

## Ehrenamtlicher Helfer

# Den Tagen mehr Leben geben

Gemeinsam Tour de France schauen. Alltagsdinge besprechen. Über einen anspruchsvollen Text sinnieren. Miteinander beten. Zuhören. Oder einfach nur beisammensitzen. „Wir machen das, was der begleitete Mensch sich wünscht, kann und was ihm guttut“, erzählt Joachim Thomas, der als ehrenamtlicher Sterbebegleiter fürs Hospiz Leonberg aktiv ist.

Ein Leitspruch von Cicely Saunders ist ihm sehr oft gegenwärtig: „Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“

Und dabei denkt Joachim Thomas nicht ausschließlich an die von ihm begleitete Person. Die ehrenamtlichen Helfer entlasten auch die Zugehörigen. „Man verschafft ihnen Zeit.“ Kleine Verschnaufpausen im oft anstrengenden Alltag.

Sein eigenes Leben empfindet Joachim Thomas ebenso als „sehr bereichert“. Hat er denn keine Angst gehabt, sich dem Thema Tod zu sehr zu nähern? „Vor dem Tod habe ich keine Angst. Wenn dann vorm Sterben“, sagt er und ergänzt: „Ich wollte mich damit befassen – und mich so auch mit meinem eigenen Leben und Sterben auseinandersetzen.“

Er war gerade in die Freistellungsphase seiner Altersteilzeit gestartet, als ihm eine Zeitungsanzeige ins Auge fiel: Das Hospiz Leonberg bildet ambulante Sterbebegleiter aus. Er musste nicht lange überlegen – und bewarb sich mit 65 Jahren für die Ausbildung. Neben fachlich-sachlichen Dingen wie Hospizarbeit und Krankheitsverläufen

stehen kommunikative und persönliche Themen dabei im Vordergrund: „Man reflektiert das eigene Leben, befasst sich mit grundlegenden Fragen der menschlichen Kommunikation und auch mit verschiedenen spirituellen Herangehensweisen an die Themen Sterben und Tod.“

Nicht lange nach Abschluss der Ausbildung besucht Joachim Thomas zum ersten Mal Walter Maier – und kommt fortan immer mittwochs für zwei Stunden vorbei. Die beiden Männer entwickeln schnell eine gute Verbindung: „Herr Maier hat sich von Beginn an wirklich eingelassen, hat sich geöffnet und mir von sich erzählt. Das bewegt mich sehr. Er blickt auf ein Leben zurück, in dem Dinge gut waren und anderes nicht gut gelaufen ist. Wie bei mir auch.“

Damit solche Emotionen und Themen gut verarbeitet werden können, werden die ehrenamtlichen Begleiter selbst begleitet: „Wir haben die Supervision in der Gruppe und zudem die Möglichkeit, jederzeit mit der Leitung darüber zu sprechen, wie es uns geht.“

In der Begleitung von Walter Maier geht es Joachim Thomas gut. Und obwohl dieser mittlerweile im stationären Hospiz betreut wird, besucht er ihn regelmäßig. Dann setzt er sich zu ihm, erzählt, hört zu, ist einfach da.

**Joachim Thomas**  
ehrenamtlicher Begleiter

Die ehrenamtlichen Begleiter gehören zum ambulanten Hospizdienst. Joachim Thomas besucht Walter Maier im stationären Hospiz weiterhin.

