«Leben ist ein Geschenk, aber kein Zwang»

ABSCHIEDNEHMEN• Reto Beutler ist Pfarrer und Seelsorger, seit fünf Jahren leitet er die Beratungsstelle Leben und Sterben in Bern. Besonders wichtig für ihn als Seelsorger ist, genau hinzuschauen, was sein Gegenüber gerade wirklich braucht.

Wer zu Reto Beutler in die Beratung kommt, sucht Unterstützung bei Fragen, die sich niemand gerne stellt. Doch das Abschiednehmen, das Lebensende, die eigene Sterblichkeit sind Themen, die jede und jeden Einzelnen betreffen. Sobald sie konkreter werden, wird bei vielen Menschen das Bedürfnis lauter, Halt zu finden und nach Antworten zu suchen, mit denen man alleine überfordert ist. «Zu mir kommen sowohl Männer als auch Frauen, die meisten sind zwischen 40 und 70 Jahren alt. Inzwischen kommen allerdings auch immer mehr junge Erwachsene dazu, die Tendenz ist steigend», erzählt der reformierte Pfarrer, der seit fünf Jahren die Beratungsstelle Leben und Sterben der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn leitet. «Man könnte sagen, die Anliegen betreffen die ganze Bandbreite der Thematik Trauer und Abschied. Sie alle suchen Hilfe in einer Krise und möchten dabei eine ganzheitliche Perspektive erfahren, eine spirituelle Sicht.»
Die Dauer der Begleitung sei ganz unterschiedlich. Im Durchschnitt würden Menschen drei- bis fünfmal ein Gespräch mit ihm suchen, es gebe aber auch Fälle, die er über einen längerfristigen Zeitraum unterstützen würde. Wichtig ist Beutler die Abgrenzung zu einem therapeutischen Angebot: Die Menschen, die Rat bei ihm suchten, würden sich nicht krank fühlen, es gehe nicht um die Arbeit mit Diagnosen. Sollte er allerdings den Eindruck gewinnen, dass eine tiefergehende psychische Problematik vorliege, sei es ihm wichtig, die Betroffenen an die richtigen Fachpersonen zu vermitteln, denn «man muss nicht alles alleine schaffen, manchmal hilft man mit der passenden Triage am meisten».

Zur Person

Reto Beutler ist reformierter Theologe und war 21,5 Jahre lang als Gemeindepfarrer tätig. Er verfügt zudem über langjährige Erfahrung als Spitalseelsorger und ist aktuell in dieser Funktion im Spitalzentrum in Biel engagiert. Seit 2021 leitet er «Beratung Leben und Sterben» in Bern. Die Beratungen unterliegen der Schweigepflicht. dln

www.beratunglebenundsterben.ch

Ethische Fragen zum Lebensende

Mittlerweile gibt es zahlreiche Angebote, die sich mit Sinnfragen beschäftigen und in einer zunehmend individualisierten Gesellschaft dazu geführt haben, dass das Thema Tod nicht mehr automatisch mit der Institution Kirche und insbesondere dem Gemeindepfarramt verbunden wird – das beobachteten die Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn. «Man ruft nicht mehr automatisch den Gemeindepfarrer an, sobald es um das Thema Sterben geht oder jemand bereits gestorben ist», sagt Beutler. Mit der Einrichtung der Beratungsstelle wurde daher das Ziel verknüpft, ein niederschwelliges und überregionales Angebot zu schaffen, um Menschen den Zugang zu erleichtern, die über ihre Fragen und Sorgen sprechen möchten.

«Natürlich kann mein Glaube in die Beratungen einfliessen, doch ich möchte niemandem meine persönlichen Werte überstülpen», beschreibt Beutler seine Herangehensweise. «Zu mir kann jede und jeder kommen. Zentral ist für mich, meinem Gegenüber zu vermitteln, dass es nicht alleine ist in seiner Unsicherheit, mit seinen Ängsten und Gefühlen der Überforderung, wenn es um das Thema Abschiednehmen geht.»

Manchmal sei es auch gar nicht der Tod, der diejenigen umtreiben würde, die zu ihm kämen, sondern generell die «Übergänge im Leben», wie Beutler es bezeichnet. Dies könne vom Abschluss des Berufslebens bis zu Trennungen in der Partnerschaft alles sein. Gerade wenn es allerdings um das Ende des eigenen Lebens oder des Lebens einer nahestehenden Person gehe, trete die Frage nach dem Glauben und der Spiritualität oft auch bei Menschen auf, die sich bis zu diesem Zeitpunkt wenig mit religiösen Einstellungen identifiziert hätten.

Trotz aller gesellschaftlichen Veränderungen seien die Fragestellungen und Ängste der Individuen in Bezug auf den Tod seiner Einschätzung nach im Laufe seines Berufslebens immer sehr ähnlich geblieben. «Es ist zum Beispiel das Unerfüllte, was plötzlich in den Vordergrund tritt. Oder Menschen, die wissen, dass sie in absehbarer Zeit sterben werden, fragen sich, was sie nun noch tun können, um Unerledigtes aufzuarbeiten; es geht darum, letzte Wünsche zu erfüllen, und immer mal wieder um das Thema ‹Vergebung›: sich selbst oder andern gegenüber.» Darüber hinaus sei er als Pfarrer natürlich oft mit Ängsten konfrontiert, was nach dem Tod kommt, und dem Gedanken: «Was bleibt von mir?»

Für ihn als Seelsorger sei es von besonderer Bedeutung, Vertrauen zu stärken und Sicherheit zu vermitteln, dass seiner Überzeugung nach Gott in allen Situationen da sei. Geprägt in seinen Überzeugungen habe ihn aber beispielsweise auch der Benediktinermönch und Zen-Meister David Steindl-Rast. In dessen spiritueller Lehre unterscheidet sich das vergängliche Alltags-Ego des Menschen von einem unzerstörbaren, wahren Selbst. Dieses kann auch durch Krankheit und physischen Verfall nicht verloren gehen. «Für viele Menschen ist das in meinen Beratungen ein guter Ansatz, wieder zu diesem Selbst zurückzufinden. Ein Teil ihres Leides kann dadurch in den Hintergrund treten, sie fokussieren sich wieder auf etwas anderes.»

Ethische Fragen sind es, die auch immer wieder im Zusammenhang mit dem begleiteten Sterben durch eine Mitgliedschaft bei Exit auftreten. Sowohl Betroffene selbst als auch deren Angehörige würden in seine Beratungsstelle kommen, erzählt Beutler. Viele unter ihnen seien schon lange bei Exit angemeldet, doch wenn es konkret würde, das Leben in absehbarer Zeit auf diesem Weg zu beenden, würde sich die Situation noch einmal neu darstellen.

Beutler beschreibt dies als «guten Prozess», um sich damit auseinanderzusetzen, wie das eigene Leben enden soll. Einige würden sich dann noch einmal anders entscheiden, für andere würde es darum gehen, bewusst ihren Abschied zu gestalten. Für Reto Beutler ist es hierbei besonders wichtig, den Dialog mit Angehörigen zu fördern und Menschen auch in dieser Situation seelsorgerlich nicht fallen zu lassen. «Für mich ist das Leben ein Geschenk, aber kein Zwang. Wenn physisches, soziales oder psychisches Leid so gross wird, dass der Lebenswille abnimmt, kann ich das verstehen. Ich glaube, dass Gott auch in solchen Situationen nahe ist, wenn Leiden in dieser Form abgekürzt wird.»

Selbstbestimmtes Sterben

Insgesamt beobachtete der Seelsorger im Laufe der vergangenen Jahre, dass



Für Reto Beutler ist es essenziell, Menschen zu vermitteln, dass sie nicht alleine sind. Dorothée Nagel

offener mit dem Tod umgegangen werde und man heutzutage mehr darüber spreche; das Thema sei breiter in der Bevölkerung angekommen. «Selbstbestimmt zu sterben ist wichtiger geworden und dadurch erlebe ich, dass Menschen auch mutiger werden und sich trauen, Fragen zu stellen.» Palliativmedizin, Hospizangebote wie auch die medizinischen Möglichkeiten würden sich weiterentwickeln. Dadurch seien Patientinnen und Patienten immer stärker involviert und gefordert. «Es ist nicht mehr so, dass Ärztinnen und Ärzte immer allein entscheiden, was noch gemacht wird und was nicht. In vielen Fällen können und sollen Kranke auch selbst bestimmen, wie sie sterben möchten, welche Massnahmen und Behandlungen sie noch möchten und welche nicht.
Die Frage nach der eigenen Lebensqualität und was diese ausmacht, tritt dadurch auch verstärkt in meinen Beratungen auf.» Das Verfassen von Patientenverfügungen würde damit einhergehen und sei auch etwas, womit man sich früher nicht so stark beschäftigt habe, dabei beginne bereits die Selbstbestimmung. Ob er im Zuge all dieser Veränderungen auch seine eigene Perspektive verändert und im Laufe seines Berufslebens als Pfarrer eigene Ansichten geändert hat? «Ich denke nicht», sagt Beutler nachdenklich. «Empathie, Mitgefühl, Interesse am Gegenüber war mir schon immer das Wichtigste, das ist bis heute so geblieben.»
Dabei zieht er das biblische Bild des barmherzigen Samariters heran. «Nicht mit Scheuklappen an den Menschen vorbeiziehen, die Hilfe brauchen, und ihre Situation anerkennen, ohne zu werten. Dabei genau hinzuschauen, was ein Mensch wirklich braucht, und nicht meiner eigenen Agenda zu folgen, das ist es, was ich als Seelsorger leisten möchte.» **Dorothée Nagel**

«Die Woche zum Leben mit dem Tod»

AKTIONSWOCHE • Vom 24. Oktober bis zum 1. November findet die «Woche zum Leben mit dem Tod» der Bewegung «endlich.menschlich.» zum ersten Mal in der ganzen Schweiz statt. Ursprünglich kam die Idee dazu aus Bern.



Das Lebensende betrifft uns alle, und niemand weiss, wie viel Zeit ihm noch bleibt. Trotzdem sprechen wir selten über Sterben, Tod und Trauer. Die «Woche zum Leben mit dem Tod» will das ändern: Während neun Tagen rückt sie den Umgang mit dem Lebensende ins Zentrum der Aufmerksamkeit. Mit dabei sind unter anderem Bern, Basel, Zürich, Luzern, Genf, Graubünden, Schaffhausen, die Ostschweiz und das Tessin. Bern übernimmt dabei die Rolle des Leuchtturms. Die Idee entstand 2024 in Bern und ist international verankert (www.phpci.org). Mit dem ersten Stadtfestival «endlich.menschlich.» wurde Bern zu einem offenen Ort der Begegnung. Über 1000 Teilnehmende besuchten mehr als 100 Veranstaltungen, mitgetragen von über 60 Organisationen aus Kultur, Bildung, Gesundheitswesen und Zivilgesellschaft. Das Festival hat gezeigt, wie gross das Bedürfnis ist, offen über Sterben, Tod und Trauer zu sprechen. Und es hat gezeigt, wie wir als Gesellschaft mit diesen Themen leben wollen: solidarisch, zugewandt und mitfühlend. So wurden die Charta zum Lebensende und Bern als erste Compassionate City der Schweiz spür- und erlebbar.

Dieser Erfolg wirkt weit über Bern hinaus. 2026 führen Städte, Regionen und Kantone in der ganzen Schweiz gleichzeitig eigene Veranstaltungen durch. Jede Region gestaltet ihr Programm selbst, und alle sind eng miteinander vernetzt. So entsteht erstmals eine nationale Plattform, die das oft tabuisierte Lebensende sichtbar macht und in Bildung, Kultur, Gesundheitswesen, Arbeitswelt und Zivilgesellschaft hineinträgt.

«Das Lebensende macht Schule»

Ein Herzstück der Woche ist in diesem Jahr die Bildungsarbeit. Zusammen mit «endlich.menschlich.» hat der Berufsverband Bildung Bern eine ganze Ausgabe seiner pädagogischen Zeitschrift Schulpraxis dem Thema gewidmet. Im Heft «ENDLICH» (1/26) schreiben Fachpersonen aus Medizin, Pädagogik, Palliative Care und Kultur, vom Herzchirurgen Reinhard Friedl bis zum Musiker Büne Huber. Dazu kommen Beispiele aus Gymnasien und aus der Kindness Education. Während der Woche wird das Heft zusammen mit der Ausgabe «menschlich.» an einer Vernissage gefeiert.

Die neue Vernetzungsplattform Kindness Education bietet Lehrpersonen didaktische Anregungen und gute Beispiele aus der Praxis, die weit über die Woche hinaus wirken. Volksschulen, Gymnasien und Berufsschulen finden dort altersgerechte Unterrichtsmodule, Workshops und Projekte zu Sterben, Tod und Trauer.

Kinder und Jugendliche sollen früh lernen, über Abschied, Verlust und die damit verbundenen Gefühle zu sprechen. Das stärkt ihre Persönlichkeit und trägt langfristig zu einer solidarischen Gemeinschaft bei. **pd/dln**

Programm

Das Programm während der Aktionswoche reicht von Konzerten, Theater und Film über Erzähl- und Trauercafés, Workshops und Podiumsgespräche bis zu Kunstinstallationen und Ritualen im öffentlichen Raum. Die meisten Angebote sind kostenlos und niederschwellig. Alle sollen teilnehmen können, unabhängig von Einkommen, Bildung oder Lebenssituation. Besonders angesprochen sind Jugendliche, Familien und Menschen in schwierigen Lebensphasen. **pd**

«Die Woche zum Leben mit dem Tod»
24. Oktober bis 1. November
https://die-woche.endlich-menschlich.ch