

## Spiritualität in der Sterbebegleitung<sup>1</sup>

### 0. Einleitung

- Eigene Motivation zum Thema: Verbindung zweier Lebensbereiche, die mich seit langem beschäftigen:
  - *Spiritualität* als Übungspraxis seit der Jugendzeit, als eigenes theologisches Thema seit 1979
  - *Sterbebegleitung* seit Gründung des DASEIN-Hospizes 1997
- Aufbau des Vortrags:
  1. Einstieg mit einem Gedicht von Hilde Domin
  2. Klärung, was ich unter „Spiritualität“ zu verstehe
  3. Schwerpunkt bei der Frage nach der Spiritualität der Begleitenden in der Sterbebegleitung
  4. Klärungen zur Spiritualität der Begleiteten und zur „Seele“ des MenschenAnschließend: Gespräch darüber, was in der die Begleitung Sterbender spirituell geschieht und wie wir dies Geschehen mit gestalten können.

Es ist schon etwas Besonderes, wenn jemand davon berichtet, dass sie oder er schwerstkranke und sterbende Menschen begleitet. Ausgesprochen oder nicht ausgesprochen stehen dann Fragen im Raum: Warum macht sie das? Wie kann er das? Ist das nicht unheimlich schwer? Und was tut man da eigentlich? Menschen, die sich in der Hospizarbeit – ganz freiwillig – auf ihren Dienst vorbereiten, fragen sich das auch. Und das Fragen hört mit den Jahren nicht auf. Es wird intensiver: In welchem „Geist“, in welcher Grundhaltung tue ich das eigentlich? Was sind meine eigenen Kraftquellen? Wie stehe ich zu meinem eigenen Lebensende? Und wie kann ich dem sterbenden Menschen wie auch den Angehörigen helfen, ihre Lebensquellen für den Abschied zu finden? Darum geht es in Vortrag und Gespräch bei dem Thema „Spiritualität in der Sterbebegleitung“. Dabei wird auch das heute so viel gebrauchte Wort „Spiritualität“ näher beleuchtet. Denn die Art und Weise, wie es verstanden und mit Leben gefüllt wird, hat ganz praktische Auswirkungen darauf, wie Menschen im Sterben begleitet werden.

### 1. „Nimm ... trage ... wisse“ –

#### Ein Gedicht von Hilde Domin als Leittext für die in der Sterbebegleitung Engagierten?

- *Information*: H. D., deutsche Lyrikerin jüdischer Herkunft, \* 1909 in Köln, + 2006 in Heidelberg
- *Lesung*:

Nimm den Eimer

---

<sup>1</sup> Vortrag am 8. Juni 2011 bei DASEIN-Hospiz, Nienburg

Nimm den Eimer  
Trage dich hin  
Wisse du trägst dich  
zu Dürstenden

Wisse du bist nicht das Wasser  
Du trägst nur den Eimer  
Tränke sie dennoch

Dann trage den Eimer  
voll mit dir  
zu dir zurück

Der Gang  
hin und her  
dauert ein Jahrzehnt

(Du kannst es fünf- oder sechsmal tun  
vom zwanzigsten Lebensjahr an gerechnet)

○ *Wahrnehmungen am Gedicht, Impulse zum Verständnis:*

Das Gedicht enthält in den ersten drei Versen eine Reihe von *Aufforderungen*, etwas zu tun: „nimm“, „trage“, „wisse“.

- „nimm“: ergreife etwas, was du als tragende *Form* („Eimer“) und als *Inhalt* („Wasser“) zur Verfügung hast
- „trage“: nicht etwas, ein Ding, eine Sache bringen, sondern „dich“ selbst, dich *als Person* (ein)bringen
- „wisse“: es soll zu „Dürstenden“, zu bedürftigen *Adressaten* gehen
- „wisse“: es gilt, das eigene Tun zu *reflektieren* und zu *unterscheiden*, zu einer *Selbst-Einsicht* zu kommen
- „du trägst nur“: daraus eine *innere Haltung* – Selbstbegrenzung, Selbstbescheidung, Demut – gewinnen
- hinter dem Gebrachten, dem „Wasser“, dem anderen Inhalt *zurückstehen*
- „dennoch“: in dieser inneren Haltung *aktiv zugewandt bleiben*
- „dann“: alles hat seine Zeit, auf die Zuwendung folgt der *Abschied*
- „voll mit dir“: mit der *Erfahrung* des Eigenen, aus der Begegnung mit sich *Selbst* angereichert, nicht entleert
- „zu dir zurück“: zu sich zurückkehren, *bei sich sein*, das Erfahrene nachwirken lassen, vielleicht aufarbeiten.

Der vierte Vers bringt eine genauere *Kennzeichnung*:

- „der Gang / hin und her“: der ganze Gang besteht aus einem *Hin-* und einem *Rückweg*, zum Anderen hin und zu mir zurück

und ein *Wissen*, eine *Einsicht* zum Ausdruck:

- „dauert ein Jahrzehnt“: es ist also ein Weg mit vielen Wegen, mit *Wiederholungen*, mit *Dauer* als einer Grundbedingung für Lebens-Erfahrung

Der fünfte Vers zeigt eine Möglichkeit, eine *Lebens-Perspektive*:

- „Du kannst es fünf- oder sechsmal tun“

Und er gibt eine *Grenze* am Anfang vor:

- „vom zwanzigsten Lebensjahr an gerechnet“: es ist eine Lebensperspektive für Erwachsene gemeint
- *Frage:*  
Finden Sie im Gedicht etwas wieder, was in der *Sterbegleitung* geschieht?  
Klingt hier etwas an, was Sie bei der Begleitung schwerkranker oder sterbender Menschen erfahren haben?
- *Impuls:*  
Das Gedicht gibt – mit sparsamsten Worten – Elemente wieder, die auch für das Verständnis von *Spiritualität* grundlegend sind:
  - Es geht schon darum, *etwas zu tun*, es geht nicht um reine Innerlichkeit.
  - Es geht um ein *Leben in Beziehung* und in konkreten Beziehungen.
  - Es geht um die *Deutung* dieses Lebens in Beziehung und um *Unterscheidungen*.
  - Es geht um *Selbsterfahrung* und die innere *Grundhaltung* auf diesem Weg.
  - Es geht um *Dauer* und *Wiederholungen* auf einem *Lebens-Weg*, nicht nur um einzelne Erlebnisse oder Erfahrungen.
 Was fehlt, sind
  - *Begründungen* für die Aufforderungen, die Angabe eines *Sinns*
  - umfassende *Zielangaben*
  - das Nennen von möglichen *Folgen* oder *Wirkungen*.

## 2. Was ist Spiritualität?

Ich biete zunächst eine vorläufige, sehr allgemeine *Definition*:

„Spiritualität ist die meist alltägliche, oft aber auch dramatische Weise, wie Menschen sich ‚der Wirklichkeit des Lebens stellen, sie erleiden, ertragen, oder gestalten‘ ... und wovon sie sich dabei inspiriert fühlen.“ (Weiher 2011, S. 14)

Diese Definition setzt einiges voraus:

- Es geht, spirituell gesehen, um die *Einstellung zur Wirklichkeit des Lebens*, wie es sich den Einzelnen zeigt; es geht also um die Einstellung zu sich selbst, zu den Mitmenschen und zur Mitwelt, soweit dies im Bewusstsein präsent ist.
- Daher sind *alle Menschen* in irgendeiner Weise spirituell. D. h. wir sind alle von einem „*Geist*“, einem *spirit*, wie man heute auch sagt, bewegt. Er motiviert uns und leitet uns an, unseren Lebensinhalt, unseren Lebenssinn und unseren Lebensstil zu finden. Wir können gar nicht nicht spirituell sein. Das führt zur Frage, von welchem Geist, von welchen spirit sind wir bewegt und lassen uns bewegen? Nicht ohne Grund kennt unsere Sprache den Ausdruck „Ungeist“. Die Geister zu unterscheiden ist eine der Hauptaufgaben verantwortlichen Lebens. Setzt die Unterscheidung der Geister schon eine bewusstere Stufe spiritueller Entwicklung voraus? Nicht unbedingt. Ich habe Menschen mit geistigen Beeinträchtigungen erlebt, die einen sehr sicheren Instinkt dafür hatten, was den „Geist“ ihres Gegenübers anbetrifft.
- Spirituell sind wir nicht nur bei *besonderen Erlebnissen* und heiligen Orten. Der uns leitende Geist ist wirksam *über die Dauer* von Zeiträumen und an allen Orten. Gleichwohl kennen wir auch einschneidende Erfahrungen, die uns tief im Innern berühren. Wenn wir uns berühren lassen, bleibt das nicht ohne Folgen.

- Das geschieht nicht nur *bewusst* und in Worten, sondern oftmals eher *unbewusst* und ohne ausdrückliche Worte. Aber es geschieht nicht ohne Ausdruck: v. a. der Körper sagt viel von dem, was in uns wirksam ist. Wir kennen den Ausspruch „Der Körper lügt nicht“.
- Unsere Spiritualität entwickelt sich sowohl im *passiven* Erleiden, Ertragen einer Situation als auch im *aktiven* Agieren, Reagieren, im Gestalten von Lebensräumen und -beziehungen. Anpacken, zugreifen und sich zurückziehen, loslassen ist gleichermaßen wichtig, wenn auch zu unterschiedlichen Zeiten.

Zugegeben: Dieses ist ein sehr allgemein gehaltenes Verständnis von Spiritualität. Doch es hilft uns, offener und zugleich differenzierter auf das Thema „Spiritualität in der Sterbebegleitung“ einzugehen; denn

1. leitet es uns dazu an, zunächst *unsere eigene Spiritualität als Begleitende* in den Blick zu nehmen. Es ist wichtig, sich ihrer bewusst zu werden, sie wert zu schätzen und zu gestalten und, wo es angezeigt ist, sie „ins Spiel“ zu bringen.
2. hilft es uns ebenso, auch die Elemente von *Spiritualität der Menschen, die wir begleiten*, möglichst vorurteilsfrei wahrzunehmen, zu würdigen und auf sie einzugehen.
3. gibt es viel Raum für bewusste Entscheidungen zur *Gestaltung der spirituellen Begleitung von Sterbenden*.

Zu den beiden ersten beiden Schritten möchte ich referieren. Über den dritten Schritt, die Gestaltung der Begleitung kommen wir hoffentlich ins Gespräch; denn da haben Sie selbst ja viel beizutragen, womöglich mehr als ich.

### 3. Zur Spiritualität der Begleitenden

Ich beginne mit der *Spiritualität der Begleitenden* und gehe in drei Fragekreisen darauf ein. Ich frage nach dem *Ort/den Orten*, an denen sich unser Leben nährt, ich frage nach seinen/ihren *Wirkungen* in unserem Leben und ich frage nach den *Zugängen*, die uns gegeben und möglich sind. Ich nenne es auch die Fragen nach dem WO, dem WAS und dem WIE. Es sind Grundfragen, die sich m. E. immer stellen, wenn es um ein spirituell bewusstes Leben geht. Das gilt auch in der Sterbebegleitung, wenn es denn stimmt, dass wir die Gedichtzeile von Hilde Domin „Trage dich hin ...“ darauf beziehen können.

Das WO – der Ort

Zunächst die Frage nach *unserem eigenen Ort*: Wo bin ich zu Hause, wo kann ich ganz Ich-Selbst sein? Wo bin ich so gegründet, verwurzelt, dass ich daraus meine Lebenskraft und -perspektive gewinne? Oder auch: Wohin zieht es mich, wohin möchte ich gelangen? Worauf hoffe ich, wenn ich mich im Tiefsten befrage? Was suche ich wirklich, und ist es wirklich in der Lage, mich über den Augenblick, über mich selbst hinaus zu führen?

Die Frage nach dem Zielort unserer Suche oder dem Ort unseres Zuhauses kann sehr verschiedene Antworten finden. Denn sie führt immer, wenn wir sie ehrlich und realistisch angehen, zu individuellen und sehr persönlichen Stellungnahmen. Auch wenn Christen sich zu Jesus Christus bekennen, stehen sie vor der Frage: Was bedeutet er mir – heute und hier konkret? Oder wenn wir gemeinsam singen „Von guten Mächten wunderbar geborgen, / erwarten wir getrost, was kommen mag. / Gott ist bei uns am Abend und am Morgen / und ganz gewiss an jedem neuen Tag“, dann brauchen die geliehenen Worte noch einmal eine

persönliche Rückfrage: Ist es so? Wo ist der Ort der Geborgenheit für mich? Und wie bin ich da zuhause?

Wir müssen mit unseren Worten und mit anderen Ausdrucksmöglichkeiten nicht originell sein, aber wir brauchen das Empfinden: Dies ist mein Eigenes. Das ist mein Ort, mein Feld, auf dem ich Nahrung für die Seele finde. Oder auch: Dahin geht meine Suche. Danach sehne ich mich. Dass der Weg dieser Suche uns an die beiden Fragen: WER bin *ich* eigentlich? und: WER ist *Gott*? heranführt, sei hier nur erwähnt. Viele meinen, auch ohne diese Fragen spirituell leben zu können. Ich halte das für zu kurz gedacht, weil diese „Genügsamkeit“ nicht wahrnimmt, wie sehr wir Menschen Wesen sind, die grundlegend in Beziehung leben, auch in Beziehung zu dem Geheimnis unseres Lebens und der Welt. Dazu sage ich nachher noch ein paar Worte mehr.

Das WAS – die Wirkun(gen)

Aber dann: *Was* folgt aus meiner Suche? Oder aus meinem Verwurzelt-Sein? Das geschieht ja nicht in völliger Isolierung und nur privater Innerlichkeit. Was sind meine Lebensthemen und -inhalte? Worauf bin ich ansprechbar, wofür stehe ich ein und engagiere mich? Aber auch: In welcher Grundhaltung tue und lasse ich etwas? Es ist die Frage nach den *Wirkungen* in mein Leben hinein, nach der *Prägung*, die mein Leben bekommen hat, und nach der *Gestaltung/den Gestaltungen*, die ich gefunden habe oder in die ich hineingewachsen bin.

Wir haben an dem *Gedicht von Hilde Domin* gesehen, wie ein Leben Gestalt bekommen kann. Ich zitiere einmal aus Wikipedia: „Lieben und geliebt werden, vor allem aber Gebrauchtwerden war für Hilde Domin der eigentliche Sinn des Lebens.“ Hier haben wir in einem Satz die Umschreibung der spirituellen Züge *eines* Lebensentwurfes. Natürlich müsste er durch weitere Deutungen, durch authentische Zeugnisse ergänzt und vertieft werden, z. B. darüber, wie sie ihre Flucht als Jüdin aus dem Nazi-Deutschland erlebte oder welche Themen sich ihr durch die gemeinsamen Jahre mit ihrem Mann in der Dominikanischen Republik aufgedrängt haben. Gerade an ihrer Biographie zeigt sich: Nicht nur, wie wir unser Leben aktiv gestalten, sondern auch was wir durch die familiären, sozialen, politischen Umstände erlitten haben *und* wie wir darauf reagieren, gehört zu unserer Spiritualität.

*Spiritualität ist die Kunst der Wandlung*, umschreibt der jüngst verstorbene irische Dichter und Philosoph John O'Donohue diesen Prozess. Der Geist, *in* dem wir leben, formt sich aus dem, was wir *erleben*. Wie wir aber das Erleben für uns deuten und verarbeiten, formt sich in dem Geist, *aus* dem wir leben. Und der hat – spirituell gesehen – mit dem Quell- und Heimat-Ort, von dem her, und mit dem Ziel- und Sehnsuchts-Ort zu tun, auf den hin wir leben.

Dafür gibt uns der holländische Weltreisende und Autor *Henri Nouwen* mit folgenden Sätzen ein Beispiel:

„Die geistliche Aufgabe, uns mit unserem Sterben anzufreunden, begleitet uns ein Leben lang; sie wirkt sich in vielfältiger Hinsicht auf unser gesamtes Leben aus, darunter auch auf unsere Beziehungen zu unseren Mitmenschen. Jeder Schritt, der uns einem tieferen Verständnis unserer selbst näher bringt, bringt uns gleichzeitig auch denjenigen näher, mit denen wir unser Leben teilen. Wenn wir im Lauf der Zeit mit der Wahrheit leben lernen, dass der Tod seinen ‚Stachel‘ verloren hat, entdecken wir in uns die Gabe, andere dazu hinzuzuführen, ebenfalls diese Wahrheit zu entdecken. Dabei gibt es kein ‚zuerst‘ und ‚erst dann‘. Die Kunst, uns mit unserem Sterben anzufreunden, und die Kunst, anderen dabei zu helfen, greifen ineinander. Beide gehören zusammen und bedingen sich wechselseitig. Für den Geist Gottes gehören das eigene Leben und die Sorge um andere zusammen.“

## Das WIE – der Zugang

Sich dem gewählten Ort, dem Wirkungsfeld des göttlichen Geistes anvertrauen – sich mit dem eigenen Sterben anfreunden – den Mitmenschen näher kommen – gemeinsam mit ihnen sehen lernen, dass der Tod seinen Schrecken verloren hat ... Dass diese Worte auf einem langen Erkenntnisweg entstanden sind, ist wohl deutlich. Sie sind „erfahren“. Und sie sind „gespeist“ von einer Quelle, die mitgegangen ist auf dem Weg. Doch wie diese Quelle, *wie unsere Quelle finden?* Wie den Weg so gehen, dass wir die Spur für uns finden und, falls wir sie verloren haben (was bekanntermaßen öfter geschieht), wieder finden? Dies ist – nach dem Blick auf den Ort unseres Zuhause-seins und dem Blick auf die Wirkungen dieses Ortes – die Frage nach den *Zugängen*.

*Spiritualität ist Handwerk*, wie der ehemalige Mönch, spätere Professor für Religionspädagogik und immer noch spirituelle Lehrer Fulbert Steffensky sagt (2002, S. 28). Wir brauchen *Hilfen*, um wach zu bleiben für den Blick auf die Quellen, für eine lebendige Beziehung zu ihnen. Da tut sich natürlich ein weites Feld auf. Ich möchte möglichst nahe beim Engagement in der Hospiz-Arbeit bleiben. Und da finde ich gerade in diesen Tagen im neuen Programm des Lutherstifts in Falkenburg einen wunderschönen Satz von Cicely Mary Saunders:

„Du zählst,  
weil Du Du bist,  
und Du wirst bis zum letzten Augenblick deines Lebens  
eine Bedeutung haben.“

Ja, sage ich, in diesem Geist möchte ich einem sterbenden Menschen begegnen. Zugleich aber frage ich mich: Wie tief ist dieses Wissen schon in mir selbst verwurzelt? Wie viel Resonanz finden diese Worte bei mir – im Blick auf mein Leben, meinen Alltag? Bin ich mir dessen immer so sicher, dass ich „zähle, weil ich ich bin“? Muss ich nicht oft eine Menge vorweisen, um bei den anderen zu zählen? Es ist eines, wenn ich diese Worte einmal höre, mich an ihnen freue oder sie kritisch beleuchte. Es ist ein anderes, wenn sie zu meinem lebendigen Besitz, zu meinem inneren Wissen geworden sind. Ich weiß ja: Es wird sich am Krankenbett nur das dem Andern vermitteln, was auch in mir zumindest schon Anklang gefunden hat.

- Ü: Warum also nicht gerade dieses Wort mir selbst mindestens einmal am Tag laut wiederholen?! Tun wir es doch hier einmal gemeinsam! Sie finden es auf dem Textblatt. ...

Natürlich: die großen Worte klingen sehr groß. Sie nehmen viel Raum ein und können erdrücken, v. a. wenn wir sie anderen vorhalten. Aber sie geben auch Raum, wenn wir es wagen, in sie hinein zu gehen, sie von innen her abzuhorchen, abzutasten, sie zu riechen und zu schmecken. Sie geben uns ihren besonderen Geschmack, wenn wir sie in den Mund nehmen und an ihnen kauen, immer wieder. Die *Wiederholung* macht es – ob bei diesem Wort oder z. B. bei einem Wort aus den Psalmen (118,14; nach der Bibel in gerechter Sprache):

„Meine Stärke und mein Lied bist Du.  
Du wurdest mir zur Befreiung.“

- Ü: Auch hier können wir es einmal gemeinsam sprechen ...

„Du wurdest mir ...“ Sich deutlich *erinnern* an die gute Erfahrung, dass wir – damals oder jüngst erst – einen *Schritt in die Freiheit* getan haben, dass wir in einen freien Raum geführt worden sind, das macht heute innerlich stark. Es macht uns zumindest etwas freier von der rückblickenden Angst, dieses Leben verpasst zu haben, zu kurz gekommen zu sein. Verbunden mit einem ausdrücklichen *Dank* ist das Erinnern auch eine erfrischende Quelle auf dem Weg zu einem sterbenden Menschen oder zu den beunruhigten, verunsicherten Angehörigen. Gerade wenn es darum geht, mich ganz auf die/den Anderen einzustellen – in einer Situation, die nicht meine ist, in die ich aber hineingehe und für die ich innerlich bereit und offen sein will.

Dafür brauche ich Zeit. Zeit für *Stille*, Zeit zum *Durchatmen*. Beides tut mir gut. Stille schafft mir Distanz zu dem, was alles mich gerade beschäftigt. Sie zeigt mir auch, was alles an mir „haftet“ und ich nur schwer loslassen kann. Aber sie gibt auch inneren Raum für das Lassen und das „einfach Dasein“, in dem ich durchatmen kann. Den eigenen Atem spüren - das ist es schon. Sich bewusst werden, dass mich mit dem Einatmen Lebenskraft, Schöpfungskraft, Geisteskraft erfüllt und dass ich dies alles im Ausatmen an meine Mitwelt weitergebe, das kann es schon sein. Es ist gut für mein *Selbstbewusstsein*. Es gibt mir die nötige Kraft und innere Ausrichtung, um mich auf mein Gegenüber einstellen zu können.

- Ü: Nehmen wir uns auch dafür hier ein wenig Zeit ... Danke.

Wir können uns im Gespräch hinterher darüber austauschen, wie wir unseren *eigenen* Zugang zu den Quellen des Lebens finden/gefunden haben.

#### **4. Zur Spiritualität der Begleiteten**

Dass es in der Begegnung mit einem sterbenden Menschen, einem Menschen in seiner letzten Lebensphase, nur und vor allem um ihn/um sie geht, versteht sich von selbst. Das betrifft auch das Feld der Spiritualität. Fulbert Steffensky bezeichnet sie als *gebildete Aufmerksamkeit* (2005, S. 19). Als solche will und kann sie uns in Beziehung bringen zu der spirituellen Dimension in unserem Gegenüber. Ziel kann es dabei nicht sein, diesem Gegenüber etwas zu vermitteln, wofür der Mensch nicht bereit ist. Ziel der *Kommunikation in der Sterbebegleitung* kann es nur sein, einen Zugang zu den spirituellen Bedürfnissen und den Ressourcen zu finden, die da sind – meistens verborgen, selten offensichtlich.

Hier lohnt es sich, noch einmal näher hinzuschauen, wo wir Spiritualität bei uns erfahren. In welchen Dimensionen unseres Erlebens lohnt es sich zu suchen? Spirituelles findet sich sicher in unseren *Gefühlen* und *Gestimmtheiten*, aber nicht nur dort. Sie findet sich in unseren Einstellungen, in den *Grundhaltungen* den Ereignissen des Lebens gegenüber, aber auch nicht nur dort. Sie findet sich vielleicht in reflektierten *Überzeugungen* vom Lebenssinn. Und sie findet sich im „*Empfinden einer* bedeutsamen, ergreifenden *Kraft*“. (Weiher 2011, S. 25) Diese Kraft vermittelt sich zwar über Gefühle, über das Denken oder Tun, aber sie geht darin nicht auf. „Spiritualität ist also in gewissem Sinn etwas ‚Jenseitiges‘: Sie liegt jenseits des Normalen, Materiellen und der objektiven Wahrnehmung und wird doch im ‚Diesseits‘ erfahren.“ (ebd.) Ob religionsungebunden und individuell konzipiert oder mit einer Religion verbunden und von ihr inspiriert – sie ist jedenfalls offen für das Geheimnis des Lebens, des Lebens in uns, in unserem Gegenüber, in unserer Welt.

Das *Geheimnis des Lebens* ist etwas anderes als ein Rätsel, das man – natürlich erst nach entsprechender Anstrengung – auflösen kann. Es ist auch nichts Irrationales, Mysteriöses. „Es ist das Andere der Vernunft, das den Menschen mehr sein lässt als das Verrechenbare und Nutzbare. Es ist gerade die ganz andere Dimension, aus der alles Begreifliche (und natürlich Unbegreifbare) stammt und dem es seine innere Fülle und seine Anziehungskraft verdankt.“ (a.a.O. S. 45f) Darum, weil es sich grundsätzlich dem verstehen wollenden, nutzbar machenden Zugriff entzieht, können wir das Geheimnis des Lebens auch „heilig“ nennen. Es ist unantastbar und kann sich nur selber zeigen. Aber es wirksam da. Und wir können uns ihm nähern, es umkreisen, Kraft und Orientierung aus ihm gewinnen.

Vieles hat es gemeinsam mit der *Seele des Menschen*, für die bekanntermaßen im menschlichen Körper auch noch kein Ort festgestellt worden ist. Und doch nehmen wir sie mit vernünftigen Gründen als integrierende Mitte zwischen Körper – Psyche – Geist an. Die Seele ist der Ort, an dem sich unser „innerstes einmaliges Selbst“ (a.a.O. S. 77) bildet und mit dem wir auch über uns selbst hinausgehen (uns transzendieren). Somit ist sie die Dimension in uns, in der wir Beziehung aufnehmen können mit dem, was wir „Geheimnis der Welt“ oder „Grund unseres Lebens“ oder „Gott“ nennen.

Spirituelle Sterbebegleitung ist also, zugespitzt gesagt, eine besondere Weise der *Seelsorge*: der begleitende Mensch, ihre/seine Seele, trägt Sorge dafür, dass ein sterbender Mensch, ihre/seine Seele, ihren Weg aus diesem Leben in die andere, unbekanntere Wirklichkeit finden kann. Das hat nichts Abgehobenes, nichts Unwirkliches, Unleibliches an sich. Denn diese Seelsorge beginnt immer ganz elementar mit all der Zuwendung und Fürsorge, die wir und auch andere, z. B. professionelle Helfer einem Patienten und den Angehörigen geben können. Die Art der Zuwendung, der „Geist“, in dem sie geschieht, kann aber schon zu einer spirituellen Erfahrung führen.

Deswegen spricht man auch von *Begegnungsspiritualität*. Das Leitwort für das Gelingen einer Begegnung – Sie kennen es sicher längst – ist die *mitfühlende Präsenz*. Wenn ein Patient die Erfahrung macht: hier ist jemand im Augenblick ganz für mich da, hier gibt sich jemand Mühe, mir aufmerksam zuzuhören, dann ist das Basis für alles andere, was in der Begleitung weiterhin möglich ist. Die Seele eines schwachen oder kranken Menschen spürt es, ob er/sie – jenseits aller Professionalität – als ganzer Mensch, als Person wahrgenommen und geachtet wird. Sie spürt es, wenn der Mensch bei aller Schwäche und Unansehnlichkeit so angenommen wird, wie er/sie da ist.

*Empathie* zu lernen gehört zu den Ausbildungs- und Trainingsprogrammen für die Sterbebegleitung. Doch finden wir auf dieser Basis auch einen Schlüssel zu den spirituellen Bedürfnissen und Ressourcen unseres Gegenübers, einen Zugang zu dem, was ihn im Innern bewegt?

Selten wird dies *direkt* zum Ausdruck gebracht. Vorsichtiges *Fragen* kann sicher ein Weg sein, dem näher zu kommen. Sie werden inzwischen darin mehr Erfahrungen haben als ich. Wichtig ist dabei wie gesagt, dass wir unsere *eigene spirituelle Schwingungsebene* (vgl. a.a.O. S. 95) erkundet haben und dass wir gerade daher in der Begegnung mit dem Anderen von ihr abstrahieren können. Wichtig ist, dass wir wahrnehmen, was hier und jetzt angebracht ist. Und

wichtig ist, dass wir das Spektrum unserer Möglichkeiten, darauf einzugehen, kennen und davon unterscheiden.

In der *symbolischen* Kommunikation, die ja viel öfter geschieht als gemeinhin vermutet, braucht es sicher viel Erfahrung, um herauszuhören, „wie Menschen (im Krankenbett) Spuren zu ihrem Inneren legen“ (a.a.O. S. 96). Oft sind es ganz alltäglich und banal erscheinende, eher kleine Äußerungen, die wir aufgreifen können, um herauszufinden, was ihnen innerlich so wichtig ist. Es ist nicht hilfreich, darauf zu warten, dass sich in irgendeiner symbolischen Weise das bevorstehende Sterben andeutet (Beispiele aus der Literatur s. a.a.O. 99). Die Seele braucht schon vorher Nahrung und Stütze. Dabei sind wir als Begleitende nicht mehr als *Katalysatoren*, die helfen können, dass unser Gegenüber selbst seine Lebensdeutung findet. Aber weniger sind wir auch nicht.

Dabei kann die Unterscheidung zwischen einer „Alltagsspiritualität“ und einer „Glaubensspiritualität“ hilfreich sein. Weiher schreibt dazu (a.a.O. S. 110):

„*Alltagsspiritualität* meint die Art, wie Menschen den Dingen und Ereignissen des Lebens über sich hinaus Bedeutung geben, den ‚Geist‘ ihrer Beziehungsgeschichte mit der Wirklichkeit. Dort in der alltäglichen Lebensgestaltung (z. B. dass er seinen Garten liebt), wird mittelbar etwas von dem erfahren, was für sie das Heilige ist, was sie zutiefst bewegt und inspiriert.

Zur *Glaubensspiritualität* wird diese indirekte Spiritualität, wenn Menschen sich über diese implizite Bedeutungsebene hinaus ausdrücklich mit dem Geheimnis des Lebens in Verbindung wissen. Wenn sie diese Verbundenheit dem absoluten, gar dem heiligen Geheimnis aller Wirklichkeit, dem umfassenden göttlichen Seinsgrund zuschreiben, dann ist das eine Spiritualität mit großer Transzendenz.“

Wenn wir die *erstere* zu würdigen wissen und uns in der *zweiten* durch Erfahrung, Reflexion und Übung ein eigenes Feld bekannt geworden ist, dann kann es sein, dass wir einen Raum eröffnen, der den Übergang in die andere Wirklichkeit erleichtert. Und – das wissen alle, die Sterbende begleitet haben – der Eimer, den wir auf dem Rückweg zu uns zurücktragen, wird voll sein. – So weit das, was ich Ihnen vortragen möchte und dem jetzt das Gespräch und der Erfahrungsaustausch folgen mag.

Literatur:

Hilde Domin, *Der Baum blüht trotzdem*, S. Fischer Verlag, Frankfurt a. M. 1999.

John O'Donohue, *Anam Cara. Das Buch der keltischen Weisheit*, dtv, München 1997.

Fulbert Steffensky, *Der alltägliche Charme des Glaubens*, Echter, Würzburg 2002.

Ders., *Schwarzbrot-Spiritualität*, Radius-Verlag, Stuttgart 2005.

Erhard Weiher, *Die Religion, die Trauer und der Trost*, Matthias-Grünwald-Verlag, Ostfildern 2007.

Ders., *Das Geheimnis des Lebens berühren. Spiritualität bei Krankheit, Sterben, Tod*, Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart 2011.