

# Gefährtinnen

Sie sind da, wo das Leben auf der Welt beginnt und wo es zu Ende geht:  
Hebammen, französisch 'les sages femmes' genannt,  
und Fährfrauen, die ihre Dienste als Sterbebegleiterinnen anbieten.  
Begegnungen an der Schwelle.

Unsere Vorfahren hatten eine tiefe Ehrfurcht vor dem Leben. In frühester

Zeit wurde die Grosse Mutter verehrt, weil sie Leben schenkt und Leben bewahrt: Aus ihrem Bauch kommt das grosse Mysterium, und zu ihr kehrt alles zurück. Sie ist es, die alles im Gleichgewicht hält. Noch immer werden wir alle von einer Frau geboren. Schöpfungsmythen zahlloser Kulturen bis zurück zu den Anfängen erzählen von der Kraft des weiblichen Prinzips bei der Gestaltung der Welt, in der wir leben. Die Mutter der Erde ist Lebensspenderin, Nährende, Heilende, aber auch Todbringende, die Unsterblichkeit und Befreiung schenkt. Ihre Geschichte ist so alt wie das Leben, denn sie ist das Leben selbst.

Das göttlich Weibliche wurde aus unserem Alltag mehr und mehr verdrängt, trotzdem lebt es tief in uns. Durch Technisierung, Materialismus, Analyse bis zur Zerstörung haben wir versucht, die Natur zu bändigen, ihre Zyklen zu beherrschen. Für uns moderne Menschen scheint alles machbar, vernunftgesteuert versuchen wir, das Leben als scheinbar Unbeteiligte zu betrachten: Empfängnis wird wenn nötig technisch herbeigeführt, Schwangerschaft obliegt einem strengen Kontrollmechanismus von Ultraschall bis vorgeburtlichen Gentests. Geburt findet meist statt in Spitälern in lauernder Anwesenheit der Medizin, und oft wünschen sich Frauen sogar einen Kaiserschnitt, in der Hoffnung, den archaischen Schmerz zu umgehen.

Alter, Tod und Schmerz ist unerwünscht. Ewige Jugend beherrscht die Welt. Makel, die an Vergänglichkeit erinnern, werden beseitigt: Falten geglättet, weis(s)e Haare gefärbt, Zahnlücken kaschiert, Knochen erneuert, defekte Organe ersetzt. Alte oder irreparable Menschen werden in Heime und Kliniken «versorgt». Sterben sie dann trotz allem, so werden sie dezent von einem routinierten Bestattungsunternehmen abtransportiert, in düsteren Abdankungshallen verabschiedet, oft mit Ritualen, die nur noch wenigen etwas bedeuten.

Vor lauter Eifer, das Leben zu beherrschen, haben wir verlernt, zum richtigen Zeitpunkt zu empfangen und loszulassen. Wir ecken an, wissen nicht mehr, wie wir Lebensschwellen überschreiten sollen. Im Mutterbauch

VON EVA ROSENFELDER

bereiten wir uns vor auf die Schwelle der Geburt.

Wenn wir die Schwelle

des Todes überschreiten, kehren wir zurück zwischen die Schenkel der Grossen Mutter. In alten Kulturen waren die Orte von Geburt und Totenbestattung oft identisch. Zu keiner Zeit ist ja auch die sterbliche Frau dem heilig Weiblichen näher als bei der Geburt, die immer auch den Keim des Todes in sich trägt.

In der keltischen Kultur gibt es zum Beispiel die Göttin Sheila-na-Gig. Sie zeigt ungeniert aufdringlich ihre überaus grosse, geöffnete Vulva. Das hemmungslose Bild löst Ehrfurcht und Schrecken aus – man könnte sich ja zu weit vorwagen und dann das Tageslicht nie mehr sehen. Die Quelle allen Lebens enthält auch das Unberechenbare, Verschlingende.

## GEFÄHRTINNEN AM ANFANG

Zur Zeit der Frauenbewegung entdeckten wir die sanfte Geburt nach Frédéric Leboyer: Statt mit Klaps und greller Spitalbeleuchtung sollten Neugeborene in sanftem Licht und wohliger Umgebung zuerst auf den Bauch der Mutter gelegt werden, den vertrauten Herzschlag hören, die Nabelschnur sollte auspulsieren können. Die Hausgeburt, von der unsere Mütter dachten, sie sei endlich überwunden, wurde zum Trend. Heute gehen junge Frauen aber wieder vermehrt ins Spital. In der modernen, wunderschön eingerichteten Geburtsabteilung ist man sicher und umsorgt am Busen der Technik, die im Notfall eingreifen könnte.

Blanca Landheer, geboren 1950, ist Hebamme mit Haut und Haar. Immer schon hat sie sich für Menschen in allen ihren Facetten interessiert. Sie liebt die Vielfalt und die Extreme ihres Berufes. Seit dreissig Jahren ist sie Hebamme und begleitet ausschliesslich Hausgeburten: «Die Hausgeburt ist erwiesenermassen sicherer, weil wir die Natur viel weniger stören. In der eigenen häuslichen Umgebung kann man alles viel besser behüten. Ich persönlich würde nicht an einem Ort gebären wollen, an dem täglich mehrere Geburten stattfinden. Das ist keine natürliche Energie, da fliessen zu viele Geschichten zusammen.»

Sie beobachtet, dass vielen jungen Frauen die Wahr-

nehmung für den eigenen Körper und die eigenen Bedürfnisse abhanden gekommen sind. «Sie sind erfolgreich, sie haben einen enormen Drang, sich selbst durchzubringen, aber mir scheint, das Weibliche, das Künstlerische, das Musische habe heute zu wenig Raum. Die Schönheit der Schwangerschaft gehört zwar fast zum Lifestyle, man zeigt betont Bauch. Aber der tiefere Bezug, der eigentliche Raum, der dafür nötig wäre, fehlt. Ich sage jeweils zu den Frauen: Nimm dir diesen Raum, so wie eine Kuh auf der Weide sich ihre Zeit nimmt zum Wiederkäuen!», schmunzelt die erfahrene Hebamme.

### ANGST VOR DEM ARCHAISCHEN

«Vom Kantonsspital Frauenfeld wurde anhand einer Studie belegt, dass vierzig Prozent der Frauen Angst haben vor einer natürlichen Geburt, nur sieben Prozent aber vor einem Kaiserschnitt. Das ist absolut das männliche Prinzip! Auch viele Gynäkologinnen haben überhaupt keine Mühe, zu schneiden und rein technisch zu agieren», erklärt Blanca Landheer, «die Geburt ist etwas Archaisches. Angst zu haben davor ist völlig natürlich. Geburt ist nie sanft, sie ist heftig und gewaltig, unberechenbar. Ich habe schon so viele Geburten begleitet und eigene Geburten erlebt, doch nie ist voraussehbar, was geschieht. Manchmal habe ich vielleicht eine Ahnung, aber meist geschieht es wieder neu, anders. Gegen Ende der Geburt gibt es dann oft eine Art von 'kleinem Tod', eine Verzagtheit, das Gefühl der Frau, nicht mehr mitzukönnen, es nicht mehr zu schaffen. Das ist jeweils sehr schwierig, auch für mich als Hebamme. Mir fällt auf, dass die Frauen vermehrt Mühe haben, etwas Schwieriges auszuhalten, oft haben sie gar nicht mehr den Eifer, die Geburt selber zu schaffen. Ich versuche, das Vertrauen ins Geschehen zu vermitteln, auch wenn manchmal nicht alles nach Plan läuft. Die Natur hilft dabei mit: Bis zum Ende der Schwangerschaft steigen die Hormone, gebildet von Mutter und Kind, zu einem ausgewogenen Cocktail an und lösen die Wehen aus. Durch den Wehenschmerz werden zum

Beispiel Endorphine ausgeschüttet, Hormone, die gegen Schmerz immunisieren und für Glück und Wonne sorgen. Während der Geburt und in den nachfolgenden Stunden erreichen Mutter und Kind ein Höchstmass an Glückshormonen, die das Vertrauen und die Aufmerksamkeit fördern. Beide sind von diesen Opiaten überschwemmt, ein Geschenk des Kindes an die Mutter und umgekehrt. Jede Störung im sensiblen Regelkreis hat ganz besondere Auswirkungen auf die Schmerztoleranz und die Bindungsfähigkeit zum Kind. Bei einem Kaiserschnitt sind diese Hormone in hoch dosierter Form nicht vorhanden, und sie fehlen Mutter und Kind.»

Blanca Landheer lässt dem Geschehen sehr viel Raum.

So teilt sie das Geschlecht des Neugeborenen nie mit, sondern wartet ab, was entsteht: «Das hat mit Respekt und auch mit Scham zu tun. Im Anfang liegt ein Geheimnis. Da ist nur ein Same, eine Knospe, die Anlage ist zwar da, aber das Eigentliche ist noch ganz verborgen. Die Eltern sollen ihr Kind so kennen lernen, wie es ist. Vielleicht ist es eine Sonnenblume, vielleicht aber eine Rose? Neugeborene sind so verschieden: Manche bezaubern sogleich alle, andere träumen noch lange weiter.»

Blanca Landheer ist überzeugt, dass eine stützende und tragende Umgebung viel beiträgt zu einer befriedigenden Geburt und zu einem guten Wochenbett. Sie ist allerdings sehr vorsichtig, wenn es darum geht, Schlüsse zu ziehen, Situationen zu analysieren oder gar Schuld zuzuweisen. Wochenbettdepressionen entstehen oft aus einem Gefühl der Schuld oder des Versagens heraus. Frauen glauben, dem Kind nicht zu genügen, und dabei müssen sie sich auch von einem Teil des eigenen Narzissmus verabschieden. Das ist nicht immer einfach.

Verrückt ist immer wieder diese totale Bezogenheit, die von allem Anfang an da ist und über Jahrzehnte bleiben wird. Menschen, die ihre Kinder verlieren, zum Beispiel durch eine intrauterine Totgeburt, tun oft alles, um zu verstehen. Die Symbiose mit dem Kind ist noch so stark. Früher war es für Frauen manchmal fast eine Er-



lösung, wenn sie ein Kind verloren in einer langen Geburtenreihe. Heute sucht man nach Gründen, gibt sich Schuld, das ist sehr tragisch.

In der Geburt liegt immer auch ein Abschied. Die körperliche Verbundenheit, die Symbiose löst sich auf. Niemals mehr wird zwischen den beiden Wesen eine solche Nähe sein. Das ist auch eine Art von Tod. In unserer Kultur wird die Geburt nur freudvoll dargestellt, hell und schön. Blut, Schmerz und Trauer haben an dieser reinen Schwelle keinen Platz, doch auch sie sind Teil des Geschehens. Die Hebamme hält an dieser Schwelle eine machtvolle Position. Nicht von ungefähr waren viele Geburtshelferinnen unter jenen Frauen, die früher als Hexen auf dem Scheiterhaufen verbrannt wurden.

### GEFÄHRTINNEN AM ENDE

Die Funde von ersten Bestattungen stammen aus dem Mittelpaläolithikum, aus einer Zeit von 200000 bis 40000 vor unserer Zeitrechnung. Neben dem Skelett eines in Höckerstellung bestatteten Mannes (50000 v. u. Z.) im nördlichen Irak fand man Blütenpollen, ein Nachweis für Grabschmuck. In der Schweiz gibt es 6000 Jahre alte Steinkistengräber, etwa in Lenzburg. Kurt Derungs, der Autor des Buches *Landschaft der Göttin*, interpretiert diese Bestattungen als Rückkehr in den Schoß der Grossen Mutter. Die Höckerstellung entspricht dabei der Stellung des Embryos im Mutterleib, die Fundstelle selbst dem Schoß der liegenden Landschaftsgöttin. Gebären und Sterben, Leben und Tod wurden damals nicht als unvereinbare Gegensätze empfunden, sondern als zwei Aspekte eines Ganzen.

Die von Rorbas/ZH aus tätigen «Fährfrauen» möchten diese alte Bestattungskultur wiederbeleben und in Frauenhände zurücknehmen. Der Verein Fährfrauen wurde gegründet, um Menschen darin zu bestärken, den eigenen Weg in den Tod zu gehen, sie zu begleiten, achtsam zu unterstützen und ein würdevolles Hinübergehen zu ermöglichen. Der 31. Oktober 2004 ist als Gründungsdatum symbolträchtig: Samhain (Allerheiligen) ist das alte Fest der Verstorbenen und steht für die Zeit, in der alle Kraft sich in die Erde zurückzieht, um ihre neue Daseinsform zu erträumen.

Die 14 Vereinsfrauen teilen sich ihre Arbeit je nach Nei-

gung und Fähigkeit. Sabine Brönnimann und Karin Fischer besetzen zusammen eine volle Stelle. Das Team ist rund um die Uhr zu erreichen. Sterbende werden in ihren letzten Tagen und Nächten begleitet, dabei wird Nähe gewährt oder Distanz gehütet und versucht, dem Raum zu geben, was Sterbende und ihre Umgebung sich wünschen. Die Fährfrauen halten Totenwache und hüten die Zeit, die es braucht im Übergang aus dem körperlichen Dasein hinaus. Sie sind auch da für die Trauernden, halten mit ihnen und neben ihnen aus, bis der Impuls kommt zu handeln.

Die Fährfrauen leiten auch Rituale, sprechen Abschiedsworte, singen oder suchen Erinnerungsplätze auf. Dieses Begleiten beinhaltet vor allem, die Fähre «in den richtigen Winkel zur Strömung zu bringen», erklärt Sabine Brönnimann. «Die Fähre braucht keinen Antrieb, sie ist im Fluss. Es geht nur um Aufmerksamkeit, braucht keine Kraft, nur Wahrnehmung. Wir versuchen, den Raum zu öffnen und ihn zu halten, damit die Sterbenden und die Zurückbleibenden den Mut finden, ihre eigenen Wege zu gehen.» Wie bei der Geburt gibt es auch hier viele Arten des Hinübergehens, die ihren Ausdruck finden sollen. Jeder Sterbeprozess verläuft anders. Die Fährfrauen Brönnimann und Fischer beobachten, dass Menschen sehr viel radikaler werden, wenn sie bewusst auf den Tod zugehen. «Wer die Angst vor dem Tod verloren hat, ist auch nicht mehr manipulierbar!» Naht der Tod, bricht wie ein «Verdrängungspaket» Unerledigtes hervor und muss in einem auf den Sterbenden einstürzenden Prozess gelöst werden. In «VorherSehungs-Abenden» regen Sabine Brönnimann und Karin Fischer an, eigene Wünsche frühzeitig und in geistiger Klarheit zu formulieren. Sie nennen dies «abschiedlich» leben.

### ALLES LOSLASSEN

Im Sterbeprozess fällt man aus allen festen Rollen, muss die Kontrolle aufgeben und sich verletzlich zeigen. Oft erlebt man existenzielle Gesundheitskrisen, persönliche Krisen, muss aushalten, dass manche Wünsche nun endgültig unerfüllt bleiben werden. Es ist nötig, sich von allen Beziehungen zu verabschieden; alles wird verlassen, zuletzt auch der eigene Körper. Fragen

tauchen auf: Wer bin ich? Was bleibt von mir? Was ist der Sinn von Leiden, Abschied, Sterben? Warum gerade ich? Warum gerade jetzt?

Fragen, die man sich vorher schon beantwortet hat, können nicht mehr mit solcher Heftigkeit Antworten fordern. Versucht man, bewusst und wach zu leben, kommen viele dieser Fragen und Krisen im Laufe des Lebens von alleine auf uns zu. Wird der Tod schon im Leben zum Freund, lösen sich Fragen im Fluss des Lebens, wir umschiffen Stromschnelle um Stromschnelle, und die letzte wird eine leichte sein. Sterben ist ohnehin ein Teil des täglichen körperlichen Geschehens.

Wenn die Sterbekrise überwunden ist, ist der letzte Atemzug oft Befreiung. Brönnimann und Fischer berichten von einem Lächeln auf dem Gesicht der Toten. Ihnen ist neben der konkreten Begleitung auch die Bewusstseinsarbeit sehr wichtig: «Es ist nötig, sich schon vorher Gedanken zu machen zu seiner Endlichkeit, eine Patientenverfügung zu erstellen und seinen Nächsten zu sagen, dass eine solche existiert.» Dabei stellen sich wesentliche Fragen wie zum Beispiel: Will man Organe, Gewebe, Zellen spenden? Nach dem neuen, seit Mitte 2007 Transplantationsgesetz dürfen Organe nur noch entnommen werden, wenn Spender oder nächste Angehörige die Zustimmung gegeben haben. Ist keine Vertrauensperson anwesend, ist eine Entnahme heute unzulässig.

## UNGLAUBLICH LEBENDIG

Es ist auch nicht mehr so einfach, den Eintritt des Todes unzweifelhaft festzustellen. Brönnimann erzählt von einem jungen Skater, der verunfallte und sich schwer am Kopf verletzte. Der irreversible Hirntod wurde festgestellt. Seine Familie kam, um sich zu verabschieden. Man wollte die Maschinen abstellen. Die kleine Schwester legte ihrem Bruder einen Stein in die Hand zum letzten Gruss und erschrak fürchterlich, als er diesen ergriff. Zuerst glaubte ihr niemand, doch dann prüften sie seine Reflexe und schlugen Alarm. Sofort liess man alle Maschinen wieder hochfahren. Der junge Mann kehrte nach drei Monaten wieder ins Leben zurück. Heute hat er die Matura abgeschlossen und ist gesund.



Der letzte Einsatz, auf den die Fährfrauen zurückblicken, war ein plötzlicher Tod: Eine ältere Frau war während eines Car-Ausfluges bei fröhlichem Treiben zum Schrecken aller Beteiligten völlig unverhofft gestorben. Die Fährfrauen halfen den Hinterbliebenen mit Liedern und Musik, was der Erschütterung und dem Schmerz Raum gab, um das Unausweichliche zu akzeptieren und die Trauer auszudrücken. Musik hilft in solchen Momenten, das Schwere zu tragen. Die Fährfrauen haben einen Chor, der von der Musikerin Karin Jana Beck geleitet wird.

Eindrücklich sei immer wieder, wie gut alles, was geschieht, zum Verstorbenen passe. «Eine Aschenverstreung zum Beispiel werde ich nie vergessen», erzählt Brönnimann, «die Verstorbene war eine Künstlerin, die ein wildes Leben geführt hatte. Wir versammelten uns an einem Platz in der Natur, als ein heftiger Sturm aufzog, Windböen an den Bäumen schüttelten. Die Asche fegte mit dem Sturm über die Bäume davon, man hätte es sich passender nicht ausdenken können. Ein andermal wurde eine Frau bestattet, in deren Familie viel Streit und Uneinigkeit herrschte. Als ihr Sarg der Erde übergeben wurde, zeterte und schimpfte ein Krähschwarm in den nahen Bäumen.»

Wie ertragen die Frauen die dauernde Konfrontation mit Tod und Vergänglichkeit? «Viele haben ein falsches Bild vom Tod!», meint Karin Fischer. «Sie glauben, man beginne zu 'töteln', wenn man Leichen wäscht und mit dem Tod in Berührung kommt. Das Gegenteil ist der Fall: Der Tod ist ein heiliger Moment! Gerade im Angesicht der Trauer ist man ja so nahe bei sich, beim Wesentlichen, man spürt sich so gut wie niemals im Alltag. Deshalb ist jede Begleitung auch ein Geschenk. Diese Arbeit macht unglaublich lebendig!» ■

Kontakt: [www.faehrfrauen.ch](http://www.faehrfrauen.ch)  
[www.hebammen-winterthur.ch](http://www.hebammen-winterthur.ch)