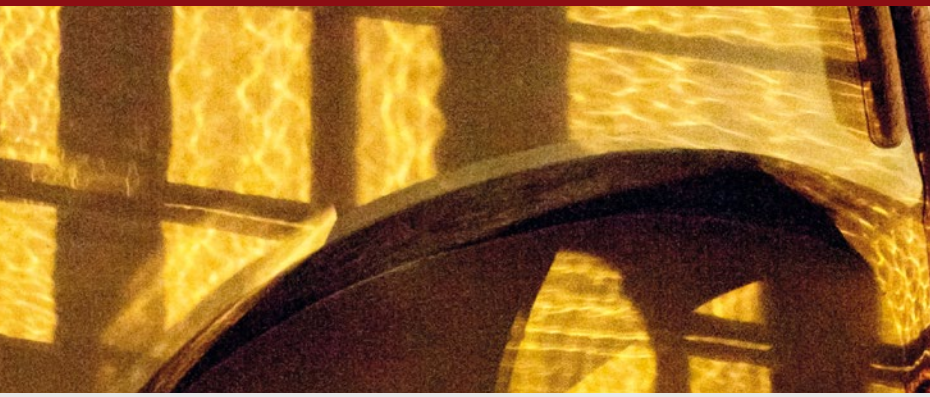
Matthias Schnegg



EDITION Leidfaden

Was trägt?

Trauer und Spiritualität

V&R

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

EDITION **Leid**faden

Hrsg. von Monika Müller

Die Buchreihe *Edition Leidfaden* ist Teil des Programmschwerpunkts »Trauerbegleitung« bei Vandenhoeck & Ruprecht, in dessen Zentrum seit 2012 die Zeitschrift »Leidfaden – Fachmagazin für Krisen, Leid, Trauer« steht. Die Edition bietet Grundlagen zu wichtigen Einzelthemen und Fragestellungen im (semi-)professionellen Umgang mit Trauernden.

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

Matthias Schnegg

Was trägt?
Trauer und Spiritualität

Mit Illustrationen des Autors

Vandenhoeck & Ruprecht

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.de abrufbar.

© 2018, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: Foto: Anna C. Wagner, Köln

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISSN 2198-2856
ISBN 978-3-647-40637-4

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

Inhalt

1 Spiritualität – Versuch einer Eingrenzung des Begriffs 9
1.1 Was ist denn das – Spiritualität? 9
1.2 Das Sagbare und das Unsägliche 10
1.3 Organisationen und Spiritualität 12
1.4 Bilder und Erzählungen als Annäherung 13
1.5 Die Paradoxie als Verstehenshilfe 14
1.6 Spiritualität als dialogisches Geschehen 16
1.7 Spiritualität ist Lebens-Raum 16
1.8 Spiritualität – die Berührung mit dem Dritten 17
1.9 Spiritualität als Trägersubstanz 17
1.10 Spiritualität ist kein Gegenstand, nicht herstellbar und doch da 20
1.11 Spiritualität als Ausdrucksform der Weltanschauung? 21
1.12 Spiritualität ist kein objektivierbarer Tatbestand 22
1.13 Trauer als spirituelles Ereignis 23
1.14 Trauer im weltanschaulichen System 23
1.15 Spiritualität in Religionen, Konfessionen, Esoterik 25
1.16 Trauer-Sehnsucht 29
1.17 Spiritistische Begegnungen 31

2 Spiritualität im Erleben der Trauer 32
2.1 Was ist Trauer? 32
2.2 Verlusterfahrung als Bedrohung der Lebenskraft 33
2.3 Dem Prozess trauen 36
2.4 Trauer zwischen gestern und morgen 38
2.5 Seele ist Körper 42
2.6 Trauer zwischen spiritueller Niederung und Erhebung 43

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

2.7 Vom spirituellen Schmerz ... 49
2.8 Glaubenskraft und Glaubensverlust ... 54
2.9 Das Übersteigende ... 58
2.10 Ausdrucksformen spiritueller Kräfte ... 60
2.11 Annäherung und Anpassung ... 66
2.12 Hinnahme und Hingabe ... 70
2.13 Kapitulation als Eröffnung ... 72
2.14 Hoffnung ... 76
2.15 Jenseitsvorstellungen ... 80
2.16 Verhaltensmuster als Ausdrucksformen der Spiritualität in der Trauer ... 82
2.17 Riten und Rituale als Ausdrucksformen der Spiritualität ... 84
2.18 Trauer als gelebte Spiritualität ... 90
2.19 Trauer nach Trennung – und die spirituelle Frage ... 91

3 Spiritualität und Trauerbegleitung ... 95
3.1 Vom passenden Wort der Begleitung ... 95
3.2 Für andere – Nicht mein Wille geschehe ... 96
3.3 Leiden und bei-leiden ... 98
3.4 Umgehen und mitgehen ... 98
3.5 Begleiten und begegnen ... 99
3.6 Dienstleisten und dienen ... 100
3.7 Unterstützen und stärken ... 100
3.8 Nicht fürchten – ehrfürchten ... 101
3.9 Das mit der Augenhöhe ... 104
3.10 Und welches Wort ist richtig? ... 105
3.11 Geht absichtslos? ... 105
3.12 Empathie und Mitgefühl ... 105
3.13 Ergänzung im Verlusterleben ... 109
3.14 Anwaltschaft ... 112
3.15 Treue ... 114
3.16 Und stimmt die Liebe noch? ... 116
3.17 Wechselwirkung der mitgehenden Tugenden ... 119
3.18 Spiritualität der Tat ... 121
3.19 Begleitung eröffnet Raum für spirituelle Anliegen ... 123

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

4 Einige Methodenbeispiele 128
4.1 Beispiel 1: Methode des Erwärmens als Zugang (T) 128
4.2 Beispiel 2: Uns begegnet die große Frage des Warum!? (T) 132
4.3 Beispiel 3: Die Möglichkeit der Wiederverbindung (TB) 141
4.4 Beispiel 4: Wo ist er jetzt, der Verlorene? – Hilfen in Sehnsucht (T) 143
4.5 Beispiel 5: Gestaltungsübung zu Jenseitsvorstellungen (TB) 147
4.6 Beispiel 6: Eine andere Übung zu Jenseitsvorstellungen (in der christlichen Deutung) (T/TG) 148
4.7 Beispiel 7: Übung zu Anwaltschaft (TB) 150
4.8 Beispiel 8: Übung zum Ausdruck der Klage (TB/TG) 151
4.9 Beispiel 9: Stimmt die Liebe noch? (TB) 155

Schlussbemerkung 157

Literatur 158

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

1 Spiritualität – Versuch einer Eingrenzung des Begriffs

Muss ich da irgendeiner Kirche oder einer Religionsgemeinschaft angehören, um bei Spiritualität mitreden zu können? Bedarf es bestimmter Ausbildungen, um mich einbringen zu können? Können wir bei allen Menschen annehmen, dass sie etwas mit Spiritualität zu tun haben? Hat man die einfach so, auch ohne dass man sich dessen bewusst ist? Braucht jeder Mensch eine Spiritualität? Kann man die allein haben, vielleicht gar allein erfinden – oder geht das nur im Zusammenhang einer wie auch immer gearteten Gemeinschaft? Muss man über Spiritualität Bescheid wissen, wenn man in der Trauerbegleitung mitwirken will? Ist Spiritualität ein schönes Beiwerk oder etwa unverzichtbar hilfreich in der Begegnung mit Menschen? Immerhin: Wenn sie etwas mit Geist zu tun hat, kann man sie dennoch sehen? – Oder ist sie mehr so etwas wie ein Gefühl?

1.1 Was ist denn das – Spiritualität?

Eine berechtigte Nachfrage – denn vielmals führen wir diesen Begriff im Munde, aber eindeutig ist er nicht. Vom lateinischen Wortstamm hat er etwas mit *spiritus* – Geist – zu tun. Aber auch

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

bei diesem Wort kommen wir ins Schwanken, wenn es um eine eindeutige, für alle verbindliche Definition gehen sollte.

Ein Spiritual-Care-Kurs beginnt mit der Aufforderung an die Teilnehmenden, mithilfe unterschiedlichster Materialien (farbige Tücher, Gebrauchsgegenstände, Naturmaterialien) ihre persönliche Vorstellung zum Begriff »Spiritualität« darzustellen. Am Ende soll ein Satz formuliert werden, der das persönlich Erfasste zu Spiritualität zusammenfasst. Wie nicht anders zu erwarten, fallen diese Definitionen sehr unterschiedlich aus. Interessant ist, dass sich bei der Zusammenfassung der so unterschiedlichen Erfahrungshorizonte eine Unterscheidung herauskristallisiert in »Sagbares über Spiritualität« und »Unsägliches über Spiritualität«.

Die in diesem Buch beschriebene Spiritualität geht davon aus, dass sie aus einer bestimmten Perspektive wahrnimmt und deutet – im Wissen und im Respekt, dass das, was da erlebt wird, auch anders gedeutet werden kann.

1.2 Das Sagbare und das Unsägliche

Das Sagbare deutet auf etwas hin, das wir selbstverständlich mit dem Begriff »Spiritualität« verbinden können. Dazu gehören Erkenntnisse wie: Spiritualität ist eine natürliche Gabe, kennt verschiedene vertraute Ausdrucksformen, bedient sich der Bilder und Gleichnisse, ist meist ein dialogisches Geschehen, erfreut sich an sinnlicher Wahrnehmung und, besonders bemerkenswert, was wir mit Spiritualität zu benennen wünschen, bleibt letztlich immer im Zustand der Annäherung. Wir können das Analogie nennen. Eine Analogie ist da, wo wir etwas mit einer Eigenschaft benennen und gleichzeitig sagen müssten, dass diese Eigenschaft letztlich nicht zur Erfassung des Ganzen taugt. Die Analogie eröffnet durch

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

Teilerkenntnisse einen Zugang. Indem sie aber immer nur einen Teilausschnitt zu fassen bekommt, bleibt sie zugleich unendlich weit entfernt von dem, was wir eigentlich als Ganzheit ausdrücken wollen. Wollen wir zum Beispiel von Gott etwas aussagen, dann kann eine solche Aussage zutreffen; indem wir sie aussprechen, müssen wir aber gleich dazu sagen, dass so Gott doch nicht ist. Gott als Licht zu benennen, ist gewiss eine Teilerkenntnis. Aber wenn wir meinen, dass wir Gott mit dem Begriff Licht erfasst hätten, dann müssen wir bekennen: Er ist auch Finsternis …

Die Analogie lässt uns verstehen, dass es Wirklichkeiten gibt, die wir letztlich nicht fassen können. Damit werden sie für uns unsagbar. Interessant, dass in dem oben erwähnten Kurs aber nicht der Begriff des Unsagbaren verwendet wurde, sondern der des *Unsäglichen*. In diesem Wort schwingt etwas von der Unausdrückbarkeit mit, aber auch von der Zumutung, die wir mit dieser Nichterfassbarkeit empfinden mögen. Dann bleiben das Hintasten, das Annähern, das Stammeln und das Staunen angemessene Formen des Respektes vor diesem Unsäglichen. Letztlich treten wir in Kontakt mit einem Geheimnis, das seinen letzten Wesensgrund nicht preisgeben mag, weil wir es entschlüsseln wollen.

Spiritualität hat etwas von dieser Wirklichkeit, die in Teilen sagbar und zugleich verborgen, unsäglich bleiben muss. Vielleicht ist es gerade diese letztendliche Unfassbarkeit, die sie uns so anziehend macht.

Alle kennen wir Gespräche, in denen uns die Worte ausgehen und manchmal noch ein Fingerschnippen versucht, dem letztlich Unaussagbaren einen Ausdruck zu verleihen. Dann sind die Worte tatsächlich nur andeutend-stammelnd oder gar nicht gesagt, aber das Schnipsen der Finger vermag zu signalisieren, dass etwas letztlich Unsagbares in die Kommunikation gebracht sein will.

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

Manchmal wählen wir Umwege des Ausdrucks, um das Unsägliche wie eine Analogie in den Raum zu stellen: irgendwie ausgesprochen und doch unaussprechlich.

1.3 Organisationen und Spiritualität

Gerade im Kontext der Begleitung Sterbender und Trauernder gibt es verschiedene Organisationen, die sehr bewusst auch spirituelle Akzente in ihren Diensten sehen. Ende des 19. Jahrhunderts sind Organisationen entstanden, die gerade aus ihrer spirituellen Grundhaltung heraus zum Beispiel in Pflege und Bildung gegangen sind, weil es einen großen Mangel an solchen Organisationen wie Krankenhäusern, Hospizen oder Schulen gab. Viele Ordensgemeinschaften sind um diese Zeit mit dem Ziel gegründet worden, aus einer bestimmten geistlichen Haltung heraus unter anderem in Sorge zu sein für Kranke, Sterbende und Trauernde.

Die Zeit dieser Orden ist vielerorts zu Ende. An ihre Stelle sind oft Stiftungen getreten, die die spirituelle Motivation der Gründerinnen und Gründer der Orden unter den Bedingungen moderner Organisationen des Gesundheitswesens weiterleben lassen. Diese Institutionen sind sehr bemüht, gerade diese Geisthaltungen, ihre Spiritualität, an ihre Mitarbeitenden zu vermitteln. Spiritualität will Atem der Organisation sein. Das fällt nicht leicht, weil Organisationen als Systeme einer eigenen Logik folgen. Immer wieder kommt es zu paradoxen Konstellationen: Die Gleichzeitigkeit des Anderen muss ausgehalten und gestaltet werden. Wirtschaftlichkeit mit ihrer eigenen Gesetzmäßigkeit stößt auf Fachlichkeit mit ihrer eigenen Gesetzmäßigkeit stößt auf spirituelle Prägung mit eigener Fachlichkeit. Es wird schnell klar, dass hier Konflikte aufkommen, die bestenfalls in einen fairen Austausch kommen. Die Gleichzeitigkeit des Anderen lässt

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

sich nicht auflösen. Sie kann nur gestaltet werden. Dabei wird die Gratwanderung zwischen den einzelnen Gesetzmäßigkeiten immer wieder offenbar. Es bedarf des Willens der Organisation und der Einzelnen, diesen Prozess zu gestalten.

Eine Gruppe aus Krankenpflegenden, Ärztinnen und Ärzten trifft sich regelmäßig, um kollegiale Supervision zu halten unter dem Fokus der Spiritualität ihrer Arbeit. In den ersten Sitzungen schien es, dass unendlich viel Stoff anfiele. Da ging es um weltanschauliche Prägung der Dienste, da ging es um die Ablesbarkeit dieser weltanschaulichen Identität. Letztlich bewegten sich die Überlegungen auf einem dinglichen Niveau: Was erwarten wir von den Mitarbeitenden, was erwarten wir von der Ausprägung unserer Dienste? Wo müssen wir wie erkennbarer sein? Recht bald zeigte sich, dass eine solche Supervision sich schnell erschöpfen würde. Sachzwänge aus dem Bereich der Pflege und der Verwaltung bewirkten, dass die Thematik nur noch die spirituell motivierten Mitarbeitenden anzog. Weil die Gruppe – verbunden durch einen Geist – sich nicht auflösen wollte, verschoben sich die Themen der Zusammenkünfte mehr und mehr zu Fragen der eigenen Lebensdeutung hin. Es waren Fragen, die das Fundament des Lebens berührten, Anfragen an die Lebensdeutung angesichts so vieler unterschiedlicher, auch beruflicher Erfahrungen des Menschseins. Die dinglich fassbaren, organisationalen Themen verblassten. Es ging mehr und mehr um Austausch von Erfahrung, wie Leben wahrgenommen und gestaltet werden kann.

1.4 Bilder und Erzählungen als Annäherung

Eher können wir in Worte fassen, was wir als Erscheinungsformen von Spiritualität wahrnehmen. Geist ist nicht anfass-

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

bar. Geist *ist*. Die Analogie schafft uns genau den Freiraum, der offenbar der Geist selbst ist. Wir können sagen: Der Geist ist wie … und sind uns dabei bewusst, dass es nur kleine Bruchstücke des Ganzen sind. Jedes Teil steht für das erahnte Ganze. Aber das Ganze bleibt Geheimnis. Wir sind dankbar, dass wir die Teile in Bildern und Geschichten darzustellen vermögen, ohne dem Geist damit Grenzen zu setzen.

Hilfreich sind uns Bilder, die uns sagen lassen: Spiritualität ist … wie eine Oase in der Wüste oder wie das Licht der aufgehenden Sonne oder wie der wärmende Sonnenstrahl in kalter Umwelt … Immer bleiben wir uns bewusst, dass diese Bilder Annäherungen an eine Wirklichkeit sind, die wir in ihrer Ganzheit nur ahnen.

Auch Erzählungen bereiten die Sphäre, in der etwas von der allumfassenden Größe der Spiritualität übermittelt wird. Aber auch jedes Beispiel, jedes Gleichnis, jede allegorische Erzählung bleiben Analogie, bleiben eine Annäherung an das große Ganze. Nicht ohne Grund haben die großen Religionsstifter sich der bildhaften Sprache des Erzählens bedient, um über sich hinauszuweisen auf das Ewige, das unsagbar Unsägliche.

1.5 Die Paradoxie als Verstehenshilfe

Wir begegnen mit der Spiritualität einer Wirklichkeit, die fassbar und unfassbar zugleich ist, die sich sagbar und unsäglich zeigt, die offenbart und verhüllt. Wenn wir meinen, absolute Klarheit und Bestimmbarkeit haben zu müssen, dann müssten wir verzweifeln oder uns abwenden von alldem, was Spiritualität meint.

Ein junger Mann hatte in seiner Kindheit die schmerzliche Verlusterfahrung des frühen Todes seiner Mutter hinnehmen müssen. Er wuchs unauffällig auf und entwickelte in seinen späteren

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374

Jugendjahren einen fast zynischen Atheismus. Zynismus lag in der Bitterkeit, die unterschwellig hervortrat, während die sachliche Aussage recht vernünftig vorgetragen wurde. Er habe keinen Zorn auf das, was andere Menschen »Gott« nennen, sagt er. Er könne keine Wut entfachen gegen etwas, was es nicht geben kann. Es sei offensichtlich, dass die Welt nach anderen Gesetzen verlaufe als nach einem geistlichen Konzept. Wie soll bei einer Evolution allen Lebens ein Schöpfergott sein? Wie will der bei Milliarden Menschen auf einen Einzelnen schauen? Wie soll er Glück und Unglück für Einzelne und ganze Völker bestimmen – vielleicht aus gelangweilter Willkür?

Auch einer Spiritualität billigt der Skeptiker keinen Existenzraum zu, denn das vermeintlich Geistliche sei weder fassbar noch beweisbar – eher ein Überbleibsel aus Zeiten, da die Menschen sich wegen ihrer Grenzen nicht zu helfen wussten. Ein Gespräch mit jemandem, der die Spiritualität für eine Wirklichkeit hält, führt zu keinem Ziel. Es liegen unterschiedlich gegründete Erfahrungen vor, die kein gemeinsames Suchen zulassen mögen.

Die Unterschiedlichkeit der beiden Erfahrungen sind nicht aufzulösen – und dennoch sind sie beide als Wirklichkeit da. Die Paradoxie besteht in der Gleichzeitigkeit des je Anderen. Es kann eine große Hilfe sein, im Ringen um das Verstehen von Spiritualität auch an die Kraft der Paradoxie zu denken. Es gibt keine Eindeutigkeit. Es gibt Vielfältigkeit. Es gibt sogar sich widersprechende Wirklichkeit. Es gibt keine Harmonisierung auf das eine, das sich zu Recht Spiritualität nennen dürfte. Die Paradoxie als Phänomen unserer Welterfassung ist keine Einladung zur Resignation, sondern zur Gestaltung.

© 2018 Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Göttingen
ISBN Print: 9783525406373 — ISBN E-Book: 9783647406374