

«Ich bin EXIT-Mitglied, weil...»



*Astrid Steiner ist seit über 10 Jahren EXIT-Mitglied. Als ausgebildete Zeremonienleiterin gestaltet sie seit vielen Jahren überkonfessionelle Abschiedszeremonien – auch für Menschen, die mit EXIT aus dem Leben geschieden sind.*

ich diesen Tod verhindern können?» Im Gegensatz zu einem Abschied mit EXIT findet ein nicht begleiteter Suizid heimlich statt. Die Entscheidung, aus dem Leben zu scheiden, fällt im Stillen und alleine – ohne dass darüber gesprochen werden kann. Diese Einsamkeit empfinde ich als grausam – sowohl für den Menschen, der aus dem Leben scheidet als auch für seine Angehörigen.

Bei einem von EXIT begleiteten Tod ist die Situation anders. Denn bei einem begleiteten Suizid findet ein Dialog statt – sowohl mit dem Sterbenden als auch mit den Angehörigen. Natürlich ist dieser Weg alles andere als einfach. Nur – und das ist entscheidend – lässt man sich gemeinsam auf diesen Prozess ein und bereitet sich auf den bevorstehenden Tod vor. Es gibt Zeit und Raum zum Abschied nehmen. Ideen und Wünsche für den letzten Abschied können gemeinsam besprochen werden. Und die Angehörigen können für den sterbenden Menschen da sein – bis zum Schluss. Und weil der Prozess mit dem Tod des geliebten Menschen für die Angehörigen nicht endet, sondern neue Herausforderungen mit sich bringt, ist auch eine weitere Begleitung der Angehörigen möglich.

Wie die meisten Menschen wünsche auch ich mir, dass ich natürlich und friedlich sterben darf. Sollte mein Schicksal aber ein anderes sein, bin ich dankbar, dass ich meine Lebensreise – je nach Ausgangslage – auch mit EXIT beenden könnte. Denn Selbstbestimmtheit zeigt sich für mich nicht nur im Leben – sie zeigt sich auch im Sterben.»

[Soll auch Ihr Porträt hier stehen? Melden Sie sich bei \[info@exit.ch\]\(mailto:info@exit.ch\)](#)

« Im jungen Erwachsenenalter verlor ich zwei ehemalige Schulkollegen durch Suizid. Meine Klassenkameradin hatte sich erhängt, der Schulkamerad wurde in einer öffentlichen Toilette tot aufgefunden. Beide Todesfälle erschütterten mich sehr. Der Tod hatte sich mir von einer hässlichen Seite gezeigt. Trotzdem – oder vielleicht auch mitausgelöst durch diese Ereignisse – sollte mich das Thema Tod weiterhin begleiten. Ich setzte mich mit den verschiedenen Formen des Sterbens auseinander, las Bücher, absolvierte ein Praktikum in einem Sterbehospiz, machte Weiterbildungen in Sterbe- und Trauerbegleitung und absolvierte die dreijährige Ausbildung zur Zeremonienleiterin.

Seit über 10 Jahren gestalte ich nun schon überkonfessionelle Abschiedszeremonien. Dabei habe ich ganz unterschiedliche Gesichter des Todes kennengelernt.

Gut erinnere ich mich noch an einen Herbsttag vor über acht Jahren. Mein Telefon klingelte und eine freundliche Männerstimme sagte: «Grüezi Frau Steiner. Ich werde in 14 Tagen sterben und möchte, dass Sie meine Abschiedsfeier gestalten.» Auch wenn ich zu diesem Zeitpunkt schon einige Trauerfeiern geleitet hatte, so fehlten mir im ersten Moment die Worte. Dann ergänzte die Stimme ruhig: «Ich werde mit EXIT

aus dem Leben scheiden.» Die Begleitung dieses Mannes und seiner Ehefrau war für mich eine Herausforderung – war es doch das erste Mal, dass ich jemanden begleitete, der mit EXIT aus dem Leben ging. Zu dritt sassen wir in ihrem Wohnzimmer. Wir tranken Tee und sprachen über das Leben, das Sterben und den Tod. Wir redeten über Ängste, Wünsche und Hoffnungen. Es wurde geweint und gelacht. Und gemeinsam gestalteten wir eine Abschiedsfeier, die ganz im Sinne dieses Mannes war und sich für seine Frau tröstlich und stimmig anfühlte.

Als ich mit einem Freund später über diese Erfahrung sprach, sagte er: «Ein Freitod mit EXIT ist für mich einfach ein begleiteter Suizid.» Er sagte es so, als ob es für ihn keinen Unterschied gäbe, ob ein Mensch durch einen begleiteten oder nicht begleiteten Suizid aus dem Leben scheidet. Für mich hingegen sind diese zwei Arten, aus dem Leben zu scheiden, grundlegend verschieden. Der Unterschied liegt in dem einfachen, aber bedeutsamen Wort «begleitet».

Der Tod eines geliebten Menschen tut weh. Immer. Scheidet ein Mensch mit einem nicht begleiteten Suizid aus dem Leben, kommt bei den Angehörigen neben der Trauer die quälende Frage hinzu: «Hätte