

**Zeitschrift:** Infokara : Fachzeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

**Herausgeber:** Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

**Band:** 3 (1998)

**Heft:** 3

  

**Artikel:** Spiritualität und Sinnfindung

**Autor:** Renz, Monika

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1091825>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

*Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart,  
der bedeutsamste Mensch ist immer der,  
der mir gerade gegenübersteht,  
das notwendigste Werk ist stets die Liebe*

Meister Eckehart

Monika Renz\*

## Spiritualität und Sinnfindung

### 1) Spiritualitätsboom oder Neubesinnung auf das Wesentliche?

Immer mehr Menschen sind auf der Suche nach Spiritualität. Sie suchen Entgrenzung, Heimat, Fülle, sie sehnen sich nach innerer Zentrierung und sind fasziniert von der Ausstrahlung anderer Religionen, ja letztlich suchen sie nach dem, was Menschen Gott nennen. Gott nicht als einer, über den sie hören, sondern Gott als Erfahrungsrealität. Dabei wissen die meisten dieser Menschen nicht, was Spiritualität wirklich bedeutet und woher dieser Begriff kommt.

Für Josef Sudbrack (1994) – einer der besten Kenner der mystischen Traditionen in Ost und West –, ist Spiritualität zu einem Containerbegriff entartet, in den alles hineingeworfen wird. Ursprünglich im Christlichen beheimatet, als Ausdruck der mystischen Erfahrung und des unmittelbaren Dialoges mit Gott, wird Spiritualität heute nach Sudbrack nicht mehr im dialogischen, sondern im egomanischen Sinne gebraucht und missbraucht. Das heisst: der Mensch sucht die Erfahrung im Eigenen, er geht von sich und seinem Ego aus, und dennoch ist längst nicht jede Erweiterung des Ichs auch wirklich Erfahrung mit dem ganz Anderen, Numinosen, dem DU.

So ist die heutige Suche nach Spiritualität sowohl als Boom der Selbstverwirklichung zu werten, wie sie auch für viele eine wichtige Rückbesinnung auf das Wesentliche darstellt. Die Suche nach dem, was uns alle einbindet und übersteigt. Die Berührung mit dem, was zutiefst bewegt, erfüllt, aber auch erschüttert und

in Ehrfurcht verstummen lässt. Dabei bleibt dasjenige, das Menschen Gott nennen, ewig jenseits, es ist weder beweisbar noch widerlegbar. Es ist immer nur annäherungsweise erfahrbar, und jede Erfahrung bleibt hinter dem Eigentlichen zurück.

### 2) Spiritualität und spirituelle Erfahrungen: Begrifflichkeit und Bedeutung

Was bedeutet Spiritualität? Woher stammt dieser Begriff? Josef Weismayer (ohne Datum) definiert: «Spiritualität ist sowohl das uns geschenkte Leben im heiligen Geist als auch das Sich-Ergreifen-Lassen von dieser Zuwendung Gottes». Er verweist damit auf den im Geheimnis der Trinität (Gott-Vater, Gott-Sohn, Gott-hl.Geist) liegenden Ursprung des Wortes.

Der Begriff Spiritualität geht zurück auf das lateinische Wort «spiritus» «Geist». Er kommt aus der christlichen Tradition und steht für ein Leben aus dem Geist, für eine mystische Religiosität und eine persönliche Beziehung zu Gott. Mit dem lateinischen Adjektiv «spirit(u)alis» wurde schon früh die Mitte der christlichen Existenz bezeichnet, nämlich das totale Betroffensein des Getauften durch das Christusereignis. Im deutschen Sprachraum verwendete man lange Zeit andere Begriffe wie Askese, Mystik, Frömmigkeit, Heiligkeit und Vollkommenheit. Sie alle vermögen je verschiedene Dimensionen der spirituellen Wirklichkeit sichtbar zu machen.

Für Josef Sudbrack (1994) ist Spiritualität immer Erfahrung, auch die Erfahrung des Atmens, als etwas Hochgeistiges. (Vgl. Begriff Pneuma: Hauch, Atem, hl.Geist, luftartige Substanz, die als Lebensprinzip angesehen wurde. Fremdwortduden) In einem Radiointerview spricht Sudbrack:

*«Erfahrung ist ein Schlüsselbegriff, wenn es um Spiritualität geht. Spiritualität kommt aus der Erfahrung und führt in die Erfahrung zurück. ... Erfahrung ist der schwerste Begriff überhaupt, in der ganzen Philosophie. Darüber etwas zu sagen, wird immer fragmentarisch sein. ... Erfahrung heisst: ich bin betroffen. ... Wenn ich ein Bild nicht nur anschau, sondern ergriffen bin davon, da beginnt die Erfahrung. Und das gehört auch in den Glauben hinein, dass der Glaube mich ergreift.» (5.Juli 1998, DRS 2, im Gespräch mit Lorenz Marti)*

Ich komme nun zu einer persönlichen Definition von spiritueller Erfahrung und von Spiritualität, die sich im Laufe der letzten Jahre herauskristallisiert hat:

*Spirituelle Erfahrung* ist Gabe des göttlichen Geistes, ein Beziehungsgeschehen zwischen Gott und

\*Monika Renz, Dr.phil. Psychotherapeutin, Musiktherapeutin in eigener Praxis in Winterthur und seit August 1998 im Kantonsspital St.Gallen, Onkologie. Buchautorin.

Auszüge aus der Lehrveranstaltung an der theol. Fakultät der Universität Zürich WS 1998/99 zum Thema: «Spirituelle Erfahrungen über Musik – Zwischen Urangst und Urvertrauen».

Mensch. Sie kann den Charakter einer *Einheitserfahrung* (eins mit / enthalten in) und/oder einer *Gegenübererfahrung* (Ich-Du, bezogen auf, gerufen von) haben. Sie setzt von seiten des Menschen Durchlässigkeit und die Fähigkeit, sich ergreifen zu lassen, voraus.

*Der Begriff (Spiritualität)* kommt ursprünglich von der christlichen Trinität: Gott-Vater, Gott-Sohn, Gott-hl. Geist und meint dort, 1) das je Anwesend-sein des einen im andern und 2) das energetisch Wirksame. Dank echter Spiritualität kann ein Mensch – biblisch gesprochen – in der Vollmacht Gottes wirken, wie auch aushalten und warten. Beides wird ihm zur Erfahrung: «Gott in mir und ich in IHM». Das Spirituelle ist abzugrenzen vom Rationalen, weil es von einer andern Form der Geistigkeit spricht. Ich grenze es auch ab vom Religiösen: das religiöse Moment beschreibt die Anthropologie des Empfangens, also die vom Menschen her eingebrachte Haltung der Offenheit auf Gott hin. Die Bereitschaft, mich ergreifen zu lassen. Das Spirituelle liegt demgegenüber im Offenbarungscharakter. Es bewirkt, dass ich auch wirklich ergriffen werde.

Gleichgültig welches Gesicht eine spirituelle Erfahrung hat und mit welchem Namen sie umschrieben wird, es ist auch die atmosphärische Dichte dieses Geschehens – sprich die Musik des Unsagbaren -, welche das Spirituelle ausmacht.

### 3) Beispiele spiritueller Erfahrungen

Spirituelle Erfahrungen sind Grenzerfahrungen. Sie sind immer dort anzusiedeln, wo Worte verblassen, wo Kausalität, Differenzierung und rationales Verstehen aufhört, d.h. sie gehören in einen Bereich des Lebens, in dem Befindlichkeiten nur noch *sind*. Erlebte Gegenwart! Wie lassen sich spirituelle Erfahrungen dennoch umschreiben, wie werden sie ganz konkret von Menschen erzählt?

Ein älterer Mann: «*Es ist ein Durchschlag, ein Hinüberkommen aus dem Wesen des Göttlichen ins Menschliche. Ein Blitz, der ergreift und zugleich andauert.*»

Eine junge Frau beschreibt ihre Erfahrung – entstanden während einer Klangreise in der Musiktherapie, genauer gesagt, während einer anhaltend pulsartig gespielten Trommelmusik – wie folgt:

«*Ich bin körperlich so voll, dass ich zugleich ganz leer bin. Alles strömt, pulsiert. Ich fühle mich so voller*

*Leben, dass ich fast wie tot daliege. Es ist mir kaum mehr möglich, Arme und Beine zu heben. Ich weiss nicht mehr, ob ich auf dem Bauch liege oder auf dem Rücken, ob die Trommel nun ausserhalb meiner selbst oder identisch mit meinem Herz ist ... . Es ist weder angenehm noch unangenehm, es ist einfach und doch irgendwie gut. Als wäre mein Körper eingeschlafen und ich doch ganz bei Bewusstsein.*» Im Anschluss an diese Erfahrung haben sich anhaltende undefinierbare Schmerzen in den Beinen dieser Frau vorübergehend aufgelöst. Was in dieser Initialerfahrung heilsam war, wollte nachher in langem Prozess ins Bewusstsein integriert werden: das Wissen/Fühlen nämlich, dass es jenseits des Erlebens im Eigenen und der Besorgnis um das Eigene noch etwas ganz anderes gibt, das am ehesten umschrieben werden kann mit «*einfach sein, angeschlossen sein, Teilsein*».

Mirjam, eine durch einen Unfall lernbehinderte Jugendliche berichtet rückblickend über ihr Befinden und Erwachen im Koma:

«*Am Anfang sah ich etwas, das weit weg schien. Eine Holzhütte mit einem Strohdach im Paradies. Drei oder fünf Bäume standen davor. Es gab einen Fluss voller Seerosen und eine Wiese mit schönen Blumen. Insekten, Bienen, Schmetterlinge und Vögel flogen umher. Es gab einen Mann und eine Frau, Adam und Eva. Es gab keine Berge, nur sanfte Hügel. ... Vögel und Bienen flogen zu Adam und Eva, ohne sie zu stechen. Die Vögel zwischerteten ganz leise. Es war eine wunderschöne Ruhe. Engelsmelodien kamen von weither..., es war Mozarts kleine Nachtmusik. Das wurde mir offenbar im Spital vorgespielt. ... Dann war es plötzlich laut. Von dem Moment an, da ich die Augen öffnete, ja schon vorher, herrschte schrecklicher Lärm um mich herum. Jeder Stress heute erinnert mich an diesen Moment des Aufwachens. ... Beim Erwachen spürte ich auch, wie die Wärme von mir wich. Noch heute ist mir oft kalt.*» – Und etwas später, als ich in irgendeinem Zusammenhang das Wort «Gott» in den Mund nahm, unterbrach mich Mirjam erschreckt und sagte: «*Ein Licht sah ich auch. Es war ganz hell und tat den Augen weh. Zugleich war es wohlrig und wohltuend. Dieses Licht war es, das die Wärme gab. Unmittelbar nachdem es von mir ging, fror ich. Das Licht sehe ich heute noch oft. Dann kriege ich Angst, es schüttelt mich jedesmal fast.*» (ausführlicher vgl. Renz, 1996, S.65f)

Obwohl Mirjams Erfahrung sehr persönlich die ihrige ist, erinnert sie in vielem an Schilderungen anderer. Es gibt Zustände, da scheinen Menschen gleichsam von einer andern Erlebnisweise bestimmt und geschützt zu sein, diese Zustände werden nach meinen Erfahrungen

rückblickend ausnahmslos als friedlich, ruhig, seiend beschrieben. Eigentlich jenseits von Bild und Differenzierung, werden diese Zustände dennoch im Rückblick «wie ein Paradies» umschrieben. Ob paradiesisch im Garten der Fülle, ob aufgehoben in einem seltsamen Licht oder in Farbe ohne Form (z.B. blau, violett), spielt keine Rolle. Das Befinden ist immer unbeschreibbar und tief angenehm. Sobald allerdings diese Zustände etwas weichen, sobald der Betroffene wieder in den Uebergangsbereich, ins Hier und Jetzt eintritt, hört dieses seltsame Erleben von Frieden, Behütet-Sein und Zeitlosigkeit auf. Jegliche akustische Störung wird dann zum Lärm, jeder Eindruck zum Druck (!), und das bloss wieder Ankommen im Ich wird zur Erfahrung von Kälte. Und all dies geschieht – folgt man den rückblickend gemachten Schilderungen solcher Menschen – längst bevor für Aussenstehende sichtbar ist, dass Betroffene in ihrem Erleben wieder «da» sind. Eine für die Palliativmedizin ernstzunehmende Realität!

#### 4) Seinserfahrung und Gotteserfahrung

Eine spirituelle Erfahrung ist gelebte Gegenwart und trotzdem ist sie, wenn sie wirklich ihren Namen verdient, immer auch mehr, nämlich Erfahrung mit dem Eigentlichen, mit dem Zeitlosen – mit Gott. Es ist deshalb wichtig, in Schilderungen von betroffenen Menschen herauszuhören, wo etwas Seinserfahrung war und wo jemand – selbst im Erzählen spürbar – ergriffen war von tiefer Ehrfurcht. Letzteres deutet auf eine eigentliche Gotteserfahrung hin.

So beginnt eine spirituelle Erfahrung in der Regel mit einer *Seinserfahrung*. Wenn ich z.B. zu Hause einfach still bin, vielleicht Haushaltarbeiten erledige, vielleicht sitze oder liege, jedenfalls aber die Zeit als solche wahrnehme, ist es möglich, dass mir diese Stille ganz voll, ganz anwesend, mystisch und zugleich real erscheint. Der gewöhnliche Alltag, das Abwaschen, Blumengiessen, die Stubeneinrichtung, können durchsichtig werden auf die grossen Dimensionen des Seins hin. Und was sich dann einstellt seelisch, ist so etwas wie eine heitere Zufriedenheit mitten im Grau des Alltags.

Eine Seinserfahrung ist in sich schon eindrücklich, erfüllend, aber nicht unbedingt identisch mit einer Gotteserfahrung. Die schlichte Seinserfahrung oder die vertiefte Selbsterfahrung von Meditation und Psychotherapie sind *vielmehr Voraussetzung zur Gotteserfahrung*. Alle grossen Mystiker haben ihr Leben nicht nur gelebt, sondern zugleich erlebt, d.h. sie haben beobachtend, seiend wahrgenommen, was geschieht und wie etwas ist, und sie haben sich selbst und ihr Handeln in ein grösseres Ganzes eingefügt. Dabei erlebten sie so etwas wie einen inneren Aufstieg, eine spirituelle Entwicklung.

Ob nun allerdings in einer Seinserfahrung das «Eigentliche», das, was Menschen Gott nennen, einwirkt und gehört wird, ob das Sein nicht nur Zustand, sondern Botschaft ist, ob die Leere gefüllt und zur Begegnung wird, bleibt offen. Was die Seinserfahrung zur Gotteserfahrung verdichtet, ist am ehesten erkennbar am unbedingten Wissen des Einzelnen, «dass hier noch etwas anderes im Raum steht». Es ist häufig auch erst im Nachhinein erkennbar als das Unsagbare, das bereits wieder entschwunden ist. Sudbrack schreibt (1994): «Das dialogische Verhältnis zu Gott in aller Einheitserfahrung mit Gott macht den Eigenbeitrag aus, den das Christentum zum Gespräch der Religionen liefern muss» (S.141).

Zur Zusammengehörigkeit von respektiv zum Unterschied zwischen Seinserfahrung und Gotteserfahrung ein eindrückliches Beispiel:

*Eine Frau erlebte sich aufgrund starker psychosomatischer Beschwerden über Jahre genötigt, jegliche Betriebsamkeit zu meiden. Sie begann die Stille, die Natur zu lieben und sich auf einen neuen Lebenswandel einzustellen. Soweit Seinserfahrung, ja – wie sie rückblickend festhält – sogar die Erfahrung eines tiefen Geführt-Seins. Als Zentrum und eigentliche Gotteserfahrung jedoch, und darin qualitativ um ein Vielfaches dichter und eindrücklicher, erlebte diese Frau folgenden Traum: «Ich werde in die höchsten Höhen, die es gibt, geführt und erfahre Ueberblick, bis schliesslich alles einfach zu Licht wird. Ich könnte nichts darüber aussagen, was ich sehe, und doch habe ich das Gefühl eines vollumfänglichen Ueberblicks, als wäre ich einfach Teil von allem. Und obwohl nicht sichtbar, ist klar, dass derjenige, der mich dahin führt «Gott» selbst sein muss».*

*Die Erfahrung dieser Frau war bald wieder abgeklungen, die Realität rief sie zurück, doch geblieben ist die Erinnerung und das Angebot «zu glauben». Sie selbst sagt: «Seither ahne ich um Gott, ohne zu wissen»! Ihre psychosomatischen Beschwerden haben sich weitgehend aufgelöst, doch der Ruf nach einem Lebenswandel der Innerlichkeit ist geblieben.*

#### 5) Wir haben nicht nur die Möglichkeit «nein», sondern auch «ja» zu sagen – Einordnung

Dieser Satz hat schon viele suchende Menschen hellhörig gemacht. Im richtigen Moment gesagt, kann er «Wunder» bewirken. Im falschen Moment gesagt – vor allem immer dann, wenn Begleitpersonen das Leiden anderer unbewusst selbst nicht aushalten – tönt diese Aufforderung frömmlicherisch, auferzungen statt «gefunden». Das Annehmen des eigenen Schicksals darf nie von aussen nahegelegt werden. Viele Wege können

nur durchgestanden und nicht abgekürzt werden. Mit Gott und dem Schicksal will mitunter gehadert und wie Jakob im Kampf gerungen werden. Bestandteil jeglichen Prozesses! Angesichts von umfassenden Leiden bleibt jede noch so gelungene Einfühlung auf der Strecke und für Begleitperson wird das Mitaushalten und Schweigen zur schwierigen Aufgabe. Begleitende sind ferner aufgefordert, immer wieder in der *eigenen* Vertrauensbasis anzukommen und von dieser Tiefe – unbegründbar – an den andern und seine Sinnhaftigkeit zu glauben. Wesen und Kraft dessen, was Menschen Liebe nennen! Und all dies in grosser Offenheit für das, was im konkreten sein will: Tod oder Leben, Krankheit oder Gesundheit, Pech oder Glück.

Und doch, so unberechenbar und ungerecht auch das Leben ist, es scheint zur Krux des Lebens zu gehören, in Bejahung zu dem zu finden, was ist. So schwer es fällt inmitten von seelischer Not, von Schmerzen und Leidensdruck ja zu sagen und sich selbst etwas Grösserem anheimzugeben, genau dies erlöst vom ständigen Fixiert-Sein im Widerstand. Genau dies setzt Energien überhaupt erst frei, damit diese einer medikamentösen Therapie, einer Heilung oder Ganzwerdung zukommen können. Nur in Bejahung findet der Leidende zum Frieden und zur Aussöhnung mit sich und der Welt. Ein-Ordnung! Zu diesem Frieden immer wieder zu finden, scheint in höchstem Ausmass eine spirituelle Angelegenheit zu sein, was bedeutet, dass Bejahung im letzten nicht machbar ist. Wo sie aber gelingt, sind Menschen ergriffen und tief dankbar.

Auch wenn ich bis heute nur wenige Eindrücke vom Alltag einer Palliativstation habe, scheint mit die Frage, wie Menschen irgendwann zum Ja zu ihrem Leben finden, sehr wichtig für dieses Arbeitsfeld zu sein.

#### 6) Sinnfindung: aushalten führt zur personalen Würde

Spirituelle Erfahrungen *sind*, oder sie *sind nicht*. Sie finden ungefragt statt oder nicht. Und sie werden wahrgenommen oder nicht. Sie brechen unmittelbar ein, um ebenso wieder zu verschwinden. Sie fordern zwar vorausgehend die menschliche Offenheit und bisweilen den durchgestandenen Ringkampf mit dem eigenen Schicksal, doch einmal da, sind spirituelle Erfahrungen nie fassbar, nie besitzbar, sondern Zeugnis einer andern Wirklichkeit. Selbst aus den Berichten von grossen Mystikern und Heiligen wie z.B. Johannes vom Kreuz oder Therese von Lisieux wird deutlich, dass ihnen manchmal Gott als Erfahrungsrealität nah, viele Male aber sehr fern war. Die Abwesenheit Gottes ist mindestens so Thema wie seine Anwesenheit. Ihr Leiden, ja bisweilen ihr fast Irre-Werden daran.

Gottnähe und Gottferne gehören zusammen, auch heute noch. In Therapien verwende ich häufig das Bild

eines Wackelkontaktes. Das Aushalten des Zustandes unerfüllter Leere, innerer Kälte, von Unfrieden – oder wie auch immer sich Gottferne bemerkbar macht – ist ebenso Bestandteil eines spirituellen Weges. Ein Kampf gegen die Versuchung, Betriebsamkeit in den Raum und ins Leben zu holen. Unstimmigkeit, Leiden und Warten wollen ebenso wahr sein wie Stimmigkeit und Kairos. Eine Prüfung jeder echten Religiosität, um inmitten von Mangel, Unfrieden und Leiden dem Eigentlichen treu zu bleiben.

Gerade das Aushalten dessen, was schwierig ist, führt zur personalen Würde! Das gilt nicht nur, was Gottferne und spirituelle Leere anbelangt, das gilt im Gegenüber von unerträglichen Gefühlen und Schmerzen insgesamt und ist darin bedeutsam auch für die Palliativpflege. Am Aushalten wird der Mensch zu dem, als der er im letzten gemeint ist. Eine Würde, die kein Mensch genug würdigen kann, weil sie niemand so erkennt wie ER. Ich habe schon häufig erlebt, dass Menschen, die ein Leben lang an sich zweifelten, sich minderwertig und nicht wirklich lebenswert fühlten, zu ihrer Würde gefunden haben über schmerzhafteste Prozesse des Aushaltens. Plötzlich wissen sie: *«ja, ich habe etwas durchgestanden, das eigentlich nicht durchzustehen ist. Ich habe der Unerträglichkeit von Schmerzen, von Aengsten oder dem quälenden Gefühl echter Schuld standgehalten.»* Wo vorher Unsicherheit war, ist nachher Persönlichkeit. Etwas steht zu sich selbst, und dieses Gefühl hat tatsächlich etwas zu tun mit «stehen». Eindrücklich für mich formulierte einmal eine Frau, die schon dreissig Jahre im Rollstuhl war, nach einem solchen Aushalten: *«Jetzt stehe ich, auch wenn ich liege, ich weiss jetzt, was es heisst zu stehen und Stand zu haben. Den inneren Stand.»* Es leuchtet wohl unmittelbar ein, dass diesen Menschen in ihren schwierigen Reifungsprozessen weniger Mitleid als *Achtung* entgegenzubringen ist. Be-Achtung.

So lautet denn die Frage nach Sinnfindung vieler Leidenden nicht: *«Wie nützlich bin ich?»*. Sie haben ihre Nützlichkeit für die Gesellschaft ohnehin vorübergehend oder dauerhaft verloren. Vielmehr *suchen sie nach einem Wert, einem Sinn, der nicht Nutzen ist, sondern Würde!* Und so möchte ich an dieser Stelle für die Würde der Patienten werben: es gibt eine Würde des Leidens, eine Würde des Kämpfens, eine Würde im Loslassen und Sterben. Wer, wenn nicht gerade solche mit dem Leid so vertraute Menschen verdienen diese Würde im Letzten!

Ein Beispiel: *Nicole, ein Kindergartenmädchen, wusste intuitiv um die Würde im letzten. Schon immer wäre sie gerne Prinzessin gewesen, hätte gerne wie in vielen Märchen als Prinzessin geheiratet. Sie starb*

*infolge eines Hirntumores. Kurz vor ihrem Tod äusserte sie: «drüben erhalte ich die Krone. Ich werde doch noch Prinzessin sein.» Das Aushalten und das Wissen darum, wie schwer gerade dies ist, hat Nicole zur «Prinzessin» gemacht.*

### 7) Spirituelle Krisen

Kann man vor spirituellen Erfahrungen davonrennen? Vordergründig ja. Es gibt Menschen, die sich permanent in Ablenkung und Programm flüchten, doch dies bedeutet aus spiritueller Sicht auch, dass da offenbar Flucht noch möglich ist. Daneben gibt es Menschen, und ihre Zahl wird immer grösser, die nicht länger ausweichen können vor dem, was sie einholen will. Ist die Zeit reif, so geschieht es. Ein Vorfall, ein Zufall, ein Unfall. Ein Ereignis, eine Krankheit oder Depression, die nachdenklich stimmen. Sofern dieser Einbruch im Zusammenhang mit einem grösseren Sinn Ganzen, mit spirituellen Dimensionen steht, reden Fachleute heute von spiritueller Krise.

Was sind spirituelle Krisen? Christian Scharfetter (1994) unterscheidet zwischen psychotischer und spiritueller Krise. Die beiden Zustände muten äusserlich ähnlich an, sind aber dennoch als verschieden zu betrachten. Er erkennt in den spirituellen Krisen nicht primär das regressive Moment und auch nicht vorab den Wahn, sondern die Bewusstseinsweiterung. Die Sicht fürs Ganze und Aussergewöhnliche erweitert sich.

*Ich lasse Beispiele sprechen. Eine Frau geriet Mitte 40 in eine grosse Krise, hatte einen Autounfall, der sie über Jahre beschäftigte, bis die Zeit reif war und sie den Mut hatte, zu erkennen, dass sie seit ihrem 25. Lebensjahr gegen ihren wahren Lebensentwurf lebte. Statt in einer fruchtbaren Beziehung, lebte sie, Beziehungen verweigernd in einem Kloster.*

*Einer andern Frau erging es genau umgekehrt: sie entschloss sich aufgrund ihrer spirituellen Krise schliesslich zum Eintritt ins Kloster. In beiden Fällen wurde die spirituelle Krise zur Erfahrung von Umkehr und von Busse als Reinigung.*

*Wieder eine andere Frau, genial, war es gewohnt, ihr Licht unter den Scheffel zu stellen, schlug die falsche Berufsrichtung ein, bis sich ihr das Denken buchstäblich ausschaltete. Wie in einer Psychose erlebte sie sich nicht mehr normal denkfähig. Die spirituelle Krise erfuhr sie als geistigen Zusammenbruch und als geistige Umpolung!*

*Ein Mann verfiel immer wieder der Tendenz, sein brillant geschaffenes Werk – er war Professor – für sich und seine Macht zu missbrauchen. Die spirituelle Krise half ihm, sich selbst zu widerstehen und sich von dieser Tendenz zu reinigen.*

Von spiritueller Krise – im Unterschied zur psychotischen Krise – spricht man immer dann, wenn die geistige Verwirrung im Kern als Führung, Impuls zur Umkehr und Selbstfindung zu werten ist. Ein Paradebeispiel aus der Bibel ist Jona.

Mitten in einer Verwirrung drin allerdings, ist es unnötig zu fragen, ob etwas nun Psychose oder spirituelle Krise ist. Im Zustand drin geht es darum, diesen auszuhalten und den Realitätsbezug immer wieder zu suchen. Es braucht Verständnis für die Verwirrung, das Wissen, dass selbst das solchermassen Aussergewöhnliche bisweilen «normal» ist und die vertrauensvolle Gewissheit, dass die gewohnte Wahrnehmung schon wieder zurückkehren wird.

### 8) Spiritualität und Realitätsbezug

Viele Menschen scheuen Diskussionen über Spiritualität, weil sie darin etwas Abgehobenes, Weltfremdes und Psychotisches fürchten. In der Tat zeugen spirituelle Erfahrungen von etwas ganz anderem, Sinnenjenseitigem, und doch müssen sie mit unserer Realität vereint werden, wenn Betroffene daran nicht irre werden wollen. Einerseits muss ihre Erfahrung wahr sein dürfen (!), so wie jede Erfahrung das ist, was sie aus sich selbst heraus ist. Andererseits muss gleichzeitig der Realitätsbezug zum Hier und Jetzt, zu der bei uns üblichen sinnlich-gegenständlichen Wahrnehmung bewusst gepflegt werden. Was so einfach klingt, ist in Wirklichkeit so schwierig: «die spirituelle Erfahrung muss integriert werden». Für mich gilt in einer Therapie der Grundsatz: Je näher dem Spirituellen, umso wichtiger der Realitätsbezug, damit die spirituelle Erfahrung weder Flucht ist, noch zur Ueberforderung wird, sondern tatsächlich zur Bewusstseinsweiterung und Wandlung führt.

Von der spirituellen Realität muss ferner immer wieder Abschied genommen werden, was auch heisst, dass grundsätzlich unsere Erdgebundenheit bejaht wird. Es gehört zum Menschen, dass er Materie ist. Und von den meisten Menschen wird die weitaus grösste Zeit ihres Lebens ganz konkret, rational, *weltlich* gelebt. Wir sind ebenso gedacht, Erdenbürger und Individuum zu sein wie Teil des Ganzen. Wir sind körperlich da, erleben sinnlich, sehen konkret. Dies gilt für manche Menschen ausschliesslicher als für andere. So erfuhr eine Frau in Klangreisen immer wieder ähnliche Aussagen, die sie zusammenfasste im Satz: «Geh und leb in der Immanenz.»

Nach meinen Erfahrungen werden Menschen am Ende von spirituellen Erfahrungen sogar dazu gedrängt, wieder im Leben konkret zu werden. Auch Mirjam äusserte nach ihrem Koma: «Ich musste wieder zurück, ich wollte gar nicht, aber ich wurde wie in diese Welt zurückgezogen.» *Wäre sie sonst wohl gestorben?*

Zusammengefasst ist der Mensch letztlich Bürger zweier Welten; er lebt im Hier und Jetzt und scheint doch auch auf etwas ganz anderes bezogen zu sein, das über uns hinausweist (vgl. Renz, 1996). *Sowohl Spirituelles wie Materielles sind als Realität zu betrachten, wichtig ist aber, dass weder Weltlichkeit noch Religiosität zur Flucht werden.*

#### Literatur

- Renz, M. (1996): *Zwischen Urangst und Urvertrauen. Therapie früher Störungen über Musik-, Symbol- und spirituelle Erfahrungen.* Paderborn: Junfermann
- Scharfetter, Ch. (1994): *Der spirituelle Weg und seine Gefahren.* Stuttgart: Enke.
- Sudbrack, J. (1994): *Meditative Erfahrung – Quellgrund der Religionen?* Stuttgart: Quell
- Weismeyer, J. (...). *Theologie der Spiritualität. Theologische Kurse,* Wien.

Seit 20 Jahren arbeite ich in Institutionen für Langzeitpatienten, seit 20 Jahren stehe ich in Kontakt mit zahlreichen Mitarbeitern verschiedenster Berufsrichtungen, die in der Geriatrie und Langzeitpflege tätig sind, doch das Wort «Hospizpraxis» wurde im Zusammenhang mit diesen Institutionen kaum je erwähnt. Heisst das, dass in Heimen alte Menschen einsam, entwurzelt, ohne palliative Behandlung, ohne Begleitung sterben müssen, ihre Bedürfnisse in der letzten Lebensphase missachtet werden? Oder ist es im Gegenteil so, dass gerade in Heimen Sterbebegleitung in idealer Weise stattfindet, da die Menschen hier zu Hause sind, also bei sich zu Hause sterben und gleichzeitig alle Möglichkeiten der palliativen Medizin und Pflege, der psychischen und spirituellen Betreuung, der Begleitung durch Angehörige genutzt werden?

Regula Schmitt-Mannhart \*

## Hospizpraxis – Antwort auf Leiden und Sterben?

### Hospizpraxis im Pflegeheim

Um die Antwort gleich vorweg zu nehmen: beide Extreme kommen vor, meist liegt die Wirklichkeit des Leidens und Sterbens irgendwo dazwischen. Bemühungen für eine gute Hospizpraxis sind bestimmt in

\* Dr. med. FMH, Leitende Ärztin im Krankenhaus Ittigen bei Bern. Vortrag an der Paulus-Akademie, Zürich, Juni 1998

vielen Heimen vorhanden, auch wenn das Wort selten gebraucht wird. Dieser Vortrag, der an der Tagung in der Paulus-Akademie in Zürich, im Juni 1998 gehalten wurde, gibt die Gelegenheit, über Hospizpraxis in Pflegeheimen zu sprechen; dadurch kann ein Impuls gesetzt werden, über dieses Betreuungskonzept für Schwerkranken und Sterbende auch in Heimen nachzudenken; so kann eine Sensibilisierung für diese Problematik stattfinden und Möglichkeiten der Umsetzung können gesucht werden.

#### Von welchen Institutionen rede ich? Wer lebt denn in diesen Institutionen?

Manche Menschen leben viele Monate, gar Jahre in einem Heim; sie sind hier daheim, sie haben hier neue Beziehungen aufgebaut, sind hier verwurzelt. Andere leben nur kurz dort – und die Zahl dieser Menschen ist laufend am Zunehmen! – ; sie treten schon schwerkrank ein, kommen zum Sterben, sind fremd, herausgerissen aus ihrer vertrauten Umgebung.

Alle haben Verluste hinnehmen müssen, sind abhängig von fremder Hilfe, sind behindert, leiden unter chronischen Krankheiten. Das kann heissen, dass sie dauernd unter Schmerzen leiden, unter Atemnot, unter schweren Behinderungen, dass sie depressiv sind oder oft dement, also geistig stark beeinträchtigt: es handelt sich um komplexe Situationen schwer pflegebedürftiger Menschen.

Die meisten sind betagt oder hochbetagt; der Tod ist auf jeden Fall nahe, ob sie sich nun dessen bewusst sind oder nicht, ob sie sich damit auseinandersetzen oder es verdrängen.

Wenige von ihnen sind jünger, doch schwerst behindert, vom normalen Leben Gleichaltriger ausgeschlossen, mit existenzbedrohendem Leiden konfrontiert, physisch und psychisch krank.