

Spiritual Care als Baustein einer ganzheitlichen Krebstherapie

# Wenn das Leben an die Türe klopft



Foto: thinkstock

Bei der Bewältigung existenzieller Krisen wie zum Beispiel bei Krebserkrankungen und auch im Umgang mit Sinnfragen spielt Spiritual Care eine wichtige Rolle. In der Medizin erfährt die Spiritualität eine immer grössere Aufmerksamkeit, die bis hinein in die Ausbildung und Forschung reicht.

**GRENZERFAHRUNGEN.** Vor allem im angelsächsischen Raum gehört Spiritual Care heute an vielen Spitälern und weiteren Gesundheitseinrichtungen zum Betreuungsangebot.

John Lennon, der Liverpooler Musiker, notierte einmal: «Das Leben klopft an die Türe, aber ich war gerade mit etwas anderem beschäftigt.» Wenn eine schwere Krankheit kommt, dann klopft sie nicht an die Türe, dann bricht sie die Türe ein – und es gelingt uns gar nicht mehr, mit irgendetwas anderem beschäftigt zu sein. Fragen drängen sich in den Vordergrund, denen wir im Alltag vielleicht ausgewichen sind. Das Leben gerät aus den gewohnten Fugen und wir spüren, wie sich das Leben unserer Kontrolle entzieht.

«Unser Leben lässt sich nicht kontrollieren»

Stellen wir uns einen 40-jährigen Mann vor, der in seiner Freizeit oft auf dem Fahrrad unterwegs war. Er fuhr an den Wochenenden kilometerweit über Pässe und liebte es, dabei seine Kraft im Körper zu spüren. Sein Lebensgefühl wurzelte in der Überzeugung, jeden Berg bezwingen zu können. Nach der Krebsdiagnose konnte er die erste Chemotherapie mit dieser Haltung durchstehen, bei der zweiten Chemotherapie kam er an eine Grenze. Er lernte in der Nacht Ängste kennen, die für ihn völlig neu waren. Was ihn aber am meisten verstörte: Er verlor seine Motivation und den Glauben, um weiter zu kämpfen.

Einer 50-jährigen Frau war es wichtig, ihren Verpflichtungen nachzukommen und sich anderen Menschen »

gegenüber korrekt zu verhalten. Mit ihrem Ehemann führte sie ein Geschäft, das sie völlig ausfüllte und ihr kaum Zeit liess, das Leben auch einmal einfach unbeschwert zu geniessen. In ihrer Lebensphilosophie spielte Gott eine wichtige Rolle. Er war so etwas wie ein Garant der gerechten Ordnung. Als sie krebskrank wurde, empfand sie ihre Krankheit als sehr ungerecht. Dem «gerechten Gott» gegenüber erlaubte sie sich jedoch keine Klage. Sie versank in einem Meer von Unverständnis und Ohnmacht. Die schmerzliche Einsicht, dass sich unser Leben letztlich nicht kontrollieren lässt, dass wir es nicht schaffen, jeden Berg zu bezwingen, dass Dinge mit uns geschehen, die uns völlig unverständlich sind – all das fordert uns zutiefst heraus. Spiritualität befasst sich mit diesen existenziellen Erfahrungen. Spiritualität hat damit zu tun, dass das Leben im Kern weder machbar noch kontrollierbar ist. Ein Patient sagte einmal: «Das Leben will auch noch selbst etwas dazu sagen, wie es gelebt werden will.»

**«Verbindung zwischen unserem kleinen Leben und etwas Grösserem»**

Wer an diese Grenze der Kontrolle kommt, ist vielleicht interessiert, über sich selbst und das gewohnte Kontrollparadigma hinaus zu denken und auch zu fühlen. Wer in sich selbst Angst und Verzweiflung vorfindet, möchte vielleicht etwas spüren, das ihn trotz oder gerade in die-

**«Integration verschiedener Verbindungen»**

sen Emotionen trägt. Das ist das Thema der Spiritualität. Der Genfer Soziologe Stefan Vanistandael umschreibt Spiritualität als «die Verbindung zwischen unserem kleinen Leben und etwas Grösserem». Diese Verbindung kann bei jedem Menschen etwas anderes sein. Sie hängt ab von seiner Biografie, der Kultur, in der aufgewachsen ist, den Traditionen, die für ihn wichtig sind. Die Verbindung ist für einige religiös geprägt – sie fühlen sich vielleicht einer religiösen Gemeinschaft oder Gott verbunden. Andere fühlen ihre tiefste Verbundenheit zur Natur oder zu ihrer Familie und ihren Freunden. Und für viele sind es Mischungen aus verschiedenen Verbindungen, die sie tragen.

**Wenn das Fundament nicht mehr trägt**

Diese Verbindungen verändern und entwickeln sich innerhalb eines menschlichen Lebens immer wieder. Im nationalen Gesundheitssystem von Schottland wird Spiritualität darum als eine Vielzahl von inneren Verbindungen beschrieben: «Spiritualität ist begründet in der Integration verschiedener tiefer Verbindungen: Der Verbindung zum wahren und höheren Selbst, der Verbindung zur Gesellschaft und besonders zu den Armen und den Ausgegrenzten, der Verbindung zur Natur und anderen Lebensformen; und für einige mit der Verbindung zum Transzendenten.»

**«Der Zweck von Spiritual Care ist in erster Linie Selbstsorge.»**



Fotos: thinkstock

Doch gerade bei einer schwerwiegenden Krankheit werden diese Verbindungen manchmal unterbrochen, werden sie selbst auch «krank». Das Fundament, worauf wir uns bewusst oder unbewusst bezogen haben, sei das unsere Lebensphilosophie, sei das Gott, sei das unsere Familie, die Kunst oder was sonst unserem Leben Sinn gab, trägt nicht mehr oder nicht mehr in jenem Ausmass wie bisher. Zum Schmerz über die Krankheit und die schwierige Lebenssituation kommt der Schmerz dazu, den Zugang zu innerer Kraft und Zuversicht verloren zu haben. Diese Erfahrung nannte Cicely Saunders, eine der Begründerinnen der Hospizbewegung und eine Pionierin von Spiritual Care, den «spirituellen Schmerz».

**Selbstsorge und Sorge füreinander**

Die Aufgabe von Spiritual Care besteht darin, Menschen in ihrem spirituellen Schmerz darin zu unterstützen, ihrer tiefen Lebensverbindung (wieder) zu vertrauen oder sie überhaupt oder vielleicht ganz neu zu finden. Der 40-jährige Mann hatte viele Träume, in denen er schweissgebadet aufwachte. Doch einmal träumte er, wie er nackt in den Bergen unterwegs war – ungeschützt und doch voll Kraft. Er erlebte «seine» Berge nicht als ihr Bezwingen, sondern eher als ihr Freund. Er vergass sich selbst inmitten der wilden Schönheit des Gebirges und erwachte am Morgen ganz entspannt. Seine tiefe Beziehung zur Natur verwandelte sich in etwas Neues. Er fand keinen passenden Ausdruck dafür, doch er spürte in sich ein Gefühl der Zugehörigkeit, einen tiefen Frieden. Ermutigt durch die vielen Klagepsalmen der Bibel begann die 50-jährige Frau über ihre eigene Situation zu klagen – ja, sie erlaubte es sich sogar, mit Gott zu streiten. Sie brachte all ihre Wut, ihre Verzweiflung und ihre Ohnmacht vor Gott. Sie begann zu verstehen, dass sie diese Dimensionen bisher von Gott und von sich selbst ferngehalten hatte. Das Schimpfen über Gott brachte sie paradoxerweise wieder näher zu ihm und sie veränderte sich selbst beim Schimpfen, weil sie ihre Grenzen der Korrektheit überschritt. Nach der Schelte wurde sie sehr traurig über all das bisher nicht gelebte Leben. Und doch fühlte sie sich in dieser Wut und Trauer sehr lebendig – Gott und sich selbst und auch anderen Menschen gegenüber.

**«Unterstützung und Vertrauen schaffen»**

Diese beiden Einblicke in Prozesse von Individuen, die sich auf einem spirituellen Weg verändern, zeigt die Verschiedenheit der Erfahrung von Menschen, die Verbindungen zu etwas «Grösserem» suchen und vertiefen. Spiritual Care geht davon aus, dass jeder Mensch selbst Experte ist für seinen Weg. Jeder muss seine persönliche Antwort finden. Niemand kann für jemand anderen dessen Weg gehen. Spiritual Care ist darum in erster Linie Selbstsorge. Doch damit wir uns gut um uns sorgen können, brauchen wir andere, die uns unterstützen. Freunde, Familie, Seelsorger, Ärzte und Pflegende. Menschen, die da sind,

**UNSER EXPERTE:**



Pascal Möslì, Theologe und Supervisor in Bern. Sieben Jahre Co-Leiter der Seelsorge am Inselspital Bern. Heute selbstständiger Berater und Projektleiter.

«Spiritualität hat damit zu tun, dass das Leben im Kern nicht kontrollierbar ist.»



Die Begegnung mit anderen ist gerade in der akuten Krise manchmal das Einzige, was uns noch aufrecht hält.

ohne uns einzuengen. Menschen, die uns Kraft schenken, indem sie an uns glauben und daran, dass wir alle zusammen und mit etwas «Grösserem» verbunden sind. Die Begegnung mit anderen ist gerade in der akuten Krise manchmal das Einzige, was uns noch aufrecht hält. Doch die Erfahrung der Hilfsbedürftigkeit hebt die eigene Verantwortung nicht auf. Im Gegenteil: Die zentrale Idee der spirituellen Sorge besteht darin, sich um den anderen so zu kümmern, dass dieser in Freiheit ganz zu sich kommen kann – und loslassen kann, weil er eine tiefe Verbindung spürt zum Leben, das grösser ist als er selbst.

Pascal Möslì