

Spiritual Care – Wandel durch Spiritualität

Wer den Namen Sebastian Kneipp hört, wird wohl als Erstes an frisches Wasser denken, und dies zu Recht: Das Eintauchen ins kühle Wasser der Donau war nicht nur der Beginn von Kneipps erfolgreicher Selbstbehandlung, sondern auch der Anfang einer langen, bis in unsere Zeit reichenden naturheilkundlichen Erfahrungsmedizin. Den Begriff „Naturwissenschaft“ verstehen wir heute im Sinne objektiver Messungen und Wirksamkeitsnachweise.

Doch braucht auch unsere evidenzbasierte Medizin den persönlichen Zugang zum eigenen Leib als Teil der vielfältigen Natur, in der wir leben. Der kühle Guss, die rechte Balance von Kälte und Wärme erinnert von Weitem an die christliche Taufe: Der Täufling wird durch das Wasser überrascht, mit dem er übergossen oder in das er eingetaucht wird. In manchen Kirchen wird deshalb das Taufwasser für die zu taufenden Babys vorgewärmt. Nun wird kaum jemand bei der kalten Dusche daheim oder bei der Kneippschen Anwendung im therapeutischen Kontext an die Taufe denken. Und doch verbindet uns das Wasser in allen Lebensbereichen mit der Natur: in der Religion, in der Heilkunde, in der Ernährung, beim Waschen und Baden und beim Sport. Was hat Kneipp mit Spiritual Care zu tun? „Spiritualität“ ist nach dem

lat. spiritus (Geist, Atem, Wind) gebildet und greift den neutestamentlichen Begriff pneûma auf. Der Apostel Paulus meint mit pneûma den inneren Menschen, der eine „Antenne“ für die Transzendenz hat, offen ist für das göttliche pneûma, den Heiligen Geist: Das heilige pneûma selbst ist zusammen mit unserem pneûma Zeuge, dass wir „Kinder Gottes sind“ (Römer 8,16). Das von spiritus abgeleitete Eigenschaftswort „spirituell“ kann übersetzt werden mit: geistig, geistlich, geistvoll, geistreich, begeistert, witzig. Interessanterweise redet man inzwischen auch vom „Spirit“ einer Idee oder einer Organisation.

Ganzheitliche Sichtweise

Unter Spiritual Care verstehen wir die gemeinsame Sorge aller Gesundheitsberufe für die spirituelle Dimension des Menschen, also die Kraftquellen, die uns helfen, gesund zu bleiben oder wieder gesund zu werden. Für viele Menschen sprudeln diese Kraftquellen in ihrem religiösen Glauben. Andere halten sich wie der Soziologe Max Weber für „religiös unmusikalisch“. Unabhängig von der religiösen Orientierung gehört zum Menschsein die Suche nach Sinn, die Auseinandersetzung mit der Verletzlichkeit und Endlichkeit unseres Lebens sowie die Sehnsucht nach dem Heiligen,

nach dem, was jenseits unseres begrenzten Lebens ist. „Erst als ich daran ging, Ordnung in die Seelen meiner Patienten zu bringen, hatte ich vollen Erfolg.“ Dieses Zitat wird Sebastian Kneipp zugeschrieben. Es verdeutlicht sehr gut seine ganzheitliche Sichtweise auf Gesundheit und Kranksein.

Neben den anderen bedeutenden Säulen seines Therapieansatzes, der Hydrotherapie (Heilkraft des Wassers), Phytotherapie (Wirksamkeit der pflanzlichen Heilmittel), Bewegungstherapie sowie einer ausgewogenen, einfachen und gesunden Ernährung ist ein gutes Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele wichtig für die Genesung (sog. Ordnungstherapie). Krankheiten und Beschwerden sind oftmals Hinweise für eine Störung des inneren Gleichgewichtes.

Wie entsteht Ordnung? Ich kann aktiv Unordnung beseitigen, indem ich aufräume, in Ordnung bringe, was mir chaotisch oder sogar zerstörerisch und krankmachend zu sein scheint.

Zum Beispiel kann ich meinen Tagesablauf durch zeitliche Strukturierung planen und ordnen, soweit ich selbst über meinen Kalender verfügen kann, sodass Rhythmen entstehen: Schlaf und Wachsein, Ruhe und Arbeit, Gebet und Sport, Nahrungs-Aufnahme und -Ausscheidung, Alleinsein und Beziehung – alles findet seinen Platz in einer zeitli-

chen und räumlichen Ordnung. Der Rhythmus von Eintauchen ins Wasser und Abstreifen ist grundlegend für all das, auch wenn wir ihm kaum Aufmerksamkeit schenken, weil er uns in Fleisch und Blut übergegangen ist. Überhaupt entsteht aus einzelnen bewussten „Ordnungsmaßnahmen“ eine weitgehend unbewusste Ordnung des Lebens, in der wir uns wohl fühlen oder aber die wir schmerzlich vermissen, wenn diese Ordnung uns gestört erscheint. Viel wichtiger als unser bewusstes „Ordnung machen“ ist, wie wir mit Ordnungen in Einklang gehen, die wir nicht hergestellt haben und in die wir hineingeboren worden sind. Dazu gehören die physiologischen (natürlichen) Gesetze des Körpers, aber auch die Gesetze der natürlichen Umwelt, in der wir leben. All das haben wir nicht geschaffen, wir sind Geschöpfe, wie die religiöse Sprache sagt. Dass wir als Geschöpfe in die natürliche Ordnung hineingestellt sind, prägt unsere spirituelle Haltung. Ob wir mit den Worten Schöpfung und Geschöpfe etwas anfangen können oder nicht – uns alle bestimmt die Ordnung von Geborenwerden, Entwicklung und Sterbenmüssen. Ist Wandel durch Spiritualität möglich, genauer gesagt: Können sich Medizin und Gesundheitseinrichtungen im Sinne der Ordnungstherapie durch Spiritualität fortentwickeln? Spiritualität kann ei-

ne zentrale Ressource (Kraftquelle) für kranke Menschen sein, die sich mit plötzlichen gesundheitlichen Problemen oder mit chronischen Erkrankungen auseinandersetzen müssen. Umgekehrt können das Zerbrechen des Kinderglaubens, das Hadern mit Gott, die erlebte Sinnlosigkeit, die Unfähigkeit zu beten zu großer Not führen. Beides, die Ressourcen und die spirituelle Not, braucht bei Pflegekräften, Ärzten und Therapeutinnen „Antennen“, um derartige spirituelle Signale kranker Menschen wahrzunehmen. Dies gilt nicht nur für die Kommunikation mit Worten, also für das therapeutische Gespräch, sondern auch für die nonverbale (nichtsprachliche) Kommunikation durch Bilder, Musik, Gesten und Stoßseufzer („oh Gott!“).

Spiritual Care als Ressource

Wenn Kneipp sagt, dass der Mensch erst gesund werden kann, wenn seine Seele „in Ordnung gebracht“ ist, dann bedeutet das, dass auch die Einrichtungen, die Menschen zur Gesundheit verhelfen sollen – seien es Kureinrichtungen, Arztpraxen, Krankenhäuser, Rehakliniken oder anderes – die Seele ihrer Patienten ebenfalls berücksichtigen und Unterstützung in diesem Bereich anbieten müssen, um ihren Auftrag zu erfüllen. Spiritual Care ist jedoch nicht nur ei-

ne mögliche Ressource für kranke Menschen, sondern auch für alle, die in therapeutischen Berufen arbeiten.

Die Mitarbeitenden in Gesundheitseinrichtungen werden oft vergessen, weil der kranke Mensch im Mittelpunkt steht. Hier setzt Spiritual Care an: wie bleiben die Angehörigen der Gesundheitsberufe gesund? Welche Ordnungstherapie, welche Work-Life-Balance brauchen sie? Woraus schöpfen sie Kraft für ihren Beruf? Wie gehen sie mit Belastungen, Frustrationen um, insbesondere mit dem täglichen Stress, der ihren Idealismus untergräbt? Welches spirituelle Fundament haben sie, wie können sie die eigene Spiritualität mitten in einem aktiven Berufsleben vertiefen und entwickeln? Ein Beispiel dafür ist das vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege geförderte Projekt www.mutaspir.net. Es dient der Vernetzung von Menschen, die in Krankenhäusern, Pflege- und Sozial-Einrichtungen arbeiten. Mutaspir will spirituelle Ressourcen für die Mitarbeitenden erschließen, was letztlich auch den von ihnen betreuten kranken, pflegebedürftigen und behinderten Menschen zugutekommt.

*Prof. Dr. med. Eckhard Frick
Hochschule für Philosophie München und
Klinikum rechts der Isar der TU München*