

BIOGRAFIEARBEIT an der Todesschwelle

- Ein Beispiel in sieben Schritten -

Wenn ein Geist stirbt, wird er Mensch.
Wenn der Mensch stirbt, wird er Geist.
Novalis

Wie kann man sich auf den Tod vorbereiten? Wie kann man andere Menschen an der Todesschwelle begleiten? Welche Möglichkeiten entstehen durch Vorbereitung?

Ausgangsfrage in der Gegenwart

Etwa sechs Wochen vor seinem Tod fragte mich ein 67-jähriger schwerkranker Mann, ob ich mit ihm auf seine Biografie schauen könne, um dann bei der Trauerfeier über sein Leben zu sprechen. Er wolle vor allem seine Frau von dieser schwierigen Aufgabe entlasten. Auch würde er gerne mit mir über persönliche Fragen sprechen, die seine Tochter an ihn gestellt habe und mit denen er sich überfordert fühle. Er sei sehr geschwächt und könne sich an kaum etwas erinnern. Ich sagte zu und ergänzte, er brauche sich keine Sorgen zu machen, wir werden im Gespräch sehen, was ihm jetzt wichtig erscheint.

Rückblick auf das Leben – Vorblick auf die Zukunft

Konkrete Fragen zu den Lebensphasen brachten seine Erinnerungen in Fluss. Er lebte beim Erzählen sichtbar auf und stellte mit Erstaunen fest, was alles „zu ihm gehört“. Die Themen seiner Biografie und die Entwicklung seiner Beziehungen zu anderen Menschen wurden für ihn lebendig und neue Zusammenhänge bewusst. Auch die Arbeit an noch Ungelöstem und an der Perspektive des Lebens nach dem Tod halfen ihm, die Kraft für den Schwellenübergang zu stärken.

Einbezug der Familie

Als wir auf seine Kinder zu sprechen kamen, schlug ich vor, ein gemeinsames Gespräch mit ihnen zu führen. Die daraufhin folgende Zusammenkunft gab seinen Kindern Gelegenheit, für sie Wesentliches zu beleuchten - ein gemeinsamer Raum öffnete sich.

Todeszeitpunkt und Aufbahrung

Den Todeszeitpunkt beschreibt Rudolf Steiner als den Moment, der für den Verstorbenen „das Schönste in der geistigen Welt“ im Leben zwischen dem Tod und einer neuen Geburt ist.* Für die begleitenden Menschen kann eine gemeinsame Vorbereitung auf diesen Moment die innere Kraft stärken, dem Sterbenden auch in diesem Augenblick vertrauensvoll und geistesgegenwärtig beizustehen.

Zu einem innerlich berührenden Erlebnis kann auch die Begleitung des Verstorbenen bei der Totenwache werden. Hier können die Weggefährten zu einem – für sie selbst oft überraschenden - neuen Verständnis des Verstorbenen und der eigenen Beziehung zu ihm finden.

Trauerfeier

Für den Inhalt seines Lebensbildes bei der Trauerfeier hatte mir der Verstorbene vor seinem Tod sein volles Vertrauen ausgesprochen. Als er starb war ich auf Reisen. Ich nahm ihn in den folgenden drei Tagen intensiv in meine Gedanken und Empfindungen auf und hatte das Gefühl, dass er gemeinsam mit mir erneut auf sein Leben blickte. Manches wurde wichtiger, anderes liess ich beiseite, in der Bemühung, das nun für ihn Wesentliche zu finden und bei der Trauerfeier auszusprechen.

Lebensbild der Weggefährten

Das Lebensbild könnte ergänzt werden (dies war hier nicht möglich), wenn nach der Trauerfeier zu einem Gespräch eingeladen wird, bei dem man – in möglichst ruhiger Atmosphäre – gemeinsam auf das Leben des Verstorbenen zurückblickt. Erzählen Verwandte, Freunde und Kollegen konkrete Ereignisse, einzelne Wesenszüge oder Anekdoten, so kann das Lebensbild - auch für den Verstorbenen selbst – erweitert werden und aufleuchten.

Rückblick mit den Nahestehenden – Den eigenen Weg finden

Etwa vier Wochen nach dem Tod verabredete ich erneut eine Zusammenkunft mit der Familie. Mit einem Spruch, einer Hinwendung zu dem Verstorbenen, eröffneten und schlossen wir das Gespräch. Wir blickten zurück auf die Ereignisse und die eigenen inneren Erlebnisse: Es entstand ein Raum für den Schmerz und für die Zuversicht, einen eigenen Weg für die Pflege der Beziehung zum Verstorbenen zu suchen und zu finden.

So war jeder dieser Schritte Arbeit an der Biografie des Verstorbenen und wurde von den Beteiligten gleichzeitig als Intensivierung ihrer Beziehung zu ihm und als innere Veränderung ihrer selbst erlebt.

Quellen:

* Rudolf Steiner: GA 159, S. 350

**Rudolf Steiner: Der Tod – die andere Seite des Lebens, Wortlaute und Sprüche

Andrea Motte, Basel, Arlesheim

Gemeinschaftspraxis

Begleitung von Menschen in Entwicklungsprozessen

www.motte.ch

Okt. 2017