

Zitat von Pablo Casal

Der Mann war 90 Jahre alt, als er noch immer täglich vier bis fünf Stunden Cello übte. Auf die Frage „Wozu?“ antwortete er: „Weil ich den Eindruck habe, ich mache Fortschritte.“

(Erzählt von Karl Barth)

Spiritualität als Erfahrung

Im gedanklichen Überbau der Hospizbewegung und Palliativmedizin wird die Spiritualität immer als eine der sogenannten vier Säulen oder Dimensionen (neben der körperlichen, der psychischen, der sozialen) genant, innerhalb derer die Behandlung und Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen stattfindet. Die Bedeutung bleibt meistens unklar.

Am Anfang des 21. Jahrhunderts sprechen wir von Spiritualität und meinen damit nicht eine festgelegte Religion oder Konfession, sondern aus welchem Geist heraus, aus welcher Sicht der Welt heraus, Menschen ihr Leben und PatientInnen Krankheit und Sterben deuten. Keiner kann ohne diese Haltung auskommen und jeder trägt eine Geistes-Haltung in sich. Aus dieser heraus gestaltet er sein Leben. Der franz. Philosoph Gabriel Marcel sagte *„Habe dein Schicksal lieb, denn es ist der Weg Gottes mit deiner Seele“*. Wir sprechen von der Spiritualität also nicht von einer Haltung die auf Dogmen beruht, sondern die auf eine eigene Erfahrung gegründet ist, und die somit authentisch, echt und individuell ist. Eine Spiritualität die die eigene Identität gründet, formt und zum Lebensende abrundet.

Immer häufiger wird erkannt, dass Spiritualität eine eigene und unverzichtbare Ressource bei der Bewältigung von Krankheit, Sterben und Trauer ist. Wenn wir dem Sterbenden helfen, seine spirituellen Ressourcen zu entfalten, dann bezieht sich das nicht auf einen kleinen Winkel in der Seele, sondern dann unterstützen wir den ganzen Menschen; Spiritualität ist in das ganze Selbstverständnis des Menschen verankert und damit verwoben.

Palliative Spiritualität hat die Aufgabe, einen Raum zu eröffnen, in dem Menschen sich mit der Realität aussöhnen und zur Annahme ihrer Krankheit finden können.

Die Annahme der Krankheit und die Aussöhnung mit dem realen Leben mündet in der spirituelle Frage nach Gott, der Seele, die Wahrheit, die Liebe, die Schuld und der Vergebung, sie stellt sich vor allem in Angesicht des nahen Todes und bekommt dort eine immer zentralere Bedeutung. Diese spirituelle Frage nach den o.g. Punkten stellen nicht nur die Sterbenden sondern auch ihre Begleiterinnen. Beide spüren, dass diese Fragen sie ganz unmittelbar bewegen und die letzten und wichtigsten Fragen der menschlichen Existenz sind. Für den, der sich vom irdischen Leben verabschiedet, bedeutet dieses Fragen sehr oft, dass er über die Wahrheit seines Lebens nachdenkt und danach fragt. Die meisten Sterbenden auch dann, wenn sie bisher ohne engere Beziehung zu einer Religion gelebt haben. Sie haben trotzdem das Bedürfnis, Rückschau zu nehmen und Bilanz zu ziehen und benötigen dabei seelsorgerische Begleitung. Die Fragen (Warum ich? Warum jetzt?) dürfen nicht zurückgewiesen werden. Der Patient muss spüren, dass er diese Frage stellen darf.

Doch leider bekommt er allzu oft eine Antwort darauf, die gar keine ist!

Wir leben in einer Zeit, in denen Antworten finden und Antworten geben ein hoher Wert zugesprochen wird. Gelingt eine Antwort, bedeutet es immer Sachverstand, Einblick und Kompetenz. Wir meinen alle, das Fragen etwas sind, die wir mit Worten, Meinungen, Untersuchungsergebnissen und Erkenntnissen beantworten können. Wir fühlen uns

aufgerufen die Welt zu erklären und sind der Ansicht, wenn wir ihr Warum und Weshalb kennen, dass es leichter und freier sei, in ihr zu sein. So wichtig die Sprache und das Antworten finden in anderen Sachverhalten sein kann, so überflüssig oder gar störend kann sie in der letzten grossen Lebenskrise werden. Die tiefen, spirituellen Fragen eines sterbenden Menschen auszuhalten, heißt, mit ihnen in den grossen Fragen des Lebens einzutauchen. Das heißt sich denn Metaphern, den Seelenbildern und der evtl. grossen Bedrängnis auszusetzen.

Wer dann eine Antwort gibt, übernimmt auch die Verantwortung für den Inhalt der Antwort.

„Warum hat meine Mutter solche Schmerzen, warum lässt Gott das zu?“

„Warum muss ich so leiden? Was habe ich denn getan?“

Beides Fragen, die nicht von aussen beantwortet werden können. Jegliche Antwort kann nur ein klägliches und banaler Versuch sein.

Der Fragesteller wird sehr viel Kraft und Energie benötigen um sich in die fremde (nicht seinen Metaphern entsprechenden) und für ihn zusammenhanglose Antwort (nicht aus seiner Geist /seiner Sichtweise/ seiner Identität heraus)einzudenken und sie gar stillschweigend zu übernehmen. Aber diese andere Antwort wird ihm fremd bleiben wie eine Prothese.

Eine von aussen gegebene Antwort auf eine Warum-Frage kann diese nicht nur nicht lösen, sondern sie auch um ein Vielfaches vergrößern.

Diejenigen, die sich einen spirituellen Weg erschließen wollen, könnten versuchen, eine Kultur des Fragens statt des Beantwortens zu leben. Mit jeder neuen Fragen könnten sie sich weiter auf eine Reise ins „ich“ des anderen begeben. Der Begleitende kann in diesen Gesprächen dem Sterbenden behutsam zuhören. Durch das Eintauchen in seine Wahrheit kommt er auch mit seiner Wahrheit, also mit seiner Geistes-haltung in Berührung.

In jeder gelingenden Beratung oder Therapie wird der Therapeut dem Klienten nicht sagen, was er über ihn mutmaßt und wie die Antwort auf seine Sorgen aussehen sollte. Sondern er wird ihm einen Raum zur Verfügung stellen, in dem der Klient seine Antworten selber finden kann. Ähnlich ist es bei den grossen Lebensfragen. Der Sterbende wird entdecken, was für ein schöpferischer Akt es ist in sich hineinzuzulauschen und dort die Antworten zu finden. Der Begleitende kommt parallel mit seinem eigenen Inneren in Kontakt.

Wenn wir die Spiritualität, die wir in der palliativen Begleitung begegnen, betrachten, kann man feststellen, dass wir sie häufig schon allein in der Unmittelbarkeit und Echtheit der Begegnung und Berührung mit einem sterbenden Menschen erleben. Die Gesichter, Schicksale und die gemeinsam gemachten Erfahrungen sind auch noch mehreren Jahren nach dem Sterben in Erinnerung. Diese besondere Qualität der Erinnerung hat ihre Wurzeln in einem erhöhten Bewusstsein während der Stunden oder Tage, die Begleiter und Sterbender miteinander erlebten.

Mit einem Menschen, der sich auf das Sterben vorbereitet, entsteht der Raum zum Wesentlichen, der Raum in dem wir auch selbst Raum zum Werden bekommen. Raum für unsere wahrhaftige Identität, unserer Geistes-haltung. Das , was uns hilft und leitet in der palliativen, spirituellen Begleitung sind die Fähigkeit der Achtsamkeit und der Selbstwahrnehmung und eine liebende gütige Zuwendung zum anderen. Diese Fähigkeit können wir in der Begleitung immer wieder üben und pflegen. Letztlich werden diese Fähigkeiten vielleicht zu einer spirituellen Lebenshaltung, die wir nicht nur in der Nähe von Sterbenden praktizieren.

Spirituelle Praxis am Beispiel von christlicher Seelsorge im Altenheim

Religion und spirituelle Ausdrucksformen von Religion werden im Laufe des Lebens zunächst kognitiv vermittelt. Bestimmte **Berührungen und Handlungen** werden nur deshalb als Ausdruck einer Religion verstanden bzw. empfunden, weil ihnen eine religiöse Bedeutung zugewiesen wurde; sie werden aber nicht aus sich heraus als solche verstanden, sondern nur wenn die Bedeutung im Laufe des Lebens auf kognitiver Ebene vermittelt worden ist. So kann beispielsweise das Hand auflegen bei der Segnung ohne weitere Erläuterung als spirituelles Zeichen erlebt werden. Bei kirchenfernen Menschen hingegen kann das gleiche Hand auflegen auch als fürsorgliche Geste interpretiert werden. Das bedeutet, Spiritualität bei beispielsweise demenzerkrankten Menschen kann nur dann als solche von ihnen erlebt werden, wenn religiöse Ausdrucksformen sozial vermittelt worden sind. Es ist also sensibel zu fragen, ob ein spirituelles Angebot eher das Bedürfnis des Begleitenden befriedigt oder tatsächlich auch für den sterbenden Menschen geeignet ist.

Wie wir im vorangegangenen gesehen haben ist spirituelle Begleitung ein Beziehungsgeschehen, das auch von einem gemeinsamen Verständnis des Glaubens ausgeht. In diesem Sinne werden auch seelsorgerische Aspekte nicht nur auf verbal geführte Gespräche reduziert, sondern beziehen auch nonverbale Ausdrucksformen mit ein. Sowohl für betreuende Angehörige als auch für haupt- und ehrenamtliche Begleiterinnen und Begleiter kann es eine gute Unterstützung sein, der eigenen Sprachlosigkeit mit ausgewählten Worten der Bibel (z.B. Psalm 23,69,77, vgl. Rituale) oder mit inspirierenden Texten aus der Literatur zu begegnen. Oder mit anderen bekannten Handlungen..

Altenheimseelsorge ist ein Weg, der oft hilflos aber konsequent mit Menschen gegangen wird, die wir manchmal – z.B. aufgrund von Alterverwirrtheit – nicht verstehen und die uns mitunter Angst aber auch überreiche Geschenke (vgl.oben) machen. Sie sind unterwegs zu einem Ziel, das letztlich in unsere menschlichen Sprache „Sterben“ und „Tod“ bedeutet und von dem wir hoffen, dass es sich nicht im Nichts sondern in Gottes Hände vollendet. Wie können wir aber – als manchmal selbst Zweifelnde – Menschen, die vielleicht gar nicht religiös sind oder die scheinbar nichts mehr wahrnehmen können, diesen Trost vermitteln? Das im folgende aufgeführte Beispiel eignet sich besonders, Erlebnisse und Erfahrungen aus der religiösen Lebensgeschichte zu wecken und dem Patienten Zugang zu seiner Geisteshaltung, seiner Wahrheit zu geben.

Luther, der Theologe des „Wortes“ verweist in seinem Sermon vom guten Sterben erstaunlicherweise gerade nicht auf Worte, sondern in immerwährender Wiederholung auf eine Gestalt von – wie wir es heute nennen würden – „nonverbaler Kommunikation“: das Sakrament des Abendmahls.

Damit ist auf die Objektivität der unverfügbaren, von Gott geschenkten Erlösung verwiesen, aber noch viel mehr: auf die Greifbarkeit Gottes, auf seine sinnliche Erfahrbarkeit in Essen und Trinken. Betrachten wir Altenheimseelsorge nicht nur als „Liebesdienst „(oder Pflicht) an Menschen im Heim, sondern als gemeinsamen Weg und als gemeinsame Erfahrung der spirituellen Übung, so gilt es, ganz alltägliche Handlungen und Erfahrungen in all ihrer scheinbaren Banalität, ihrem Schrecken und ihrer Freude, vor dem Hintergrund der Religion zu sehen als Rückbindung (lat. Religio) und im herzhaften Zupacken der „Kreatur“ (wie

Luther schreib) nicht zwingend aber möglich die Hände Gottes zu erkennen und sichtbar zu machen.

Sterbende schmecken den Tod. Viele verweigern das Essen. Andere bekommen in einem letzten Aufflammen der Lebensenergie Appetit. Sie „kosten das Leben aus“ sterben „lebenssatt“.

Das Neue Testament nennt die Darreichung von Flüssigkeit als letzten Liebesdienst im Sterben. In Jesu tiefster Einsamkeit in Gethsemane heißt es: „Und ein Engel stärkte ihn“. Über die Art der Stärkung ist nichts gesagt. Mittelalterliche Maler stellen es dar: Sie bilden den helfenden Engel mit einem Kelch –vermutlich mit Wein- ab. Jesu letzte Worte sind. „ Mich dürstet“. Ein fremder Soldat reicht ihm Essig in einem Schwamm, das antike Erfrischungsgetränk.

Das Befeuchten der Lippen eines Sterbenden, eine gute Mundpflege kann ein ähnlicher Liebesdienst sein. Es ist tröstlich, mit Sterbenden Wein zu trinken, mit ihnen zu essen. Sind alte Menschen, die „ nur noch essen können“ nicht bis ins letzte genussfähig? Das gemeinsame Mahl gilt als Symbol einer kommenden Welt. Mehr nicht. Aber auch nicht weniger.