

insel

WELTEN



AUSGESUCHTE TEXTE
SEELSORGE INSELSPITAL
BERN

Das Anbrechen der Nacht ist für kranke Menschen nicht selten eine Belastung. Störungen gehören zum Spitalbetrieb und schlaflose Nächte sind hier keine Seltenheit. Da ich noch da bin, bittet mich die Pflege um einen Besuch bei einer Patientin, die erst heute auf die Station verlegt worden ist. Sie sei sehr schwach, sterbenskrank und habe aufgrund von einem Hirntumor die Fähigkeit zum Reden verloren. «Sie ist einfach froh, wenn jemand bei ihr ist», erklärt mir die Pflegefachperson. Kurze Zeit später sitze ich am Bett der Frau. Sie reicht mir ihre Hand. Und leise steigen die Worte von einem Abendlied in mir auf, das mich durch meine Kindheit begleitet hat...

Nadja Zereik, Seite 84



inset WELTEN

AUSGESUCHTE TEXTE SEELSORGE INSELSPITAL BERN

Copyright

Seit vielen Jahren gibt es im «pfarrblatt» Bern, der Zeitung der römisch-katholischen Pfarreien des Kantons Bern, die Rubrik «Inselspital Bern». Die Seelsorger*innen am Inselspital schreiben darin kurze Texte aus ihrem Spitalalltag; sie erzählen von ihren Erfahrungen, von Begegnungen mit Patient*innen; sie denken über Seelsorge nach und was Menschen in Krankheit und Leid, im Tod, im Glück, im Leben und in der Liebe bewegt und was ihnen helfen könnte.

Hier ist eine Auswahl dieser Texte aus der Zeit zwischen 2017 und 2020 abgedruckt.

©2020 www.pfarrblattbern.ch

Alle Rechte liegen bei der Redaktion «pfarrblatt»

Herausgeberin Pfarrblatt-Gemeinschaft Bern

Alpeneggstrasse 5, 3012 Bern

Andreas Krummenacher, Chefredaktor

Verantwortlich Patrick Schafer, Seelsorger, Inselspital Bern

Redaktionsassistenz Andrea Huwyler

Realisation Text Grafik Design Otto Kunz, Bettlach

Druck Stämpfli AG, Bern

Inhaltsverzeichnis | Fotonachweis

Simone Bühler Kedves Foto: Anna Tamila/iStock	Rechtzeitig	6
Isabella Skuljan Foto: Dean Mitchell/iStock	Können Sie schweigen?	10
Patrick Schafer Foto: unsplash/Bruno Wolff	«Der Weg»	14
Nadja Zereik Foto: dan-gold/unsplash.com	Dann geht es Ihnen garantiert wieder besser»	18
Hubert Kössler Foto: Hakase/iStock	Segen für das Spital	22
Ingrid Zürcher Foto: iStock/swissmediavision	Versuch	26
Barbara Moser Foto: Antonio Guillem/iStock	Bruchstückhaftes zur Thematik Selbstsorge	30
Nadja Zereik Foto: Alex Wigan/unplash.com	Ein Anflug von Zuversicht	34
Ingrid Zürcher Foto: la dina/photocase.de	Und Scham?	38
Simone Bühler Kedves Buchcover: Kunstmann 2010	Erkenntnis	42
Patrick Schafer Foto: Gastrejon/unplash.com	Nächtliches Curry	46
Isabella Skuljan Foto: Sasha Freemind/unplash.	Freunde in der Not	50
Barbara Moser Foto: Clem Onojehuo/unplash.	Wenn die Späne fliegen	54
Patrick Schafer	Ausblick – Fernblick – Weitblick	58

Kaspar Junker	Wo bist du, Gott?	62
Foto:ImagineGolf/iStock		
Nadja Zereik	Vorher und nachher	66
Foto: Itsmerevo/unsplash.com		
Kaspar Junker	Hauptsache gesund?	70
Foto: Josh Calabrese/unsplash.	com	
Hubert Kössler	Liebe, konkret	74
Foto: Kristiana Pinne/unsplash.	com	
Ingrid Zürcher	Bereicherung von jüdischer Seite	78
Foto: bbtomas/iStock		
Simone Bühler Kedves	Zum Abschied	82
Foto: National Cacer Institute/u	inplash.com	
Nadja Zereik	Wann beginnt der Rest des Lebens?	86
Foto: Damian Markutt/unsplash	n.com	
Patrick Schafer	nicht alleine	90
Foto: were/photocase.de		
Isabella Skuljan	Kinder trauern anders	94
Foto: Alex-/photocase.de		
Hubert Kössler	Humor im Spital	98
Foto: JohnnyGreig/iStock		
Barbara Moser	Ohne Zweifel	102
	Christi und die Frauen am Grab (1440–42),	
Foto: Konvent San Marco, Flore	nz	
Kaspar Junker	Erdende Beerdigungen	106
Foto: chrqui/photocase.de		
Inselseelsorge		110
Autor*innen		111
Fotos: zVg		

Rechtzeitig

Simone Bühler Kedves



Manchmal bin ich nicht rechtzeitig da.
Heute zum Beispiel verspäte ich mich,
weil ich fünf Minuten zu lange bei
einer Patientin geblieben bin,
obwohl ich doch wusste,
dass ich mit einer Gruppe
freiwillig tätiger Menschen der
Palliativstation zu einem
Erfahrungsaustausch
verabredet bin.

Auf dem Weg zum Ort des Treffens komme ich ins Philosophieren. Ein Satz kommt mir in den Sinn, der mich durch meine Pfarramtsjahre begleitet hat. Ich hatte ihn auf die vorderste Seite meines Beerdigungsdossiers geschrieben.

Den Unterlagen, die ich dann hervorzusuchen pflegte, wenn eine Person in der Gemeinde verstorben war und ich mich auf das Gespräch mit der Trauerfamilie vorbereitete.

Ein Gedanke von Pierre Stutz zu Psalm 1, Vers 3.

«Verwurzelt der Mensch, der darauf vertraut, dass es wohl auf ihn ankommt, aber letztlich nicht von ihm abhängt.» Manchmal bin ich nicht rechtzeitig da und es ereignen sich Dinge, gerade weil ich (noch) nicht da bin, davon bin ich überzeugt. Deshalb mache ich mich in Ruhe auf den Weg, wenn mich mitten in der Nacht ein Anruf der Intensivstation aus dem Schlaf holt. Ich habe mir abgewöhnt, mich absichtlich zu beeilen. Mir Zeit zu lassen, um an den Ort des Geschehens zu gelangen, bietet mir Gelegenheit, mich zu üben im Wissen darum, «dass es wohl auf mich ankommt, aber letztlich nicht von mir abhängt.» Ich vertraue darauf, dass ich zur rechten Zeit am rechten Ort sein kann, ohne ständig auf die Uhr zu schauen.

Manchmal entsteht etwas aus einem Leerraum, das in meiner Anwesenheit so nicht entstehen würde, denke ich und bin doch ein klein wenig ausser Atem, als ich mit fünf Minuten Verspätung die Kapelle betrete, wo die Freiwilligengruppe bereits fertig versammelt beisammensitzt. Sie haben sich organisiert, haben aus den Stühlen im Raum einen Stuhlkreis geformt und sitzen um eine leere Mitte. Manchmal geschehen Dinge, gerade weil ich (noch) nicht da bin. Das sehe ich jetzt und fühle mich aufgehoben und willkommen in diesem Kreis von Menschen. Ich bin zur richtigen Zeit am richtigen Ort. Es fühlt sich gut an, dass ich genau jetzt gekommen bin. So selbstverständlich, und es ist alles parat. Ich lege ein goldenes Tuch in die Mitte, dann teile ich meine Gedanken mit einer Schar lachender Gesichter und bald schon erzählen wir uns gegenseitig, wo uns das Leben in letzter Zeit beschenkt und wo es uns in Frage gestellt hat.





Wer dagegen schweigt, wird je nachdem überhört und kommt buchstäblich nicht zu Wort. Was macht es für einen Sinn zu schweigen, in einer Welt, die laut, schnell und komplex geworden ist?

Ein Schweigen kann Mauern zwischen Gesprächspartnern aufbauen, ein Schweigen kann verbinden, aber auch belasten.

Ein Schweigen kann das Gegenüber auch zu sich selbst führen.

Diese letzte Form, die im Spitalalltag eine wertvolle Perle ist, wurde sehr schön von Michael Ende in seinem Buch Momo beschrieben:

«Was die kleine Momo konnte wie kein anderer, das war: Zuhören. Das ist doch nichts Besonders, wird nun vielleicht manche Leserin sagen, zuhören kann doch jeder. Aber das ist ein Irrtum. Wirklich zuhören können nur ganz wenige Menschen. Und so wie Momo sich aufs Zuhören verstand, war es ganz und gar einmalig.

Momo konnte zuhören, dass dummen Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, was den anderen auf solche Gedanken brachte, nein, sie sass nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme. Dabei schaute sie den anderen mit ihren grossen, dunklen Augen an, und der Betreffende fühlte, wie in ihm auf einmal Gedanken auftauchten, von denen er nie geahnt hatte, dass sie in ihm steckten. Sie konnte so zuhören, dass ratlose oder unentschlossene Leute auf einmal ganz genau wussten, was sie wollten. Oder das Schüchterne sich plötzlich frei und mutig fühlten. Oder das Unglückliche und Bedrückte zuversichtlich und froh wurden.»

Diese spezielle Art der Aufmerksamkeit des Zuhörens ist besonders in Krisenzeiten des Lebens wertvoll. Wenn aufgrund eines Schicksalsschlages, einer schwerwiegenden Diagnose oder in Zeiten von Krankheit, Menschen meinen, ihr Leben sei bedeutungslos, sinnlos und verfehlt geworden. Wenn es dann gelingt, im Erzählen der eigenen Geschichte durch ein Gegenüber, das zuhört und Anteil nimmt, wieder den roten Faden im Leben zu finden, geschieht es wie bei einem, dem Momo ihre Geschichte erzählte: «Noch während er redete, wurde auf geheimnisvolle Weise klar, dass er sich gründlich irrte, dass es ihn, genauso wie er war, unter allen Menschen nur ein einziges Mal gab und dass er deshalb auf seine Weise für die Welt wichtig war.»

Ob Sie auch so einen Menschen um sich haben, der Ihnen zuhört und Ihnen zeigt, wie einmalig Sie sind?



«Der Weg»

Patrick Schafer

Auf einer Wanderung betrachte ich meist aufmerksam und interessiert die Zeitangaben auf den gelben Wegbeschilderungen. Je nach Tagesform, Sonnenstand, Hungergefühl oder bereits zurückgelegter Wegstrecke kann eine solche Zeitangabe motivierend oder auch entmutigend für mich sein.



RIO DE JANEIRO 6 055 KM

> AMSTERDAM 9 635 KM

> > LONDON 9 623 KM



NEW YORK 12 541 KM Das Gelände, auf dem sich der bevorstehende Weg präsentiert, steuert sicher zusätzlich einen entscheidenden Teil dazu bei, wie leichtfüssig – oder auch nicht – ein solcher Wegabschnitt für mich ist.

Manchmal müssen wir auch lange und mühsame Wegstrecken zurücklegen! Neulich, in einem Gespräch mit der Ehefrau eines jüngeren Patienten, kamen wir ebenfalls auf das Thema «Weg» zu sprechen. Wir unterhielten uns darüber, wie schnell und unvorbereitet ein solcher Moment eintreffen kann – ein Unfall, der alles auf den Kopf stellt. Nichts ist mehr wie vorher! Und plötzlich stellen sich ganz neue Fragen des Lebens und andere Herausforderungen werden zentral.

Die Ehefrau erzählte mir, dass sie von verschiedenen Seiten höre: «Es wird ein langer und beschwerlicher Weg.» Dabei verstehe sie den Inhalt einer solchen Aussage nicht ganz! Denn, es sei doch einfach «sein Weg» oder «unser Weg», den es zu gehen gilt. Das sagte sie ohne Anzeichen von Groll und Zweifel. Sie meinte es absolut wertefrei.

Was diese junge Frau gesagt hatte, berührt mich sehr. Denn ihre Aussage zeugt von grossem Mut und Zuversicht. Mut, sich dem zu stellen, was kommen mag und Zuversicht, dass es trotz allen Schwierigkeiten eine begehbare Route gibt.

Die Frau sprach das aus, was ich zutiefst als befreiend (von äusseren Zwängen) und als Zuspruch überhaupt an das Leben empfinde.

Sie sagte: es gibt nicht einfach «den Weg», der von aussen bestimmt und beurteilt wird; einem Weg, dem wir entsprechen oder uns versagen können. Sie sprach davon, dass es «der Weg» ist. «Der Weg», den man u.a. mit Mut und Zuversicht zu «seinem eigenen Weg» macht. Einem persönlichen Weg, auf dem trotz allem Zufriedenheit, Freude und auch Glück zu finden ist, so dass es ganz nebensächlich wird, mit welcher Zeitangabe die bevorstehende Wegstrecke benannt ist.

«Dann geht es Ihnen garantiert wieder besser»

Nadja Zereik

Wie hältst du das nur aus?
Es braucht oft längere Gespräche,
um zu erklären, was ich beruflich mache.
Vor allem die nächtlichen Pikett-Einsätze
und die Nähe zu Tod, Leid und
Schmerz provozieren dann diese Frage:
Wie hältst du das nur aus? Ja wie denn?



Herr K. hatte Hirnblutungen und diverse Komplikationen. Er ist ein Légume, ein Gemüse, wie der frankophone Volksmund unzimperlich sagt.

Er hat alles Lernen wieder vor sich: Gehen, Sprechen, Handeln, Schreiben, Lesen, Rechnen. Wenn Lernen überhaupt wieder gehen wird. Möchte er lieber tot sein? Wie ist das morgen oder übermorgen, wenn sich Bewusstseinsteile zurückmelden: Ist das auszuhalten?

Frau M. hat mir kürzlich ihre tiefsitzende Angst vor einem bevorstehenden Untersuch geschildert. Schrecklich.

Sie erklärte mir aber auch, wie sie ihn durchgestanden hat: «Ich habe in Gedanken meine Wanderschuhe angezogen und eine Bergtour gemacht.» Das hat sie sich so stark vorgestellt, dass sie ihre Ängste nicht mehr erreichten.

Oder das Ehepaar mit ihrem sterbenden Neugeborenen. Traurig, kaum zum Aushalten.

Sie kamen zur gefühlsmässigen Einsicht, es sei jetzt, unter den gegebenen Umständen richtig, ihr kleines Kind gehen zu lassen. Trotzdem, so ihre Überzeugung, trotzdem würde es Teil ihrer Lebensgeschichte bleiben.

So ist das Leben. Manchmal auszuhalten und manchmal nicht.

Und wenn es nicht auszuhalten ist, wird es meist trotzdem ausgehalten. Ich lerne stets neu, wie das gehen kann.

Herr P. steht immer hinter der farbig frischen Salatauslage im Personalrestaurant. Stand dahinter. Nach dreissig Jahren ist er nun pensioniert. Zum Abschied sagte er meiner Kollegin und mir, wenn es einmal nicht zum Aushalten sei, sollten wir an ihn und sein Salatbuffet denken: «Dann geht es Ihnen garantiert wieder besser.»

Segen für das Spital



Am 2. Juli 2019 erfolgte die Grundsteinlegung für das neue Hauptgebäude des Inselspitals.



Rund 200 Gäste aus Politik,
Wirtschaft und Gesundheitswesen sowie
Verwaltungsrat und Direktion der
Insel Gruppe würdigten den wichtigen
Schritt für die Zukunft der Insel Gruppe.
Ich wurde gebeten, einen Segen zu
sprechen.

Segnen (lat.: benedicere) bedeutet «Gutes sagen, Gutes wünschen.»

So habe ich folgende Wünsche ausgesprochen:

«Für die Menschen, die auf dieser Baustelle arbeiten, wünsche ich eine sichere und unfallfreie Weiterarbeit und schliesslich Fertigstellung. Dass sie stolz sind auf das Ergebnis. Dass sie – zum Beispiel einmal mit ihren Kindern – hier vorbeikommen und denen sagen: 'Da habe ich mitgebaut'. Möge dieses neue Hauptgebäude lange stehen und seinen Dienst erfüllen.

Ich wünsche für die Patientinnen und Patienten, die darin einmal behandelt werden: dass ihre Krankheit, ihr Leiden, Linderung erfährt, wenn möglich Heilung. Dass die Patienten sich getragen und ernstgenommen fühlen; dass sie Vertrauen haben zu den Pflegenden, Ärztinnen und Ärzten, zu den Therapeuten und den

vielen anderen, die sie in diesem Kontext begleiten. Ich wünsche auch, dass die Patienten Zeit haben für das, was in ihren Augen wichtig ist.

Das neue Gebäude wird u.a. das Schweizer Herz- und Gefässzentrum beherbergen. Für uns heute steht das Herz symbolisch oft für Gefühle, für Emotionen. Für das Erste Testament ist es hingegen der Sitz der Gedanken und der Vernunft. Ich wünsche, dass hier vernünftige, kluge Entscheidungen getroffen werden. Und dass die Menschen sich mit Respekt und Fürsorge begegnen. Ich wünsche Gutes für die Angehörigen und Freunde, die hierherkommen, um die Patienten zu besuchen. Dass sie das Gebäude mit der Haltung der Hoffnung und der Zuversicht be-

Schliesslich wünsche ich Gutes für die Menschen, die hier arbeiten werden: medizinische Fachpersonen und Personen in unterstützenden Funktionen. Sie alle dienen direkt oder indirekt dem Wohl der Patientinnen und Patienten. Ich wünsche, dass die hier Arbeitenden kompetent sind und hervorragende Leistungen erbringen. Dass sie faire, gerechte Arbeitsbedingungen vorfinden. Dass sie ihre Arbeit gerne tun. Dass sie sich mit dem Spital identifizieren.

treten.

Es gibt sicher auch gute Wünsche, an die ich jetzt nicht gedacht habe, die Sie, die hier anwesend sind oder zusehen, haben.

Mögen auch diese guten Wünsche einfliessen in dieses Gebäude. So sei es.» Im Pfingstgottesdienst in Tschlin habe ich die Kanzelinschrift gelesen und mir notiert:

MENTEM LINGUAM TU REGE CHRISTE MEAM

und ich versuche das auszudeutschen:

Meinen Geist, meine Art zu denken und zu reden, meinen Sprachgebrauch, meine Überlegungen – leite Du sie, Christus!

Ein prägnanter Leitsatz.



Ich höre darin den Versuch oder die Bitte, von einem Kern sich leiten zu lassen, der mir auch in meinen Deutungen heilsam weiterhilft. Er fällt mir wieder ein, wenn ich über zwei Begegnungen nachsinne:

Ein Patient erzählte, wie er aus einem sehr engagierten, aktiven Leben durch Erkrankung für Monate in Spital und Reha-Institutionen gekommen sei und er im Rückblick sagen könne: er habe bei alldem eigentlich immer gewusst, dass Jesus Christus bei ihm sei. Verfeinert gesagt: er habe das (er zeigte mit der Hand auf den Kopf) da immer gewusst. Das habe ihm geholfen im Denken und in der Art, Schlüsse in seinem Ergehen zu ziehen. Mit der Zeit habe es ihm auch geholfen, sich auszudrücken und anderen vielleicht verständlicher zu machen, wie es mit ihm jetzt sei.

Ein anderer Patient, fast zwanzig Jahre älter, die durchschnittliche Lebenserwartung überschritten, war bei sich entschlossen, die Batterie des Herzschrittmachers nicht mehr erneuern zu lassen. Aber er stürzte und brach sich einen Wirbel, der operiert werden musste, weil die Schmerzen sonst unaushaltbar würden. Ging sein Blick noch so sich verlierend in die Weite, vielleicht seiner bereits verstorbenen Frau nach, forderte das Leben nun einen operativen Eingriff und warf seine leisen Pläne tüchtig über den Haufen. Als ich ihn wiedersah, war ein akuter Verwirrtheitszustand dazugekommen und der Patient verstand die leidige Wartezeit bis zur Operation als persönliche Diskriminierung, was er bitter äusserte und sich auflehnte. Er hat mir sehr leidgetan, als ich ihn so antraf.

MENTEM LINGUAM TU REGE CHRISTE MEAM. MENTEM LINGUAM TU REGE CHRISTE MEAM. MENTEM LINGUAM TU REGE...

kaue ich den Leitsatz quasi als Mantra. Ich merke dabei, dass ich darunter auch annehme, dass mich die Gegenwart Gottes umhüllt, was mich auch plagt und umtreibt, selbst wenn ich nichts wahrnehme und mein Herz leer bleibt und ich im Grunde getragen bin in jedem Augenblick. Ja, vielleicht könnte Ausdeutschen der Kanzelinschrift in die Version von Hanns Dieter Hüsch münden:

Ich bin vergnügt,
erlöst, befreit.
Gott nahm in seine Hände
meine Zeit:
mein Fühlen,
Denken,
Hören,
Sagen,
mein Triumphieren
und Verzagen,
das Elend
und die Zärtlichkeit.

Bruchstückhaftes zur Thematik Selbstsorge

Barbara Moser

Seit ich im Krankenhaus arbeite, begegnet mir die Thematik der Selbstsorge immerwährend. Ich soll, so sagt die Definition, selber aktiv für mich sorgen, damit ich mit Belastungen gut umgehen kann, nicht ausbrenne und im weitesten Sinne leistungsfähig bleibe.



Wie aber sieht die «Sorge um sich selbst» aus? Und wie lässt sie sich in den Berufsalltag einbauen? Diverse Weiterbildungen waren eher enttäuschend. Zu hören bekam ich in der Regel, welche Symptome bei mangelnder Selbstsorge auftreten können und welche Berufsgruppen besonders gefährdet seien. Symptome, die sich in Fehlzeiten, fehlender Flexibilität, Rückzug, Interesselosigkeit, mangelnder Solidarität untereinander und dem Team gegenüber ausdrücken sollen. Nun: Selbstsorge sollte möglichst regelmässig geschehen, zudem nachhaltig und flexibel einsetzbar sein. Es versteht sich von selbst, dass es keine Rezepte gibt, wie die Selbstsorge gestaltet werden sollte. Es gilt einen eigenen Zugang zu finden.

Ich persönlich halte es so: Ab und zu ziehe ich mich in die Kapelle zurück und zünde eine Kerze an. Ich achte auf eine gute Ernährung, wenn immer möglich in Gesellschaft, so dass es noch besser schmeckt. Möglichst oft achte ich auch bewusst auf meine Atmung. Ich nehme wahr, wie die Atemluft ausströmt, registriere die Atempause und die wieder einströmende Atemluft. Bei äusserst belastenden Situationen hole ich mir Hilfe eines Teammitgliedes. Super- und Intervision wie auch Weiterbildungen sind fester Bestandteil meiner Arbeit. Mich selber Loben und Nein sagen können, kommt ebenfalls gelegentlich vor.

Dem ist nichts entgegen zu setzen, alles wunderbar und auf mich abgestimmt. Wie aber soll das Ganze regelmässig strukturell in den Berufsalltag eingebaut werden? Wie handhaben dies, so überlege ich, z.B. die Pflegenden der Intensivpflegestationen, welche mit vielen traumatischen Erfahrungen konfrontiert werden und damit zu den gefährdetsten Berufsgruppen gehören? Da reichen wohl theoretisches Wissen um die Selbstsorge und die obligaten Pausen alleine nicht aus. Hilfreich ist ein von der Teamleitung zur Verfügung gestelltes Auffangnetz. Eine klug durchdachte Organisation zur Selbstsorge an sich selbst. So kann vielleicht die in den Weiterbildungen vermittelte Theorie in die Praxis umgesetzt werden und der präventive Charakter der Selbstsorge seine ganze Wirkung entfalten. Ich persönlich bin neugierig auf neue, visionäre Modelle.



Ein Anflug von Zuversicht

Nadja Zereik

Ein eindeutiger Eingriff stand bevor.

Eindeutig, weil klar war, dass es ohne nicht weiterging.

Eindeutig war aber auch die Angst, die er auslöste.

Eindeutig und heftig.

Nicht so sehr die Angst
um sich selbst,
die war auszuhalten,
als vielmehr die Angst zu fehlen,
dort, wo es sie so sehr brauchte,
jetzt,
morgen,
übermorgen,
noch eine ganze Weile.
Sie stand mitten im Leben.

Mitten in einem Leben, in dem einiges schief gelaufen war. So wie es das gibt, im Leben. Und wo sie da sein musste, da sein wollte. Weil sie es kannte, dieses Leben mit seinen Gemeinheiten und Tücken, und in dem sie für Freunde kämpfte, trotz allem und erst recht, für die ihr Nahestehenden und auch für sich selbst. Wenn sie nun fehlen würde, plötzlich, und alle in ihrem Kummer alleine lassen würde, dieser Gedanke erschien ihr schrecklich. Und er kehrte hartnäckig, immer wieder zu ihr zurück, so oft sie ihn auch fortschickte und sich zwang, an etwas anderes zu den-

Es war klar: Jetzt gerade, hier im Krankenhaus, in dieser Situation war sie handlungsunfähig, machtlos und ohne Schutz ihrer Angst ausgeliefert. Das Leben ging weiter und sie war dabei oder nicht, sie konnte nichts fürs eine oder andere tun.

ken.

Schliesslich nahm sie meinen Vorschlag an, ihre Aufmerksamkeit auf den Eingriff zu lenken, der ihr bevorstand, und zwar möglichst auf das, was sie selbst dabei bewirken konnte.

Die Patientin äusserte den Wunsch, den bevorstehenden Eingriff mit dem operierenden Arzt und der Anästhesistin genau vorzubesprechen. Und sie bat darum, am Morgen als Erste operiert zu werden.

Tags darauf nach der OP schaute ich in wache, erleichterte Augen. Die Ärzte hatten sich für die Vorbesprechung tatsächlich viel Zeit nehmen können, und sie war als Erste an die Reihe gekommen.

Mit der Genesung steigen die Möglichkeiten wieder, sich um das zu kümmern, was weiter ansteht.

Einiges ist klarer geworden, einiges scheint dringlicher, viele Unsicherheiten bleiben.

Der Lebensmut ist zurückgekehrt.

Und Scham?

Ingrid Zürcher

Die Frage, ob Scham in den Begegnungen ein zentrales Thema sei, hätte ich wohl aufgrund meiner Berufserfahrung nicht von Anfang an bejaht.



Einen neuen Akzent
in meiner Einschätzung
bekam ich durch
die Islamwissenschaftlerin,
die vor einigen Jahren
uns Inselseelsorgenden
ausführte, wie sehr Scham in
muslimischen Kontexten von
grosser Bedeutung
sei.

Später merkte ich in der Auseinandersetzung mit dem Römischen Reich, dem Kontext der neutestamentlichen Texte, wie grundlegend dort das gesellschaftliche Streben nach Ansehen und Ehre und die Furcht vor Beschämung waren.

Und jetzt, wenn ich zum Beispiel darauf achte und nachspüre, wie Menschen mir als Seelsorgerin von ihren Erfahrungen und ihrem Ergehen mit bereits verstorbenen, nahen Menschen erzählen, fällt mir die tastende Vorsicht auf, ob sie es wagen können, sich zu exponieren. Da geht es ebenfalls um Scham und die Befürchtung, sich selbst als «gestört» zu entlarven.

Zunehmend
wird mir bewusst,
wie subtil Scham
mitgeht und
in vielen Begegnungen
eine gewichtige Rolle
spielt.

Möge es oft möglich sein, das Erleben der Betroffenen wirklich ernst zu nehmen und mit hineinzugehen in die erlebte Wirklichkeit – gewiss, ohne dabei in ihr aufzugehen.

Gut sechzig Jahre alt ist die Frau und ringt nach Atem.

Eben war der Stationsarzt
bei ihr und ohne Umschweife
eröffnete er der Patientin
die lebensbedrohliche Diagnose:
«Ein paar Monate noch und
dann sind Sie tot»
und er fügte hinzu:
«Haben Sie sich
Gedanken gemacht?
Sind Sie vorbereitet?»

Erkenntnis

WOLF ERLBRUCH

Ente, Tod und Tulpe

KUNSTMANN



Wolf Erlbruch

Ente, Tod und Tulpe

Kuntmann, 2010

Sie regt sich auf:

«Wie kann einer, der gesund ist, so reden? Wie kann ein Arzt so mit einer Patientin reden?»

> «Sich auf den Tod vorbereiten, wie?»,

das fragt sie mich und schaut mich mit wachen Augen an. Ich sehe diese Frau, sehe ihre Augen, sie sind voller Leben. Seit Jahren lebt sie mit einer Lungenkrankheit und ist umgeben von ihrer Familie, von Kindern und Kindeskindern. Diese Frau ist voller Leben und ihre Frage klingt wie eine Provokation.

Und dann kommt mir eine Geschichte in den Sinn, die Geschichte von der Ente, vom Tod und von der Tulpe (siehe Buchcover auf Seite 43). In einfachen Sätzen beschreibt Wolf Erlburch, wie sich die Ente zunehmend an den Gedanken gewöhnt, dass der Tod zum Leben gehört und dass er immer schon in ihrer Nähe war. Die Ente reagiert erschrocken und doch wird sie ihn nicht mehr los, schliesslich macht sie sich mit dem Tod auf den Weg durchs Leben, sie macht sich mit ihm vertraut, sie bietet ihm ihre Hilfe an, sie richtet ihre Fragen an ihn und betrachtet ihn zunehmend als Teil ihres Lebens. Und doch bleibt er ihr fremd. Den Teich ohne Ente, das kann sie sich nicht vorstellen.

Aber eines Morgens, als die Blätter an den Bäumen welken, ist die Ente auf einmal sehr, sehr müde. Ein Jahr oder mehrere sind ins Land gezogen. Es wurde Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Der Jahreskreis hat sich geschlossen. Die Ente legt sich dem Tod in die Arme und stirbt und der Tod trägt die Ente zum Fluss. Er legt sie behutsam aufs Wasser. So viel Leben haben die beiden miteinander geteilt. So viel Schönes haben sie gemeinsam erlebt. Der Tod übergibt die Ente dem Fluss und schaut zu, wie er sie davonträgt. Und als der Tod sie schliesslich aus den Augen verliert, ist er fast ein wenig betrübt. Aber so ist das Leben.

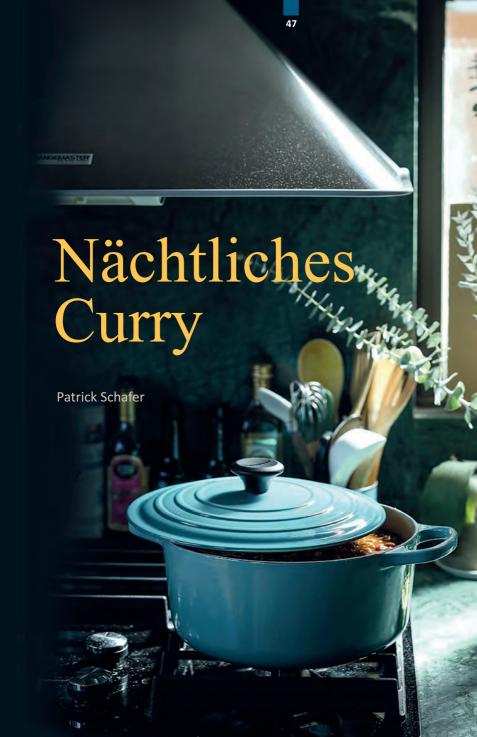
Die Erkenntnis, dass der Tod uns begleitet, ist keine Selbstverständlichkeit. Diese Frau ist wie die Ente, erschrocken und in zunehmendem Bewusstsein. Mit wachen Augen blättert sie im Buch, dann klappt sie es zu, schaut mich an und sagt:

«Dieser Tod ist mir etwas unheimlich »

Gibt es eine bessere Vorbereitung?

Ich glaube nicht.

Neulich in einem Pikettdienst, das Telefon klingelt mitten in der Nacht. Die Anruferin bittet mich, auf die Kinderintensivstation als Unterstützung für die Eltern einer kleinen Patientin zu kommen. So fahre ich um diese späte – oder bereits frühe Uhrzeit ans Inselspital. Oft, eigentlich meistens, wenn ich mich um diese Zeit dem Spital nähere, breitet sich in mir, beim Betrachten der einzelnen, beleuchteten Fenster der Stationszimmer ein sonderbares Gefühl aus.



Ich weiss nicht, ob es die Erinnerung an die weihnächtliche Krippenszene – den hell erleuchteten Stall ist! Ich verspüre ein Gefühl von Geborgenheit und Getragensein. Dieses Gefühl ruft mir ins Bewusstsein, dass in all diesen hell erleuchteten Zimmern Menschen arbeiten, die noch wach sind und sich um andere kümmern. In den anderen Zimmern, in denen kein Licht brennt, hoffe ich, dass dort Menschen sind, die schlafen, sich ausruhen dürfen und so zu Energie und Kraft finden.

Kaum auf der Abteilung angekommen, begrüsst mich eine Pflegende sehr herzlich und meint, es würde wohl ein längerer Einsatz werden.

Falls ich irgendwann Hunger bekommen sollte, so stünde in der Küche ein Topf mit Curry, daneben ein anderer mit Reis, ich dürfe mich einfach bedienen. Es sei sehr lecker und der Ehemann einer Arbeitskollegin hätte dieses Essen für das Team zubereitet. Wieder war es da, dieses Gefühl, welches mich spüren liess, dass ich nicht alleine bin.

Dass andere ebenfalls da sind, die mittragen, mit denen ich teilen kann.

Es sind häufig solch nächtliche Einsätze, in denen ich diesen interprofessionellen Austausch, das Zusammenarbeiten unter Kolleginnen und Kollegen als unglaublich bereichernd und tragend verspüre. Es ist ein Gefühl von «teilen können». Und dieses Teilen lässt so manches, schier Unerträgliches aushalten. Das alte Sprichwort «geteiltes Leid ist halbes Leid» mag da schon stimmen. Dass Teilen nicht immer einfach fällt, weiss und kennt sicher jede und jeder von uns. Trotzdem sehe ich es als grosse Bereicherung für uns alle, wenn wir uns immer wieder darauf einlassen und es versuchen. Im Kleinen oder auch im Grossen, im Persönlichen und Beruflichen, mit einem Topf Curry oder, dass wir einfach das Licht brennen lassen, so dass andere merken, dass jemand da ist.

Freunde in der Not

Isabella Skuljan

Vor kurzem besuchte ich einen Mann, der kurz vor seiner Entlassung aus dem Spital stand.



Ich habe gestaunt,
als ich ihn sagen hörte:
«Manchmal weiss ich nicht,
ob ich überhaupt
wieder in meine alte Welt
zurückkehren
möchte.»

«Hier im Spital habe ich liebe Menschen kennengelernt, die sich um mich kümmerten, obwohl sie mich nicht kannten. Meine Freunde, mit denen ich ein "Cüpli" trank, waren nicht hier, als ich krank war.»

Und dann zeigte er mir ein Fotoalbum mit all den Festen, die er ausrichtete und all den Menschen, die in seinem «gesunden» Leben wichtig waren.

> «Wenn ich jetzt wieder nach Hause gehe, dann verliere ich alle, die mir hier geholfen haben und die da waren, als es mir schlecht ging.»

«Will ich das?»

Vielleicht gibt es Menschen, die Ähnliches erleben. In Krisensituationen verhalten sich Menschen manchmal anders, als sie es sich selber vorstellen. Manche haben unsichere oder gar ängstliche Gefühle vor einem Spitalbesuch. Andere scheuen die Begegnungen mit einem leidenden Menschen. Und so kommt es dann dazu, dass da eine Frau, ein Mann oder ein Kind im Spital liegen und sich vergeblich auf Besuch freuen, mit dem sie eigentlich rechnen konnten.

Ich überlege mir, wie man diesen Enttäuschungen vorbeugen könnte. Da kommt mir eine Idee für solche Fälle: «Komm», würde ich einem Freund sagen, «da liegt doch unser Nachbar im Spital. Wollen wir nicht einmal zusammen hingehen? Der würde sich doch riesig freuen, meinst du nicht?»





«Ich bin tief beeindruckt», sage ich zum Patienten und will wissen, woher er seine Kraft nehme. Ich muss vorausschicken, dass ich den Mann schon viele Male besucht habe. Weder habe ich ihn jemals klagen gehört noch mutlos erlebt. Er sehe stets das Positive. wussten auch die Pflegenden zu erzählen.

«Sehen Sie», sagte er einst, als ich ins Zimmer kam, «ich kann meine Zehen schon einen Millimeter hin und her bewegen.» In der Zwischenzeit hat sich herausgestellt, dass die Ärzte dem Patienten nicht mehr helfen können. Seine Wirbelkörper werden durch eine Infektion allmählich zerstört.

Der Patient ist über seinen Zustand vollumfänglich informiert. Kürzlich bemerkte er beiläufig: «Ich bin nicht sicher, ob ich jemals wieder von diesem Schragen herunterkomme.» Aber selbst nach der ernüchternden Diagnose behielt er seine Fassung. «Es bringt mir nichts», meinte er mit klaren Worten, «wenn ich klage. Im Gegenteil es schwächt mich. Immer schön die Brust rausstrecken, das ist wichtig.»

Hin und wieder erzählt er vom schweren Unfall, der ihm beinahe das Leben gekostet hat und von der harten Jugendzeit. Im Gegensatz zur Mutter, die ihn verstossen habe, entgegnet er, habe der Vater gespürt, dass er Zuwendung brauche. Dieser habe ihn mitgenommen in die Werkstatt. Und dort genoss der kleine Knirps viele Freiheiten. Er durfte sich an der Drehbank beschäftigen und dabei seine Geschicklichkeit entdecken. Seine Augen leuchten, die Funken sprühen, die Späne fliegen, wenn er vom Sägen, Feilen und Herstellen verschiedener Werkzeuge erzählt. Nach Möglichkeit holen wir die Werkbank gedanklich ans Bett. Gelegentlich wird an der Familiengeschichte herumgebastelt. Die Enttäuschung darüber, dass ihn niemand besuchen komme, hört sich wie ein falsch eingespanntes Sägeblatt an. «Nein», sagt er, «anbiedern tue ich mich nicht, dann bin ich lieber alleine. Und Ihre Gespräche, die tun mir gut.»

Und noch etwas tut dem Patienten gut. Die Kameradschaft mit den Zimmernachbarn. Neulich habe ich sie zu zweit draussen angetroffen. Sie scherzten und munterten sich gegenseitig mit einem «chunnt scho guet» auf. Und dann geraten sie ins Phantasieren. «Wir sind am liebsten hier an der frischen Luft. Und wenn die Pflegenden uns vergessen – nein, wir melden uns nicht. Wir blieben hier und rauchen unsere Friedenspfeifen» und schicken, so denke ich, ihre Hoffnungen und Wünsche zum Himmel.

Ausblick – Fernblick –

Auf dem Inselareal gibt es so manches Gebäude, von dem aus einem ein herrliches Panorama präsentiert wird.

Weitblick

Nicht selten sieht man u.a. «Eiger, Mönch und Jungfrau» und nur eine Kopfdrehung nach links die geliebte «Kaiseregg» und noch etwas weiter die Jurakette Der Blick schweift in die Ferne, verliert sich in der Landschaft und löst entsprechende Emotionen und Erinnerungen aus. Solche Bilder lassen mich durchatmen und ich verspüre ein Gefühl von Weite, welches eine tiefe Zufriedenheit in mir auslöst.

Alltägliches verliert an Wichtigkeit, Belastendes verliert an Bedrohung!

Am Nachmittag, an einem Patientenbett, bin ich sehr berührt, als mir eine Frau von ihrem Leben und von ihrer Krankheit berichtet. Sie erzählt, wie sie auf ihre Situation schaut, wie sich ihr Zustand verändern könnte und was das für sie, ihr Leben und ihre Lieben bedeuten würde. Auf ganz andere Art und Weise erfahre ich durch diese Patientin was Ausblick – Fernblick – Weitblick ebenfalls bedeuten kann. Und dass bei solchem (Hin-)Schauen, durch einen solchen Blick, Alltägliches ebenfalls an Wichtigkeit und Belastendes an Bedrohung verlieren kann, so dass auch sie durchatmen und irgendwie Zufriedenheit verspüren kann.



Wo bist du, Gott?

Kaspar Junker



Der junge Mann mit lebenslänglicher schwerer Krankheitsgeschichte sitzt mir gegenüber im Rollstuhl. Er hat mir wütend erzählt und geklagt von seinem Leben voller Einschränkungen, Mühen, Schlägen und Krisen. Die Mutter hat er schon lange verloren, ebenso kürzlich seine Partnerin – beide an Krebs.

Jetzt muss ihm vielleicht auch noch das Bein amputiert werden.

In der Seelsorge begegne ich vielen leidgeprüften Menschen. Oft staune ich, wie sie einen Umgang damit finden, wie sie ihrer Leidensgeschichte einen Sinn abgewinnen können oder sich bewundernswert auf das Positive konzentrieren, auf alles, was ihnen Kraft gibt. In der Seelsorge fördern wir dieses Ausschauhalten nach Ressourcen gerne.

Dieser junge Mann hat früh klargestellt: Mit mir bitte nicht! Ich möchte einfach klagen dürfen. Es ist nicht in Ordnung, dass mich so vieles trifft, fertig!

Der Mann macht eine Pause, bläst den Zigarettenrauch nachdenklich gen Himmel und fragt:

Ja, lieber Gott, wo bist du denn? Wo bist du mit deiner Güte?

Mir ist aufgefallen, dass der junge Mann Gott direkt anspricht. Er fragt nicht, wie ich es manchmal auch erlebe, mich herausfordernd:

«Herr Pfarrer, und wo bitteschön ist nun da Ihr Gott?» Er fragt, Gott selber herausfordernd:

«Wo bist du, Gott?»

Es ist nicht ein Reden von oder über Gott, es ist ein Ringen *mit* Gott. (Und ich denke für mich: eine Ressource!)

Und der junge Mann erzählt mir weiter, dass er zwar nicht mehr oder nur selten in die Kirche gehen möge, vieles sei ihm zu belanglos oder flach, was so gesagt würde, aber die Bibel, die bleibe ihm wichtig.

Nicht verwunderlich, eigentlich. Die Bibel ist voll von Menschen, die Gottes Zusagen ihm ins Angesicht einklagen, an seine Güte appellieren, kraftvoll, wütend... und so Gott ernst nehmen. Ich bin froh, dass wir das dürfen und können und sollen. Vor Gott zu klagen ist kein lamentierendes Selbstmitleid, sondern wichtiger Protest. Die Klage des jungen Mannes soll nicht zum Verstummen gebracht werden.

Und ein Bild kommt mir in den Sinn, das mir im Studium begegnet ist und mich seither fasziniert und begleitet: Eine Darstellung des auferweckten Gekreuzigten mit seinen Wundmalen und Spuren der Passion zur Rechten Gottes – die Wunden offen haltend, sie Gott zeigend – als Wunde in Gott selbst, einer Antwort harrend.

Vorher und nachher

Nadja Zereik

Mit einem
Nikotinpflaster ist er
mir gekommen,
der Oberarzt, das ist jetzt
etwa ein Jahr her.
«Sie, das ist doch
nicht dasselbe!»
Mit so einer Lunge,
meinte er, müsse ich
aufhören zu rauchen.





Frau A. vor einer Herzschrittmacher-OP

«Aber wissen Sie, ich rauche,seit ich siebzehn bin.Jetzt bin ich achtzig, und es geht mir gut.Das war doch einfach pingelig.»

Ich bin ihm dann davongelaufen. He, der Test war halt positiv, wegen der Grippe, und da liess er mich nicht einmal kurz raus, um eins zu rauchen.

Ich war schon ziemlich am Boden gewesen, damals, hatte einfach keine Flüssigkeit mehr. Aber nach ein paar Infusionen und zwei Nächten fühlte ich mich wieder fit, und da kam eben der Glust auf eine Zigarette.

Das sei dann auf meine Verantwortung, hatte er gesagt, wenn ich jetzt einfach heimginge. Ich hab mein ganzes Leben auf meine Verantwortung gelebt.

Raus- und heimgehen durfte ich also, trotz positivem Test – aber rausgehen, um eins zu rauchen und wieder rein, nein, das war nicht möglich gewesen.

Ich bin schon dankbar, dass sie mir geholfen haben, da, vor einem Jahr, wirklich, ich will ja nicht sterben – und damals wollte ich unbedingt noch meinen Achtzigsten feiern, mit vielen Leuten. «Aber Sie, ist der Chirurg, der mir morgen den Schrittmacher reinoperiert, ist der auch so ein Pingeliger?»

Nach dem Eingriff auf einer Liftfahrt mit dem Chirurgen

Schön, dass du dich nach Frau A. erkundigst. Jaja, es ist schon schwierig gewesen zu punktieren – bei dieser Lunge! Risikoreich, sehr risikoreich. Aber es ging, den Schrittmacher konnte ich gut einsetzen, nach ein paar Wochen werde ich ihn dann noch justieren.

Ich hatte ja eine solche Freude an Frau A. Nein, wirklich. Ich meine, wenn man noch mit achtzig Jahren eine solche Lebensfreude hat!

Über Parmaschinken haben wir gesprochen und über Rotwein. Wenn man ihr etwas Gutes tun will, dann soll man ihr eine Flasche Wein und einen guten italienischen Schinken vorbeibringen.

Die soll ihr Leben doch einfach geniessen, so lange es dauert, einfach geniessen.



Hauptsache gesund?



«Hauptsache, du bist gesund.»
Immer wieder hört man diesen Satz, bei allen möglichen Gelegenheiten.
Eine Patientin hat mich darauf hingewiesen.

Für die schwer kranke Frau war dieser Satz eine zusätzliche Kränkung, und im eindrücklichen Gespräch konnte sie ihn widerlegen.

Wir haben uns unter anderem über die Heilung eines Gelähmten, wie sie in Markus 2 überliefert ist, unterhalten. Den Ertrag aus unserer Beschäftigung mit dieser Geschichte versuche ich hier zusammenzufassen:

Für diese Geschichte einer Heilung braucht es die vier Menschen, die den Gelähmten tragen. Hartnäckig und aufdringlich bahnen sie dem Gelähmten einen Weg zu Jesus. Im Leiden gibt es einen Punkt, wo wir wie gelähmt sind, wo wir auf andere angewiesen sind.

Es gibt Situationen, wo Menschen nicht mehr selber glauben, hoffen und aktiv sein können, zu fest sind sie in einem Tief, so gelähmt, dass sie einen ersten Schritt zur Heilung nicht machen können. Es bringt nichts, ihnen sagen zu wollen: «Du musst nur an dich glauben, du darfst dich nicht gehen lassen, du darfst die Hoffnung nicht aufgeben.» Denn gerade das macht ja die Tiefe ihrer Not aus, dass die das nicht mehr können. Sie brauchen Menschen, die jetzt stellvertretend für sie glauben und hoffen,

für sie Hand anlegen, sie mit ihren Armen, ihrem Glauben und Hoffen durch dieses Tief tragen.

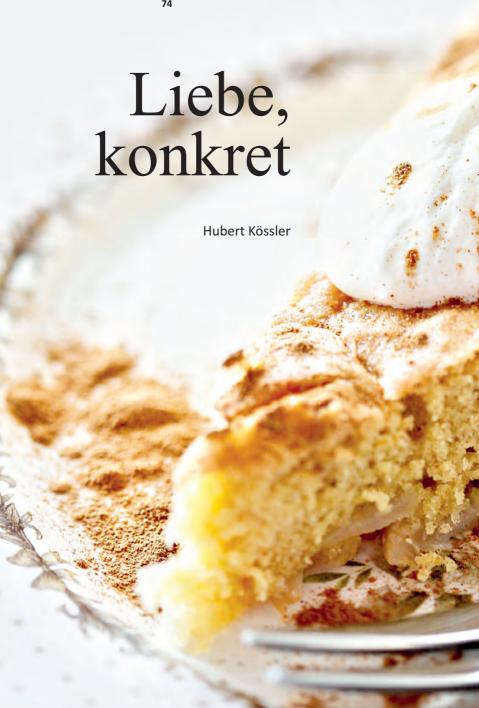
«Mein Kind, dir sind deine Sünden vergeben.»

Das ist das Erste, das Jesus sagt, als er einen Gelähmten, einen behinderten Mann, vor sich auf der Bahre sieht.

Das ist allerdings ein befremdender Empfang eines kranken und hilflosen Mannes.

Jesus sieht nicht bloss die schlaffen Arme und Beine, er sieht den Menschen noch in einer viel tieferen Lähmung. Der Gelähmte ist natürlich nicht schuldiger als sonst irgendwer. Aber Jesus scheint da eine lähmende Angst entdeckt zu haben. Das Gefühl: Ich bin nichts wert. Mit diesem Gefühl zieht man sich zurück und wagt gar nicht mehr richtig zu leben. (Man hat ja die Hauptsache nicht...). Jesus spricht von dem, was uns klein und kleinlich macht, und sicher spricht er auch von dem, was uns hindert, uns auf Gott auszurichten. Und da räumt Jesus all dies aus dem Weg. Spricht den Gelähmten frei. Zwischen dir und mir, zwischen dir und Gott, steht nichts im Weg. Was auch immer ihn gelähmt haben mag, Jesus befreit ihn von dem, was ihn lähmt. Er sagt zu ihm:

«Ich sage dir, steh auf, nimm deine Bahre und geh nach Hause! Und der stand auf, nahm sogleich die Bahre und ging vor aller Augen hinaus.» Staunend haben wir festgestellt, dass mit keinem Wort gesagt wird, dass der Gelähmte nun gesund geworden sei. Die Patientin resümierte: Heil sein betrifft nicht das Wiederherstellen der Gesundheit. Heil sein heisst, mit sich und seiner Situation, wie sie auch sein mag, im Reinen zu sein. Die Gesundheit ist eben nicht das einzige Kriterium für ein erfülltes Leben. Eben nicht die Hauptsache. Unsere Beziehungen sind es, die uns durchs Leben tragen, was auch immer das Leben bringt.





Meine Grossmutter
war eine kleine, runde Frau.
Ich habe sie nie
schlecht gelaunt oder
unfreundlich erlebt.
Ihre Herzlichkeit
war unübertroffen,
ihre innere Ruhe durch
nichts zu erschüttern.

Ihr Mann und sie waren einfache, arme Leute: er Schuster, sie Hausfrau. Sie arbeiteten hart. Am Abend spielten sie Halma. Als sie endlich ein wenig Sicherheit und Wohlstand erreicht hatten, starb mein Grossvater.

Trotz der Trauer blieb meine Grossmutter sich und ihrer Liebe zu den Menschen treu. In ihrer Nähe spürten wir Enkel fast körperlich, dass sie sich freute, weil es uns gab. Wir liebten sie. Jeder von uns hatte es ab und zu einmal schwierig mit den Eltern – aber mit der Grossmutter? Nie. Alle Leute im Dorf kannten und grüssten sie. Sogar die Jugendlichen, die auf ihren frisierten Mopeds durch die Strassen knatterten, nickten ihr zur Begrüssung kurz zu. Meine Grossmutter nannte sie nicht «Jugendliche», sondern «Halbstarke». Aber da klang nichts Abwertendes mit, vielmehr Respekt.

Ihre süss-sauren Essiggurken waren so legendär wie ihre Bratensaucen. Die Zutaten holte sie aus dem geliebten Garten. Der war wild und schön und roch intensiv. Da wuchsen Bohnen, Kohlrabi, Fenchel, Sellerie, Kräuter, Blumen, Obstbäume, Nüsse, Kartoffeln. Am Sonntagnachmittag gab es Kaffee und selbstgebackenen Kuchen.

Einige Jahre vor ihrem Tod wurde sie dement. Es fing ganz langsam an: Sie vergass Termine und Orte, sie verwechselte Geburtstage und Vornamen. Aber die Einladung zum Sonntagskaffee – die hielt sie noch jahrelang aufrecht.

An einem dieser Sonntage stimmte etwas mit dem Apfelstrudel nicht. Wir brauchten einen Moment, bis wir erkannten, was es war: Sie hatte Curry statt Zimt genommen. Farblich kein grosses Problem, geschmacklich aber schon. Der Kuchen schmeckte katastrophal. Normalerweise hätte man ein Stück probiert und dann dankend zurückgegeben.

Aber was passierte? Keiner liess sich etwas anmerken. Wir alle assen unser Stück auf. Keiner verzog eine Miene. Niemand lachte. Meine Grossmutter merkte nichts. Sie war so glücklich, dass alle da waren; sie war so beschäftigt, Kakao zu kochen und Kaffee nachzuschenken, dass der Kuchen aufgegessen war, bevor sie selbst ein Stück probieren konnte.

Damals habe ich etwas darüber gelernt, was Liebe heisst: Die Liebe ist praktisch. Sie ist verlässlich. Sie braucht nicht viel Worte. Sie lacht niemanden aus. Sie sieht das Potenzial. Sie rechnet nicht beim Geben. Sie hat schrundige Hände. Sie legt den Finger nicht in die Wunde. Sie verzeiht grosszügig. Sie darf auch einmal etwas vergessen.



Bereicherung von jüdischer Seite

Ingrid Zürcher

Im Jüdischen Gebetbuch, welches
Gabriel Strenger in einem spirituellen
Leitfaden auch für Nicht-Juden
erschliesst, beginnt der Morgen mit dem
Innewerden, dass Gott mir meine Seele
wiedergegeben hat. Offenbar geschieht
das jeden Morgen wieder aufs Neue.
Folge ich dem Morgengebet, realisiere ich
also zuerst: Ein neuer Tag ist mir gegeben,
ich bin am Leben und bin lebendig.

Und ich bin in Verbindung mit dem göttlichen Kraftwerk des Lebens: «In Barmherzigkeit hast du mir meine Neschama wiedergegeben.» Hier unterscheidet das Judentum zwischen der Leibseele, der Nefesch, die auch während des Schlafes aktiv ist: Der Atem, der Herzschlag und all die autonomen Systeme des Leibes funktionieren, und so auch das Träumen des Geistes. Wenn ich aber vom Schlaf erwache, wird auch die Herzensarbeit wieder möglich, die mich mit der Neschama verbindet, die mir täglich neu geschenkt wird: «Du Gott bist mir treu und lässt mich täglich wieder zum Leben auferstehen. Und du vertraust mir, traust mir zu, dass ich meinen Tag sinnvoll und in inniger Nähe zu dir leben kann.»

Nach der Eröffnung wird im Morgengebet zuerst für die Funktionen des Leibes gedankt, für dieses Kunstwerk mit seinen Öffnungen und Höhlungen und dem komplexen Zusammenspiel, was mir auch seine Zerbrechlichkeit bewusst macht.

Dann folgt der Dank für die Seele, die Gott erschaffen und mir eingehaucht hat, sie in mir behütet und sie mir zukünftig nehmen und sie mir in der Zukunft wiedergeben wird. Strenger schreibt dazu: «Ich bringe mir zu Bewusstsein, dass ich eines Tages sterben werde... und lebe im Vertrauen, dass meine Seele in der Kette des Lebens weiterbesteht, selbst wenn die genaue Art, wie dies geschehen wird, für mich unfassbar ist.»

Der nächste Schritt ist der Dank für die Torah und führt Richtung menschliches Tun.

Ich erlebe es als grosse, belebende Bereicherung, eine so tiefgehende Anleitung zum Verstehen von Glaubenspraxis der jüdischen Schwester-Religion in die Hand zu bekommen. Eine Kostbarkeit für eine interreligiöse Ökumene.

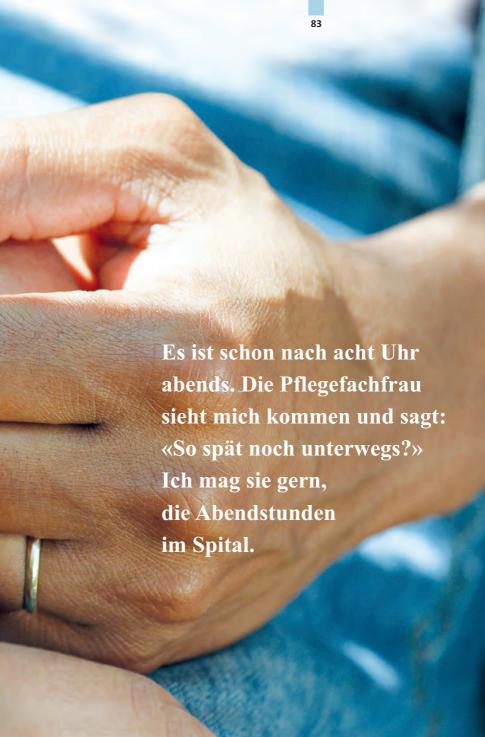
Der Titel des erwähnten Buches:

Gabriel Strenger

Die Kunst des Betens

Basel 2019





Wenn das Tagesgeschäft vorbei ist, kehrt auf den Abteilungen Ruhe ein. Patient*innen lassen den Tag «Revue» passieren und manchmal kann ich meinen Besuch mit einem Segenswort für die Nacht verbinden. Das Anbrechen der Nacht ist für kranke Menschen nicht selten eine Belastung. Störungen gehören zum Spitalbetrieb und schlaflose Nächte sind hier keine Seltenheit. Da ich noch da bin, bittet mich die Pflege um einen Besuch bei einer Patientin, die erst heute auf die Station verlegt worden ist. Sie sei sehr schwach, sterbenskrank und habe aufgrund von einem Hirntumor die Fähigkeit zum Reden verloren.

«Sie ist einfach froh, wenn jemand bei ihr ist»,

erklärt mir die Pflege.

Kurze Zeit später sitze ich am Bett der Frau. Sie reicht mir ihre Hand. Und leise steigen die Worte von einem Abendlied in mir auf, das mich durch meine Kindheit begleitet hat.

«Darf ich für Sie ein Lied singen?»,

frage ich vorsichtig.

Die Patientin reagiert unerwartet heftig, sie richtet sich auf und schüttelt den Kopf. Was soll das bedeuten? Vielleicht doch lieber nicht... Ich erinnere mich an den Austausch mit einer Kollegin: Menschen, die sich nicht in gewohnter Weise äussern können, kommunizieren anders. Ein Kopfschütteln muss durchaus nicht

«Nein» bedeuten. Eine Reaktion bedeutet in erster Linie: Da gibt es eine Resonanz. Und Resonanz erleben bedeutet: Diese Spur gibt etwas her. Wag dich einen Schritt weiter. Ich beginne leise zu summen. Die Frau legt sich hin und entspannt sich. Ich setze die einzelnen Liedstrophen zusammen und singe jetzt ein bisschen lauter. Ich habe das Gefühl, die Patientin schläft, doch als ich mich leise von ihr verabschieden will, öffnet sie die Augen.

«Ich komme morgen wieder»,

verspreche ich ihr und mache mich auf den Heimweg.

Am nächsten Tag scheint sie wacher als am Vorabend. Ich nehme ihre Hand und grüsse, erinnere sie an den gestrigen Besuch. Keine Ahnung, ob sie sich auch erinnert. Soll ich gehen? Soll ich bleiben? Sie reagiert mehr auf Gehen. Ich verabschiede mich und wende mich der Türe zu.

Da richtet sie sich unvermittelt im Bett auf und winkt.
Sie winkt kräftig und bestimmt und will gar nicht mehr aufhören.
Sie winkt und winkt und winkt und ich winke zurück und gehe beglückt und beschenkt davon.

Wann beginnt der Rest



des Lebens?



Resümees und Ausblicke;
wir machen sie auch als Erwachsene
immer wieder.
Manchmal stellen sie sich fast
von alleine ein.
Was habe ich bisher erlebt,
getan, vertan, erreicht?
Und: Was will ich noch?
Was wünsche ich mir?
Was davon ist möglich –
und was nicht?

Mit Schläuchen in der Nase und in den Blutbahnen treten solche Fragen zurück. Überleben steht jetzt im Zentrum. Grundsätzlich. Notgedrungen. Trotzdem stellen sich auch hier ganz grundsätzliche Fragen: Wie lange dauert jetzt der Rest des Lebens? Welche Qualität hat er? Macht es Sinn, dafür zu kämpfen und zu leiden? Wann sagt jemand «Stopp» – und was für Möglichkeiten gibt es dann? Was geschieht mit uns, wenn die Tatsache unserer Endlichkeit greifbar wird, auftaucht aus einem nebulösen Irgendwann und langsam Gestalt annimmt? Wie lange ist er, der Rest unseres Lebens?

Ein Patient hat sich entschieden. Selbstbestimmt. Nach vielen Gesprächen mit Ärzten, Pflegenden, mit nahestehenden, ihm wichtigen Personen. Vor diesem Hintergrund, nach wochenlangem Ringen konnte er sich entscheiden und äussern. Keine Therapien mehr, keine Schmerzen mehr. Das Ende rückte sprunghaft näher und damit auch die Frage: Was möchte ich noch, jetzt noch, mit meinem verbleibenden Lebensrest?

Gestern brach er auf zu einem letzten Ausflug in die Berge, die er so sehr liebte, mit seinen liebsten Menschen. Das Spital gab ihm Urlaub. Die Reise wurde genau geplant. Die Vorfreude war riesig. Ruhig und zufrieden hatte er sich von mir verabschiedet. Mit einem Strahlen in den Augen.

... nicht alleine!

Patrick Schafer

Zwischen

«Alleinesein-Müssen»

und

«Alleinesein-Dürfen»

besteht ein

grosser Unterschied;

man könnte auch sagen,

es liegen

Welten dazwischen.



Neulich, in einem Pikettdienst, wurde ich am Abend von einer Pflegenden gerufen. Ein junger Mann, der scheinbar auf der Strasse lebte – dessen Identität nicht bekannt war und deshalb auch keine Angehörigen verständigt werden konnten – lag «bewusstlos» und sterbend auf der Intensivstation. «Der Mann kann doch nicht alleine sterben. Könntest du nicht kommen?», hat sie mich am Telefon gefragt.

Unterwegs, auf dem Weg zur Abteilung, haben die Worte der jungen Pflegenden bei mir nachgeklungen. Diese Achtsamkeit und Wertschätzung dem Leben im Allgemeinen und speziell diesem jungen Mann gegenüber, hat mich tief berührt. So standen wir dann zusammen am Krankenbett, bis der Mann nach kurzer Zeit verstorben ist. Beide waren wir froh, dass wir nicht alleine sein mussten. Durch das Gespräch und die Präsenz konnten wir der Seele und auch unserer eigenen Seele Sorge tragen. Häufig und insbesondere in nächtlichen Piketteinsätzen, erlebe ich den Austausch mit dem Pflegepersonal oder dem Ärzteteam als sehr wertvoll. Das Gefühl von «nicht alleine sein müssen» unterstützt mich in meiner Arbeit. Es hilft in Situationen da sein zu können, mit aushalten können und handlungsfähig bleiben. Selbst in Momenten, die himmelschreiend traurig sind!

Nach solchen Einsätzen schätze ich den Moment, in dem ich «alleine sein darf» wiederum sehr. Eine Pause, in der ich Ruhe finden und das Erlebte für mich ordnen und «verdauen» kann! Sei es auf dem Spaziergang nach Hause oder einem kurzen Moment in der leeren Kirche, wo ich eine Kerze anzünde.

Zwischen
«Alleinesein-Müssen»
und «Alleinesein-Dürfen»
liegen Welten.

Ich wünsche uns allen, dass wir solche Welten füllen und gestalten können. Die Kraft, dass wir das «Alleinesein» aushalten Den Mut, dass wir es wagen, Momente von «Alleinesein-Dürfen» einzufordern Damit unsere Seele immer wieder Kraft tanken kann und genügend Energie hat für den Alltag.

Kinder trauern anders

Isabella Skuljan

Lias kleiner Bruder Diar war tot geboren.



Denn

Gerne hätten die Eltern
das Geschehene ungeschehen gemacht.
Und weil das nicht ging, wollten sie
zumindest das tragische Ereignis
vor ihrer 5-jährigen Tochter verbergen.
Mit diesem Schmerz und der
grossen Ohnmacht um den kleinen Diar
sassen wir zusammen.

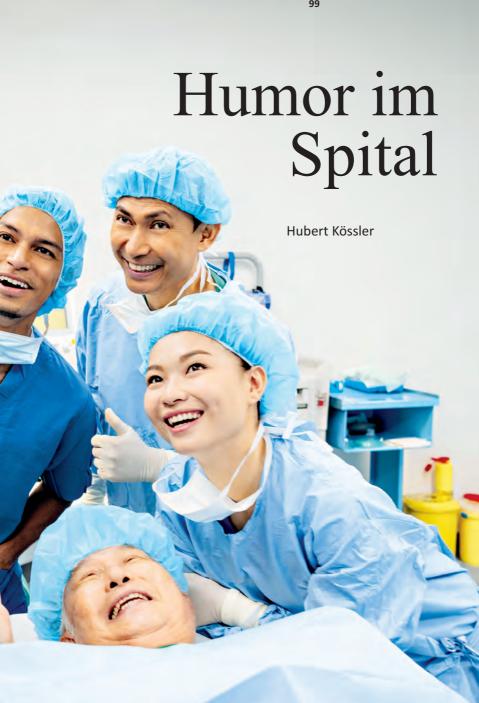
Sollte Lia bei dem Abschied dabei sein? Die Frage war unausweichlich.

Aber die Eltern waren bei dem Gedanken bestürzt. Ihre Tochter sollte ihren kleinen Bruder sehen und sich verabschieden?

Sie sollte mit all der Trauer konfrontiert werden, die wir kaum aushalten können? Im ersten Moment ist das eine ganz verständliche Reaktion. Eltern möchten ihr Kind vor der Begegnung mit Tod und Trauer bewahren. Abschied und Trauer gehören für uns alle zu den schwierigsten Aufgaben. Oft erscheinen sie uns kaum aushaltbar und wir haben Angst vor solchen Situationen. Doch wenn wir damit konfrontiert werden, sind Ausweichen und Leugnen kein Schutz. Um den Schmerz verarbeiten zu können, ist die Trauer eine wichtige Wegbereiterin. Sie hilft uns, Abschied nehmen zu können von einem geliebten Menschen, indem wir ihn sehen, berühren oder ihm etwas schenken. Mit solcher Anteilnahme lernen wir, das Unbegreifliche zu begreifen. Es hilft, sich von Verstorbenen zu verabschieden, ihnen Gutes zu sagen und Gutes zu tun.

Als Lia ihren kleinen Bruder zusammen mit der ganzen Familie sehen durfte, beugte sie sich über ihn und sagte: «Er ist ja wirklich so klein, wie ihr gesagt habt. Darf ich ihn in die Arme nehmen?». Uns berührte Lias Wunsch sehr und wir legten ihn ihr in den Arm. Sie, ganz die stolze Schwester, blickte liebevoll auf ihn. Dann sagte sie zu ihrer Mama: «Nimm ihn auch mal!». Kurz darauf sassen alle beieinander und der Kleine wanderte von einem Schoss zum anderen. Er wurde genau betrachtet und beschrieben. Es war eine berührende Atmosphäre. Und in diesem Moment war es keine Frage mehr, ob Lia bei der Beerdigung dabei sein würde. Statt über den kleinen Diar zu schweigen, wurde er ein Teil ihres Lebens.





Vorgestern war für die Patientin kein guter Tag. Sie war traurig und hatte Angst vor der Zukunft. Nach einem schweren Verkehrsunfall, bei dem sie ein Schädel-Hirn-Trauma erlitten hatte, musste man ihr vorübergehend einen Teil der Schädeldecke abnehmen, damit das Gehirn genug Platz zum Anschwellen hatte. Inzwischen ist die Schwellung abgeklungen, der Schädel wieder aufgesetzt und die Haut darüber vernäht.

Als ich die Patientin heute besuche, zeigt sie mir ihre schelmische Seite.

Sie sagt:

«Ein Gutes hat das Ganze: Ich kann mir die teure Anti-Falten-Salbe sparen.»
Als ich nicht gleich verstehe, erklärt sie:
«Nun, meine ganze Gesichtshaut ist jetzt wieder straffer, weil die Ärzte sie bei der Operation nach oben ziehen und zusammennähen mussten.
Ich sehe jetzt 20 Jahre jünger aus!
Und meine Haare werden die Narbe bald überwachsen haben.»

Sie lacht, obwohl ihr das Lachen weh tut – wie alle Bewegungen im Gesicht.

Ein Patient mit einem enormen Körperumfang hatte bei einem Sturz aus grosser Höhe Glück im Unglück. Er war mit einigen Knochenbrüchen und dem Schrecken davongekommen. Sein Kommentar:

«Da sehen Sie mal, dass es auch Vorteile hat, wenn man dick ist: Wenn ich nicht so viel Polsterung hätte, wäre ich jetzt vielleicht tot.»

Ich habe grossen Respekt vor diesen Menschen und lerne viel darüber, wie man mit Belastungen umgehen kann. Ihr Humor ermöglicht es ihnen, die eigene Situation nicht zu verdrängen, sondern sie anzusprechen und zu thematisieren: «Ja, ich bin beeinträchtigt, ich bin auf Hilfe angewiesen, ich kann nicht mehr wie früher. Ich kann nicht einmal alleine duschen oder zur Toilette gehen.» Doch gleichzeitig gewinnen sie dadurch Distanz zu ihrer Situation und bleiben souverän. So loten sie Freiräume aus, die trotz der Beschränkung bestehen bleiben, und schöpfen sie aus. Wichtig dabei ist, dass der Humor vom Patienten her kommen muss. Als Gesprächspartner darf ich mich auf dieses Feld erst dann begeben, wenn es vom Patienten eröffnet worden ist. Ich darf dem Rollstuhlfahrer keinen Rollstuhlfahrerwitz erzählen. Aber wenn er es tut – wunderbar; ein Geschenk.

Lektüretipp: Jupe Jaegler / Reto Meienberg

Müssen Behinderte immer auffallen?

Fragen und Cartoons Cosmos Verlag 2008



Ohne Zweifel

Barbara Moser

Der Raum ist düster und kühl.

Einzig ein paar Kerzen verleihen ihm
einen Hauch von Wärme
und zeichnen seine Umrisse ab.

Aufgebahrt liegt der Mann da,
blutleer im Gesicht und
mit einem Leinen zugedeckt.

Eine Frau sitzt nahe am Haupt
des Leichnams.

Ein paar Habseligkeiten liegen
zu ihren Füssen.

Leichnam, Frau...
unwillkürlich verknüpfen sich
meine Gedanken mit der Ostergeschichte.

Das älteste der Evangelien, das Markusevangelium, berichtet, dass die Frauen Maria aus Magdala und die Maria des Joses sahen, wo der gekreuzigte und verstorbene Jesus hingelegt wurde. Und sie gingen in die Gruft hinein und sahen einen Jüngling zur Rechten sitzen, bekleidet in einem langen weissen Gewand und sie erschraken Mk,15,47 und 16,9.

Auch hier ist jemand erschrocken. Eine Frau, die gestern ihren Mann unerwartet verloren hat. Nun sitzt sie da und hält Totenwache.

Gemäss Auskunft von einem unserer Bestatter kommt es eher selten vor, dass Angehörige Totenwache halten: Diejenigen, die ihre Verstorbenen hier am Inselspital aufbahren lassen, kommen allenfalls punktuell mit Freunden und Verwandten vorbei, um Abschied zu nehmen. Aber es ist selten, dass jemand über 24 Stunden oder länger am Stück Totenwache hält.

Gemäss verschiedenen Quellen gehen die Anfänge des Rituals der Totenwache ins Mittelalter zurück. Damals versammelten sich Familie, Freunde und Nachbarn nach Eintritt des Todes am Sterbebett. Die Toten wurden in weisse Leinentücher gehüllt, es wurden Kerzen angezündet und Speise und Getränke verzehrt. Die Verstorbenen sollten zu keiner Zeit allein gelassen werden. Durch die Totenwache sollte das Zurückkehren der Seele in den Körper verhindert und ihr zudem mittels Öffnen eines Fensters ein Ausgang verschafft werden.

Auch unserer Frau ging es um die Seele. Unmittelbar nach der Feststellung des Todes bat sie darum, Totenwache halten zu können. Sie möchte, erklärte sie, bei ihrem Mann Wache halten, bis dessen Seele den Körper verlassen hat.

Nun sitzen wir beide da.

Anfänglich schweigend,
danach erzählt die Frau
aus dem Leben ihres Mannes und
von ihrer gemeinsamen Zeit,
den Tränen freien Lauf lassend.

Es werde sehr hart sein, sich von dem geliebten Ehemann zu verabschieden und ihn loszulassen, sagt sie. Aber es tröste sie, so fährt sie fort, dass ihr Mann nun im Licht und bei Gott sei. Und sie wisse, dass auch sie sich eines Tages wieder aufrichten und aufstehen werde. Einen Blick auf den Leichnam werfend, kommt es mir vor, als wäre ein Lächeln auf sein Gesicht gezaubert. Wie schön, durchfährt es mich, wenn sich die Lebenden um die Toten kümmern. Und an der Botschaft von Ostern, dass das Leben und Liebe stärker sind als der Tod, habe ich gerade keine Zweifel.

Erdende Beerdigungen

Kaspar Junker

Man könnte es unwissend
als makabres Hobby
bezeichnen oder als
morbiden Spleen:
Die Patientin, die
in der Zeitung regelmässig die Todesanzeigen
studiert und dann Beerdigungen
fremder Menschen auswählt und
besucht.



Mich hat es zuerst verblüfft, und dann hat es mir sehr eingeleuchtet und mich berührt. Hier kommt die Frau selbst zu Wort: «Ich musste in schwierigen Jahren von vielem schmerzhaft Abschied nehmen und mich ganz neu finden. Weit weg von den Orten, die mich gefangen hielten, fand ich schliesslich meine Ausgewogenheit wieder. Aber ab und zu kommt tiefer Schmerz und Trauer hoch. Wenn ich die Verletzungen und Wunden spüre und wenn ich mich zu verlieren drohe, mich aufgebe oder nicht mehr bei mir bin. In so einem Moment habe ich dann während der Beerdigung einer alten Frau, die ich erst kurz zuvor kennengelernt hatte, erfahren, wie wohltuend, geradezu heilend dieser Trauergottesdienst für mich war. Ich fand im Ablauf der Beerdigung, mit den Orgelklängen, dem Gebet, dem Erzählen über die Verstorbene und dem Gesang ein für mich heilendes und erdendes Ritual. In diesen Gottesdiensten finde ich den unmittelbaren Trost, Frieden und die Versöhnung mit mir und

So gehe ich nun in regelmässigen Abständen zu einem Trauergottesdienst, ohne dass ich die Verstorbenen und Ihre Angehörigen kenne. Ich fühle mich danach immer getragen über mehrere Tage und Wochen.»

meinem Leben.

Ich sehe die Frau vor mir, wie sie diskret hinten in der Kirche Platz nimmt und sich hineinnehmen lässt in den fremden, doch bergenden Resonanzraum. Die Menschen zeigen sich im Moment des Abschieds und der Trauer verletzlich, weich, untereinander solidarisch und verbunden. Ein seltenes und wohltuendes Abbild einer Gemeinschaft.

Ein menschliches Leben wird in all seinen Facetten, mit allem Schönen und Schweren, Gelungenem und Misslungenem, Hoffnungen und Abbrüchen, gewürdigt und Gott anbefohlen. Das eigene Leben erscheint nun eingebettet in einem Ganzen, das uns übersteigt und das uns umfasst. Es wird um den Beistand in der Zeit der Trauer und Neuausrichtung gebeten.

All dies tut auch mir gut.

Vielleicht werde ich es der Patientin einmal gleichtun, dann, wenn Kostbares ins Wanken gerät oder Liebes Risse bekommt. Auf jeden Fall bin ich dankbar für die wertvollen Schilderungen von manchmal unkonventionellen Bewältigungsstrategien, die ich als Spitalseelsorger täglich mitbekomme und erfahre.

Seelsorge Inselspital

Wir begleiten Sie und Ihre Angehörigen, während Sie im Spital sind. Ihre persönlichen Anliegen finden bei uns Gehör. Wir nehmen Ihre Anliegen gerne auf – seien es Sinn- und Lebensfragen oder spirituelle bzw. religiöse Themen.

Wir stehen den Patientinnen und den Patienten, ihren Angehörigen sowie den Mitarbeitenden aller religiösen und weltanschaulichen Überzeugungen zur Verfügung und arbeiten interprofessionell.

Informationen zum Team und deren Zuständigkeit finden Sie unter www.insel.ch/seelsorge Geleitet wird das Seelsorgeteam von Hubert Kössler und Thomas Wild.

Sie erreichen die Seelsorge unter +41 31 632 21 11 Bitte Seelsorge-Pikettdienst verlangen

Autor*innen



Simone Bühler Kedves ref. Seelsorgerin simone.bühler@insel.ch



Hubert Kössler kath. Seelsorger hubert.koessler@insel.ch



Kaspar Junker ref. Seelsorger kaspar.junker@insel.ch



Barbara Moser ref. Seelsorgerin barbara.moser@insel.ch



Patrick Schafer kath. Seelsorger patrick.schafer@insel.ch



Isabella Skuljan kath. Seelsorgerin isabella.skuljan@insel.ch



Nadja Zereik kath. Seelsorgerin nadja.zerieik@insel.ch



Ingrid Zürcher ref. Seelsorgerin ingrid.zuercher@insel.ch