

Zeitschrift: Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz
Herausgeber: Spitex Verband Schweiz
Band: - (2014)
Heft: 6

Rubrik: Fokus "Spiritualität" : Spiritualität als Orientierungshilfe

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: 04.02.2026

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



Spiritualität als Orientierungshilfe

Spiritualität. Begriffe wie Religion, Glauben oder Esoterik werden damit verbunden. Rasch wird deutlich, dass eine präzise Definition nicht leicht ist. Um was geht es eigentlich genau? Und welche Bedeutung hat Spiritualität in der Pflege? Eine Antwort kann vorweggenommen werden: Spiritualität ist – auch – eine Orientierungshilfe.

«Spiritual Care stärkt Menschen in ihrer Situation»

Was ist genau unter Spiritualität und Spiritual Care zu verstehen? Die Berner Theologie-Professorin Isabelle Noth sagt aus wissenschaftlicher Sicht, was der Ansatz bringt und wo es kritisch hinzuschauen gilt.

Spitex Magazin: Isabelle Noth, können Sie eine Situation erzählen, in der Ihnen Spiritualität geholfen hat?

Isabelle Noth: Was Glauben bedeutet, merkt man dann, wenn man ihn am nötigsten hat. Eine vielen von uns bekannte Situation ist zum Beispiel der Abschied von einem geliebten Menschen. Man hat das Gefühl mitzusterben und droht den Boden unter den Füßen zu verlieren. Es ist eine sehr tröstliche Erfahrung, in einer solchen Situation merken zu dürfen, dass trotzdem etwas da ist, das einen trägt. Dieses Gefühl des Über-den-Abgrund-Getragenseins lässt sich im Glauben und in der Pflege von Spiritualität einüben.

Spiritualität gibt also Halt – aber wie ist der Begriff definiert?

Aus wissenschaftlicher Sicht ist Spiritualität heute ein Container-Begriff, in den vieles hineingepackt wird. Der aktuelle Spiritualitätsdiskurs gehört in den Kontext spätmoderner Religiosität. Es gibt verschiedene Traditionstrände, wobei sich das Verständnis von Spiritual Care stark auf die angelsächsische Tradition einer kirchenungebundenen, transreligiösen und konfessionsübergreifenden «Spirituality» zurückführen lässt.

Also steht Spiritualität nicht immer im Zusammenhang mit Religion?

Nein, heutzutage nicht mehr. Früher war Religion der Oberbegriff, und es gab Spiritualitätsformen. Heute scheint es

«Heilung im Sinn von Gesundheit ist nicht oberstes Ziel einer spirituellen Haltung.»

Isabelle Noth, Theologie-Professorin



Im Lenz
Wohn- und Pflegezentrum - Lenzburg

cosanum



Im besten Fall gewähre
Spiritual Care Orientierung,
sagt Theologie-Professorin
Isabelle Noth. Bild: zvg

Zur Person

swe. Isabelle Noth ist Professorin für Seelsorge, Religionspsychologie und -pädagogik an der Theologischen Fakultät der Universität Bern. Sie initiierte einen neuen CAS-Studiengang in Spiritual Care an der Uni Bern, der ab 2015 gemeinsam von der medizinischen, der philosophisch-humanistischen und der theologischen Fakultät getragen wird. Noth war früher Pfarrerin und hat als Seelsorgerin auch in Kliniken und Gefängnissen gearbeitet. 2014 gab sie zusammen mit Claudia Kohli Reichenbach das Buch «Palliative und Spiritual Care» heraus (TVZ-Verlag, Zürich).

geradezu umgekehrt zu sein. Spiritualität ist zum Oberbegriff geworden, der unter anderem auch noch religiöse Ausprägungen erfasst.

Wie ist der Begriff Spiritual Care entstanden, und was bedeutet er?

Der Begriff kommt ursprünglich aus der Palliativpflege und -medizin. Eine wichtige Figur war die 2005 verstorbene, britische Ärztin und Pflegefachfrau Cicely Saunders, eine der Pionierinnen der modernen Hospizbewegung. Diese Bewegung bemühte sich schon früh um eine gute Begleitung unheilbar kranker und sterbender Menschen. 2002 nahm die Weltgesundheitsorganisation WHO spirituelle Bedürfnisse in ihre Definition von Palliative Care auf. Entscheidend dabei ist, dass sie gleichwertig neben ärztlicher, pflegerischer, psychologischer und sozialer Begleitung erwähnt werden.

Nützt einem Spiritual Care also vor allem am Lebensende?

Empirische Studien zeigen zwar, dass Fragen nach Sinn und Transzendenz angesichts von Sterben und Tod besonders stark aufbrechen. Aber Spiritual Care ist nicht nur etwas für das Lebensende. Krisen gibt es im Leben immer wieder, sie sind nicht aufs Ende beschränkt. Darum ist heute eine Ausweitung von Spiritual Care auf die ganze Lebenszeit festzustellen. Einige Kolleginnen und Kollegen in den USA, die bisher Professuren für «Pastoral Care» hatten, nennen diese nun um in Spiritual Care. Das hängt auch mit Entwicklungen in unserer multireligiösen und weltanschaulich pluralen Gesellschaft zusammen. Spiritual Care will explizit eben nicht primär für christliche Gläubige da sein, was die christliche Seelsorge übrigens auch nie exklusiv sein wollte. Vielmehr zielt Spiritual Care auf die Bedürfnisse und Fragen breiter Kreise, auch von Atheisten und Humanisten.

Wie wirkt Spiritual Care?

Das kommt auf die Person und die Situation an. Im besten Fall gewährt Spiritual Care Orientierung im Umgang mit der jeweiligen kritischen Lebenssituation. Menschen finden Sinn und mehr innere Gelassenheit. Sie fühlen sich bestärkt in der Situation, in der sie sich befinden. Spiritual Care bezieht dabei nicht nur die Patientinnen und Patienten ein, sondern auch die Angehörigen und das Umfeld.

Gibt es wissenschaftliche Evidenz für die Wirksamkeit von Spiritual Care?

Es gibt eine Vielzahl religionspsychologischer Studien, die zeigen: Spiritualität wie auch Religiosität können Menschen in ihrer Resilienz fördern, also ihre Widerstandskraft in Krisen stärken. Zudem können sie helfen, sogenannte Coping-Strategien zu entwickeln, um die Situation auf eine förderliche, freiheitsdienliche Art zu bewältigen.

Kann Spiritualität auch heilen?

Ich zögere, hier sofort zu antworten. Wir kommen jetzt zu einem schwierigen Aspekt des Themas. Schwierig darum, weil Spiritualität und Religiosität ver zweckt werden können. Kern einer lebensfreundlichen Spiritualität ist es, Menschen auch in ihrem Kranksein anzuerkennen. Ein Mensch hat eine unveräußerliche Würde, unabhängig von seinem körperlichen Zustand und Befinden. Heilung im Sinne von Gesundheit kann nicht das oberste Ziel einer spirituellen Haltung sein, sondern ein liebevoller Umgang auch in Zeiten und Zuständen von Erkrankung.

Im Bereich der Spiritualität gibt es aber viele solche Versprechen, Stichworte «gesundbeten», «geistheilen», aber auch «Selbstheilung durch Meditation». Wo liegt für Sie die Grenze?

Dort, wo Spiritualität und Religiosität funktionalisiert werden, gilt es aufmerksam zu sein. Es geht nicht um Heilung,



Bild: iStock

«Spiritual Care ist nicht nur etwas für das Lebensende.»

Isabelle Noth

sondern darum, mich in meinem Menschsein anzunehmen, unabhängig von meinem Gesundheitszustand. Wenn Spiritualität Heilung und Gesundheit zum Ziel hätte – was würde das denn heissen für unheilbar kranke Menschen, für Menschen mit Demenz? Hätten sie kein lebenswertes Leben mehr? Genau solche Menschenbilder versucht eine lebensfreundliche Spiritualität zu hinterfragen.

Wer leistet Spiritual Care? Nur der Pfarrer oder auch die Pflegefachperson?

Spiritual Care zeichnet sich durch Multiprofessionalität aus. Pflege, Medizin, Seelsorge, Pädagogik, Psychologie und Sozialarbeit arbeiten gleichwertig zusammen. Pflegende und Ärzte beispielsweise bilden sich weiter, um sich auch für die spirituellen Bedürfnisse der Menschen, die sie begleiten, zu sensibilisieren. Sie schärfen ihre Wahrnehmung. Besondere Fälle, vor allem bei existenziellen spirituellen Krisen, sollten allerdings den Seelsorgenden vorbehalten sein, aufgrund ihrer fachspezifischen Kompetenzen und Ausbildung.

Sind die Ärztinnen und Ärzte offen für Spiritual Care?

Ein Teil der Ärzteschaft ist skeptisch und sieht beim Thema Spiritualität alte Bilder vom Schamanen aufbrechen. Viele haben meines Erachtens berechtigte Bedenken, wenn

sie in der Anamnese auch noch gleich die spirituellen Bedürfnisse der Patientin oder des Patienten aufnehmen sollen. Sie fühlen sich dafür nicht zuständig oder empfinden es als unangemessen. Es gehört tatsächlich zur Professionalität, sich nicht zu überschätzen. Diese Bescheidenheit ist Grundlage einer zum Wohle der Patienten nötigen, erfreulichen interdisziplinären Zusammenarbeit. Ebenso grundlegend ist es jedoch, fachübergreifende Zusammenhänge und Wechselwirkungen wahrzunehmen, wie dies Spiritual Care zu fördern versucht.

Heisst das, jede Ohrenentzündung kann bedeuten, dass wir gewisse Dinge nicht mehr hören mögen?

Nein, das nicht. Es gibt einfach auch Krankheit, das gehört zum Menschsein. Wir müssen aufpassen, Leiden nicht ständig zu erklären oder gar zu glorifizieren. Es gibt Leiden, das sinnlos ist, völlig unnötiges Leiden. Schauen wir die Welt an – was wird da unnötig gelitten, das ist ja verheerend. Da bleibt uns nichts anderes als die Klage, die biblisch-prophetische Klage.

Interview: Susanne Wenger



Im Lenz
Wohn- und Pflegezentrum · Lenzburg

Sicher und selbstbestimmt
wohnen in Lenzburg.

**Seniorenwohnungen
mit Service**

zu vermieten ab
1. Juni 2015

Frau Rahel Remund
freut sich auf Ihren Anruf.
Telefon 062 885 88 25
oder per E-Mail
rahel.remund@realit.ch

REALIT TREUHAND AG,
5600 Lenzburg

SENIOCARE

cosanum

Der Gesundheitslogistiker.

Und auf einmal geht alles viel einfacher

«Das sind Ihre VORTEILE ALS INSTITUTION»

«DIREKTABRECHNUNG MIT KRANKENVERSICHERER»

Inkontinenz- und Wundversorgung gemäss MiGeL

Cosanum entlastet Sie im Arbeitsalltag und dafür gewinnen Sie wertvolle Zeit für die Pflege und die zwischenmenschliche Betreuung. Wir unterstützen Sie und Ihre Klienten wie folgt:

- Direkte, kostenlose und diskrete Belieferung Ihrer Klienten
- Keine Vorfinanzierung der Produkte Ihrerseits
- Optimierte Lagerbewirtschaftung und geringerer administrativer Aufwand
- Direktabrechnung mit Krankenversicherer

The logo for TENA, featuring the brand name in a bold, blue, sans-serif font. A stylized, swooping blue and green graphic is positioned behind the 'T' and 'E'.

Inkontinenzversorgung:
TENA – Weil die Produkte von TENA bei Blasenschwäche die erste Wahl sind.

Cosanum AG
Brandstrasse 28
8952 Schlieren

Tel. 043 433 66 00
bestellungen@cosanum.ch
www.cosanum.ch



Bild: istock

Von wichtigen Schattenseiten

Spirit, Transzendenz, Reinkarnationen: Wo die Grenzen liegen zwischen Spiritualität, Religion und Wahn und wie sich die Spiritualität verändert im Alter, darüber berichtet Georg Otto Schmid aus der Sicht eines Religionsexperten.

Der Begriff Spiritualität, so beschreiben Birgit und Andreas Heller in ihrem Buch «Spiritualität und Spiritual Care», tendiere zum «Sammelbehälter» für eine Fülle unterschiedlicher Inhalte. Der Religions- und Sektenexperte Georg Otto Schmid aus Rüti (ZH) füllt diesen Behälter mit definiertem Inhalt: Religion. Spirituell ist für ihn, was sich auf Transzendenz bezieht. «Der Glaube an etwas, das über die irdische Existenz hinausweist.» Wer also meditiert, aber gleichzeitig eine strikt atheistische und materialistische Weltsicht vertritt, sei noch nicht spirituell. «Es fehlt der Spirit, das Geistliche», resümiert Schmid.

Den Unterschied zwischen den Begriffen Religion und Spiritualität sieht er im unterschiedlichen Image, das diese Begriffe heute oft vermitteln. «Spiritualität steht für die eigene Erfahrung, das Gediegene, das Ethische, das Tolerante. Mit Religion wird das andere bezeichnet: Dogma, Gewalt, Mission.» Diese Aufteilung sei aber zu einfach. Statt die Schattenseiten anzuschauen, grenze man sie aus. Dabei sei die Erkundung der Schattenseiten gerade dann besonders wichtig, wenn man sich für etwas begeistert. «Die Gefahren, die ich kenne und anerkenne, vor denen bin ich eher gefeit.» Welche Auswirkungen die Auslagerung von Gefahren hat, sieht Georg Schmid bei seiner täglichen Arbeit. «Kürzlich bat mich jemand um Rat im Umgang mit einer Angehörigen, die sich einer Inkarnation Gottes unterwirft und dabei das ganze Vermögen verliert.»

Von Sekten und Diagnosen

Von «Sekte» spricht der Religionsexperte in diesem Zusammenhang nicht. «Ob etwas als Sekte gilt oder nicht, ist bei meiner Arbeit weniger relevant als die Frage: Ist für die betreffende Person etwas gut oder nicht. Dieselbe Gemeinschaft kann für den einen heilsam und für den anderen schädlich sein.» Auch wenn die schädlichen Aspekte fehlen, drängt sich dem Laien die Frage auf: Ist Spiritualität die richtige Bezeichnung, wenn von einer Inkarnation Gottes die Rede ist? In anderen wissenschaftlichen Bereichen würde man eine solche Überzeugung als Psychose bezeichnen. «Das eine schliesst das andere nicht aus», weiss Georg Schmid.

In gewissen Fällen könne ein Wahn mit spiritueller Betätigung unterfüttert werden. In diesen Fällen sei es wichtig, den Menschen zu helfen, Realität und inneres Geschehen auseinanderzuhalten. «Hilfreich kann eine Gemeinschaft sein, die einen vernünftigen Umgang mit der Spiritualität vorlebt.» Dass kranke Menschen spiritueller sind als gesunde, erlebt Georg Schmid in seiner Praxis nicht. Umgekehrt seien irreligiöse Menschen auch nicht krank. «Es gibt Menschen, die können sehr gut leben ohne Religion.»

Im Alter an die Kindheit anknüpfen

Manchmal entwickle sich der Wunsch nach Spiritualität erst spät im Leben. «Für ältere Menschen wird es wichti-

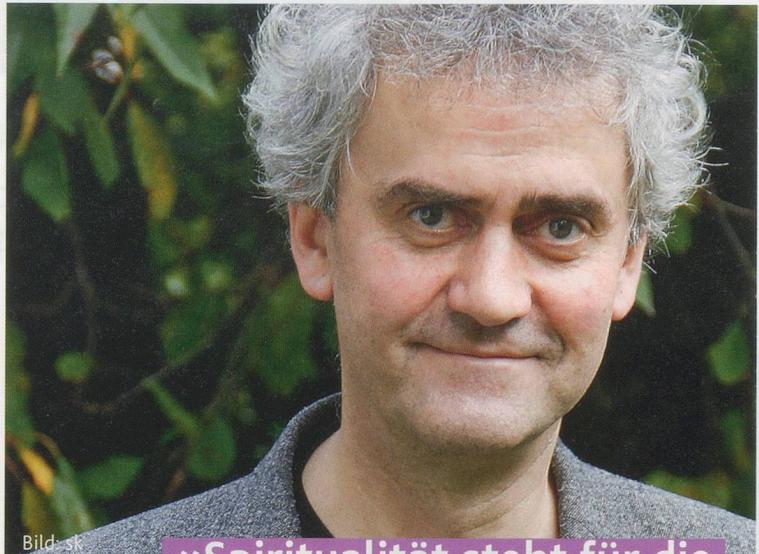


Bild: sk

«Spiritualität steht für die eigene Erfahrung, das Gediegene, das Ethische.»

Georg Otto Schmid, Religionsexperte

ger, ob nach dem Tod noch etwas ist oder nicht. Gleichzeitig wird der Erfolg auf der Erde für sie nebensächlicher. In dieser Phase sprechen sie eher auf Lehren an, die über die Welt hinausweisen.» Welche Lehre das ist, hänge mit dem bereits Erlebten zusammen. «Oft entdecken sie wieder die Spiritualität aus ihrer Kindheit. In veränderter, erwachsener Form vielleicht.» Kann jemand auf der Suche nach Spiritualität nicht an die Kindheit anknüpfen, rät Georg Schmid zu einer ausführlichen Anamnese. «Was ist die Defiziterfahrung? Was hat dem Menschen zugesagt in seinem Leben? Was tut ihm zum aktuellen Zeitpunkt gut?» Die Anamnese sei das A und O, damit jemand das Passende findet. Und wenn die Spiritualität zum Menschen passt, so liesse sich zusammenfassen, kann sie sich bereichernd und heilsam auswirken.

Sarah King

➤ www.relinfo.ch

Zur Person

sk. Georg Otto Schmid ist 1966 in Chur geboren und dort aufgewachsen. Er studierte Theologie und Religionswissenschaften in Zürich und Basel. Seit 1993 führt er in Rüti (ZH) als Nachfolger seines Vaters Georg Schmid die evangelische Informationsstelle «Kirchen – Sekten – Religionen».

Zu den eigenen Grenzen stehen

Spitex-Mitarbeitende sehen sich immer wieder mit Bedürfnissen von Klientinnen und Klienten konfrontiert, die über die physische Pflege hinausgehen. Mit Herzensangelegenheiten, zum Beispiel.



«Ob und wie weit man sich darauf einlässt, hat sehr viel mit der eigenen Persönlichkeit zu tun», betont Margreth Füchsle, Co-Leiterin des Brückendiensts, des ambulanten Palliativdiensts der Spitex Stadt Luzern. Schnell könne es passieren, dass man dabei an seine Grenzen stösst, sei es auf einer fachlichen oder auch einer persönlichen Ebene. Da sei es zentral, sich selbst und der betreffenden Person diese Grenzen einzustehen.

«Kann oder will man die betreffende Person nicht selbst begleiten, kann man einen Kontakt herstellen», sagt Füchsle. Grössere Spitex-Organisationen verfügen teilweise über Spiritual-Care-Teams, wie etwa der «Brückendienst» der Spitex Stadt Luzern. Oft kann die Aufgabe auch einem Teammitglied mit gutem Zugang zur Spiritualität des Klienten übergeben werden. Wichtig sei aber, zu fragen, zu wem die betreffende Person Vertrauen hat. Zugleich sollen spirituelle Fragen auch mit den Angehörigen thematisiert werden, die bisweilen andere Bedürfnisse haben.

Auch die spirituelle Ebene ist Realität

Dass Spitex-Mitarbeitende in einer solchen Situation der Schweigepflicht unterstehen, versteht sich. Es sei aber eine grosse Hilfe, das Team wissen zu lassen, dass man mit der Person im Gespräch ist, und dies auch in der Patientendokumentation festzuhalten. Es

könne auch hilfreich sein, eine spirituelle Fachperson einzubeziehen; in diesem Fall sollte dies mit der Klientin aber vorgängig abgesprochen werden.

Dass Spiritualität einen wichtigen Einfluss auf die Gesundheit und die Genesung hat, liegt für

Margreth Füchsle auf der Hand. «Körper, Seele und Geist machen uns als Menschen aus. Jede dieser Ebenen wirkt sich auf die Gesundheit aus.» Es könnte sogar noch viel mehr getan und daraus Nutzen gezogen werden. Die spirituelle Ebene sei ebenso eine Realität wie etwa die körperliche, doch anders als diese sei sie weniger greifbar. Aufgabe der Spitex sei es, für beides angepasste Lösungen zu finden.

**«Körper, Seele und
Geist machen uns als
Menschen aus.»**

Margreth Füchsle,
Spitex Stadt Luzern

Im Schacht der Sehnsucht

Spiritualität hilft, mit Leiden umzugehen. Davon ist Elisabeth Bürki-Huggler, Spitalsseelsorgerin in Thun, überzeugt. Auch im Spitex-Alltag können sich spirituelle Augenblicke ereignen.

In Krisenzeiten wächst bei vielen Menschen das Interesse an Spiritualität, an etwas, das dem Dasein einen Sinn und einen Halt gibt – trotz Leiden, Unsicherheit und allenfalls Sterben. «Die letzten Stunden sind ein Mysterium», sagt die Thuner Spitalsseelsorgerin Elisabeth Bürki-Huggler. «Es braucht kaum mehr Worte, dennoch ist die Begegnung von grosser Tiefe.»

Sie betritt jedes Zimmer mit der Frage: «Ist es Ihnen recht, wenn ich Sie besuche?» Häufig sind es die Patienten selber, die nach der Seelsorgerin fragen. Oft sind es aber auch Angehörige oder das Pflegepersonal, die sie auf eine Person aufmerksam machen, der ein Besuch der Spitalsseelsorgerin gut tun könnte. Die Akzeptanz der Seelsorge und das Bedürfnis danach ist gross.

Achtung für andere Überzeugungen

Die 60-jährige evangelische Pfarrerin steht zu ihrem spirituellen Hintergrund. «Ich stehe auf dem Boden einer Religion, die ich genial finde.» Zugleich aber achtet sie andere Religionen und will niemandem den eigenen religiösen Hintergrund nehmen.

Dies gilt auch für Atheisten, von denen sie sagt: «Atheismus ist genauso eine Glaubensentscheidung wie Spiritualität.»

Allerdings ist sie überzeugt, dass Spiritualität einen Unterschied macht. Wenn dem Menschen in der Krankheit oder angesichts des nahen Todes die Möglichkeit aus der Hand genommen wird, aktiv zu werden, gilt es loszulassen. Das fällt modernen Menschen schwer. Der Weg zwischen Loslassen im Vertrauen und Loslassen in Resignation ist eine Gratwanderung und doch liegen Welten dazwischen. Loslassen können im Vertrauen ist letztlich ein Geschenk.

Um ihre Aufgabe am Krankenbett zu erklären, zitiert Elisabeth Bürki-Huggler Ignatius von Loyola, den Gründer des Jesuitenordens: Sie wolle «den Schacht der Sehnsucht freischaufeln», nämlich der Sehnsucht nach etwas, das über das eigene Leben hinausweist. Sie hilft, die eigenen Worte und Bilder für prägende Lebenssituationen zu finden, so dass ein Mensch sein Leben verstehen, ordnen und annehmen kann.

Seelsorge braucht Begegnung

Das wichtigste Handwerkszeug der Spitalsseelsorgerin ist Zeit, ist intensives Zuhören und ist einführendes Nachfra-



«Voraussetzung für Seelsorge ist Begegnung auf Augenhöhe.»

Elisabeth Bürki-Huggler, Spitalsseelsorgerin, Thun

gen. Doch auch wenn die Zeit eher knapp sei, könnten Pflegende einen kurzen Augenblick lang für ihr Gegenüber da sein, meint die Seelsorgerin. Selbst in der Hektik des Pflegealltags sei es möglich, sich auf das Gegenüber einzulassen und die Bedürfnisse zu spüren. «Einige Patienten freuen sich schon, dass ihnen jemand freundlich einen guten Morgen wünscht.»

Eine wirkliche Begegnung lasse nicht zu, dass man einem Menschen die eigene Lebensphilosophie aufzudrängen versuche. Es gehöre auch die Bescheidenheit dazu, sich einzustehen: In die Erlebnisse einer Person, die mir aus ihrem Leben erzählt, kann ich höchstens versuchen, mich einzufühlen; wirklich nachvollziehen kann ich sie nie. «Ich betrachte es darum als eine Ehre, wenn mir jemand sagt, wie es ihm wirklich geht.»

«Voraussetzung für Seelsorge ist Begegnung auf Augenhöhe. Aber eigentlich ist Seelsorge zum grossen Teil schlichte Menschlichkeit», meint Elisabeth Bürki-Huggler. Werde jemand wirklich wahrgenommen, sei dies wertvoll. «Das kann dem Leid das Unerträgliche nehmen.»

Thomas Uhland

«Ich bin immer wieder ein Anfänger»

Seit mehr als 20 Jahren begleitet Gabriel Looser Menschen auf dem Weg in den Tod. Die Erfahrung verleiht ihm Balance zwischen Mitgefühl und Gleichmut sowie die Einsicht: Sterben kennt keine Regeln.

Auf der Sommerwiese steht eine Holzbank. Sie ist leer. Man stellt sich vor, es kommt ein Wanderer, setzt sich hin und rastet. Wenn es Zeit ist, steht er auf und geht weiter. Gabriel Looser blickt auf die Miniaturlandschaft. Er erhielt sie nach einem seiner Seminare von seinen Schülern geschenkt. «Man kann mich mit einer Holzbank vergleichen.» Er biete Menschen auf dem Weg in den Tod einen Ort, um sich «seelisch auszuruhen».

Sterben als Störfaktor

Gabriel Looser sitzt im Schreibzimmer seiner Berner Altstadtwohnung. Kinderzeichnungen

seines Neffen zieren die Wand. Als hätte sie sich verirrt, steht eine alte Badewanne mit römischem Kachelmuster neben dem Eingang. Der Raum diente früher noch als Badezimmer. Badezimmer waren es auch, die den Theologen nach seinem Studium vermehrt über das Sterben nachdenken liessen. «Es war die Zeit des technischen Fortschritts und des Wandels. In dieser Euphorie

empfand man die Sterbenden als Störfaktor. Als Spitalsel- sorger erlebte ich oft, dass man Menschen während des Sterbens im Bad unterbrachte, damit ihr Sterben nicht stört. Wohl aus Hilflosigkeit. Ich fühlte mich genauso hilflos.»

Verharren mochte Gabriel Looser nicht in der Hilflosigkeit. Stattdessen begann er sich für die Thematik zu interessieren, setzte sich mit Kulturen auseinander, für die sterben kein Tabu ist, zum Beispiel mit dem tibetischen Buddhismus. «Er pflegt ein unverkrampftes Verhältnis zum Tod, betrachtet das Sterben gar als das wichtigste Ereignis nach der Geburt.»

Gabriel Looser vertiefte sein Wissen und entschied schliesslich, auch andere daran teilhaben zu lassen. Ein Seminar ergab das andere, bis er 1992 die Wohnung in der Junkerngasse zur Eröffnung seines eigenen Unternehmens bezog. «Institut für spirituelle Sterbebegleitung» ist auf seiner Homepage zu lesen.

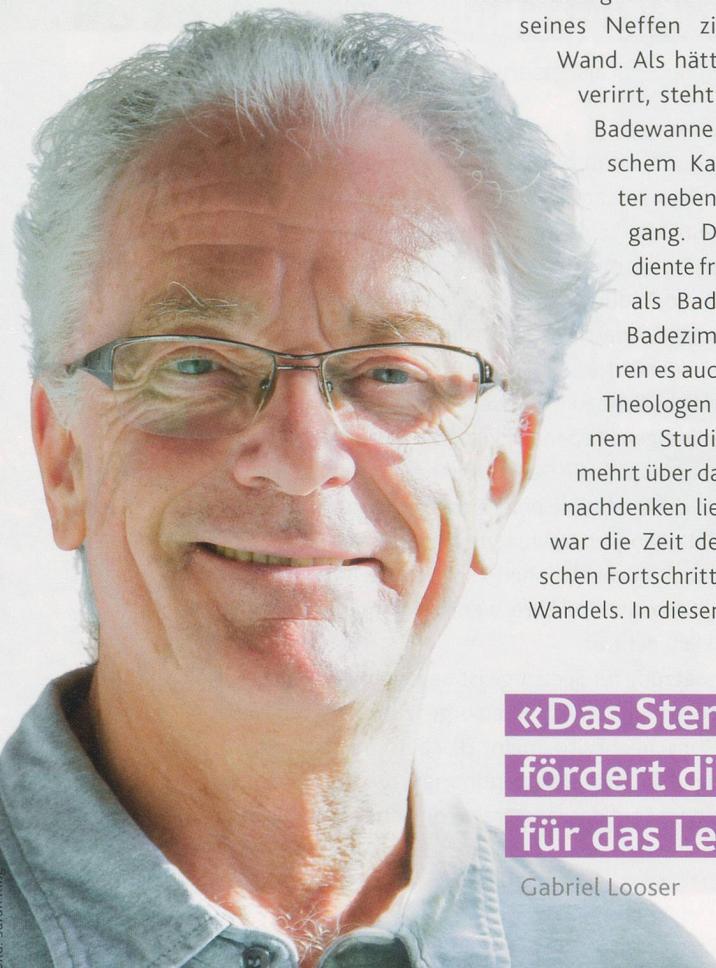
Spiritualität leben ohne zu missionieren

«Mit spiritueller Sterbebegleitung grenze ich mich von gewöhnlicher Sterbebegleitung ab.» Seine Überlegung dahinter sei das gegenwärtig stark auf die Materie eingeschränkte Bewusstsein, das den Tod nur als «finale Katastrophe» erleben kann. Das stimme für den Körper. Da sei aber noch mehr, eine Seele. «Davon bin ich persönlich überzeugt, doch ich missioniere nicht damit.» Die Seele ist es dann auch, auf die Gabriel Looser bei seiner Arbeit die Konzentration richtet: «Sie durchlebt beim Sterben oft einen wichtigen Prozess der Erkenntnis, der aber auch schmerhaft sein kann.»

Worin seine Arbeit konkret besteht, ist für ihn schwer in Worte zu fassen. Er sei jedes Mal wieder ein Anfänger, könne nur in der Situation selbst erkennen, was der Mensch für Hoffnungen habe oder was er

«Das Sterbebewusstsein fördert die Wertschätzung für das Leben.»

Gabriel Looser



brauche. Mit einem Beispiel illustriert Gabriel Looser, was er meint: «Ein Mann lag mit Lungenkrebs im Sterben. Ich sass bei ihm und spürte einen Druck auf meiner Brust. Ich hatte eine Ahnung, dass der Druck nicht nur von der Lunge herrührt. So fragte ich: Haben Sie etwas auf dem Herzen? Diese eine kleine Frage öffnete alle Schleusen. Der Mann sagte, was ihn belastet und es konnte Heilung stattfinden.» Regeln, so ist Gabriel Looser überzeugt, helfen in solchen Situationen nichts. Es ist die Wahrnehmung, die zählt.

Störende Gedanken beseitigen

Diese Wahrnehmungsfähigkeit setze ein paar Dinge voraus. Eine gesunde Balance zwischen Mitgefühl und Gleichmut zum Beispiel. Diese ergebe sich mit der Erfahrung. Weiter braucht es die Beschäftigung mit dem eigenen Tod. Mindestens einmal täglich denkt Gabriel Looser an seine Sterblichkeit. «Das ist nicht ein negativer Gedanke. Im Gegenteil. Ich weiss dann: Eines Tages sterbe ich, aber heute lebe ich. Das Sterbebewusstsein fördert die Wertschätzung für das Leben.» Mit meditativen Übungen, die er auch in Seminaren vermittelt, erlangt Gabriel Looser die Ruhe, die es braucht, um sich mit dem eigenen Sterben zu versöhnen. Ein Aspekt dabei sei der Atem. Beobachte man ihn, beruhige sich der Verstand. «90 Prozent der Zeit denken wir an Dinge, die nicht wichtig sind. Die Konzentration auf den Atem bringt Ruhe in die Gedanken.»

Besonders eindrücklich erlebt Gabriel Looser den Einfluss störender Gedanken dann, wenn sie nachlassen. «Je näher der Sterbende dem Tod kommt, desto leichter erlebe ich den Zugang zu ihm. Er denkt und kontrolliert nicht mehr.» Damit begründet der Sterbegleiter auch, warum besonders autonome Menschen oft mehr Mühe haben mit Sterben: Sie seien sich gewohnt, die Kontrolle zu behalten. «Wenn jemand sagt, er möchte sterben, ist er oftmals noch nicht bereit dazu. Man kann beim Sterben nicht mehr «mögen». Da zählt nur noch die Hingabe.»

Das Leben intensivieren

Seine Haupttätigkeit sieht Gabriel Looser im Moment weniger in der Begleitung von Sterbenden als in der Wissensvermittlung. Er reist quer durch den deutschen Sprachraum, um seine Seminare anzubieten. Gerade erst kam er von einem zehntägigen Kurs aus Österreich zurück. Sterbegleitung biete er nur an, wenn er die erforderliche Kontinuität gewährleisten könne.

25 Jahre Sterbegleitung. «Wirst du dabei nicht depressiv?», werde er manchmal gefragt. Das Gegenteil sei der Fall. Er lebe intensiver durch die Auseinandersetzung mit dem Tod. Kraft tankt er bei der allmorgendlichen Meditation in seinem «Tempel», einem Raum mit religiösen Symbolen aus verschiedenen Kulturen. Und er reise viel: mit dem Kamel durch die Wüste reiten, mit Delphinen im Atlantik schwimmen, zum Mount Kailas im tibetischen

Himalaja pilgern. Aber er sei 67. Sein Körper gab ihm in den letzten Wochen Signale, dass es Zeit sei, «ein oder zwei Gänge herunterzuschalten».

Nicht nur Sterbende brauchen eine Holzbank

Vor dem Fenster der Dachwohnung lichten sich die Wolken und machen der frühen Abendsonne Platz. Gabriel Looser wird noch ein paar administrative Dinge erledigen. Man stellt sich vor, er setze sich danach eine Weile auf seine Terrasse mit Blick auf den Gurten oder er gehe spazieren und treffe unterwegs auf eine Holzbank. Denn selbst wenn Gabriel Looser noch aktiv im Leben steht (wovon unter anderem die Joggingschuhe im Flur zeugen) und er die «lebendige Nachfrage» nach seinen Seminaren schätzt, braucht auch er hin und wieder einen Ort, wo er eine Rast einlegen kann. «Ein Leben, wie ich es führe, ist darauf angewiesen, ein ruhiges Leben zu sein.»

Sarah King

► www.institutlooser.ch

**BLEIBEN
SIE MOBIL!
MIT UNS.**

Die HERAG AG, ein Schweizer Familienunternehmen, verhilft seinen Kunden seit 30 Jahren zu mehr Unabhängigkeit, Sicherheit und Komfort.

HERAG

HERAG AG, Treppenlifte
Tramstrasse 46, 8707 Uetikon am See
info@herag.ch, www.herag.ch

8707 Uetikon: 044 920 05 04

Senden Sie mir Ihre Gratisinformationen

Name _____
Vorname _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____
Telefon _____

Keine Angst vor fremden Religionen

Menschen aus anderen Kulturen und Religionen haben oft ganz andere Vorstellungen vom Leben und vom Sterben. Dies braucht in der spirituellen Begleitung aber kein Hindernis zu sein – vorausgesetzt, man begegnet sich mit Offenheit und Respekt.



Religiös einheitlich war das sogenannte christliche Abendland ja nie. Neu ist jedoch, dass viele Menschen aus ganz anderen Kultur- und Religionskreisen in Europa leben – und dass Spitex-Klientinnen und -Klienten zunehmend andere religiöse Hintergründe haben. «Das hat die Seelsorge-Situation auf jeden Fall verändert», sagt Claudia Kohli, Geschäftsleiterin Aus- und Weiterbildung in Seelsorge an der Theologischen Fakultät der Universität Bern.

Sie sieht es als Schwierigkeit, zugleich aber auch als Chance, wenn unterschiedliche Religionen mit unterschiedlichen Vorstellungen aufeinandertreffen. «Es ist zentrale Aufgabe einer seelsorglichen Begleitung, <lesen> zu lernen, was die spirituellen Bedürfnisse eines Menschen sind.» Die eigene religiöse Heimat brauche dabei kein Hindernis zu sein, sie könne vielmehr helfen zu verstehen, welche Ressourcen Spiritualität und Religiosität sein können, sagt die Theologin.

Unterschiede sind nicht zentral

In den verschiedenen Religionen gehen die Vorstellungen von Leben, Sterben und Jenseits teils stark auseinander.

«Dennoch gibt es eine spirituelle Dimension, die unabhängig ist von der Religion», sagt Pascal Mösl, Pfarrer und freischaffender Seelsorger in Bern. «Wer um seine eigene Sterblichkeit weiss und spürt, dass er das Leben nicht unter Kontrolle hat, ist einem Patienten, der diese Erfahrung aktuell ebenfalls macht, bereits dadurch eine wichtige Unterstützung.»

Darüber hinaus gebe es vieles, worüber man in einen spirituellen Kontakt kommen könne, sagt Pascal Mösl weiter. Etwa indem man mit einem Buddhisten – entsprechend seiner religiösen Tradition – wach und aufmerksam darauf achte, was zwischen den Beteiligten geschieht. Mit einem Muslim könne man oft ohne Weiteres beten, wenn man ein gemeinsames Bild für Gott finde. Weiter gibt es allerdings auch etwas, das der Seelsorger «Stallgeruch der Tradition» nennt. «Es tut oft einfach gut, mit jemandem zu sprechen, der den gleichen spirituellen Wortschatz pflegt, der sich mit den eigenen Bildern und Codes auskennt.»

Gegenüber ernst nehmen

Einig sind sich die Seelsorgerinnen und Seelsorger darin, dass es über die Unterschiede der Religionen hinaus grundlegende Verhaltensweisen gibt, ohne die eine spirituelle Betreuung zum Scheitern verurteilt ist. Dazu gehört etwa das Einfühlungsvermögen, die Fähigkeit, das Gegenüber mit seinen Bedürfnissen ernst zu nehmen.

Es gehört auch dazu, bereit zu sein, seine eigenen religiösen Vorstellungen zurückzunehmen und zu reflektieren. «Die Person muss zweifelsfrei spüren, dass ich sie nicht missionieren will», sagt Pascal Mösl dazu. Erst dies mache es möglich, dass jemand Vertrauen entwickeln könne. Und dies gilt für den professionellen Seelsorger genauso wie für die Pflegefachperson der Spitex.

Thomas Uhland

Himmel oder Hölle

Womit die Religionen nach dem Tod rechnen

Verschiedene Religionen, verschiedene Vorstellungen: Unzählig sind die individuellen Ausprägungen dessen, was die Menschen im Diesseits und Jenseits erwartet. Diese Gegenüberstellung der Lehrmeinungen kann deshalb höchstens Anhaltspunkte geben; vollständig sein kann sie nicht.

Thomas Uhland

Auferweckte Seele

Der christliche Glaube geht davon aus, dass die unsterbliche Seele nach dem Tode auferweckt wird und in eine ewige Gemeinschaft mit Gott eingeht. Aufgrund der Sündhaftigkeit des Menschen ist allerdings die Vergebung der Sünden nötig. Während die evangelischen Konfessionen mit der Vergebung allein durch den Glauben rechnen, benötigt die Seele nach katholischer Lehre die Reinigung durch das Fegefeuer. Im Jüngsten Gericht scheidet Gott jene, die aufgrund der Sündenvergebung in den Himmel eingehen, von jenen, die in ewige Verdammnis fallen. Welche Seelen sich in der Hölle befinden werden, ob schliesslich nicht alle der Hölle entrinnen werden, worin diese Hölle besteht und ob es sie überhaupt gibt, darüber streiten sich die verschiedenen christlichen Lehrrichtungen.

Die Gerechtigkeit herstellen

Das Judentum hat sich, anders als die anderen Ein-Gott-Religionen, nie ganz klar dazu geäussert, womit der Gläubige nach seinem Tod zu rechnen hat. Es haben sich aber zwei Lehrmeinungen gebildet. Die eine geht davon aus, dass die Seele unsterblich ist und so rein, wie sie bei der Geburt in den Körper gekommen ist, wieder zu Gott zurückkehrt. Die andere nimmt an, dass der Mensch nicht nur mit dem Körper, sondern auch mit der Seele stirbt. Wenn der Messias kommt (womit diese Lehre in unbestimmter Zukunft rechnet), wird er mit Leib und Seele auferstehen. Ob diese Auferstehung allen Menschen gilt oder nur den Auserwählten, ist offen. Mit dieser Lehre verbindet sich eine Vorstellung von einem «Tag des Gerichts», an dem Gott die Gerechtigkeit wieder herstellen wird.

Ort ewiger Freude

Von den monotheistischen Religionen hat der Islam die detailliertesten Vorstellungen vom Jenseits. Verstorbene werden von Engeln verhört, ihr Grab wird aufgrund ihrer Taten erweitert oder verengt. Erst beim Jüngsten Gericht entscheidet sich, ob sie ins Paradies oder in die Hölle gelangen. Das Paradies wird als Ort ewiger Freude beschrieben, wo Bäche mit berauschendem Getränk fliessen und Früchte gedeihen. Wer dort wohnt, wird von jungfräulichen Schönheiten mit Leckerbissen bewirtet und bekommt jeden Wunsch erfüllt. In der Hölle hingegen ldet ein ewiges Feuer, die Bäche sind voll verfaulten Wassers. Immerhin hält diese Hölle die Möglichkeit bereit, dass der Sünder durch das Feuer geäutert wird und – wenn Allah es will – doch noch ins Paradies wechseln kann.

Kreislauf von Wiedergeburten

Hindus leben in einem stetigen Kreislauf von Wiedergeburten. Zwar kennen sie verschiedene Paradiese und Höllen, in welche die Menschen nach ihrem Tod gelangen können. Diese sind aber immer nur vorübergehender Natur, früher oder später kehrt der Mensch in den Kreis der Reinkarnationen zurück. Persönliche Verdienste (Karma) beeinflussen sowohl die nächste Wiedergeburt als auch diese Zwischenstationen. Die Ewigkeit entscheidet sich also nicht in diesem einen Leben, sondern der Mensch kann immer wieder Einfluss nehmen. Erlösung bedeutet kein jenseitiges Paradies, sondern den Ausstieg aus dem Kreis der Reinkarnationen. Dies wird jedoch erst in unbestimmter, ferner Zukunft durch die persönliche Erleuchtung erreicht, welche der Endpunkt der Entwicklung des Geistes ist.

Befreiung durch Erleuchtung

Der Buddhismus, der von seiner Entstehung her eine Reformbewegung des Hinduismus ist, nimmt dessen Vorstellung der Reinkarnation auf. Kein irdisches Leben kann wahre Erfüllung verheissen, auch hier (im Gegensatz zum Euro-Buddhismus, welcher die Reinkarnationen positiv sieht) besteht das eigentliche Ziel des Lebens darin, aus dem Reinkarnations-Kreislauf erlöst zu werden. Diese Befreiung, die durch Erleuchtung erreicht wird, heisst Nirvana; hier hat alles Leid ein Ende. Einen Ort wie ein Paradies oder eine Hölle kennt der Buddhismus nicht, hingegen irrt die Seele nach dem Tod sieben Wochen lang umher, bevor sie in einen neuen Körper reinkarniert wird. Diese Zeit und die erneute Reinkarnation der Seele erleichtern ihr die Hinterbliebenen durch verschiedene Rituale.