

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37

VORWORT

„Oh Vogel Albatroß!

Zur Höhe treibts mit ewgem Triebe mich.

Ich dachte dein: da floß

Mir Trän um Träne,-...“

Friedrich Nietzsche

„Alles Schreiben ist ein Vorstoß gegen die Sprachlosigkeit.“

Samuel Beckett

Warum und für wen dieses Buch?

In der Begleitung sterbender und trauernder Menschen ist das, was wir landläufig Spiritualität nennen, die Frage nach dem Woher und Wohin, dem Warum und Wozu, oft ein großes Thema, für den Sterbenden selbst, für die Angehörigen und Freunde, und für uns, die sogenannten Begleiter.

Auch in der Darstellung von Hospizarbeit und Palliativmedizin taucht regelmäßig – meist am Schluß einer Aufzählung – das Wort Spiritualität oder spirituelle Dimension auf. Auch in Supervisionen und Fortbildungsveranstaltungen ist die Frage nach der Spiritualität in dieser Arbeit immer wieder ein Thema. Meist erschöpft es sich darin, daß nach den Möglichkeiten gelebter oder auch nur besprochener Spiritualität der sterbenden Menschen gefragt wird und daß man sich einig ist, daß ein Mensch in der letzten Lebenszeit ein Anrecht darauf hat, seine Religion oder Weltanschauung zu

38 thematisieren und nicht zu etwas anderem „missioniert“ werden darf, sei dieses
39 andere auch noch so sinnhaft für das eigene Leben des Begleitenden.
40 Die Beschäftigung mit Leiden, mit dem Dahingehen von Leben, mit Verzweiflung,
41 Wut, Angst, aber auch mit heldenhaftem Aushalten und stiller Hingabe in all den
42 vielen uns begegnenden Biographien und Schicksalen stellt oft genug aber auch die
43 Frage nach dem, was den Behandelnden oder Begleitenden selber trägt oder tragen
44 könnte, wenn das Unausweichliche auf ihn trifft. Hält sein Wertesystem stand, wenn
45 sein Leben zusammenbricht? Wird der Glaube, der in guten Tagen so unverrückbar
46 seinen Platz im Alltag hatte, seine Kraft behalten? Oder wird der Nichtglaube seine
47 Sicherheit, vielleicht seinen Trotz und Stolz durchhalten können, wenn die Enge des
48 nahen Endes spürbar wird?

49 Oft wird die Frage gestellt, ob es gläubigen Menschen leichter fällt zu sterben als
50 anderen, und genauso oft müssen die Befragten die Antwort schuldig bleiben, weil
51 die Erfahrung sowohl das Ja als auch das Gegenteil lehrt. Es geschieht, daß
52 Menschen in einer großen Krise oder Leiderfahrung von ihrem Glauben getragen
53 werden, darin Trost und Mut finden; es geschieht aber genauso, daß andere
54 Menschen ihren vordem tiefen Glauben während einer solchen Krise verlieren,
55 keinen Kontakt mehr dazu haben und in Verzweiflung geraten. Das Wort Glauben ist
56 so unterschiedlich besetzt und gefüllt für den je einzelnen, daß Verallgemeinerungen
57 dieser Frage nicht gerecht werden. Dieses Buch hat beileibe nicht den Anspruch,
58 Antworten geben zu wollen oder zu können. Ein Buch kann nicht den inneren Weg
59 und die eigenen Erfahrungen ersetzen. Aber es möchte einladen, den eigenen Weg
60 zu suchen, zu gehen und die dort gemachten Erfahrungen unter dem Gesichtspunkt
61 von Spiritualität anzusehen und zu befragen. Dann können wir als Fragende selber
62 womöglich in unsere Antwort hineinwachsen, auch in diese, indem wir sie immer
63 wieder an uns selber richten .Als ein solches Hineinwachsen ist auch dieses Buch
64 gedacht. Es möchte gemeinsam mit Fragenden der Frage nachgehen, was
65 Spiritualität in dieser Arbeit sein könnte, wie sie gelebt und ausgedrückt werden
66 könnte, wie sie uns Halt und Rahmen im Leben bedeuten könnte und wie wir letztlich
67 mit ihr auch – vielleicht sogar mit Zuversicht – in unser eigenes Sterben hineinreifen
68 können, um es möglicherweise nicht nur zu erleiden, sondern zu erleben (und sogar
69 in gewisser und begrenzter Weise zu gestalten.)

70 In diesem Hineinwachsen wird es geschehen können, daß wir trauernden und
71 sterbenden Menschen unerschrockener begegnen, weil sich die trennenden Grenzen

72 zwischen ihnen und uns ausweiten und verschieben und wir einander in einem
73 gemeinsamen Wachstumsprozeß begreifen. Unterschiedlich sind dann vielleicht nur
74 noch die Zeitpunkte der Begegnung mit dem Letztgültigen, aber wir stehen im
75 gleichen Strom der Auseinandersetzung. Es kann sein, daß dieses Begreifen zu
76 einer Partnerschaftlichkeit miteinander führt, die viele Probleme, die in der Begleitung
77 auftauchen, gegenstandslos werden lassen. Dies kann zu einer gerechteren und
78 sogar freundschaftlichen Begegnung mit sterbenden und trauernden Menschen
79 führen und sie in ganz neuer Weise unterstützen helfen, da es kein Innen und Außen
80 mehr gibt, kein Oben und kein Unten, kein Jetzt und Später, eigentlich keinen
81 Begleiter und keinen zu Begleitenden, sondern ein Umeinander – Wissen und
82 Miteinander – Gehen.¹

83 Vielleicht können die dargestellten Gedanken auch Angehörigen eine Hilfestellung
84 sein. Für sie ist es manchmal sehr schwer, die Unterstützung eines Hospizdienstes
85 oder von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen anzunehmen. Sie glauben vielfach, sich
86 diese Begleitung verdienen zu müssen oder auch, ihrer einfach nicht wert zu sein.
87 Vielleicht kann der Gedanke hilfreich sein, daß diese dienstbaren Geister ihre
88 Begleitung nicht aus Selbstlosigkeit, sondern auch um ihrer selbst willen und der
89 tiefen auch spirituellen Erfahrungen wegen tun. Es mag auch sein, daß die
90 Familienangehörigen und Freunde ihr oft auszehrendes Dasein mit dem Sterbenden
91 oder Trauernden unter spirituellen Gesichtspunkten vorübergehend in einer anderen
92 Dimension und als eine Wachstumsmöglichkeit ansehen können.

93
94 Auf der Suche nach einer spirituellen Praxis in meinem Leben habe ich so manches
95 ausprobiert und eingeübt: Sitzen, Beten, Meditieren, wahrnehmendes Gehen - alles
96 hat mich nicht länger gefesselt und sich nicht dauerhaft in mein Alltagsleben
97 eingeprägt. Als ich eines Sommerabends bei einer bewußtlosen Frau saß und auf ihr
98 mühsames Atmen hörte, wurde mir sehr plötzlich bewußt, daß die Art und Weise, wie
99 ich in mir geschenkter Anteilnahme bei dieser Frau war, eine eigene spirituelle Praxis
100 sein könnte. Einige Wochen später erlebte ich bei einer Klientin, daß ich sie in
101 intuitiver Eingabe vorsichtig auf ihr Lebensgeheimnis ansprechen und dies in
102 behutsame, unterstützende Worte kleiden konnte. Im Bewußtsein, daß dies nicht aus
103 mir alleine kam, sondern mir gegeben wurde, war es mir möglich, in einem

103

¹ Hiermit ist keineswegs eine helfende Symbiose gemeint, sondern die Demut der Einsicht, daß wir im selben Boot sitzen und nicht „weiter“ in unserer Entwicklung sind als ein anderer.

104 besonderen Geist mit ihr weiterhin zu arbeiten und dies eröffnete ihr wiederum einen
105 tiefen Zugang zu ihrer eigenen Rückbezogenheit auf etwas Höheres und Größeres.
106 Vielleicht können wir lernen, dieses Beim-Anderen-Sein als spirituelle Praxis
107 anzuerkennen und uns in ihr regelhaft zu üben.

108 Wenn wir die Welt der Spiritualität persönlich erkunden, können wir eine Erfahrung
109 immer wieder aufs Neue machen: das Auftreten spontaner mystischer Erlebnisse.
110 Solche Erlebnisse bleiben nicht nur Weisen, Heiligen oder anderen besonderen
111 Menschen vorbehalten, sonst könnte ich nicht darüber berichten. Sie sind vielmehr
112 normale, wenn auch sehr tiefe menschliche Einsichten, die jedem offen stehen. Ich
113 hoffe, daß dieses Buch auch den elitären Anspruch in Frage stellt, daß die direkte
114 Erfahrung der Wahrheit – und wenn sie auch nur ganz kurz aufblitzt -, ob man sie
115 nun Gott, Tao, höheres Selbst, Erleuchtung oder wie auch immer nennt, nur
116 Menschen möglich sei, die im religiösen oder kirchlichen Sinn fromm oder
117 diszipliniert praktizierend seien. Nicht der Charakter, seine Religionszugehörigkeit
118 oder die Intensität seines Übens macht einen Menschen empfänglich für mystische
119 Erfahrungen, sondern nur sein Sich-Öffnen zur transzendenten Wirklichkeit jenseits
120 der Grenzen unserer individuellen Persönlichkeit selbst. Mystik und Spiritualität sind
121 also nicht ein hoher Turm, den nur wenige Auserwählte besteigen können, sondern
122 die eigentliche Essenz des menschlichen Abenteuers. Die in dem Buch erzählten
123 Beispiele sollten nicht als „harte Fakten“ gelesen werden und gelten, sondern
124 möchten als eine Art Gedichte betrachtet werden, die uns durch Analogie und
125 Schönheit Inspiration und Orientierung schenken. Walt Whitman schrieb:

126 ***Ich finde Briefe von Gott auf der Straße,***
127 ***und jeder ist mit Gottes Namen unterschrieben,***
128 ***und ich lasse sie, wo sie sind, denn ich weiß,***
129 ***daß immer wieder neue kommen werden.“***

130

131 Nicht zuletzt schreibe ich diese Gedanken auch für mich selber auf, um das in
132 Therapien und Begegnungen oft Gefühlte und Erlebte „gegenständlich“ werden zu
133 lassen und benennend zu begreifen. Es geht mir hier wie so häufig in Seminaren und
134 Vorträgen, daß ich, indem ich etwas anderen zu erklären gezwungen bin, es so erst
135 klarer für mich verstehe und dann erst verinnerlichen kann. Dieses in Worte
136 gekleidete Verinnerlichte kann ich dann verfügbar halten für all die vielen Situationen

137 in meinem Leben, wo dies, was ich meine Spiritualität nenne, im Kontakt mit Geltung,
138 Macht, Haben, Wirken und Wollen verlorenzugehen droht.

139 So ist dieses Buch mir Verpflichtung, die in ihm dargestellten Geisthaltungen auch
140 immer mal wieder und häufiger zu erinnern und zu leben, wohlwissend, daß dieses
141 Leben bestenfalls Annäherungen an die Geisthaltungen bedeutet und immer ein
142 Versuch bleibt..

143

144 **Spiritualität - eine Geisthaltung**

145 In den ersten Überlegungen zu einem Vortrag über Spiritualität, den ich im vorletzten
146 Jahr auf einem Kongreß in Göttingen zu halten hatte, habe ich zunächst nach
147 Definitionen gesucht, die mir den Einstieg in das Thema erleichtern sollten und auf
148 denen ich meine Gedanken entwickeln konnte. Ich wurde enttäuscht, weil ich das,
149 was ich vorfand, für viel zu theoretisch - abstrakt oder aber zu eingeeengt hielt. Daß
150 für Henri Bergson zum Beispiel Spiritualität eine Geistigkeit ist, die in der reinen
151 Dauer liegt, daß theologische und/oder religionspsychologische Lexika Spiritualität als
152 einen „empirisch beobachtbaren Frömmigkeitsstil“, eine Übung in reiner Innerlichkeit
153 bezeichnen und in eine Spiritualität nach Meister Eckhart, oder eine franziskanische,
154 oderliberal-evangelische oder tibetische, unterscheiden, war für mich nicht hilfreich,
155 da ich spirituelles Denken und Handeln auch außerhalb von Religiosität oder gar
156 Konfessionalität vermute.

157 Als ich dann im Freundes/Kollegenkreis darüber sprach, wurde ich mit zahlreichen,
158 nicht immer ernst gemeinten Assoziationen zu diesem Begriff konfrontiert.

159 Spiritistisch, meinten die einen, welch fortgeschrittenes, esoterisches Thema für
160 einen Kongreß. Andere brachten den pikanten Zusammenhang zu Spirituosen und
161 ergingen sich in Betrachtungen über die Wechselwirkung von Tätigkeit im
162 palliativmedizinischen Feld und Alkoholabusus., Und mein Computer fragte mich
163 nach dem Eintippen der ersten 3 Buchstaben: Spiritual? So falsch sie alle lagen –
164 oder besser liegen wollten - , so war doch an allem ein Funken Richtigkeit, zumindest
165 was den Wortstamm betrifft: mit Geistigkeit und Geist haben alle Begriffe zu tun,
166 auch wenn es in einem Fall eher der Weingeist ist. An diesem Bezug Geist wollte ich
167 gerne weiterarbeiten, da er mir eine sinnvolle Möglichkeit bot, den Spiritualitätsbegriff
168 aus dem Bereich des Diffusen und Verschwommenen herauszulösen und ihn von
169 dem Vorwurf zu entlasten, er sei mit der Rationalität und Wissenschaftlichkeit nicht
170 vereinbar.

171 Der Leser wird vielleicht erwarten, daß ich zunächst einmal sage, was ich unter
172 Spiritualität verstehe. Ich möchte jedoch nicht, von einer von mir vorgegebenen
173 Definition abgeleitet, bestimmte Erfahrungen, die ich in meiner Lebens- und
174 Arbeitspraxis kennengelernt habe, von vornherein als spirituelle klassifizieren. Ich
175 möchte den Leser lieber einige von den Wegen mitgehen lassen, auf denen ich
176 selbst mehr und mehr zu der Überzeugung gelange, es handle sich bei den
177 gemachten Erfahrungen und erlebten Geisteshaltungen um spirituelle.

178 **„Eine besondere Gnade Gottes – erhaben ist er – gegenüber den Menschen**
179 **besteht darin, daß er ihnen zwei Straßen gewiesen hat, damit sie zum Haus**
180 **seines Wohlgefallens und zum inneren Frieden gelangen: Denken und Leben.“**

181 Entweder beide und nur einen zu beschreiten, beides führe zur Erkenntnis, hat Abu
182 Sulaiman, der islamische Mystiker, bereits im 10. Jahrhundert gesagt. Die Begleitung
183 sterbender Menschen ist ein Bereich, wo diese beiden Straßen, das Leben und die
184 denkerische Auseinandersetzung mit dem Leben, zusammentreffen wie an kaum
185 einem anderen Ort.

186 Die verschiedenen Geister, die ich auf diesen Wegen traf und von denen ich
187 annehmen mag, daß sie auch den Geist der Hospizarbeit und Palliativmedizin
188 wiedergeben, möchte ich nun einzeln betrachten, sie sozusagen anrufen, und anders
189 als bei Goethe hoffen, daß wir sie nicht mehr loswerden.