



LANDEsarBEITSGEMEINSCHAFT **HOSPIZ** SAARLAND E.V.

Geschäftsstelle
Am Ludwigsplatz 5
66117 Saarbrücken
Tel.: 0681/92700-0
Fax: 0681/92700-13
E-mail: lag@hospiz-saarland.de
Internet: www.hospiz-saarland.de

Veranstaltung zur Spiritualität

**für Haupt- und Ehrenamtliche
in der
Hospizarbeit des Saarlandes**

am 06. Dezember 2003
im Katholischen Pfarrzentrum Heilig Kreuz in Saarbrücken

Reader

Mit Beiträgen von
Klaus Aurnhammer, Volker Bier, Paul Herrlein, Gisela Nenno,
Veronika Raß, Holger Sturm und Marianne Tusch.

Saarbrücken, im August 2004

Vorwort

Die Veranstaltung „Spiritualität in der Hospizarbeit“ - so unser interner Arbeitstitel, der wohl zum ausgesprochenen Titel der Veranstaltung wurde – war in ihrem Ursprung eine Idee von Klaus Aurnhammer. Der wichtige und richtige Gedanke, die grundlegende Arbeit der Ehrenamtlichen im Saarland auf diese Weise zu würdigen - und damit nicht nur zu sagen, wie sinnvoll und gar nicht wegzudenken ihre Arbeit ist, sondern es auch zu zeigen und in die Tat umzusetzen – das zu würdigen, war Absicht unserer Veranstaltung.

Ganz besonders zu danken ist Herrn Pfr. Volker Bier, dessen Impulsreferat Lebenswelt und Spiritualität zu versöhnen versucht...

Spiritualität ist ein legitimes Bedürfnis und unverzichtbares Anliegen eines jeden Menschen, und es geht dabei in erster Linie um Orientierung und Struktur, ja: um den Sinn des eigenen Lebens, wobei der Inhalt, nicht die Form entscheidend ist.

Eine innere, geistige Haltung zum Leben und zur Wirklichkeit, die Sinn, Halt, Trost und Mut gibt, gehört mit zu den Rahmenbedingungen je individueller Spiritualität.

Dem entsprechend fanden sich fünf Arbeitsgruppen, die je unterschiedliche Ausdrucksformen oder Erfahrungsformen von Spiritualität nicht reflektierten, sondern in praxi setzten:

1. Arbeitsgruppe: „Alle meine Lebensquellen sind in Dir“ (Ps 87, 7): Eutonie, Körperarbeit, Psalmen und meditative Tänze.
Leitung: Frau Veronika Raß, Dillingen
2. Arbeitsgruppe: Ein Bild von Ernst Alt; Joh. 20, 15-17: „Rühr´ mich nicht an“.
Leitung: Frau Gisela Nenno, Völklingen
3. Arbeitsgruppe: J. S. Bach: Kantate „Ich habe genug“ (BWV 82); Gespräch über das Thema der Kantate.
Leitung: Frau Marianne Tusch, zusammen mit Herrn Kimling-Wegener
4. Arbeitsgruppe: Stille: Erfahrung von Stille – Austausch und Aushalten
Leitung: Herr Klaus Aurnhammer
5. Arbeitsgruppe: Max Frisch und der Tod: Kreatives Arbeiten mit Texten.
Leitung: Herr Holger Sturm

Dieser Reader möchte eine Erinnerung sein, aber nicht nur das, sondern verschrifteter Anstoß, Spiritualität als den warmen Kern zu begreifen, der nur allzu oft unter dem Gerölle des Alltäglichen zu versinken droht.

Wir danken allen Arbeitsgruppen und Arbeitsgruppenleitern sowie allen Menschen, die sowohl zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben als auch durch ihre Bereitschaft, sich auf das Thema einzulassen, gezeigt haben, wie wichtig, aber auch wie dankbar Arbeit mit Menschen - Hospizarbeit - ist.

Wolfram Bröder, Saarbrücken, im Februar 2004

Begrüßung:

Herr Paul Herrlein, Vorsitzender der LAG Hospiz, Geschäftsführer des St. Jakobus Hospizes Saarbrücken.

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Ich begrüße Sie alle sehr herzlich am heutigen Nikolaustag zu unserer LAG-internen Veranstaltung zur Spiritualität in der Sterbebegleitung.

Ich freue mich sehr, dass fast 70 in der saarländischen Hospizbewegung ehrenamtlich oder hauptamtlich Tätige sich trotz oder wegen der Vorweihnachtszeit die Zeit nehmen, um sich auf diesen wichtigen Bereich von Hospizarbeit und Palliativmedizin einzulassen. Dass dies wirklich gelingen wird, davon bin ich jetzt schon überzeugt, ganz gleich, mit welchen Erfahrungen und Erkenntnissen wir heute am frühen Nachmittag wieder auseinander gehen.

Vor uns liegt eine sehr gut vorbereitete Veranstaltung in dafür wie geschaffenen Räumen. Dass die Veranstaltung gelingen wird, dafür stehen schon allein unsere Referenten bzw. Moderatoren. Ich danke an dieser Stelle besonders Herrn Pfarrer Bier, der sich trotz seiner vielfältigen Verpflichtungen in der Telefonseelsorge bereit erklärt hat, uns in das Thema mit seinen Überlegungen und Anregungen einzuführen. Raum zur vertieften Auseinandersetzung geben fünf hochinteressante Arbeitsgruppen, über die uns Frau Nenno gleich mehr erzählen wird. Sie wird selbst eine Arbeitsgruppe moderieren. Sie, liebe Frau Nenno und mit Ihnen Frau Pfarrerin Tusch, Frau Pastoralreferentin Raß, Herrn Pastoralreferent Sturm sowie Herrn Aurnhammer, die als Hospizbewegte mit Ihrem jeweiligen spirituellen Hintergrund die Arbeitsgruppen moderieren, ebenfalls ein herzliches Dankeschön.

An dieser Stelle möchte ich nicht unerwähnt lassen, dass wir diesen Tag Dir, lieber Klaus, zu verdanken haben. Dieser Tag war Deine Idee, Du hast dich zusammen mit dem Vorbereitungsteam um das Was und Wie gekümmert und Du wirst auch noch den Abschluss mitgestalten. Und wer Dich kennt, weiß, dass Du über den Tag hinausdenkst, womit ich sagen will, dass dieser Tag heute in den kommenden Jahren fortgesetzt werden soll, vielleicht nicht zum gleichen Thema, aber als feste Größe im Terminkalender der LAG, als Angebot für die Mitglieder. Ich werde diese Idee auf jeden Fall unterstützen.

Die Idee ist das eine, die Umsetzung der Idee das andere. Die wäre nicht möglich ohne die Pfarrei St. Jakob und das Pfarrzentrum Hl. Kreuz. Ich danke Ihnen, Herr Diakon Roevenstrunk, ganz besonders, dass wir heute hier Ihre

Gäste sein dürfen. Bitte leiten Sie diesen Dank auch weiter an die anderen Mitarbeiter Ihres Pfarrzentrums, natürlich besonders an Frau Lies, der Pfarrsekretärin, und Herrn Fuchs, ihrem Hausmeister.

Schließlich komme ich zu Herrn Bröder, der die ganze Veranstaltung koordiniert und für ihr Gelingen gesorgt hat. Dafür danke ich Ihnen, Herr Bröder, sehr herzlich und natürlich auch dafür, dass Sie selbst einen äußerst wichtigen Part übernommen haben: Liebe Kolleginnen und Kollegen, wir erleben heute eine Premiere, denn Herr Bröder wird unserer Veranstaltung musikalisch begleiten. Er wird uns mit den Mitteln der Musik ermöglichen und dafür sorgen, dass wir uns sammeln können, Abstand gewinnen von den Notwendigkeiten dieser leider allzu hektischen Zeit, um zu dem kommen zu können, um was es jedem einzelnen von uns in spiritueller, geistiger Hinsicht geht.

Spiritualität kann von niemand vorgegeben werden, Spiritualität ist Aufgabe und Ziel jedes Einzelnen. Für mich persönlich kristallisiert sich dieses Verständnis in einem Wort Jesu, wie es im Johannesevangelium festgehalten ist: „Ihr werdet die Wahrheit erkennen, und die Wahrheit wird euch frei machen“.

(Joh. 8.32)

In diesem Sinne wünsche Ich uns allen einen guten und gewinnbringenden Verlauf.

(Paul Herrlein)

Impulsreferat:

Herr Pfr. Volker Bier, Ev. Leiter der Telefonseelsorge Saarbrücken, ehemaliger Leiter der Neunkircher Hospizarbeit in stationären Einrichtungen.

**Impulsreferat auf der Jahrestagung der saarländischen Hospizinitiativen
am 6. Dezember 2003
zum Thema „Spiritualität in der Hospizarbeit“**

Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Hospizarbeit,

Ein Mönch hatte sich im Wald verirrt. Er kam zu der Hütte eines Einsiedlers und fragte nach dem Weg zurück ins Kloster. Der Einsiedler gab ihm den Rat: „Folge dem Lauf des Wassers“. Das Kloster lag am Fluss. Dem Lauf des Bergbaches folgend kam er also sicher ans Ziel. Als der Mönch dem Abt die Geschichte erzählte, erkannte dieser sofort den weisen Bergmönch. Folge dem Lauf des Wassers, bedeutet viel mehr als eine Wegweisung zurück ins Kloster. Es ist der Rat des Lebens. Folge dem Lauf des Wassers, nimm an: im Sommer die Hitze, im Herbst den vollen Mond, im Winter den Schnee und im Frühling das Blühen.

Folgen heißt, sich dem Wandel des Lebens hinzugeben, Teil des Wandels zu werden. „Die Ros' blüht ohn warum“, schreibt Meister Eckehart. Sie kennen dieses Zitat sicher. Einfach leben und zum Leben gehört der Tod. Er ist Teil. So, wie wir hier sind, werden wir eines Tages sterben. So, wie ich hier stehe, bin ich gewiss, dass ich sterben werde - jede einzelne Zelle wird vergehen. Wir können diesen Untergang nicht vermeiden. Diese Erkenntnis wehren wir ständig ab und haben viele Mechanismen entwickelt, die uns helfen, den Tod zu verdrängen. Aber alles Verdrängte kehrt wieder, wenn auch unter einer anderen Maske. Wir wissen um den Tod, aber wir ertragen dieses Wissen nicht. Darum stürzen wir uns in alle möglichen Aktivitäten. Der Lärm unseres Ich-Bewusstseins kann aber letztendlich unsere Todesangst nicht verdrängen. Der Tod wird uns eines Tages vernichten.

Sie wissen das, ich weiß das.

Wir sind durch die Begleitung der Sterbenden immer wieder an den eigenen Tod erinnert. Wenn mich jemand fragt, was das größte Geschenk ist, das ich aus der Mitarbeit in der Hospizbewegung mitnehmen durfte, dann kann ich sagen, die Erinnerung an Menschen, die mich dies lehrten. Der Tod ist für uns alle, so unterschiedlich wie wir hier sind, der Wandel schlechthin.

Ich erinnere mich an den Säugling, der im Krankenhaus verstarb und den ich noch taufen durfte. Ohne dieses Mädchen wäre mein Weg, meine Suche wohl in

eine andere Richtung gegangen. Jeder von uns, der hier ist, jede von uns, die hier ist, hat eine dieser Erinnerungen. Schmerzhaftes Unterstücken des Loslassens, schmerzhaftes Verändern des Blickpunktes, Fragen nach dem Sinn, nach Gott, die sich stellen. Fragen, in die wir hineingenommen sind, weil in jedem Sterben sich unser eigener Tod auch spiegelt. Entscheidend ist, ob wir diese Erfahrungen und damit auch den eigenen Tod als Entwicklungsstufe sehen oder als fürchterliches Übel. In dieser Auseinandersetzung mit dem Tod, mit dem Wandel und Loslassen, der sich schon in kleinsten Dingen des Lebens anbahnt, im Folgen des Wassers wird unsere Spiritualität geboren. Sich auf das Leben einlassen und der Tod ist Teil des Lebens, heißt nichts Anderes als Gott Raum lassen.

Angelus Silesius hat einmal gesagt, wäre Christus 1000mal in Jerusalem geboren und nicht ein einziges Mal in dir, so wäre er umsonst geboren. Darum geht es, um die Geburt Christi in uns, um das Raumlassen für Gott und das Einlassen auf Gott. Spiritualität hat also etwas mit Wandel, mit Loslassen, mit Gott zu tun. Der Wandel weist auf die Realität des Lebens. Wenn wir uns an dieser Stelle dem Wasser überlassen, dann werden wir hineingenommen in das Reich Gottes, werden Teil des Reiches, im Loslassen, im Wandel.

Bevor wir uns noch einmal der Spiritualität näher zuwenden, lassen Sie uns einen Moment innehalten. Es gibt eine große Gefahr für unsere Begleitung.

„Was tun Sie, wurde Herr K. gefragt, wenn sie einen Menschen lieben? Ich mache einen Entwurf von ihm, sagte Herr K., und Sorge, dass er ihm ähnlicher wird. Wer, der Entwurf? Nein, sagte Herr K., der Mensch.“

Dieses Zitat von Bertold Brecht lässt uns auf etwas schauen, wie wir mit Sterbenden umgehen. Haben wir einen Entwurf für ihren Tod? Haben wir einen Entwurf dazu, wie liebevoll, wie harmonisch jemand sterben sollte? Zuhause, verabschiedet von allen, die ihm im Leben begegnet sind, Unerledigtes hinter sich gelassen? Haben wir einen solchen Entwurf „eines guten Todes“? So und so muss das sein mit der Spiritualität – mit dem Glauben? Aus dem Blick verlieren wir dabei, dass wir nicht für die Offenbarung zuständig sind, nicht für die Wirklichkeit Gottes. Sie ist längst da. Gerufen oder nicht gerufen, Gott ist da. *Vocatus atque non vocatus, deus ibi est.* Vielmehr noch: unser Entwurf hindert. Spiritualität hat nichts mit machen oder Macht zu tun, sondern mit Ohnmacht. Der Mensch mir gegenüber ist kein zu Behandelnder, keiner, den ich führe oder leite, oder den ich - Gott behüte -, mit irgendwelchen Texten überschütte oder mit Ideen. Der Mensch mir gegenüber ist Offenbarungsträger - wenn wir uns in den Fluss des Begleitens, in den Fluss des Lebens, der den Tod beinhaltet, hinstellen. Nicht wir tragen eine Offenbarung zu ihm, sondern sie wird uns offenbart. Es braucht dafür keine Gebete, Rituale. Es kann sein, aber es muss nicht sein. Der Tod, eigentlich das Leben schlechthin, ist Augenblick des Geführtwerdens. Im Sterbenden, in uns aktualisiert sich Gott. Gott wird sichtbar

im Geschehen. Wir sind hineingenommen in das Reich Gottes. Wenn der Sterbende zum Offenbarungsträger wird, dann wird der rasselnde Atem im Sterben zum Psalm. Dann wird die Klage darüber, dass wir nicht am rechten Ort sind, zum Gebet. Wir sind, um es genau zu nehmen, nur Zeugen der Gegenwart Gottes im doppelten Sinne, indem wir es beobachten und bezeugen zugleich, indem wir es wahrnehmen und zugleich Träger der Gegenwart sind.

Spiritualität kann nicht dazu dienen, den Tod besser zu machen. Dem Tod seinen Schrecken zu nehmen. Das wäre eine allzu schnelle Auferstehung. Aber vor jeder Auferstehung steht der Tod, steht die Enge. Sie ist nicht herausgenommen aus der Gegenwart Gottes. Aber wir sind hineingenommen. Hineingenommen in das Ganze des Lebens, in das Ganze der Offenbarung Gottes.

Aber kehren wir zur Bedeutung der Spiritualität zurück. Spiritualität ist also das gemeinsame Hineintreten oder besser noch: Gewährwerden der Offenbarung Gottes und dies geschieht, wie ich glaube, ebenso im Krankenhaus, im Altenheim, wie Zuhause oder an jedem anderen Ort. Ich möchte diese Begegnung mit Gott, dieses Einssein mit Gott in vier Teile unterscheiden. Natürlich sind die Übergänge zwischen diesen Teilen fließend zu verstehen, aber es hilft, eine Unterscheidung zu treffen. Die vier Teile lauten: der Durst, die Erfahrung, die Übung und die Gnade oder auch: der Dank.

Zu 1. – Der Durst

Es ist die Sehnsucht nach dem Sinn, nach Verstehen, die uns zu Gott führt. Wer von uns kennt nicht das Wort von Augustin: „Du hast uns zu dir gemacht und unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in dir.“ Und das betrifft uns beide, den Sterbenden als auch den Begleiter. Diese Unruhe betrifft jeden Menschen. Ich habe Bedürfnisse, ich habe Durst - das ist der Impuls. Das ist der Grund, warum wir uns auf den Weg machen. So wie unser Leib verbunden mit der Seele manchmal auf die Suche geht. Wer von uns kennt nicht die Situation, dass wir unruhig in den Kühlschrank hineinschauen und das ein oder andere entdecken. Auf dies oder das Lust haben oder auch keine. Dann doch etwas essen und merken, es lässt uns unbefriedigt. Es ist ein anderer Frieden, den wir suchen.

Oder aus Indien kommt das Bild, dass wir auf der Suche nach dem Zufriedensein, nach der Fülle und der Einheit des Lebens wie ein Mensch sind, der ständig damit beschäftigt ist, einen Löffel Honig nach dem anderen zu löffeln und jedes Mal, wenn die Süße des Honigs vergeht, sich wieder aufs neue einen Löffel voll nehmen muss. Ist der süße Geschmack weg, dann ist die Sehnsucht, der Durst wieder da. Dieser Durst, der gehört zu unserer Erfahrung des Menschseins.

Was heißt das für die Begleitung?

Das heißt, wir alle sind verbunden darin, dass wir aus der Illusion des Getrenntseins vom Leben, der Trennung von Gott erwachen wollen, das ist unser innerster Durst. Das teilen wir mit dem, der stirbt. Eigentlich ist es die Frage, die wir teilen - nach dem Leben und nach dem Sinn. Sich Sehnsüchte und Unerfülltes Leben mitzuteilen und auszuhalten ist nicht leicht, aber im Erzählen, im Erinnern taucht etwas von der Gemeinschaft auf, die wir gemeinsam bilden. Nicht umsonst heißt es im Judentum: „Die Erinnerung ist das Geheimnis der Erlösung“. Schon der Blick, der Durst, die Sehnsucht, die wir gemeinsam haben und teilen, ist Teil der Erlösung.

Zu 2. – Die Erfahrung

Wir erleben in aller Regel - jeder und jede von uns - Zeiten von großer Innigkeit. Zeiten, in denen wir uns in Frieden, in Einheit mit unserer Umwelt oder mit Menschen erleben, Zeiten der Stille vielleicht oder der Liebe, Zeiten der Hingabe. Aber immer haben diese Zeiten des Glücks, wie ich sie einmal bezeichnen möchte, immer haben diese Zeiten des Gewahrseins etwas mit Ziellosigkeit und Zeitlosigkeit zu tun. Wir verlieren das Gefühl der Getrenntheit und erfahren Einheit. Ein wesentlicher Teil kann auch das Mitgefühl sein. Die Erfahrung dessen, dass wir in der mitfühlenden Hingabe, in der Liebe die Zeit verlieren und eins sind mit dem, was wir Zeit, was wir Raum, was wir Aktivität nennen. „Folge dem Lauf des Wassers.“

Was heißt das für die Begleitung?

Wir dürfen damit rechnen, dass auch diese Erfahrung andere gemacht haben. Ein Krebspatient erzählt am Ende eines sehr arbeitsamen und selbständigen Lebens, erzählt von einer Ballonfahrt, von der Stille, von der Weite, der Freiheit und der Leichtigkeit, von dem, dass alles unter ihm so klein war. In dieser Erinnerung ist der Austausch über die Quelle. Nicht festgemacht an bestimmten Punkten. Unsere Quelle, unsere Erfahrung mit dem, was uns im Leben trägt und immer wieder gesucht wird. Unsere Erfahrung ist nicht identisch mit der Erfahrung dessen, den wir begleiten im Sterben. Aber die gemeinsame Erinnerung öffnet den Raum, dass wir eben diese Erfahrung in der Begleitung machen. Wie sie kommt, das können wir nicht sagen. Aber sicher ist, dass sie da war und vielleicht auch jetzt offenbar werden will und wir sie erwarten dürfen. Dass wir mit ihr rechnen dürfen, ohne sie zu verrechnen.

Zu 3. – Die Übung

Es braucht das Einüben. Der dritte Punkt ist vielleicht der wesentliche. Ich glaube, dass es keine spirituelle Begleitung Sterbender geben kann, ohne dass wir kontinuierlich unsere eigene spirituelle Praxis haben, dass wir einüben, was wir an Erfahrung mitbringen. Das Einüben möchte ich mit dem leeren eines Gefäßes vergleichen. Wir alle haben unterschiedliche Rituale. Für den Einen ist

es, in die Stille zu gehen; für den Anderen das Gebet, die Beschäftigung mit dem Wort Gottes, für einen Dritten vielleicht das Kartoffelschälen. Nicht umsonst sagt Teresa von Avila: „Der Herr wandelt auch zwischen den Kochtöpfen“. Gleich, wie diese Übung aussieht. Das Ritual, das Wiederholende erleichtert es, dass es Zeiten gibt, Möglichkeiten in unserem Leben, uns einfach zu leeren, in denen Gott Gelegenheit hätte, uns zu füllen. Zeiten, in denen die Bewegung des Ichs nachlässt. Die Ich-Aktivität, der Lärm darf aufhören. Rituale vereinfachen das. Wörter, die auftauchen aus der Bibel, vereinfachen dies. Es hat aber auch viel zu tun mit Disziplin und Regelmäßigkeit. Es hat viel zu tun auch mit Hingabe. Es kann das Schlimmste passieren, dass der Zugang zu unserer Quelle versandet. Darum braucht es die Übung. Übung, die sich eigener Grenzen bewusst ist und die akzeptiert. Weil dies die Voraussetzung dafür ist, dass wir empfangen können. Das Gefäß ist nicht der Inhalt. Dass wir uns bereithalten, ist nicht schon das Ziel, sondern das ist Weg, und der wird zum Ziel, in dem es gefüllt wird. Mut und Gnade begegnen sich in der Übung.

Was heißt das für die Begleitung?

Für die Begleitung kann es heißen, dass wir neben dem Sterbenden, ich denke z.B. auch an komatöse Patienten, in die Übung gehen. Wir sind untereinander verbunden, wir leben in Resonanz. Wir wissen es, dass ein Mensch, der eine bestimmte Haltung verkörpert, sei es nun aggressiv, sei es traurig, sei es glücklich, sei es eben auch in dieser Haltung des sich öffnenden Gefäßes oder der erfüllten Liebe Gottes, seine Umwelt beeinflusst. Deshalb kann Begleitung heißen: in die Übung zu gehen. Vielleicht in einer fürbittenden Haltung. Welche große Kraft hat die Fürbitte für einen Menschen! Für jemanden zu bitten, dass sich die Wahrheit Gottes offenbart in ihm oder in ihr. Dass er durch den Tod den Wandel erfährt und in Berührung kommt, Teil des ewigen Lebens ist. Für jemanden zu beten, inwendig, innig. Äußerlich achtsam zu sein, weil die Übung nicht für alle gleich ist.

Äußerlich achtsam zu sein, weil sie sich verbergen kann hinter dem Zusammensetzen und Reparieren von Uhren, hinter dem Bügeln von Wäsche, hinter dem wiederkehrenden Atmen, auf- und anschwellend. Äußerlich aufmerksam die Übung zuzulassen und offen werden für den einen Klang der Welt.

Zu Punkt 4. – Gnade und Erfüllung

Gott erwacht in uns. Das Göttliche kommt in uns zu Bewusstsein. Von Karl Rahner ist der Satz: „Wir sind spirituelle Wesen, die eine menschliche Erfahrung machen und nicht Menschliche Wesen, die eine spirituelle Erfahrung machen.“ Das vorlaufende Hineingenommensein in das Reich Gottes durch Christus ist die erste Aussage. Die Wahrnehmung dessen, dass wir in der Gnade leben, wird auch im Neuen Testament schon aufgezeigt. Zum Beispiel heißt es im Galater-Brief (Gal 2,20): „Nicht ich lebe, sondern Christus lebt in mir.“ Das heißt nicht, dass wir als Person verloren gehen – im Gegenteil, wir werden

dadurch, dass Gott durch uns klingt, per-sona. Am Ende meines Lebens werde ich nicht gefragt werden: „Warum bist Du nicht Mose gewesen, warum nicht Paulus, warum nicht Maria? Am Ende meines Lebens werde ich gefragt werden, „warum bist Du nicht Volker Bier gewesen?“. Ein Gedanke, der mich schon jetzt ermutigt, der zu sein, der ich bin – Person zu sein. Unverwechselbar und zugleich schon Teil der Wirklichkeit Gottes. Den Geist wehen lassen, wo er will. Die Erfahrung der Gnade, das Erwachen aus der Illusion, dass wir getrennt sind, das ist Gott allein belassen. Aber wir dürfen dazu bereit sein und dankbar. Dieser Punkt reicht weit über die Übung hinaus. Nach über 30 Jahren im Gefängnis hat Nelson Mandela einmal gesagt: „Wir sind so geübt im Wahrnehmen dessen, was nicht gelingt und dessen, was uns hindert oder böse ist. Aber, was uns wahrhaftig schwerfällt, ist, dass Licht wahrzunehmen und im Licht zu leben.“

Was heißt das für die Begleitung?

Vielleicht einfach nur, sich einzulassen auf Gott. Einlassen auf den Weg des Lassens und mit der grundsätzlichen Verwirklichung Gottes in dieser Welt, im Leben rechnen.

Dann bleiben für die Begleitung und für unser Leben nur das Sein in der Gnade und der Dank. Das sind seltene Momente – nach meiner Erfahrung. Momente, die oft erst gegen Ende des Sterbens auftauchen, meistens sogar erst nach dem Tod.

Soweit meine Überlegungen zum Thema „Spiritualität in der Sterbegleitung“.

Vielleicht hilft Ihnen die eine oder andere Überlegung in den Arbeitsgruppen oder in ihren Begleitungen. Was sie an dem Gehörten nicht fördert oder gar hindert, das werden sie hoffentlich einfach vergessen können.

Ich persönlich wünsche Ihnen weiterhin Freude - an Ihrer Arbeit, an Ihrem Leben und ein gutes Gehen in der Gnade Gottes.

Vielen Dank.

(Volker Bier)

Die Arbeitsgruppen

- 1. Arbeitsgruppe:** „Alle meine Lebensquellen sind in Dir“ (Ps 87, 7):
Eutonie, Körperarbeit, Psalmen und meditative Tänze.
Leitung: Frau Veronika Raß, Pastoralreferentin, Dillingen

Leibhaftige Spiritualität

Präsens, d.h. Dasein, Anteilnahme, liebende Aufmerksamkeit, ist gefragt in der Begleitung von Sterbenden, so Cicely Saunders, die Begründerin der modernen Hospizbewegung.

Präsent sein heißt leibhaftig da sein. Ganzheitlich da sein. Mit Körper, Seele und Geist.

Der Leib ist Mensch gewordener Geist. Geist wird Leib. Gewiss gilt auch umgekehrt:

Geist wird Leib. Eine einfache Körperübung kann dieses Wechselspiel des Lebens im Menschen konkrete Gestalt annehmen lassen. Umgekehrt: der geistig-geistliche, der kreative, aufmerksame und liebende Mensch wird auch in seinem Körper von der inneren geistigen Haltung geprägt.

Die Arbeitsgruppe will Erfahrungsmöglichkeiten leiblich- geistiger Art bieten und lädt die Teilnehmer und TeilnehmerInnen ein zu **leibhaftigen geistlichen Übungen, zu Eutonie und meditativem Tanz.**

Der Übungsweg der Eutonie verwendet viel Zeit darauf, sich im **Kontakt** mit dem Boden zu erfahren. Der Kontakt hilft, die körperliche Kontaktfähigkeit in einfacher Weise und als einfache Wahrheit zu erfahren.

Es genügt die Einstellung: Ich bin da, um mich zu spüren mich in meiner Leibhaftigkeit wahrzunehmen. Dabei gilt die einfache Regel: annehmen, was da ist und es nicht bewerten.

Das „Ergebnis“ ist in der Tat bei allen TeilnehmerInnen unterschiedlich, ja es kann sogar entgegengesetzt erscheinen, weil jeder individuell verschieden ist. Jeder spürt sich auf eigene Weise. Beim Üben entdecken alle, dass sie auf individueller unterschiedlicher Weg-Etappe sind.

Der **Atem** bewegt uns ohne unser willentliches Zutun von innen her. Viele Menschen sind jedoch außer Atem geraten. Da heute vieles machbar geworden ist, fällt es uns schwer, das bewusste und unbewusste MACHEN am Atem zu lassen, den natürlichen Atem geschehen zu lassen.

Die Übung, den Atem fließen zu lassen, trägt dazu bei, wieder in den eigenen Atem zu kommen. Was dran ist, kann geschehen. Wenn ein Mensch nichts mehr macht, d.h. isoliert vom Kopf her steuert, sondern klar beobachtet, in der im

möglichen leib-geistigen Ganzheit integriert nach innen hört, entscheidet und dann im Handeln geschehen lässt, gewinnt das Leben an ursprünglicher Lebendigkeit.

Wir lassen uns von unserem Atem in unsere Mitte führen, an den Ort, wo wir bei uns zuhause sind. Ein Satz von Angelus Silesius öffnet uns für die geistige Wirklichkeit: „Halt an, wo läufst du hin, der Himmel ist in dir, suchst du Gott anderswo, du fehlst ihn für und für.“

Wo Rhythmus und Atem zugelassen sind, befreit sich auch **Bewegung** und Bewegtheit. Bewegung ist gemeint als innerer Weg, vom Leiblichen zum Seelischen und Geistigen und umgekehrt. Bewegung geschieht in einer Wechselwirkung von innen nach außen und von außen nach innen. In einem meditativen Tanz zu „Minuet“ von Händel lassen wir uns hineinnehmen in die Bewegung von innen nach außen und von außen nach innen.

Eine gute Tonusspannung, „Eu-tonie“, kann von einem tieferen Lebensgefühl, von mehr Lebensqualität begleitet sein. Langfristig erweitern sich Selbstwahrnehmung und Beziehungsfähigkeit, In-mir-sein und In-der-Welt-sein. So kann eine „umfassende Eutonie“ – ein gutes Spannungsverhältnis in sich, im sozialen Bereich und zum transzendenten Bereich entwickelt werden.

(Veronika Raß, Pastoralreferentin)

**2. Arbeitsgruppe: Ein Bild von Ernst Alt; Joh. 20, 15-17: „Rühr´ mich nicht an“.
Leitung: Frau Gisela Nenno, Völklingen**

Arbeitsgruppe: Bild

Leitung: Frau Gisela Nenno

„Rühr´ mich nicht an – halt´ mich nicht fest“

Bildmeditation zu Ernst Alt:

Im Ostergarten, Joh. 20, 15-17

Kunstverlag Heinz Klein, Saarlouis

Nachdem sich die Teilnehmer gegenseitig vorgestellt hatten und eine gute Einstimmung durch das Impulsreferat gegeben war, konnte die Gruppe in vier Schritten intensive Erfahrungen sammeln:

1. Bildbeschreibung: - Was sehe ich?
2. Bilddeutung: - Was bedeutet das Gesehene?
3. Schriftlesung und Schriftdeutung zu Joh. 20, 15-17
4. Anfragen an mich selbst: - Was sagt mir das Bild? – Welchen Titel möchte ich dem Bild geben?

Es ist unmöglich und auch nicht sinnvoll, die vielfältigen Sichtweisen, die unterschiedlichsten existentiellen Deutungen und Erkenntnisse – die in die Praxis übertragenen Erfahrungen – und den guten Dialog nachträglich wiederzugeben.

Es lässt sich aber so viel mitteilen, dass dank der guten Atmosphäre, der Spiritualität und Aufgeschlossenheit der Teilnehmer, sich ein Klima des „Sich-Wunderns“, der Toleranz und neuer Einsichten entwickelte.

Es hat Freude gemacht. Darum sind die Begegnung und die Auseinandersetzung mit dem Bild des Künstlers Ernst Alt empfehlenswert.

(Gisela Nenno)

**3. Arbeitsgruppe: J. S. Bach: Kantate „Ich habe genug“ (BWV 82);
Gespräch über das Thema der Kantate.
Leitung: Frau Marianne Tusch, zusammen mit
Herrn Pfr. M. Kimling-Wegener**

Bei der Vorbereitung dieser Arbeitsgruppe fiel mir die Kantate „Ich habe genug“ von Johann Sebastian Bach ein. Ich selber kannte sie noch gar nicht so lange. Vor einem Jahr hatte ich eine Arie der Kantate zufällig im Radio gehört und war sehr beeindruckt sowohl von der Musik als auch vom Text.

Sie eröffnet einen Zugang zur Einstellung und Spiritualität Bachs zum Tod. Die Kantate BWV 82 „Ich habe genug“ war also Ausgangspunkt in der Arbeitsgruppe.

Über Text und vor allem Musik geschah eine Annäherung an das Thema, wie Tod von Johann Sebastian Bach verstanden wird, und wie weit wir dem folgen können, oder auch nicht, bzw. wie wir den Tod verstehen und mit ihm umgehen.

Ich hatte zwei Arien aus der Kantate ausgesucht,

Zum einen die Eingangsarie:

Ich habe genug,
ich habe den Heiland, das Hoffen der Frommen,
auf meine begierigen Arme genommen;
ich habe genug!
Ich hab ihn erblickt,
mein Glaube hat Jesum ans Herze gedrückt;
nun wünsch ich, noch heute mit Freuden von hinnen zu scheiden.
Ich habe genug!

Zunächst haben wir unsere Eindrücke über das Gehörte ausgetauscht. Die ruhige Musik in einem wiegenden Dreierhythmus mit der Oboe als konzertierendem Instrument mit dem Altus (männlicher Sänger, der in der Alt-Lage singt) im Wechselspiel strahlte eine große Ruhe aus, und war doch gleichzeitig bewegt. Die Teilnehmenden konnten den Text nicht gut verstehen, dennoch erschloss sich über die ruhige Musik das Thema.

Wir widmeten uns dann vor allem dem ersten Satz der Arie „Ich habe genug“. Dieser Satz wurde kontrovers diskutiert; wir versuchten, uns vorzustellen, in welcher Situation ein solcher Satz seinen Ort hat. Insgesamt beeindruckte die Musik in ihrer Friedlichkeit; der Text drückt eine große Geborgenheit in Gott aus. Der Tod scheint keinen Schrecken zu haben.

Darin drückt sich auch die Sichtweise und der Umgang mit dem Tod in der ersten Hälfte des 18. Jahrhunderts aus. Johann Sebastian Bach selbst hatte seine erste Frau früh verloren, und auch einige seiner Kinder, die er mit seiner ersten Frau hatte, verstarben früh. Der Tod war sehr viel gegenwärtiger als heute.

Die zweite Arie aus der Kantate:

Ich freu mich auf meinen Tod.
 Ach! hätt´ er sich schon eingefunden.
 Da entkomm´ ich aller Not,
 die mich noch auf der Welt gebunden.
 Ich freue mich auf meinen Tod...

Diese relativ beschwingte Arie (wieder in einem Dreierhythmus sowie Oboe) erstaunte und wirkte auf einige z. T. schwer zu verstehen. Text und Musik wirken vital, Freude wird spürbar. Die Freude auf den Tod erschloss sich uns nicht unmittelbar.

In der anschließenden Diskussion fielen einigen Gruppenmitgliedern Begleitungen von Sterbenden ein, für die der Tod eine Erlösung von ihrem Leiden war.

Es entspann sich eine spannende Diskussion, in der es um die Sicht und das Erleben des Todes der Gruppenteilnehmerinnen und –teilnehmer ging.

Ich hatte noch nie mit dem Medium Musik mit einer Gruppe gearbeitet und war selber gespannt, wie das werden würde.

Insgesamt waren wir sehr zufrieden.

Über die Musik erschließt sich das Thema Tod und wie wir damit umgehen auf einer sehr emotionalen Ebene, und das wurde in der Gruppenarbeit besprochen. Herr Kimling-Wegener und ich fanden die Gruppenarbeit an vielen Stellen sehr intensiv und dicht.

(Marianne Tusch)

4. Arbeitsgruppe: Stille: Erfahrung von Stille – Austausch und Aushalten

Leitung: Herr Klaus Aurnhammer

Zur Vorbereitung:

Gönne dich dir selbst!

„Wo soll ich anfangen? Am besten bei deinen zahlreichen Beschäftigungen, denn ihretwegen habe ich am meisten Mitleid mit dir.

Ich fürchte, dass du, eingekeilt in deine zahlreichen Beschäftigungen, keinen Ausweg mehr siehst und deshalb deine Stirn verhärtet; dass du dich nach und nach des Gespürs für einen durchaus richtigen und heilsamen Schmerz entledigst. Es ist viel klüger, du entziehst dich von Zeit zu Zeit deinen Beschäftigungen, als dass sie dich ziehen und dich nach und nach an einen Punkt führen, an dem du nicht landen willst. Du fragst, an welchen Punkt?

An den Punkt, wo das Herz hart wird. Frage nicht weiter, was damit gemeint sei; wenn du jetzt nicht erschrickst, ist dein Herz schon so weit. Das harte Herz ist allein; es ist sich selbst nicht zuwider, weil es sich selbst nicht spürt.

Was fragst du mich? Keiner mit hartem Herzen hat jemals das Heil erlangt, es sei denn, Gott habe sich seiner erbarmt und ihm, wie der Prophet sagt, sein Herz aus Stein weggenommen und ihm ein Herz aus Fleisch gegeben (Ezechiel 36,26).

Wenn du dein ganzes Leben und Erleben völlig ins Tätigsein verlegst und keinen Raum mehr für die Besinnung vorsiehst, soll ich dich da loben? Darin lobe ich dich nicht. Ich glaube, niemand wird dich loben, der das Wort Salomons kennt: `Wer seine Tätigkeit einschränkt, erlangt Weisheit` (Jesus Sirach 38,25).

Bestimmt ist es der Tätigkeit selbst nicht förderlich, wenn ihr nicht die Besinnung vorausgeht.

Wenn du ganz und gar für alle da sein willst, nach dem Beispiel dessen, der allen alles geworden ist (1 Korinther 9,22), lob ich deine Menschlichkeit, aber nur, wenn sie voll und echt ist. Wie kannst du aber voll und echt Mensch sein, wenn du dich selbst verloren hast?

Auch du bist ein Mensch. Damit deine Menschlichkeit allumfassend und vollkommen sein kann, musst du also nicht nur für alle anderen, sondern auch für dich selbst ein aufmerksames Herz haben. Denn was würde es dir sonst nützen, wenn du – nach dem Wort des Herrn (Matthäus 16,26) – alle gewinnen, aber als einzigen dich selbst verlieren würdest?

Wenn also alle Menschen ein Recht auf dich haben, dann sei auch du selbst Mensch, der sein Recht auf sich selbst hat. Warum solltest einzig du selbst nichts von dir haben? Wie lange bist du noch ein Geist, der auszieht und nie wieder heimkehrt (Psalm 78,39)? Wie lange noch schenkst du allen andern deine Aufmerksamkeit, nur nicht dir selber? Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein?

Denk also daran: Gönne dich dir selbst! Ich sage nicht: Tu das oft! Aber ich sage: Tu es immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.“

(Bernard von Clairvaux (1090-1153) an Papst Eugen III., der früher sein Mönch gewesen war.)

Segen zur Nacht

Gott,

Sonne des Tages
und Stern in der Nacht,

segne dich,

dass du nach all den Anstrengungen,
die hinter dir liegen,
jetzt zur Ruhe kommst,

und behüte dich,

dass du dich in allem,
was dich an Ängsten umtreibt,
getragen weißt,

Gott lasse sein Angesicht leuchten über dir,

dass dir in dem, was dir heute noch

aussichtslos erscheint,
 morgen wieder
 ein neuer Weg sichtbar wird,
 und sei dir gnädig,
 dass die Erschöpfung
 neuer Zuversicht weicht
 und die Freude
 wieder aufblüht in dir.
 Gott erhebe sein Angesicht auf dich,
 dass sich seine Zärtlichkeit widerspiegelt
 im Anblick eines jeden Menschen,
 den du liebst,
 und gebe dir Frieden,
 dass du dein Leben annehmen kannst
 so, wie es ist.

Christa Spilling-Nöker

Erfahrung von Stille – Austausch und Aushalten

In der Sterbebegleitung kommt es oft zu Situationen der Stille: Menschen hören auf zu reden, weil die Kraft fehlt oder weil sie nicht mehr wollen, weil es nichts mehr zu sagen gibt oder das Schweigen die geeignete Form der Zwiesprache in diesem Augenblick ist. Was geschieht dann in der Stille? Wie ist sie gefüllt – oder ist sie gar leer?

Unsere Gruppe machte sich auf den Weg der Stille, indem sie selbst still wurde. Wir sprachen über diese konkrete Erfahrung von Stille und über Erlebnisse, die jeder einzelne für sich in der Stille macht. Schnell wurde klar: Stille ist oft nur nach außen still. In mir ist es dagegen oft noch laut. Gedanken, Planungen, Erinnerungen, Gefühle kommen und gehen in raschem Wechsel. Ich lasse mich von diesem inneren Getöse oft fortreißen. Statt mich zu zentrieren, in meine Mitte zu gehen, hänge ich meinen Gedanken nach. Wer auch innerlich still werden will, steht vor der Aufgabe, all das, was innen auftaucht, los zu lassen. Nur so kann es gelingen, leer zu werden und offen für das, was kommt.

In der Stille zwischen zwei Menschen in der Sterbebegleitung kommt es sehr darauf an, ob es zwischen den Beteiligten ein (lautes oder leises) Einvernehmen über die Stille gibt. Ist Stille von beiden gewollt, so kann sie für beide Partner zu einer sehr intensiven Erfahrung von Nähe, Intimität und Austausch werden. Ist die Stille jedoch nicht abgesprochen, kann sie sehr belastend erlebt werden.

Immer wieder während des Gespräches benannten die TeilnehmerInnen konkrete Ideen, wie es gelingt, still zu werden, und wie sie Stille allein oder zu zweit gestalten. Die Gruppe ging nach einer erneuten konkreten Erfahrung von Stille auseinander in dem Bewusstsein, dass in der Stille allein oder zu zweit eine Quelle tiefer Spiritualität verborgen ist.
 (Klaus Aurnhammer)

5. Arbeitsgruppe: Max Frisch und der Tod: Kreatives Arbeiten mit Texten.

Leitung: Herr Holger Sturm, Pastoralreferent

Zugänge zu Tod und Sterben durch die Literatur

Max Frisch und der Tod

Schriftsteller sind Menschen, die nicht nur genau beobachten, sondern auch ihre Beobachtungen in einer prägnanten Weise in Sprache umsetzen und zu Papier bringen. Meine Erfahrung ist, dass neben den „christlichen“ Zugängen zu Sterben und Tod die Literatur uns hilft, unseren Horizont zu erweitern und traditionelle Wahrnehmungsmuster aufbrechen können. Wir treffen in unserer pluralen Gesellschaft immer mehr auf Menschen, die einen anderen Bezug zum Thema Sterben und Tod haben. Auch unsere christliche Tradition hat ihre Wurzeln im jüdischen und griechischen Denken der Antike.

Die Literaturgeschichte zeigt, dass sich Schriftsteller in jeder Epoche in Lyrik, Prosa und in dramatischen Texten mit dem Tod beschäftigt haben. Sie spiegeln wider, wie man sich zu dieser mit dem Tod auseinandergesetzt hat und in welcher Ordnung er seinen Platz hatte.

Im Blick auf die zu erwartende Gruppe habe ich mich für einen Text aus der jüngeren Vergangenheit entschieden.

Max Frisch ist einer der bekanntesten Schriftsteller des 20. Jahrhunderts. Er hat sich im Laufe seines Lebens immer wieder mit der Thematik Sterben und Tod auseinandergesetzt. Insbesondere in seinen letzten 20 Lebensjahren hat er dies schriftstellerisch getan, bis er 1991 fast 80-jährig verstorben ist. Schon in seinem Tagebuch von 1966 bis 1971 findet sich ein literarischer Fragebogen zum Thema Tod. Als Textgrundlage für „Spiritualität in der Hospizarbeit“ habe ich das Stück „Triptychon“ gewählt. Es ist in den Jahren 1976 und 1977 entstanden. Im Klappentext der aktuellen Ausgabe des Suhrkamp Verlages heißt es dazu:

„Auch wenn die Vorstellung eines Lebens nach dem Tod als unhaltbar bezeichnet wird, so bleibt eine Vorstellung von Ewigkeit, der Tod als Mystifikation: dass der Tod letztlich die Wahrheit über unser Leben ist. „Triptychon“ besteht aus drei Bildern, die nicht Stationen einer dramatischen Handlung sind, sondern drei szenische Aspekte zum Thema geben. Das erste: unsere gesellschaftliche Verlegenheit beim Ableben eines Menschen. Das zweite: die Toten unter sich, ihre langsam versiegenden Gespräche am Styx, wo es die Ewigkeit des Gewesenen, aber keine Erwartung gibt. Das dritte: der Lebende in der unlösbaren Beziehung zum toten Partner, der, was immer der Lebende tue, nicht umzudenken vermag.“

Auf Grund der Zeitvorgabe habe ich mich auf das Erste der drei Bilder beschränkt. Dargestellt wird ein Beerdigungskaffee.

Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer erhielt eine Kopie des Textes. Allen war dieses Stück von Max Frisch unbekannt. Zu Anfang haben wir den Text gleich in verteilten Rollen langsam gelesen. Durch das verlangsamte Lesen konnten die Teilnehmer/innen den Text auf sich wirken lassen. Zur Kennzeichnung der Rolle erhielt jeder ein entsprechendes „Namensschild“.

Anhand des Aufbaus, der Personendarstellung, des Handlungsverlaufs und auch der Regieanweisungen kamen wir dann anschließend ins Gespräch. Die Teilnehmer/innen taten dies zunächst mit der Rolle, die sie selbst gelesen hatten. Im Anschluss entwickelte sich ein Dialog zwischen den Teilnehmern über den Text. Es gelang mittels eigener Erfahrungen und Erlebnisse eine Deutung des ersten Triptychonbildes.

Da ist die Rolle der Witwe, die sich noch nicht vorstellen kann, dass Ihr Mann tot ist. Im Dialog mit dem Toten, der stumm in einem weißen Schaukelsessel auf der Bühne zwischen den Trauergästen sitzt, setzt sie sich mit seinem Verhalten auseinander. Wir erfahren auch etwas über die letzten Lebenswochen des Verstorbenen.

Da sind die weiteren Trauergäste, die sich über Glauben und Ewigkeit (der junge Pastor), über den Tod als Endlichkeit (Roger) unterhalten und deren Positionen nebeneinander stehen.

Es tritt die Tochter des Verstorbenen auf, die sich um die Gäste kümmert, ob sie etwas zu Trinken und Servietten hätten. Einige Gäste werden nicht namentlich genannt, bleiben anonym und fremd. Die Verlegenheit der Personen wird deutlich an den belanglosen Inhalten der Dialoge und dem Nebeneinander der Figuren. Eben eine, wie die Teilnehmer/innen feststellten, typische Situation für unsere Zeit, die sehr deutlich macht, wie sich Menschen heute mit dem Tod auseinandersetzen.

Völklingen, 29.02.04,
(Holger Sturm, Pastoralreferent)