

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

Eine Tür öffnet sich

Seine Diagnose hat er erst vor wenigen Wochen bekommen und ist doch bereits im Hospiz. Es ging alles sehr schnell. Dies ist auch der Grund, warum ich ihn in seinem Zimmer besuche.

Nach ein paar Minuten sagt er dann plötzlich: „Ich habe meine Tochter seit zehn Jahren nicht mehr gesehen. Da habe ich Mist gebaut. Und ich würde ihr doch so gerne noch einmal sagen, dass ich sie lieb habe. Aber ich weiß nicht wie. Ich weiß noch nicht einmal, wo sie wohnt.“ Tränen stehen in seinen Augen.

Dieser Schmerz berührt mich. Und ich mach ihm ein Angebot: „Wir könnten zusammen einen Brief an sie schreiben. Ich stelle Ihnen Fragen, Sie erzählen, ich schreibe mit. Sie können ihr sagen, was Sie bedauern, ihr sagen, was sie Ihnen bedeutet.“ Mit großen Augen schaut er mich an.

Und ich denke: Natürlich werden wir alles versuchen, um den Brief seiner Tochter zuzustellen. Aber selbst wenn der Brief sie nie erreichen sollte, er hat ihn doch geschrieben, hat zu Papier gebracht, was ihm auf der Seele liegt. Und mit dieser Idee ist für ihn sichtlich eine Tür aufgegangen. Noch lange winkt er mir nach: „Wie schön, dass Sie da waren. Ade. Bis bald.“ Übermorgen komme ich wieder.

Warum ist Hoffnung so wichtig? Und wodurch kann sie entstehen?

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

einen Schutzraum schaffen

Ganz fragil und schwach ist sie, gestern wurde sie erst aufgenommen, unbedingt wollte sie noch in ein Hospiz. Und dann passt dort gar nichts für sie: alles ist zu laut, zu schnell, sie fühlt sich fremd.

Wir werden wenig Zeit haben. Wie können wir sie schnell verstehen lernen, so dass wir ihr einen Kontext schaffen können, in dem sie sich geborgen fühlt?

Genau das ist jetzt mein Vorhaben, als ich zu ihr gehe. Langsam bewege ich mich, spreche sehr leise, suche ihren Blick. Ihre großen blauen Augen schauen mich lange an, und ich stelle bewusst keine Frage, um sie nicht zu bedrängen. Sondern sage nur: „Ich bin da und habe Zeit mitgebracht.“ Dann sind wir still beieinander, irgendwann summe ich leise, immer ihr Gesicht beobachtend, ob ihr das auch wohltut. Eine vorsichtige Berührung an ihrer Hand führt zu einem entspannten Seufzer. Dann fragt sie mich auf einmal: „Wie war noch Ihr Name?“ Jetzt sucht sie die Verbindung, scheint in unserem Miteinander angekommen zu sein.

Das wird unsere Aufgabe sein im gesamten Team: mit größtmöglicher Zurückhaltung und dabei doch präsent bei ihr zu sein und ihr damit einen Schutzraum zu geben, in dem sie dann hoffentlich zur Ruhe finden kann.

Wodurch entsteht Verletzlichkeit und wie kann man einen Schutzraum bieten?

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

Der Wert der Normalität

Letztens habe ich eine Freundin eine Karte geschrieben mit den Worten „Alles Gute für deine lange Reise“. Das habe sie überhaupt nicht gut gefunden, das wolle sie doch noch gar nicht, sondern vielmehr, ihre Kraft wiederfinden, noch einmal in den Wald fahren, um dort die Herbststimmung zu genießen. „Unbedingt“, bekräftige ich. „Mit diesem Traum vor Augen leben und ihn verwirklichen, das gibt Kraft.“

Letztens habe ich sie vor dem Tor ihres Gartens gestanden, Angst gehabt, dort in Tränen auszubrechen. Dann sei sie doch hineingegangen und habe hier und da etwas gestutzt. Das sei gut gewesen. Dabei stehen ihre Tränen in den Augen.

Abschied und Trauer einerseits, Lebensfreude und Genuss andererseits, ganz dicht beieinander.

Auch das Treffen mit den Freundinnen bei einem Glas Sekt sei wunderschön gewesen, fährt sie fort.

Wie kostbar die Normalität doch ist, denke ich, spreche es dann auch aus. Und sie nickt nachdrücklich. Heimisch sein im Vertrauten, wenn rundherum alles wegbricht. Halt finden, um der allergrößte Veränderung menschlichen Daseins entgegengehen zu können.

Und wieder einmal werden mir die Bedeutungen des Lebens aufgezeigt. Danke.

Warum ist das normale Leben, der Alltag so kostbar?

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

Versöhnung bahnen

Vor zehn Jahren brach der Kontakt ab, jetzt will die Tochter zu Besuch kommen. - Wie geht es ihm damit? „1000 Gedanken schießen durch den Kopf. Kommt sie wegen des Erbes? Oder wegen mir?“

Hier liegt eine Entscheidung vor ihm: welche Haltung will er verfolgen, denn sie wird sein Verhalten beeinflussen. Das versteht er sofort: „Stimmt, so habe ich das noch nie gesehen.“

Welche Variante würde er sich wünschen? „Dass sie meinetwegen kommt.“ Und wie würde er sich dann verhalten? „Die Arme ausbreiten und sagen: Schön, dass du da bist.“ Sein Gesicht leuchtet. Und was wünscht er sich weiter? „Dass Nähe entsteht.“ Wie kann diese entstehen? „Indem ich mich für sie interessiere.“ Und wie könnte es schiefgehen? „Wenn ich ihr Vorwürfe mache. Will ich aber nicht, ich will nicht in der Vergangenheit kramen, ich will das Jetzt leben. - Aber wenn sie mir Vorwürfe macht?“ Was könnte da kommen? „Du hast Mutter im Stich gelassen.“ Und, stimmt das? Nachdenken, dann: „Ja.“ Dann sagen Sie es. Pause. „Das wird ein schwerer Tag.“

Ja, das ist nicht leicht. Wenn Sie aber Fehler eingestehen, kann der Bruch endlich heilen. Stille. Nachsinnen und dann: „Ich freue mich so auf meine Tochter!“ Eindeutig.

Warum sind Fragen besser als Ratschläge?

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

Alles hat seinen guten Grund

Sie ist eine Kämpferin, sie will alles an Behandlung, was denkbar ist. Denn sie will leben, so lange es geht. Das stößt durchaus auf Unverständnis, ist sie doch todkrank, verliert kontinuierlich Blut, hat kaum noch Luft. Argumente gehen bei ihr ins Leere. Sie beharrt auf ihren Forderungen nach medizinischer Behandlung.

Dann erzählt sie mir von ihrem Leben: als junges Mädchen obdachlos, Prostitution, dann der Weg da hinaus, einen Beruf erlernt, geheiratet. Immer gekämpft, um nicht unterzugehen. Und dann kommt ihr auf einmal der Gedanke: „Vielleicht mache ich genau das jetzt weiter: kämpfen, um nicht unterzugehen. Ich kann einfach nicht anders.“

Und jetzt verstehe ich sie und das, was sie motiviert: tief verankerte Strategien ihres Lebens, mit denen sie erfolgreich war. Und sie sieht sich selbst nun auf einmal auch viel klarer. Es geht um viel mehr als um die Behandlung. Der Kampf ist Teil ihres Wesens.

Und dann sagt sie etwas Großartiges: „Das ist wie eine Tonfigur in mir. Man kann sie nicht rausschmeißen, nur kleiner machen.“

Welch tiefe Weisheit, aus schmerzlichen Erfahrungen geboren. Äußerlich eine gescheiterte Existenz. Aber in diesem Moment der Mensch in seiner ganzen Schönheit.

Wie kann man mit einem Menschen umgehen, dessen Verhalten man nicht versteht?

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

Spannung teilen

Sie liegt in ihrem Bett, klammert sich ganz fest an der Aufrichtehilfe über ihr, der kleine, fragile Körper in Anspannung und ständiger Bewegung. Sie zu fragen, was ihr zu schaffen macht, geht nicht, dafür ist sie zu verwirrt. Aber, als ich ihr stattdessen meine Hände als Halt anbiete, versteht sie sofort und greift zu. Gemeinsam halten wir einander nun, schauen uns dabei in die Augen. Ja, ich feuere sie sogar an, noch fester zu halten. Das tut sie, ich ebenfalls.

Nicht vor der Spannung fliehen, sondern sie gestaltbar machen, denke ich. Und dann ein gemeinsames Ausatmen, aaah. So halten wir uns und bei jedem Ausatmen lösen wir die Anspannung der Hände und tönen gemeinsam. „Das tut so gut“, kommt von ihr.

Sie braucht jemanden, der in ihre Anspannung miteinsteigt, um diese im Miteinander zu lösen.

Irgendwann singen wir Töne, Wörter, die ihr durch den Sinn gehen, z. B. „Sterne am Himmel“ und ich singe „Weißt du, wie viel Sternlein stehen“. Als ich mich verabschiede, liegt sie lächelnd in ihrem Bett, tönt mit jedem Ausatem, bewegt ihre Arme tänzerisch durch die Luft.

Manchmal es ist ein unbequemer Moment, der geteilt werden will, damit dadurch in der Begegnung Raum für Veränderung entstehen kann.

Wozu führt es, sich in die fremde Welt (mit fremden Verhaltensweisen) einer Patientin zu begeben?

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

Versöhnung

Zehn Jahre nach dem Kontaktabbruch hat sie sich zum Besuch bei ihrem todkranken Vater angemeldet. Davon hätte er immer geträumt, sagt er, aber nicht geglaubt, dass es möglich sein könnte. Keiner kannte die Adresse des anderen, nur durch einen wunderbaren Zufall hatte sie mitbekommen, dass ihr Vater im Hospiz ist.

„Erst war ich unsicher, was sie von mir wollen könnte. Vorwürfe vielleicht? Aber dann habe ich mich für das Gute entschieden und bin ihr auf dem Flur mit ausgestreckten Armen entgegengegangen, wir haben uns lange umarmt. Und wir haben beide beschlossen, die Vergangenheit ruhen zu lassen und das Jetzt miteinander zu teilen. Das war so schön. Was sie alles in ihrem Leben gemeistert hat. Ich bin so stolz auf sie.“ Pause. Nachdenklicher Blick. „Und ich habe ihr gesagt, dass ich sie liebe.“ Ein tiefer Seufzer. „Das wollte ich unbedingt noch machen, das hatte ich mir vorgenommen.“

Wie viel es gutmachen kann, einander zu verzeihen, denke ich und sehe es in seinem weichen, glücklichen Gesicht. Und auch das ist Verzeihen: ohne viele Worte, dafür in Taten. „Das haben wir beide miteinander hingekriegt“, sagt er ganz beeindruckt. „Wozu doch der Mensch in der Lage sein kann!“

Welche Auswirkungen haben unsere Gedanken über einen anderen Menschen?

Momente der Begegnung

Momente der Begegnung – eine persönliche Erfahrung im Hospiz:

Frei werden im Inneren

Heute habe sie sich schon wieder gegenüber einem Pfleger gerechtfertigt. Das könne sie überhaupt nicht an sich leiden. - Streng ist sie mit sich, unerbittlich.

Dann der Exkurs in ihre Lebensgeschichte: Erst der Vater, der sie immer ins Unrecht gesetzt habe, um sie dann brutal zu schlagen. Dann der Ehemann, eine Fortsetzung dieser Erfahrung. Und sie habe immer gekämpft, argumentiert, um ihre Position zu halten. „Was für eine Anstrengung“, denke und sage ich. „Ja, in der Tat, und ich möchte so gerne davon frei werden. Doch ich befürchte, dass die Zeit dafür nicht mehr reicht“, sagt sie. Stille. Und dann eines ihrer unnachahmlichen Bilder: „Es ist wie ein Strudel im Wasser, wenn man einmal drin ist, kommt man nicht mehr raus.“

Ein starkes Bild ist dies, aus der Vogelperspektive. Also sage ich ihr: „Ist das nicht der erste Schritt zur Freiheit, wenn man wie ein Vogel darüber schwebend und ohne zu beschönigen die Dynamik des eigenen Verhaltens betrachtet?“ Da muss sie lächeln. Und ein Funke Hoffnung glimmt auf.

Luftnot, Schwäche, ein todkranker Körper - all das scheint in den Hintergrund zu rücken bei der Aussicht, Freiheit im Inneren zu finden

Was gibt Kraft, wenn der Körper so krank ist?