücklichen Widerspruch (www.goeg.at/cxdata/media/download/formular_wrp.pdf) potenzielle OrganspenderIn. Organe können nur bei diagnostiziertem „Hirntod“ und bei lebendigem Leib entnommen werden. Zur Frage, ob die Transplantationsmedizin ein wissenschaftlicher Segen oder ein „frankensteinscher“ Fluch ist, gibt es polare Positionen. Vom segensvollen Lebenretten und Lebenverlängern auf der einen Seite zur Warnung, dass es weder dem Verstorbenen noch dem Überlebenden energetisch wohl tut. Sich der Tiefe eines solchen Eingriffes – für beide Seiten – bewusst zu werden, halte ich in der Auseinandersetzung für essenziell.