

Der Stille Raum und Sinn geben – im Leben und im Sterben

**CAS-Arbeit 2017/18 für Spiritual Care
an der Universität Bern**

- **Theologische Fakultät**
- **Phil. -hum. Fakultät**
- **Medizinische Fakultät**

Abgabetermin: 15.12.2017

Studienleitung a.I.

Frau Nora E. Blatter, Pfarrerin, Lic. theol,
MA of Theology University of Glasgow GB
Universität Bern, Unitobler
Länggassstrasse 51
CH-3012 Bern

nora.blatter@theol.unibe.ch

Autorin

Frau Theresa Fiechter
dipl. Fachfrau Aktivierung und Alltagsgestaltung (LeA)
Adelbodenstrasse 24
3714 Frutigen

theresa.fiechter@gmx.ch

Inhaltsverzeichnis

1.0 Fragestellung	3
2.0 Begriffsdefinition Stille	3
2.1 Der Weg zum Kern der Stille	5
2.2 Prägendes Erlebnis zum Thema Stille	5
3.0 Begriffsdefinition Spiritual Care	6
4.0 Seins-Erfahrung durch Stille und Spiritual Care	8
5.0 Das Zusammenwirken von Stille und Spiritual Care	9
5.1 Praxis Beispiel I	9
5.2 Praxis-Beispiel II.....	10
5.3 Praxis-Beispiel III.....	11
6.0 Folgerungen aus den drei Praxisbeispielen	12
7.0 Momente der Stille	15
7.1 Stille und Trauer	15
7.2 Stille und Gegenwart	16
7.3 Stille und „Verwandlung“	16
8.0 Schlussfolgerungen	18
9.0 Selbstständigkeitserklärung	20
10.0 Literaturverzeichnis	21
11.0 Anhang	24
11.1 Grafik zu „Menschenbilder“	24
11.2 Illustration	25

Vorwort

Spiritual Care ist als wichtiges Instrument bei der Betreuung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen manchen Ärzten, Pflegenden und ganz allgemein in der Gesellschaft kaum bekannt und daher leider auch kaum relevant in Therapien und Pflegeprozessen. Gerade in Alters- und Pflegeheimen mangelt es an ganzheitlichen Betreuungskonzepten, welche Spiritual Care einschliessen.

In meinem Berufsalltag im Pro Senectute Haus Frutigen (Alters- und Pflegeheim), muss ich oft feststellen, dass viele Pflegenden dem Patienten (Bewohner) gegenüber lediglich eine „*warm-satt-sauber-Haltung*“ haben. Spirituelle Begleitung, Spiritual Care, wird mehrheitlich infolge mangelnden Wissens, permanenten Zeitdrucks und fehlender Motivation vernachlässigt, oder gar ganz unterlassen.

Jeder Mensch hat individuelle spirituelle Ressourcen. Spätestens in schweren Lebenssituationen, oder im Sterben, verlangt der Mensch nach dieser stärkenden Ressource. Er braucht Halt und Sicherheit. Vertrauen aufbauen, Halt geben und Zuhören sind nur drei der wichtigsten Aufgaben von Spiritual Care.

In der nachstehenden Arbeit gehe ich zunächst auf die Definition und Eingrenzung von Stille und Spiritual Care ein. Der Beweis für meine in Kapitel 1.0 aufgestellte Hypothese lässt sich aufgrund meiner langjährigen beruflichen Erfahrung als Betreuerin/Begleiterin alter und an Demenz erkrankter Menschen gut veranschaulichen. Dabei werde ich, mit ausgewählten Beispielen aus meiner Tätigkeit, dem Wort „*mit*“ entscheidende Bedeutung beimessen. Ausgehend vom Menschenbild *mit* und nicht *für* den alten, kranken oder sterbenden Menschen.¹

Ziel meiner Arbeit ist es, ganz allgemein, aber insbesondere auch in meinem beruflichen Umfeld zu einem besseren Verständnis von Spiritual Care beizutragen. Wenn wir das Sterben als eine Geburt in eine andere Dimension ansehen, so sind wir keine Sterbebegleiter², sondern Lebensbegleiter. Wir handeln dabei als „Hebammen“. Diese Geburt, wie auch Spiritual Care, ist ein Geschehen, bei welchem ich sowohl in der täglichen Praxis, als auch in meiner CAS-Arbeit grössten Wert lege auf:

„Der Stille Raum und Sinn geben – im Leben und im Sterben“.

¹ Siehe auch Grafik „das Menschenbild“, Abb. 1 und Abb. 2, Anhang Seite 21.

² „Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird in der vorliegenden Arbeit die gewohnte männliche Sprachform verwendet. Dies soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein.“

1.0 Fragestellung

Wie kann Stille als ein wesentliches Element von Spiritual Care gezielt angewendet werden?

Meine Hypothese: Stille und Spiritual Care sind bei der Betreuung und Begleitung von Menschen in schweren Lebenssituationen äusserst hilfreich.

Beide von mir angesprochenen Begriffe, *Stille* und *Spiritual Care*, bedürfen einer Erklärung. Mit anderen Worten: Wie definieren sich Stille und Spiritual Care für das Verständnis der vorliegenden Arbeit?

In meinem Zuständigkeitsbereich als Leiterin der Aktivierung im Alters- und Pflegeheim plane und leite ich Gruppen- und Einzelaktivitäten. Ich ermögliche den mir Anvertrauten, in Gruppen oder einzeln, ihre Kreativität beim Malen oder beim dreidimensionalen Gestalten zu entdecken. Ich organisiere gemeinsame Anlässe und Ausflüge und begleite Bewohner in sehr unterschiedlichen Lebenssituationen. Dennoch ist mir in den vergangenen Berufsjahren bei verschiedensten Situationen mit Bewohnern im Pro Senectute Haus Frutigen (Alters- und Pflegeheim), bewusst geworden, wie wichtig das Gegenteil von organisierter Aktivität ist. Stille ist eine Kraftquelle, welche Geist, Körper und Seele zu aktivieren vermag. Die in meiner Arbeit beschriebenen Praxisbeispiele zeugen davon.

Um den Menschen zu erkennen, muss ich als Begleiterin mit ihm still werden, ihn sehen, ihn hören, ihm *zuhören*, versuchen ihn in seiner Ganzheit zu erfassen.

2.0 Begriffsdefinition Stille

In der vorliegenden Arbeit wird zwischen „*äusserer Stille*“, (Umgebungsstille, räumlich wahrgenommener Stille) und „*innerer Stille*“ unterschieden. Mit „*Stille*“ ist in der Folge immer die „*innere Stille*“ gemeint, nicht die Stille im Sinne einer völlig geräuschlosen Umgebung. Es gibt eine „*äussere*“ und eine „*innere Stille*“, wie es auch ein äusseres und ein inneres Sehen gibt. Äussere Stille, die völlige Absenz von Geräuschen, wirkt bedrückend, hat eher eine ablenkende, gar störende Wirkung. Innere Stille ist nicht die Abwesenheit von Aufregung, sondern in der inneren Stille wird eine aufregende Anwesenheit von Nähe und Kraft spürbar. Die äussere Stille lässt uns unser Umfeld, die Aussenwelt sehen.

Die innere Stille macht uns zu wahrhaft Sehenden, da wir etwas Altbekanntem begegnen, unserem Urvertrauen. Die Augen schliessen und den Blick nach innen zu wenden, weist uns den Weg zum Kern unseres Wesens. In der inneren Stille zu sehen und zu hören, ist ein „Sich-auf-den-Heimweg-machen“, ein Zurückkehren zu allem Anfang unseres Seins, zum Ursprung.

Hier wird uns bewusst, dass wir uns all dem zuwenden dürfen was uns bedrückt, uns Angst macht und krank werden lässt. So geschieht Heilung. Möglich ist dies jedoch nur, wenn ein Wille zu bewusstem Wahrnehmen in der Stille vorhanden ist.

Stille füllt den innersten Raum im Menschen mit Sinn und Liebe. Getragen in den grenzenlosen, von jeder Logik befreiten Raum, wird Liebe fühlbar. Da die Stille von der *Alles umfassenden Liebe* getragen wird, bekommt sie tiefen Wert und Sinn. In der Stille wird die Liebe zum *ICH* bewusst wahrgenommen. Wie die Luft, welche uns umhüllt, werden wir in der Stille von Liebe ummantelt. Stille lässt die Seele frei werden für eine neue und doch bekannte Heimat. In der Stille werden wir berührt vom Göttlichen.

Daniel Hell schreibt über frühchristliche Mönche, die Anachoreten: „Die *Wüstenväter zogen sich in unbewohnte Gegenden und in die Wüste zurück, um sich in Einsamkeit und Stille ganz der inneren Wahrheit auszusetzen.*“³

„Die Grundhaltung der *Wüstenväter und -mütter ist gekennzeichnet durch ihre persönliche Erfahrung des Eremitenlebens. Ihre wichtigste Frage ist nicht: „Stimmt meine Theorie? Vertrete ich eine theoretisch begründete Wahrheit?“ Sondern ihre Grundfrage lautet: „Wer bin ich eigentlich? Was wird mir an mir selber klar, wenn ich mich der Stille und äusseren Reizlosigkeit aussetze?“*⁴

Zu innerer Stille gelangt der Mensch willentlich, zum Beispiel durch Meditation, autogenes Training, Konzentration. Wer die Qualität der Stille erforscht, kann das „*Sein*“ in sich spüren. In der inneren Stille wird der Wert des Seins erkannt. Achtsamkeit und liebevoller Umgang mit der inneren Stille sind Voraussetzung, um andere Menschen in schweren Lebenssituationen begleiten zu können. Alles, was in der inneren Stille geboren wird, kann mit Spiritual Care weitergegeben werden. Innere Stille ist somit wichtiger Bestandteil von Spiritual Care.

Verschiedene Studien bestätigen, dass der Mensch Stille für seine Gesundheit und für das Gehirn benötigt. Durch regelmässiges Verweilen in der Stille werden die kognitiven Leistungen verbessert. Der Psychologe Richard Davidson konnte 2007 zeigen, dass Stille die Aufmerksamkeit schärft. Auch Harvard- Forscherin Sara Lazar wies nach, dass die Dichte der „*grauen Substanz*“ im Gehirn nach regelmässiger Stille zunahm.⁵

³ HELL DANIEL, *Die Sprache der Seele verstehen*, S. 25, HERDER-Verlag.

⁴ HELL DANIEL, *Die Sprache der Seele verstehen* S. 14, HERDER-Verlag.

⁵ LAZAR SARA, *Spiegel online*, Interview vom 25.11.2008.

2.1 Der Weg zum Kern der Stille

Prof. em. Dr. theol. et phil. I Christoph Morgenthaler hat uns Absolventen des Moduls 5, Sterbe- und Trauerforschung der CAS Spiritual Care, folgende Frage gestellt:

„Gibt es einen Himmel im Himmel?“

Oder wie ich die Frage hier in meiner Arbeit anders formulieren möchte:

„Gibt es eine Stille in der Stille?“

Man stelle sich die Stille als eine Babuschka vor, diese aus mehreren aus Holz gefertigten, ineinander verschachtelten Puppen. Angefangen mit der grössten Puppe, der äussersten, beinhaltet jede eine noch kleinere, bis zur kleinsten Puppe, dem Kern. Mit andern Worten auf die Stille bezogen: Stille ummantelt vielschichtig den innersten Kern. Wenn wir uns vom Kern, das heisst vom Herzen aus öffnen sollen, muss eine Puppe nach der anderen geöffnet werden. Jede einzelne Puppe umhüllt eine weitere. Der Weg von der äussersten Hülle bis zum innersten Kern, dem Herzen, führt über all diese schützenden Hüllen. Diesen Weg zu durchleben, lässt erahnen wie sich Stille anfühlt. Alles ist umgeben von Stille, Stille in der Stille. Um das im Kern gut Behütete wieder nach aussen zu bringen, muss der Weg in umgekehrter Richtung eingeschlagen werden; die kleinste Babuschka wieder in die nächst grössere gehüllt, alle nacheinander wieder ineinander gestellt und verschlossen werden.

Das ist es, was Spiritual Care bewirken kann: Von aussen nach innen im Kern Verborgenes wieder nach aussen bringen. Auch wenn der Weg von aussen nach innen und wieder zurück für jeden Menschen individuell und andersartig ist, können wir ihn dabei als einfühlsame Spiritual-Care-Begleiter schrittweise, schichtweise, eben auf *„Babuschka-Weise“* führen.

2.2 Prägendes Erlebnis zum Thema Stille

Ich sass wie jeden Abend am Bettrand meines damals 4-jährigen Sohnes zum „Gute-Nacht-Gebet“. An diesem Abend fiel das Gebet wohl etwas länger aus und mein Sohn sagte: *“Mamma, musst du so lange beten? Weissst du, vielleicht möchte Er ja auch einmal etwas sagen“*.

Die darauffolgenden Abendgebete sahen dann so aus: Eine Kerze flackerte auf dem Nachttisch, und wir liessen uns in die Stille führen. Der Raum bekam etwas Mystisches und mein Sohn sagte: *„Ich bin da, du bist da, Er ist da, wir sind alle da“*. Jahre später ist mir dieses Erlebnis bei meinen Begegnungen mit leidenden und sterbenden Menschen wieder bewusst und wichtig geworden.

3.0 Begriffsdefinition Spiritual Care

Monika Renz, Dr. phil. Dr. theol. Musik- und Psychotherapeutin FSP, beschreibt Spiritualität u.a. als „*Beziehungsgeschehen*“.⁶ Spiritual Care steht im Kontext zum eigenen *Ich*. Je nach Religion und Kultur wird Spiritualität unterschiedlich wahrgenommen und erfahren. Und doch sind ähnliche Gesetzmässigkeiten zu erkennen.

Spiritual Care definiere ich als eine ganzheitliche Fürsorge, frei von Erwartungen, der Mensch im Mittelpunkt. Begleitung anbieten im Hier und Jetzt: *Mit-einander* Sinnsuchende sein. Spiritual Care fügt zusammen, was zerbrochen und hoffnungslos scheint. Der Geist erfährt durch Spiritual Care ein Verbunden-Sein mit dem Universum. Auf verbaler, wie auch auf nonverbaler Ebene trägt Spiritual Care dazu bei, sich als ein Ganzes, als ein „*Eins*“ zu erfahren. Spiritual Care heisst: dem Menschen seine Würde zurückgeben.

Spiritualität kann oft unscheinbar und dennoch von Glücksmomenten geprägt sein:

Herr K. ist seit einiger Zeit Bewohner des Pro Senectute Haus Frutigen (Alters- und Pflegeheim). Er ist an Demenz erkrankt und somit ein direkt betroffener Experte. Nachdem ich ihm erklärt hatte, was Spiritual Care ist, antwortete er auf meine Frage, was Spiritual Care denn für *ihn* bedeute, ganz spontan: „Spiritual Care ist, wenn sie mir einen Kuss zusenden“. Spiritual Care bietet sich in jeder Lebenssituation an, lässt die Endlichkeit erkennen, hilft dadurch loszulassen, was Kräfte raubt und lebenshindernd ist. Spiritual Care ist keine Aufgabe nur für eine einzelne Person, sondern eine gemeinsame Aufgabe für Seelsorger, Pflegepersonen, Ärzte und Angehörige.

Der Jesuit Gerald H. Fitz-Gibbon machte sich Anfang der 1950er-Jahre folgende Gedanken zu Spiritual Care: Bei einem Herzstillstand sei die Krankenschwester dazu verpflichtet Erste Hilfe zu leisten bis der Arzt eintreffe. Und genau solche Erste Hilfe müsse sie, bis ein Priester eintreffe, auch auf spiritueller Ebene leisten.

Voraussetzung für ein gutes Gelingen einer spirituellen Begleitung sind kreatives Denken und eine „Herz-über-Kopf-Haltung“. Von meinen persönlichen Erfahrungen von der Praxis ausgehend, verstehe ich Spiritual Care auch in der vorliegenden Arbeit als Beziehungs- und Vertrauensaufbau. Dabei ist entscheidend, dem zu Betreuenden aufrichtige Wertschätzung und Akzeptanz entgegenzubringen, sowie auf ein achtsames Dosieren von Nähe und Distanz zu achten.

Spiritual Care heisst für mich auch, nicht immer sogleich eine Antwort oder eine Lösung servieren zu müssen, sondern auch einmal darüber schlafen zu können.

⁶ RENZ MONIKA „*Hoffnung und Gnade*“, Seite 31, Kreuz Verlag.

In einem Notfall jedoch fehlt es meist an Zeit, um kurzfristig eine tiefere Beziehung und Vertrauen aufzubauen. Für Spiritual-Care-Begleiter ist es daher wichtig, immer wieder selbst achtsam auf die eigenen spirituellen Bedürfnisse einzugehen. So erst kann, daraus gestärkt auch in unerwarteten Situationen mit allen Sinnen zu dem in Not geratenen oder sterbenden Menschen in Beziehung getreten werden. Spiritual Care ist eine überaus wertvolle Ressource, aus der Kreativität, Geduld und Energie geschöpft wird, um auch sehr belastende Situationen mit bedürftigen Menschen auszuhalten.

*„Wenn Spiritual Care dazu beiträgt, dass das gesamte Behandlungs- und Betreuungsteam für die Bedeutsamkeit der **spirituellen Dimension menschlicher Existenz sensibilisiert** wird, dann wird dies allen Beteiligten zugutekommen: allen kranken, behinderten und sterbenden Menschen, die spirituell sensibilisiert „ganzheitlicher“ wahrgenommen, behandelt und begleitet werden; Angehörigen und Zugehörigen, die spirituell sensibilisiert „ganzheitlicher“ in ihrer Not und Trauer aufgefangen werden; MitarbeiterInnen und Führungs-kräften, die spirituell sensibilisiert einander „ganzheitlicher“ wertschätzen und miteinander umgehen lernen“.⁷*

Selbst nicht religiöse Menschen benötigen Spiritual Care. Wo ein Seelsorger nicht erwünscht ist, stellt sich die Frage bei leidenden, sterbenden Patienten gleichermassen nach dem *Warum*. Spiritual Care *muss* interreligiös und überkonfessionell sein. Die möglicherweise aufkommende Frage nach der allgemeinen Anwendbarkeit von Spiritual Care und Stille kann ich aus der eigenen Berufserfahrung folgendermassen beantworten: Das Aufsuchen der Stille und das Verweilen in ihr hat in Spiritual Care einen entscheidenden Einfluss. Der Einwand, dass es für diese Hypothese keinen wissenschaftlichen Beweis gebe, mag berechtigt erscheinen. Aus meiner praktischen Erfahrung ist sie jedoch erklärbar: Meine empirisch gewonnene Überzeugung ist, dass das Zusammenwirken von Stille und Spiritual Care auf jeden Menschen anwendbar ist, somit als allgemein gültig angesehen werden darf.

Spiritual Care führt in die Stille, kleidet uns in neuen Glanz und verwandelt vom Werden zum Sein. Spiritual Care verspricht nicht Heilung, sondern sie bietet Raum wo Heilung stattfinden kann. Krisen, schwere Lebenssituationen oder sogar das Sterben zu verdrängen und auszublenzen ist nicht das Ziel, sondern sich der Krise und der Angst anzunehmen und so mit der Realität verbunden zu bleiben. Spiritual Care ermöglicht es, die eigenen spirituellen Ressourcen wahrzunehmen. Stille und Spiritual Care stehen zueinander in einer wechselseitigen Beziehung. So ist Stille auch ein wichtiger Bestandteil von Spiritual Care, gleichzeitig befähigt Spiritual Care aber auch, die Stille aufzusuchen. Das bedeutet, dass Stille ein wesentliches Element von Spiritual Care darstellt.

⁷ NAUER DORIS, „Spiritual Care statt Seelsorge“? Seite 206.

„Spiritualität durchdringt alle Dimensionen menschlichen Lebens. Sie betrifft die Identität des Menschen, seine Werte, alles, was seinem Leben Sinn, Hoffnung, Vertrauen und Würde verleiht. Spiritualität wird erlebt in der Beziehung zu sich selbst, zu anderen und zum Transzendenten (Gott, höhere Macht, Geheimnis...)“⁸

4.0 Seins-Erfahrung durch Stille und Spiritual Care

Das Leben ist ein kontinuierliches Werden: vom Beginn an im Mutterleib bis zum Sterben, welches als Beginn ins ewige *All-Eins-Sein* angesehen werden darf. Wenn es uns gelingt, durch Spiritual Care die Stille tief in uns wirken zu lassen, kommen wir dem *Sein* schon sehr nahe. Ich unterscheide in meiner Arbeit zwischen *Sein* und dem *All-Eins-Sein*.

Im All-Eins-Sein werden Sinnfragen aufgelöst. Der Übergang vom Werden durch das Sein zum All-Eins-Sein ist etwas das wir niemals werden beschreiben können. Die Stille lässt uns lediglich für einen kurzen Moment ein vages Bild des All-Eins-Seins erahnen. Doch die Ehrfurcht, die wir diesem gegenüber empfinden und die durch die Stille und Spiritual Care erfahrbar wird, hat heilende Wirkung, weil sie uns näher bringt zur Transzendenz. Ehrfurcht ist der Beginn von Heilung. Auch die Stille verlangt Ehrfurcht.

Im Gegensatz zum Sein der Dinge ist das menschliche Sein ein bewusster Zustand. Dingliches Sein ist, wie Ruhe, einfach da. Das menschliche Sein, von dem in meiner Arbeit die Rede ist, ist ein Werden hin zum All-Eins-Sein. Dieses Sein wird zum Dasein und, wie die Stille bewusst zugelassen, ist Sinn allen menschlichen Lebens. Für Karl Jaspers steht Dasein im Zusammenhang mit der Sinnerfüllung im Leben.⁹

So wird auch im Existentialismus und in der Fundamentalontologie von Martin Heidegger der Begriff des Daseins vom blossen Vorhandensein abgegrenzt: Dinge sind vorhanden, dem Menschen aber wird „*Dasein*“, als eine Existenz im philosophischen Sinn zugeschrieben. Anwesenheit am Krankenbett verlangt vom Begleitenden ein bewusstes Dasein, nicht nur blosser Präsenz. Spiritual Care wirkt durch das Dasein. Der Mensch gelangt über sein Werden, seine Vergangenheit und Zukunft zum Dasein. Die Stille führt Menschen zum Dasein. Gleichzeitig lassen Spiritual Care und Stille erkennen, dass der Ursprung von Dasein jenseits des Begreifbaren liegt.

⁸ BIGORIO 2008, *Empfehlungen zu Palliative Care und Spiritualität*, palliative.ch. Qualität in Spiritual Care, Zürich, 05.07.12; Referentin Lisa Palm, lic. theol.

⁹ JASPERS CARL, 1883-1969, *Psychiater und Philosoph*, siehe Begriff „Dasein“ Wikipedia.

Eins-Sein mit dem Dasein führt uns zurück zum All-Eins-Sein aus dem jeder von uns geboren wurde. Der Tod führt uns somit wieder zurück zum ursprünglichen All-Eins-Sein.

„Dasein ist kein nur passives Einordnen in eine gegebene Welt von Dingen, sondern hat den Charakter eines Entwurfs in Hinblick auf Möglichkeiten seiner selbst, es selbst oder nicht es selbst zu sein.“¹⁰

Dies ermöglicht uns, mit Ehrfurcht die unbekanntenen Orte der Stille aufzusuchen, begleitet und würdevoll geschützt und getragen durch Spiritual Care.

5.0 Das Zusammenwirken von Stille und Spiritual Care

5.1 Praxis Beispiel I

Seit vielen Wochen sass die an Depression und Demenz leidende, alte Frau L. auf einem Stuhl in ihrem Zimmer, den Blick aus dem Fenster gerichtet. Diese alte, kranke Frau zu begleiten, zeigte sich als herausfordernde Aufgabe. Ich wollte zu gerne wissen, was in ihrem Kopf vorging, wollte erfahren, wer diese Frau einmal gewesen ist und wer sie heute ist. Wie würde es mir gelingen, eine Brücke zu ihr zu schlagen?

Ich beschloss, keine Erwartungen mehr zu haben, sondern mich einfach von Frau L. leiten zu lassen. So sass ich drei Wochen lang, täglich, ausser an den arbeitsfreien Wochenenden, genau in derselben Position wie sie, auf einem Stuhl neben ihr. Wir schauten *mit-einander* zum Fenster hinaus, unsere Blicke zu den Bergen gerichtet.

Drei Wochen lang geschah nichts. Oder etwa doch? Wir haben *mit-einander* den Raum mit Schweigen und Hören gefüllt, täglich 30 bis 60 Minuten lang. Dann, nach drei Wochen, hat Frau L. angefangen zu erzählen. Sie sagte: „Da, gerade aus, das ist das Gehrihorn...“. Und wieder haben wir *mit-einander* der Stille Raum gegeben. Schon am nächsten Tag erzählte Frau L. weiter von ihren Wanderungen auf das Gehrihorn, zusammen mit ihrem Vater, und dem schönen Höhenweg den ich doch auch einmal erkunden sollte. Als ich sie fragte, was sie damals wohl in ihrem Rucksack dabei hatte, erzählte sie vom Cervelat braten mit ihrem Vater auf dem Gehrihorn.

¹⁰ HEIDEGGER MARTIN, deutscher Philosoph (1889–1976), „Sein und Zeit“. Wikipedia.

So kam es, dass wir *mit-einander* im Garten des Altersheims Cervelats am Feuer gebraten haben. Frau L. hat mir später noch viel mehr aus ihrem Leben erzählt. Einen Monat später ist sie in meiner Gegenwart verstorben.

Dieses Beispiel aus der Praxis veranschaulicht sehr gut, dass „**Stille bewegt.**“

5.2 Praxis-Beispiel II

Herr M., der schon vier Jahre bei uns im Altersheim wohnte, war immer sehr aktiv. Bedingt durch seine verschiedenen Krankheiten, wurde seine Sehkraft schwächer, er war auf den Rollstuhl angewiesen. Herr M. zog sich vermehrt zurück. Bei meinen täglichen Besuchen hatte ich mehr und mehr den Eindruck, er sei in einer „Verdränger-Haltung“. Er schien oft fröhlich, obschon ihm wahrscheinlich zum Weinen zu Mute war. Er wirkte auf mich ängstlich und fragend. Als ich ihn dann einmal nach seinen Wünschen fragte, antwortete er, er hätte gerne 24 „Mohrenköpfe“. Aber es müssten dann schon die blauen sein (die in blauem Papier verpackten), und er möchte auch einen Landjäger (Wurst).

Ich habe ihm seine Wünsche erfüllt. Genüsslich hat er, mit meiner Hilfe zum Aufsitzen, im Bett an seinem Landjäger gekaut. Als ich wissen wollte, was er mit den 24 Mohrenköpfen im Sinn habe, sagte er lachend: Ich wisse dann schon, was mit ihnen machen. Ich solle sie einfach nicht alle selber essen – und vor allem nicht alle auf einmal! Wir lachten beide herzlich bei der Vorstellung, wie schlecht mir beim Verzehr von so vielen Mohrenköpfen würde.

Es war Freitagabend und ich verabschiedete mich von Herr M. mit dem Eindruck, dass er am Montag nicht mehr leben würde. Er wollte, dass ich noch etwas bei ihm bleibe. Ich habe ihm auf die Toilette geholfen. Da sass er nun auf dem WC, ich vor ihm auf dem Boden. Diesem *mit-einander* wollte ich etwas Feierliches geben. Ich habe eine kleine Kerze zwischen uns auf den Boden gestellt.

Wir beide blickten in die kleine Flamme. Wir haben diesen speziellen Raum mit Schweigen und Hören gefüllt. Da sagte Herr M. ganz verschmitzt: „*Hast du meinetwegen eine Kerze angezündet, riecht es wegen mir so schlimm?*“ Und vor lauter Lachen kippte er fast von seinem Thron.

Darauf wurde Herr M. sehr besonnen und ernst. Sagte, er würde nicht an Gott glauben. Zugleich fragte er mich aber, ob es wohl Zeit für ihn wäre, einmal *mit* Gott zu reden. Fragte, ob dies überhaupt in seiner Position, auf der Toilette, möglich wäre? Ich antwortete nur, dass ich denke, Gott sei nicht empfindlich, er habe sicher schon ganz andere Situationen erlebt. Wieder mussten wir *mit-einander* lachen.

Dann sagte Herr M., er werde bald sterben. Erneut wurde der Stille Raum gegeben, und Herr M. hat sich alles von seiner Seele geredet. Ich habe „nur“ zugehört und Amen gesagt. Von diesem Moment an haben wir nicht mehr gesprochen.

Wortlos habe ich sein „Geschäft“ geputzt, ihm zurück ins Bett geholfen. Habe die kleine Kerze auf den Nachttisch gestellt, das Zimmer gelüftet. Eine ganze Weile haben wir so der Stille Raum gegeben, alles in diesem Raum schien Sinn zu machen. Alles war gut, leicht und wirkte wie selbstverständlich.

Zum Abschied habe ich ihm einen Kuss auf die Stirn gedrückt. Zwei Tage später, am Sonntagabend, ist er gestorben. Die Abschiedsfeier habe ich ganz in seinem Sinn gestaltet: Seine Enkelkinder durften die 24 blauen Mohrenköpfe an die Gäste verteilen.

Dieses Erlebnis verdeutlicht, dass man sich um alle Menschen gleichermassen mit Liebe und Würde kümmern soll, egal ob sie Atheisten, Agnostiker oder religiös geprägt sind. Dies unabhängig davon, in welcher Situation sie sich gerade befinden, ob fein riechend, oder halt eben auf der Toilette sitzend. **Spiritual Care soll und darf humorvoll sein.**

5.3 Praxis-Beispiel III

Parkinson ist eine Krankheit mit vielen Facetten. Herr H. war seit mehreren Jahren daran erkrankt und lebte bereits zwei Jahre bei uns im Altersheim. Von Anfang an hatten wir eine vertrauensvolle Beziehung zueinander. Auch der Kontakt zu seinen Angehörigen gestaltete sich sehr freundschaftlich. Er erzählte mir vieles aus seinem Leben. Er hatte als Lastwagenfahrer gearbeitet.

Von Woche zu Woche wurde Herr H. sichtlich schwächer. Oft konnte er nur wenige Stunden am Tag in seinem Rollstuhl verbringen. Immer wieder erzählte er Geschichten aus seiner Zeit als Lastwagenfahrer. Ich wollte es ihm ermöglichen, nochmals in so einem grossen Lastwagen am Steuer zu sitzen. Leider reichte seine Kraft für ein solches Unterfangen nicht mehr aus. So habe ich ein Lenkrad von einer ausgedienten Play-Station am Tisch in seinem Zimmer angebracht, wo er mit Hingabe in seinen Erinnerungen als Chauffeur schwelgen konnte. Bald jedoch wurde für ihn das Aufstehen zu anstrengend. Als er nur noch im Bett gepflegt werden konnte, habe ich ihm oft die Füsse massiert und wir verbrachten viel Zeit in der Stille.

Sein Zimmer bot die Aussicht auf den Stall mit den Schafen und den Hühnerstall, nur wenige Meter daneben. Da er bei sich zu Hause auch Schafe hatte, habe ich im Altersheim öfters ein kleines Schaf zu ihm ins Bett gelegt.

Meine Arbeit erlaubte es mir, ihn auch in den letzten Minuten seines Lebens zu begleiten. Herr H. ergriff meine Hand und hat mir, mit schwacher Stimme, für ihn sehr belastende Dinge anvertraut.

Dann haben wir *mit-einander* in die Stille hineingehört. Ich versicherte ihm, dass alles getan und gesagt sei, er könne die Reise antreten. Er sagte, ich solle seine Hand nicht loslassen, er sei schon im dunklen Tunnel. Ich versuchte ihm Mut zu machen, hindurch zu gehen, so wie er es ja oft mit seinem Lastwagen tat, in dem er aus der Dunkelheit dem Licht entgegenfuhr. Nur diesmal würde er nicht mehr zurückkommen, sondern auf der anderen Seite des Tunnels bleiben. Ich würde bald seine Hand loslassen. Die „Geburt“ durch den dunklen Tunnel wurde begleitet von einem eindrücklichen „Konzert“ der Tiere. Die Schafe gaben Laute von sich wie noch nie zuvor, auch die Hühner und der Hahn sangen aus voller Kehle, die Katze miaute vor der offenen Balkontüre.

Der Händedruck von Herr H. wurde schwächer, bei seinem letzten Ausatmen konnte ich ihn ganz dem dunklen Tunnel anvertrauen. Sogleich verstummten die Tiere, und ich verweilte noch etwa 20 Minuten beim Verstorbenen. Ich wollte sicher sein, dass er gut auf der anderen Seite angekommen sei. **Stille und Spiritual Care sind „Anker“ für Sterbende wie auch für deren Begleiter.**

6.0 Folgerungen aus den drei Praxisbeispielen

Ich erfahre und lerne immer wieder, wie wichtig es ist, den Menschen seine Geschichte erzählen zu lassen. Gerade an Demenz erkrankte Menschen erzählen immer und immer wieder ihre Geschichte. *Erzählen lassen! Zuhören!*

Stille Begleitung ist niemals Zeitverschwendung. Spiritual Care heisst für mich auch: *„In den Schuhen des anderen Menschen zu gehen“*, aus sich selbst hinaus zu treten. Eintreten in die Welt, in die Realität des Gegenübers, alle Erwartungen ablegen, *mit* dem anderen Menschen unterwegs sein. Diese Erkenntnis ist inzwischen bei meiner täglichen Arbeit zu einer wichtigen Ressource geworden.

„Da zu sein ist eine vergessene Kunst. Besonders Begleiter erliegen oft dem Zwang, „etwas zu tun. Wir haben die Fähigkeit verloren, einfach ruhig dazusitzen und diese Untätigkeit als angenehm oder sogar als einen wichtigen Teil unserer Arbeit zu betrachten.“¹¹

Oder mit Dietrich Bonhoeffers Worten ausgedrückt:

„Die gesamte Geistigkeit des Menschen, ist in die Sozialität hineingewoben und ruht auf der Grundbeziehung von ICH und DU. Alle Geistigkeit des Menschen wird erst aneinander offenbar, das ist das Wesen des Geistes: Selbstsein durch Sein im anderen.“¹²

¹¹ ZOUTEWELLE-MORRIS SARAH, *Wenn es Schokolade regnet*, Seite 34.

¹² HOLDER-FRANZ MARTINA, *„... dass du bis zuletzt leben kannst“*, zitiert auf Seite 56
BONHOEFFER DIETRICH, *lutherischer Theologe*, geb. 1906 in Breslau, † 1945 im KZ Flossenbürg,

Wenn ich an die Zeit mit der Frau aus dem Praxisbeispiel I zurückdenke, erfüllt mich dies mit Freude und Dankbarkeit, da sich unser Zusammensein jedes Mal tiefer, fester und tragender anfühlte. Der Stille wurde mehr und mehr Raum gegeben, alles schien – ohne unser Zutun – von etwas Drittem geführt und behütet. Es war da etwas Mystisches, etwas selbstverständlich Friedvolles, wie die Präsenz eines Wesens, welches sich bei uns zwei Frauen sehr wohl zu fühlen schien. Und so bekam alles, was von aussen betrachtet wie ein Nichts aussah, einen tiefen, fast transzendentalen Sinn.

Dem Sterbenden kann viel Last abfallen, wenn ihm versichert wird, dass alles gesagt und getan ist, dass alles so sein darf, wie es ist. Solche Zusagen können oft Wunder bewirken. Der Sterbende erlebt sich als ein Wesen, welches mehr als physischer Leib ist. Das Sterben kann ähnlich wie beim Geburtsgeschehen einer Frau erlebt werden. Nur sind die physischen Schmerzen nicht Vorbereitung auf eine leibliche, sondern auf eine geistige Geburt. Die Geburt vom Sein zum All-Eins-Sein.

Für Menschen, die Sterbende begleiten, ist es wie bei Hebammen, welche die Gebärenden zum Weitermachen ermutigen. Das Kind *muss* heraus, es kann kein Rückwärtsgang eingeschaltet werden. So ist es auch beim Sterben. Der „dunkle Tunnel“ *muss* zurückgelegt werden. Ermutigende und bejahende Begleitung gibt Halt. Wenn Halt gegeben ist, so fällt das Loslassen leichter. „*Die Hoffnung stirbt zuletzt*“ wird in verschiedensten Lebenssituationen gesagt. Eigentlich eine positive Aussage. Angst und Hoffnung jedoch verhindern das Loslassen. Doch erst wenn die Hoffnung geht, wird der Mensch frei für die Wahrheit, die ihn am Ausgang des Tunnels erwartet.

Menschen in schweren Lebenssituationen wie Trauer, Schmerz, Angst und Sterben werden für Pflegende und Begleiter immer eine Herausforderung sein. Angst ernst zu nehmen, für gültig erklären, was schwer auszuhalten ist, Sterben als einen Teil des Lebens zu bejahen, kann Not leidenden Menschen, wie auch Pflegenden und Begleitern, eine positive Perspektive vermitteln. Leidende Menschen benötigen kein Mitleid, sondern ein *Mit-Tragen*. Ohne die oftmals zweifellos gut gemeinten Worte wie: „Es ist doch nicht so schlimm“ oder: „Sie müssen keine Angst haben“. Viel sinnvoller ist es, in die Gefühle solcher Menschen einzutauchen, ohne diese zu hinterfragen oder zu bewerten. Dabei ist es nicht nötig, den Grund für ihre Angst zu kennen, vielmehr ist es wichtig, die Angst wahrzunehmen, den Betroffenen mit wertschätzender, empathischer Haltung zu begleiten. Oft geschieht dies non-verbal. Es reicht, einfach „nur“ *mit-einander zu sein*, die Stille aufzusuchen und ihr Raum zu geben.

Meine Erfahrungen haben mir gezeigt, dass *stilles Zuhören* etwas vom Wichtigsten ist bei Spiritual Care. Das Entscheidende an der Begleitung von Menschen in schweren Lebenssituationen ist oft nicht, was sie sagen, sondern, was sie *nicht sagen*. Nonverbale Kommunikation ist gerade bei an Demenz erkrankten Menschen von grosser Wichtigkeit. Hören, was nicht gesagt wird, muss geübt werden. Mir persönlich hilft das Aufsuchen der Stille, ich werde sensibilisiert das Nonverbale besser zu verstehen.

Torralba Francesc beschreibt in seinem Buch „Die Kunst des Zuhörens“, dass das Zuhören eine „*beständige Suche nach der Substanz des anderen*“ sei.¹³

Wenn es uns gelingt, uns selbst in der inneren Stille zuzuhören, werden wir auch befähigt, anderen Menschen einfühlsame Zuhörer zu sein. Doris Nauer schreibt dazu:

*„Auch im Blick darauf, dass die (spirituelle) **Begleitung** eines Menschen sowohl **verbal** als auch **nonverbal** ablaufen kann, stimmt der Ansatz von Seelsorge und Spiritual Care überein. Begleiten impliziert demnach für beide Formen simples Da-Sein, Mit-Gehen, Dabei-Bleiben, und Schweigen, aber auch wohlüberlegtes Reden, wohlwollendes Diskutieren, überzeugtes Beraten, und humorvolles Intervenieren.“*^{14 15}

Spiritual Care und Stille führen zum Erkennen und Erfahren neuer Bewusstseins-Ebenen. Sie geben Halt und Orientierung, ermöglichen *Selbst-Erfahrung*. Von kreativer Spiritualität getragene Sinnfindung lässt den Geist der Würde erkennen *im Leben und im Sterben*. So wird der Betreuer zum Sehenden und zum einfühlsamen Begleiter, vorausgesetzt, er kennt den Weg in die Stille, ist selbst mit der Stille vertraut und erfasst deren tieferen Sinn.

Der Weg in die Stille kann auch auf einen Berg führen, so wie es Moses der biblischen Überlieferung nach erlebt hat. Jeder muss seinen Gipfel selber erklimmen, um dem lebendigen Gott und der Freiheit der Seele zu begegnen. In der Stille finden wir das, was dem Leben und dem Sterben *Sinn* gibt.

In vielen Situationen im Leben sind wir mit Widersprüchlichkeiten konfrontiert. Wir befinden uns immer wieder in einem Hin und Her, in Bedrängnis, sind im Sandwich zwischen den beiden gegensätzlichen Stimmen eingeklemmt, zwischen Sinn und Sein.

¹³ TORRALBA Francesco, *Die Kunst des Zuhörens*, Seite 13, Verlag C.H. Beck

¹⁴ NAUER DORIS, *Spiritual Care statt Seelsorge?* Seite 142.

¹⁵ Vgl. auch PFANDL-WAIDGASSER A. (2011), *Spielerischer Ernst. Clowneske Interventionen in der Krankenhaus-Seelsorge*.

Wir scheuen die Auseinandersetzung mit den beiden inneren Stimmen, obschon sie farbig, kreativ und meist inspirierend ist.

Es ist in vielen Lebenssituationen entscheidend, ob wir uns dem Hin oder dem Her zuneigen. Wenn wir Angst durch Kreativität ersetzen, wird manch Schweres leichter, farbiger und sinnvoller.

Wenn wir aber wie aufgeschreckte Hühner umhergackern, werden wir zwar gehört, aber wir bleiben dabei Suchende. Still werden heisst erkennen, zulassen und finden. Wenn wir erkennen, zulassen und aushalten, werden Türen geöffnet, wir erblicken, was ausserhalb unserer Reichweite liegt. Wir werden gesättigt, sind nicht weiter Suchende, werden von Stille getränkt. Zu der inneren Stille gelangen, erfordert Wille und oft auch Mut. Stille führt zu Stille. Und angekommen in der Stille, werden wir staunend uns selbst gegenüberstehen, uns nicht mehr verstecken müssen – weder vor uns selbst noch vor Gott. Die Stille zieht dann in unser Herz ein und wir dürfen bedingungslose Liebe erfahren. Diese Liebe nenne ich das All-Eins-Sein, Fülle und Erfüllung.

Wie die drei Praxis-Beispiele zeigen, ist bei sehr intensiver Begleitung leidender Menschen jegliche Störung durch Pflegepersonal oder Besucher zu vermeiden. Um ihm seine Privatsphäre in seiner gewohnten Umgebung zu bewahren, informiere ich das Pflegepersonal und bringe an der Zimmertüre ein Schild „Nicht stören“ an.

7.0 Momente der Stille

Welches sind entscheidende Momente an denen uns die Stille bei der Betreuung und Begleitung von Menschen weiterhilft?

7.1 Stille und Trauer

Wer trauert kann den Zugang zu der inneren Stille oft nur schwer finden. Zu viele Gedanken lenken ab vom Weg in die Stille. Verzweiflung, Schmerz und Unerledigtes nehmen überhand, lassen es nicht zu, der Trauer in der Stille Raum zu geben.

„Trauern zu können ist ein Zeichen von Leben. Nur Lebende können trauern, nur Trauernde wissen von der Kraft, die die Trauer vermitteln kann.“¹⁶

Doch das Leben, mit aller Trauer, Freud und Leid, darf sich fallen lassen in die innerste Stille. In der Stille kann akzeptiert werden, dass Trauer zu jeder Biographie gehört.

¹⁶ ZNOJ HANSJÖRG, *Trennung, Tod und Trauer, Resümee, Seite 296.*

Die Stille verstärkt oft Trauer und schwere Gedanken. Womöglich aufkommende Zweifel am gelebten Leben können jedoch in der Stille Raum und Sinn bekommen.

Eine Versöhnung mit vergangenen Zeiten lässt die verbleibende Zeit besser annehmen und als etwas Neues, Endliches sehen. So kann die Trauer um „Verpasstes“ aus der Vergangenheit sich in der Stille in Freude verändern.

Im tiefsten Innersten der Stille bekommen wir die Möglichkeit, all die Fragen nach dem *Warum* und dem *Wozu* loszulassen, sie abzugeben. Die Tatsache, dass keine Antwort gefunden werden muss, kann der Trauer Sinn geben. Die Trauer bekommt dadurch etwas Heilendes, da sie keine Erwartung an uns hat.

7.2 Stille und Gegenwart

Der Stille Raum und Sinn geben, heisst, der Gegenwart Raum geben. Gegenwart ist immer: im Werden, im Leben und im Sterben. Gegenwart ist wesentlich für echte, tiefe Begegnungen. Bewusst gelebte Gegenwart bestimmt die Zukunft. Insbesondere bei der Begleitung von an Demenz erkrankten Menschen soll Spiritual Care im Hier und Jetzt, in der Gegenwart wirken. Ganz gegenwärtig in der Stille zu sein, von Gedanken und Bildern loszulassen, lässt uns erkennen, dass die Stille nicht Leere, sondern sinnvolles Sein ist. Wer still wird und sich nach innen wendet, erkennt die Gegenwart Gottes.

Sich ganz auf den Augenblick einzulassen, völlig in der Gegenwart *mit* dem leidenden Menschen zu sein, bedeutet, wie schon in Abschnitt 4.4 angedeutet: *Mit ihm* ganz im Hier und Jetzt zu verweilen. „*in seinen Schuhen gehen*“, sich in *seine Welt* begeben. Für gültig erklären, was der Betroffene tut und sagt. Ich kann seine Welt, die des Kranken, wieder verlassen, kann wieder „*meine Schuhe*“ anziehen. Der kranke Mensch bleibt jedoch zurück in seiner Welt, *seiner* Realität, *seiner* Gegenwart.

Darum ist es enorm wichtig, immer wieder Begleitung im Sinne von Spiritual Care anzubieten. Gemeinsam in die Stille abzutauchen, solche Momente ganz im Hier und Jetzt zu verbringen. Immer „*andere Schuhe*“ anzuziehen ist anstrengend. So ist es für Spiritual-Care-Begleiter unerlässlich, selbst immer wieder die Stille aufzusuchen und, getragen von der Mystik der Gegenwart, den eigenen Rhythmus des Lebens zu finden.

7.3 Stille und „Verwandlung“

„Verwandlung“ ist ein Schritt zur Vollendung. „*Die endliche Person geht ein ins Unendliche. Der Mensch geht seinen letzten, entscheidenden, ganz anderen Gang nicht ins Weltall oder über dieses hinaus, sondern hinein in das Innerste der Wirklichkeit.*“¹⁷

¹⁷ KÜNG HANS, *Glücklich sterben? Seite 144, im Gespräch mit Anne Will, PIPER-Verlag.*

Die Stille kann sich nicht mit „Verwandlung“ füllen, ermöglicht es aber, verwandelt daraus hervorzugehen. Spiritualität ist, sich von dem Geist, welcher aus der Stille kommt, verwandeln lassen. Wenn wir im Alltag Tun und Denken immer wieder mit Momenten der Stille unterbrechen, so wird ihr Raum gegeben, das Bewusstsein richtet sich hin zum Transzendenten.

In einem seiner Bücher zitiert Daniel Hell den Benediktinermönch Anselm Grün folgendermassen:

„Alles darf sein, alle Gedanken und Gefühle, alle Bedürfnisse und Leidenschaften. Sie müssen nur verwandelt werden. Verwandlung meint, dass ich mich in die Bedürfnisse und Leidenschaften hinein spüre und sie zu Ende denke, zu Ende fühle.“¹⁸

Persönlich geniesse ich es und ziehe grossen Nutzen daraus, in der leeren, dunklen Kirche Orgel zu spielen. Die Töne verstummen, sie *verwandeln* sich in Farben, werden in die Stille getragen. Jeder Ton wird in der Stille geboren und führt sogleich wieder zurück in die Stille. Die Zeit vergessen, Gedanken ausschalten, zulassen, dass alles so sein darf, nicht sein muss. Offen sein für Räume, die sich auftun, in sie hinein spüren, was sonst nicht spürbar ist. Solche von Segen gefüllte „*Stille-Zeiten*“ erfreuen, geben Mut, machen Liebe spürbar.

In der Hektik des alltäglichen Berufslebens dauert das „*Verwandelt-aus-der-Stille-Kommen*“ meist nicht lange an. Dies sollte uns dazu bewegen, immer wieder in die Stille abzutauchen. Es ist eine hilfreiche Erfahrung für Menschen welche Begleitungen am Kranken- oder Sterbebett machen. Wenn wir selbst verwandelt aus der Stille kommen, dann wird es uns gelingen, den leidenden, sterbenden Menschen in die Stille zu begleiten, der Stille Raum und Sinn zu geben.

Neues entsteht erst, wenn akzeptiert wird, dass steif, alt, holzig, runzelig und vergesslich werden ein Teil dieser Verwandlung ist. Wenn die äussere Welt an Wichtigkeit verliert, sich die Seele darauf konzentriert, was in ihrem Innersten geschieht, dann, wenn in der Stille Töne, Farben und Düfte entstehen, ohne sie hören, sehen und riechen zu müssen, dann entsteht die Bereitschaft, diese Verwandlung, die das Sterben ist, anzunehmen. Der Weg zu Verwandlung, zu wahrer Freiheit und tiefer Erfüllung führt durch die Stille.

„Wer aus der Stille lebt, den verwandelt die Stille“¹⁹

¹⁸ HELL DANIEL, *Die Sprache der Seele verstehen, Die Wüstenväter als Therapeuten* S. 46.

¹⁹GRÜN ANSELM, *Helge Burggrabe, Zeiten der Stille, Seite 2, Claudius Verlag Herbst 2006*

8.0 Schlussfolgerungen

Frau Dr. Claudia Kohli Reichenbach hat mich damals, bei meinem Aufnahmegespräch, ermutigt, die CAS-Module „Spiritual Care“ zu absolvieren und so meine langjährigen in der Praxis gemachten Erfahrungen bei der spirituellen Begleitung von Menschen zusätzlich mit fundierten theoretischen Kenntnissen zu untermauern.

Aufgrund meiner in der Ausbildung Spiritual Care gewonnenen Erkenntnisse, ist mir nun bewusst geworden, dass mein bisheriges, intuitives Vorgehen am Kranken- und Sterbebett mir stets als selbstverständlich erschienen ist. Nicht zuletzt auch aus der von mir bewältigten umfangreichen Literatur, sehe ich mich bestätigt, auf dem richtigen Weg zu sein. Die gelebte Praxis mit der Theorie verknüpfen zu können, gibt mir zusätzliche Sicherheit im Berufsalltag. So werde ich mich auch weiterhin intensiv mit dem Thema Spiritual Care beschäftigen.

Wie bereits einleitend beschrieben, besteht, wie ich das in meinem Fall wahrnehme, bezüglich Spiritual Care in unserem Alters- und Pflegeheim beim Pflegepersonal ein offensichtliches Manko. Aus meiner Sicht wäre es enorm wichtig, auf diesem Gebiet auch dem Pflegepersonal die entsprechenden Weiterbildungen anzubieten. Interdisziplinär und transdisziplinär muss in den Gesundheitsberufen bezüglich Spiritual Care noch einiges an Bildung und Umdenken geschehen.

Im CAS-Spiritual-Care-Modul „*Sterbe- und Trauerforschung*“ verweist Professor Christoph Morgenthaler²⁰ auf die vier Ebenen von Spiritualität im Pflegealltag: *Die persönliche Ebene, die interpersonelle Ebene, die institutionelle Ebene* und *die soziokulturelle Ebene*. Die *institutionelle Ebene* erachte ich als die Wichtigste.

Erst wenn Spiritualität von Heimleitern und Verantwortlichen einer Pflegestation tatsächlich wahrgenommen, konsequenterweise auch in die Pflegeplanung, die Teambesprechungen und internen Abläufe einbezogen wird, kann Spiritual Care voll zum Tragen kommen. Das Einbinden von Stille und Spiritual Care in den Pflegealltag, sowie die praktische Umsetzung der gewonnenen Erkenntnisse, gilt es zu unterstützen und in die Praxis zu integrieren.

Wie Cicely Saunders das in ähnlichen Worten umschreibt: Spiritual Care geschieht nicht *durch die Hand*, sondern *an der Hand* eines anderen Menschen.

²⁰ CHRISTOPH MORGENTHALER, Prof. em. Dr. theol. et phil. I, Institut für praktische Theologie, UniB CAS Spiritual Care vom 09./10./11.06.2017

In Bezug auf zu betreuende Menschen ist es mir ein grosses Anliegen, die Wichtigkeit von mehr **Mit-einander** und weniger destruktiver **Für-Sorge** und Fremdbestimmung aufzuzeigen.

„Ungewohnten“ Situationen bewusst mehr Raum geben:

Mit-einander der Stille Raum und Sinn zu geben – im Leben und im Sterben

9.0 Selbstständigkeitserklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich diese Arbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäss aus Quellen entnommen wurden, habe ich als solche kenntlich gemacht. Mit der Überprüfung meiner Arbeit durch eine Plagiats-Software erkläre ich mich hiermit einverstanden. Mir ist bekannt, dass andernfalls der Senat gemäss dem Gesetz über die Universität zum Entzug des aufgrund dieser Arbeit verliehenen Titels berechtigt ist.

Originalunterschrift



Montag, 4. Dezember 17

Theresa Fiechter

10.0 Literaturverzeichnis

- BELOK MANFRED, URS LÄNZLIGER
„Seelsorge in Palliative Care“
Edition NZN bei TVZ, Forum Pastoral 5, Schmitt Hanspeter (Hrsg.)
- BOOTHE BRIGITTE, FRICK ECKHARD
„Spiritual Care“
Über das Leben und Sterben
orell füssli
- GRÜN ANSELM
„Zeiten der Stille“ Helge Burggrave
Claudius Verlag Herbst 2006
- HÄFNER KARLHEINZ
„Die Angst vor dem Sterben, vom Umgang mit einem verdrängten Gefühl“
Claudius Verlag
- HELL DANIEL „Die Sprache der Seele verstehen“, Die Wüstenväter als Therapeuten
Herder Verlag
- HELLER BRIGITTE, HELLER ANDREAS
„Spiritualität und Spiritual Care“
Orientierung und Impulse
Huber Verlag
- HOLDER-FRANZ MARTINA
„Dass du bis zuletzt leben kannst“
Spiritualität und Spiritual Care bei Cicely Saunders
TVZ/sek.feps
- KÜNG HANS
„Glücklich sterben?“ im Gespräch mit Anne Will
Piper Verlag
- KÄSSMANN MARGOT
„Im Zweifel glauben, Worauf wir uns verlassen können“, HERDER

- KÄSSMANN MARGOT
„Das Zeitliche segnen, Voller Hoffnung leben, In Frieden sterben“
ADEO
- NAUER DORIS
„Spiritual Care statt Seelsorge?“
Kohlhammer Verlag
- NOTH ISABELLE
„Palliative und Spiritual Care, Aktuelle Perspektiven in Medizin und Theologie“
Hrsg. Claudia Kohli Reichenbach
- NÄF-HOFFMANN MARLIES, NÄF ANDREAS
„Palliative Care – Ethik und Recht“, Eine Orientierung
EDITION NZN, BEI TVZ
- RENZ MONIKA
„Hinübergehen, Was beim Sterben geschieht“
Annäherungen an letzte Wahrheiten unseres Lebens,
Herder Verlag
- RENZ MONIKA
„Hoffnung und Gnade“, Erfahrung in Transzendenz in Leid und Krankheit, Spiritual Care,
KREUZ
- MÜLLER MONIKA
„Dem Sterben Leben geben“, Die Begleitung Sterbender und Trauender Menschen als
SPIRITUELLER WEG, Gütersloher Verlagshaus
- SCHNEIDER-FLUME GUNDA
„Wider der Tyrannei des gelingenden Lebens“
Vandenhoeck+Ruprecht
- SENECA
„Von der Seelenruhe / Vom glücklichen Leben“
ANACONDA

- TORRALBA FRANCESCA
„Die Kunst des Zuhörens“
C. H. Beck Verlag

- ZNOJ HANSJÖRG
„Trennung, Tod und Trauer“
Geschichten zum Verlusterleben und zu dessen Transformationen

- ZNOJ HANSJÖRG
„Trauer und Trauerbewältigung“
Psychologische Konzepte im Wandel
KOHLHAMMER

- ZNOJ HANSJÖRG
„Komplizierte Trauer“
HOGREFE

- ZNOJ HANSJÖRG
„Ratgeber Trauer“
Information für Betroffene und Angehörige
HOGREFE

11.0 Anhang

11.1 Grafik zu „Menschenbilder“²¹

Abb. 1

Das Menschenbild "FÜR" den alten Menschen

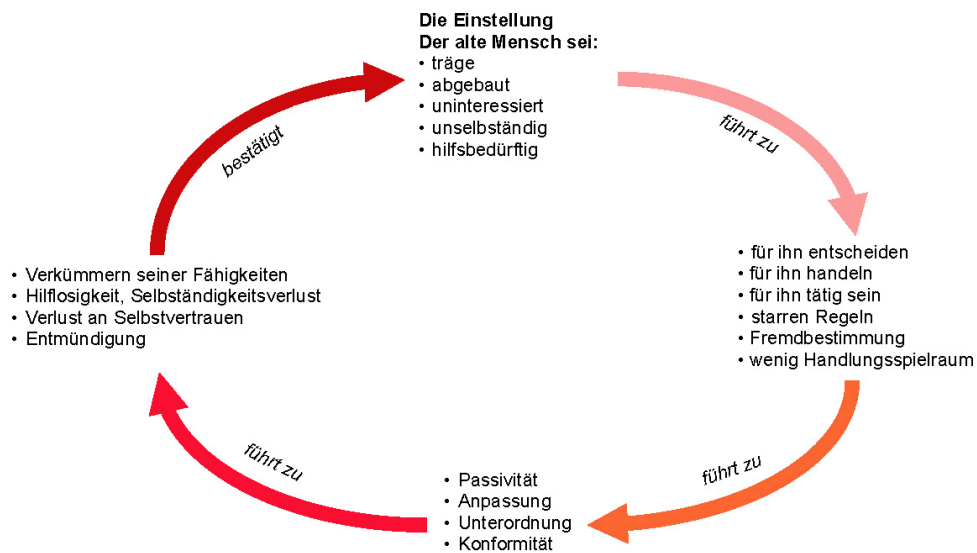
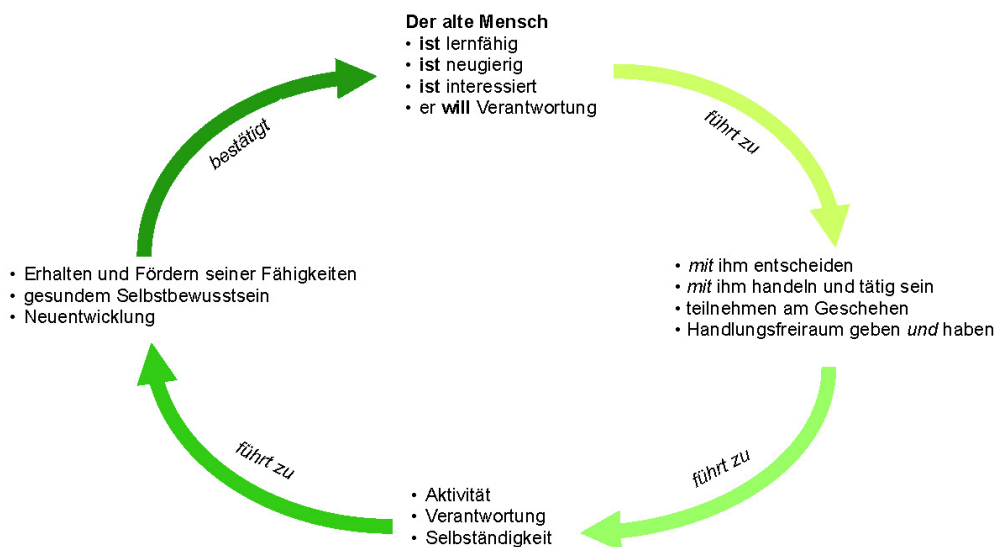


Abb. 2

Das Menschenbild "MIT" dem alten Menschen

Der Gedanke der **BEGLEITUNG** steht im Zentrum, was heisst:
Gemeinsam eine Wegstrecke gehen, d.h. jeder in seiner Verantwortung



²¹ Grafik von der Verfasserin erstellt auf Basis von Schulungsunterlagen der LeA-Schule Thun

© Copyright by „Schule für Lebensbegleitung im Alter“, Thun

11.2 Illustration

Collage von Theresa Fiechter:



„Austreten aus dem *ICH* ins *ALL-EINS-SEIN*“