

Wie man in Corona-Zeiten trauern kann – Möglichkeiten und Rituale

Cassandra Yousef, Bestatterin, memento Bestattungen, Berlin

Vortrag bei dem Online-Fachgespräch

„Sterbebegleitung und Abschied in der Pandemie – Erkenntnisse und Erfahrungen.“

22. Februar 2021

Ich freue mich, Ihnen von den Erfahrungen zu berichten, die wir in unserem Arbeitsalltag gesammelt haben.

Mein Name ist Cassandra Yousef und ich bin Bestatterin bei memento Bestattungen in Berlin, wir sitzen in Friedenau und arbeiten in ganz Berlin und im Umland, also Potsdam und nahumliegendes Brandenburg.

In Vorbereitung auf diesen Vortrag bin ich gedanklich nochmal zurückgegangen zum März 2020, dem ersten „Lockdown“, der für alle einschneidend war und fast alle Lebensbereiche betroffen hat. Für mich persönlich war es am eindrucklichsten, wie wir bei uns im Büro saßen und eine Nachricht nach der nächsten eintraf, was jetzt nicht mehr möglich ist. Zeitweise waren Friedhöfe sogar gänzlich für Besucher und Beisetzungen geschlossen. Was heute Normalität war, schien damals unvorstellbar: nur eine limitierte Anzahl Trauergäste ist zugelassen.

Menschen in Trauer, Menschen, denen ein naher Zugehöriger gestorben ist, sind oft mit einem Gefühl des Kontrollverlustes konfrontiert. Unter den gegebenen Umständen hatten wir das Gefühl, dass uns die Grundlage unserer Arbeit entzogen wurde: Den Menschen, die zu uns kommen, ein Stück Kontrolle zurückzugeben, sie Aktivitäten und Entscheidungen treffen zu lassen, die das Gefühl der „Selbstwirksamkeit“ fördern. Trauer und die damit verbundenen Bedürfnisse kommen natürlich in den unterschiedlichsten Facetten; Rückzug kann eine sein, viele Menschen haben auch ein Bedürfnis nach Nähe und erleben Trost durch Beisammensein mit anderen.

Diese individuellen Bedürfnisse müssen nun mit den Coronaschutzmaßnahmen in Einklang gebracht werden: die Menschen werden zu Kontaktbeschränkung und räumlicher Distanz aufgerufen. Konkret hieß das vor allem, dass nur wenige Menschen auf Trauerfeiern anwesend sein durften und auch anschließende private Versammlungen verboten sind oder nur sehr limitiert stattfinden dürfen. Zusätzlich existiert auch die Angst vieler Menschen, sich einer Infektion auszusetzen. Schon unter normalen Umständen kommen die Menschen mit der Frage zu uns: Was ist nach dem Tod eines Menschen überhaupt möglich. Daraus wurde die Frage: Was ist JETZT überhaupt noch möglich? Und was ist überhaupt erlaubt? Gibt es eine Alternative dazu, meine Liste an geladenen Trauergästen auf zehn zu reduzieren? Was mache ich, wenn allein der engste Kreis bereits aus 12 Menschen besteht?

Und nach einem Moment der resignierten Fassungslosigkeit kamen wir schnell zu der Antwort: ja, die gibt es, ja, es ist immer mehr möglich als einer zuerst denkt. Und da kommt sicher ein Vorteil zum Tragen, den wir als Bestatter*innen im Alltag haben: Wir sind es gewohnt, Menschen zu begleiten, die sich in Krisen oder Ausnahmesituationen befinden. Wir haben im vergangenen Jahr einen etwa 5-minütigen Film dazu gedreht, den ich gleich gern mit Ihnen gemeinsam anschauen möchte.

Im Anschluss daran möchte ich drei Aspekte näher anschauen, die sich bei uns in der praktischen Arbeit als immer wiederkehrend herausgestellt haben und wie ein möglicher Umgang damit aussehen kann.

Wir schauen uns heute einen sehr spezifischen Bereich aus dem großen Feld „Bestattung“ an und für alle weiteren Punkte und offenen Fragen, für die ich heute keine Erwähnung gefunden habe, gibt es im Anschluss noch die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Bevor wir den Film anschauen, möchte ich noch sagen, dass wir viele Menschen begleitet haben, deren Zugehörige an oder mit Covid19 gestorben sind. Tatsächlich beziehe ich mich in diesem Vortrag auf alle Menschen, die wir in der Zeit begleitet haben, da in dem Feld „Bestattung“ alle von den Einschränkungen betroffen waren. Viel Spaß mit dem Film :)

<https://www.youtube.com/watch?v=9uOSq-WCXBc>

Sie haben im Film meinen Kollegen Jan Möllers kennengelernt und einige der angesprochenen Punkte werde ich im Folgenden noch aufgreifen.

Alle Beispiele, wie mit den jeweiligen Situationen umgegangen werden kann, sind nur Vorschläge, die natürlich nicht für jeden passen. Vielleicht kann eine einzelne Person mit vier Dingen nichts anfangen, dann gilt es, eine fünfte, passende zu finden. Was jede braucht, ist sehr unterschiedlich.

„Unvollständigerweise“ werde ich mich nun drei Bereichen widmen, die im vergangenen Jahr unter „erschwertten Bedingungen“ stattgefunden haben:

Kein Zugang zu den Verstorbenen mit Covid19

Begrenzte Anzahl an Trauergästen und Kontaktminimierung

Geographische Distanz zum Beisetzungsort

(Sicher sind die möglichen Limitierungen im Angesicht der Pandemie noch durchaus mannigfaltiger, wie z.B. auch das Wegfallen der Möglichkeit, im Anschluss an die Trauerfeier noch gemeinsam etwas essen zu gehen und in informellerem Setting der Toten zu gedenken oder auch das Wegfallen von Trauergruppen.)

Kein Zugang zu den Verstorbenen mit Covid19

In unserer Arbeit versuchen wir, „Leerstellen“ zu füllen. Die Möglichkeit, den toten Körper nochmal zu besuchen, insbesondere wenn ein Besuch am Sterbebett nicht möglich war, kann enorm wichtig sein. Dem Körper nochmal etwas „Gutes zu tun“, zu begreifen, dass der Mensch gestorben ist, sich vergewissern, dass es wirklich der- oder diejenige ist, den man im Leben gekannt hat, eventuell etwas Friedvolles zu entdecken und Schreckensbildern entgegenzuwirken.

Ist ein Mensch mit einer Covid19-Infektion verstorben, wird der Körper in einen sogenannten Body Bag, eine versiegelte Hülle, gelegt, die keine Keime und Viren mehr durchlässt. Diese kommt in einen Sarg, der nicht mehr geöffnet werden darf (???). Wir konnten es den Menschen nicht mehr ermöglichen, die Tote(n) nochmal zu sehen oder zu berühren.

Bei denjenigen, die mit einer Covid19-Infektion gestorben sind, finden die Erschwernisse oft auf zwei Ebenen statt: Zugehörige und die Erkrankten selbst befanden sich oft im Vorfeld bereits in

Quarantäne, wodurch Besuche nicht mehr möglich waren, bis hin zu dem Moment, beim Sterben nicht dabei zu sein. Oft wurde uns von Situationen in den Krankenhäusern berichtet, wo die Pflegenden an der Belastungsgrenze waren und keine telefonischen Updates geben konnten und somit erst während der Sterbestunde oder auch erst nach dem Sterben Kontakt aufgenommen wurde.

Wie also Abschied nehmen von einem Menschen, wenn der Körper nicht mehr zugänglich ist?

Wir widmen uns der Ebene, die am nächsten dran ist.

Das könnte auf einer handelnden Ebene bedeuten, den leeren Sarg zu gestalten, ihn zu bemalen, ihn von innen auskleiden oder schöne Decken hineinlegen, die dem Verstorbenen etwas bedeuten. Der leere Sarg kommt dem Toten am nächsten, da er oder sie unmittelbar dort hineingebettet wird. Dieses „Bett“ vorzubereiten, kann als Möglichkeit dienen, die Leerstelle zu füllen, nicht direkt mit dem toten Körper in Kontakt zu kommen und gleichzeitig das Gefühl zu haben, „noch etwas für die Tote getan“ zu haben.

Foto

Eine weitere Möglichkeit ist die Abschiednahme am geschlossenen Sarg. Das Wissen, ich bin jetzt im selben Raum mit der verstorbenen Person und erfahre die größte noch mögliche Nähe, kann als sehr positiv erlebt werden. Konkret ist mir eine besondere Situation im Kopf, als wir aufgrund einer C19-Infektion nicht mehr die Möglichkeit zur Abschiednahme am offenen Sarg hatten und der Witwer als Symbol für den nicht mehr zugänglichen Körper ein Kuscheltier auf den Sarg gelegt hat und dieses einfach lange schweigend als Symbol für den Körper seines verstorbenen Mannes mit beiden Händen berührt hat. Anschließend hat er das Lieblingskonzert seines Mannes auf dem Klavier vorgespielt, in Anwesenheit des verschlossenen Sarges. Und zwar Schubert Ges Dur Impromptu.

Begrenzte Anzahl an Trauergästen und Kontaktminimierung

Die Beerdigung des Körpers ist ein Ritual, das Menschen seit Jahrtausenden praktizieren. Für viele Menschen ist es sehr wichtig, an diesem Ritual teilzunehmen. Es kann Teil des Trauerprozesses sein, für andere ist es wichtig, dem Toten die letzte Ehre zu erweisen, es kann schön sein, ein letztes Mal mit den Menschen aus dem Umfeld des Verstorbenen zusammen das Leben zu würdigen. Auch den Zugehörigen kann so Anteilnahme deutlich gemacht werden. In der Regel sind alle willkommen, denen es wichtig ist. Früher: Volle Hallen, Leute stehen in den Gängen.

Zu den Limitierungen der Trauergäste seit Ausbruch der Pandemie sei gesagt, dass es nie eine pauschale Antwort auf die Frage gab, wie viele Trauergäste zur Trauerfeier in die Kapelle oder auf dem Friedhof zugelassen waren. Die Zahl variierte von 10-70 Gästen, abhängig von verschiedenen Faktoren, wie etwa der Möglichkeit der Distanzwahrung innerhalb der Kapelle, Unterschiede zwischen kirchlichen und städtischen Friedhöfen mit unterschiedlichen Verordnungen, manchmal war Friedhofspersonal mit eingerechnet, manchmal zählten diese zusätzlich...

Aber: eine Limitierung gab es immer. Zusätzlich gab es gerade zu Beginn der Pandemie große Verunsicherung: Keine Umarmung ab Grab und mitunter wurden die Stühle mit 1,5m Abstand in der Kapelle platziert. „Darf ich jetzt nur zehn Leute einladen? Wie soll ich auswählen?“ war eine der am meisten gestellten Fragen.

An der Anzahl der Menschen, die sich in die Trauerhalle oder draußen auf dem Friedhof versammeln dürfen, können wir nichts drehen. Die Liste auf die exemplarischen „Zehn“ zu reduzieren, würde sich genau einreihen in die Passivität, den Kontrollverlust und das Gefühl von Einsamkeit,

welches durch ein gemeinsam abgehaltenes Trauerritual reduziert werden soll: Wir versuchen, Aktivitäten zu finden, mit Menschen in Kontakt zu treten, das Gefühl zu vermitteln, „etwas tun zu können“. Wenn nicht alle auf den Friedhof kommen dürfen, kann es ein kleiner Satz in der Trauerkarte sein, der signalisiert, dass die, die nicht physisch anwesend sein können mitgedacht werden: Ort und Uhrzeit der Beisetzung bekannt geben und die Einladung, zu dieser Stunde innezuhalten. Wenn Menschen außerhalb der Kapelle stehen, können sie mit einer Tonübertragung am Gesprochenen teilhaben. Es ist auch schön, dass sie als Zugehörige zur Trauergemeinde kenntlich sind, zum Beispiel indem alle ein rotes Grablicht erhalten, welches zu Beginn der Trauerfeier angezündet wird.

Dann schauen, was hat der Verstorbene ganz persönlich für einen bedeutet: eine Frau, die wir beerdigt haben, hat ihre Tangoschuhe mit in den Sarg bekommen und ihre Tanzgruppe hat um den Sarg ein letztes Mal für sie getanzt, die die da waren, die anderen zu Hause. Es gab also Aktivität. Es können „Goody Bags“ gepackt und verteilt werden: Schokolade und Champagner, Kekse und schwarzen Tee, die zu Hause im Moment der Erinnerung genossen werden können. Manche erleben die Umarmung am Grab als sehr unterstützend. Eine Frau, die ihren Vater beerdigt hat, hatte genau vor dieser Situation einen Graus: dass sie am Grab ganz alleine und ohne Stütze stehen wird. Die Urne ihres Vaters wurde in einem Urnenkreis beigesetzt und so kam ihr die Idee, einen Kreis um den Beisetzungsort mit den anderen Menschen zu bilden, um noch einmal die Verbundenheit mit allen in der Beziehung zu ihrem Vater zu symbolisieren. Das haben wir mit Seidentüchern gemacht (Foto), von denen jeder Gast eines bekommen hat. Und auch der Moment der Auflösung des Kreises war ein wichtiger und schöner Moment.

Wenn die Beisetzung in derselben Stadt stattfindet, gibt es ohne weiteres die Möglichkeit, zu einem späteren Zeitpunkt die Grabstelle zu besuchen. Es kann etwas mitgebracht und abgelegt werden, es kann gemeinschaftlich durch Bepflanzung beispielsweise das Grab gestaltet werden. Das gibt denen, die nicht zur eigentlichen Beisetzung kommen konnten die Chance, aktiv zu sein und gibt auch den nächsten Angehörigen das Gefühl, dass da andere Menschen sind, die teilnehmen und das kann zu schönen Überraschungen führen, wenn man das nächste Mal zum Grab geht.

Geographische Distanz zum Beisetzungsort

Wie bereits erwähnt, ist es vielen Menschen ein Bedürfnis, der Beerdigung beizuwohnen.

Nun leben aber auch immer öfter Menschen in anderen Ländern und haben nicht die Möglichkeit, Landesgrenzen zeitnah zu überwinden. Die Beisetzung zu verschieben ist für viele keine Option gewesen, zu unsicher war die Aussicht auf Lockerungen. Auch soll der Körper „endlich seine Ruhe finden“, Beisetzungen scheinen nicht verschiebbar. Wie kann also die Beisetzung, neben einer Videoaufnahme, erlebbar werden? Wie können sich Zugehörige als handelnd erleben, ohne vor Ort sein zu können?

Verbundenheit mit den anwesenden Trauergästen kann zum Beispiel erschaffen werden, in dem ein bestimmtes Musikstück zu einer genau festgelegten Zeit an dem Ort abgespielt wird, an dem man sich gerade verbindet. Es kann folgende Verabredung getroffen werden: Um 10:20 wird die Urne in die Erde gelassen. Auf dem Friedhof wird genau zu dieser Zeit „Für mich soll's rote Rosen regnen“ von Hildegard Knef spielen, das hat sich die Verstorbene für ihre Trauerfeier gewünscht. Die auf dem Friedhof Anwesenden wissen, dass viele Nichtanwesende in Gedanken in diesem Moment unterstützend dabei sind. Die zu Hause wiederum können sich so die Situation auf dem Friedhof gut vorstellen. Für Menschen in der Ferne kann es auch tröstlich sein, wenn von ihnen

niedergeschriebene Worte verlesen werden. Es wird ein Stellvertreter ausgewählt, der zum Beispiel einen Brief vorliest.

Zum Schluss möchte ich von einer für mich sehr berührenden Begleitung erzählen.

Die 102-jährige Mutter einer Frau, die seit Jahrzehnten in den USA lebt, ist in Berlin gestorben. Die Einreise nach Deutschland war zu der Zeit zwar noch möglich, aber die Tochter selbst Risikopatientin. Als klar wurde, dass sich die Situation so bald nicht entspannen würde, hat sie sich entschlossen, die Beisetzung ohne sich stattfinden zu lassen. Es gab transatlantische Telefonate mit dem Pfarrer und einen engagierten Cousin vor Ort, der ein hervorragender Stellvertreter war. Das hier (Foto) ist die Urne, die wir beigesetzt haben und in diese Gläschen haben wir Erde vom Grab gefüllt, die wir der Tochter in die USA geschickt haben.

Mit diesem Bild beende ich meinen Vortrag, sollte es Fragen geben, freue ich mich sehr, diese zu beantworten.