

# Chancen letzter Reifung

Monika Renz<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Psychoonkologie, Kantonsspital St. Gallen

## Sind Prozesse letzter Reifung sinnhaft?

Kürzlich las ich folgenden Satz zum Platz des Religiösen im Leben heutiger Menschen: «Wer nicht sucht, der findet nicht. Viele suchen nicht – und sie müssen das ja auch nicht. ...» [1, S. 106]. Das Zitat lässt sich nahtlos auf Reifungsprozesse im Lebensende übertragen. Vielen verborgen, wird das Sterben anderen, die sich darauf einlassen, zum Türöffner. Es stellt sich die Frage: Ist es einerlei, ob wir fündig werden oder nicht? Sollen wir, mit anderen Worten, Reifungsprozesse am Lebensende begrüssen und – gegebenenfalls – fördern?

Schauen wir erst mal genauer hin, was sich bei Menschen in solchen Momenten auftut. Meine Antwort darauf lautet: ein anderes Sein. Ihre Befindlichkeit ist weniger von Angst besetzt, dafür erfahren viele eine innere Freiheit, erleben andere Qualitäten von Beziehung in neu gefundener Menschlichkeit, Milde und Zärtlichkeit. Und oft tritt Dankbarkeit ein, nicht selten machen Menschen tiefe spirituelle Erfahrungen [2]. Das alles ist ohne Wenn und Aber schön und gut – doch wie viel körperliches Leiden und Abhängigkeit man in Kauf nehmen will, kann nur jeder für sich entscheiden.

Bei dieser Entscheidung hilft vielleicht ein genaueres Verständnis davon, worum es in solch letzten Reifungsprozessen geht. Reifung hat zeitlebens damit zu tun, ob und wie ein Mensch sich zu seinen inneren und äusseren Vorgaben *verhalten* kann (vgl. Würdekriterium im Leiden [3, S. 28f.]). Gemäss Richard Rohr ist generell für Reifungsprozesse in der zweiten Lebenshälfte (auch spirituelle Reise genannt) wesentlich, dass es nicht um etwas geht, «was wir tun, sondern ... das uns widerfährt» [4, S. 24]. Anders als in jungen Jahren, die durch aktive Problemlösungen bestimmt sind, findet Reifung später statt, wo wir uns zu etwas, was uns *widerfährt*, sinnhaft *verhalten*. Ein solches Sich-in-Beziehung-Setzen geschieht, so meine Beobachtung, selbst dort, wo bei Sterbenden kein eigentliches Denken mehr möglich ist. Wir erkennen das etwa am veränderten Gesichtsausdruck. Im eigenen Ego wie relativiert, sind Menschen dann im Ganzen ihres Seins angekommen in einem Mehr»: *mehr* als Instinkt und Reflex, mehr als ihr verlöschender Körper. Dieses «Mehr» ist nicht einfach ein religiöses Konzept, sondern Ausdruck letzter Reifung.

## Loslassen – Durchschreiten – Finden

Manchmal ringen Sterbende um Reifung. Einige können wider alle medizinische Erwartung über Tage/Wochen nicht sterben. Ärzte fragen mich dann bisweilen:

Was steht hier einem Sterbenkönnen im Weg? Ich erkenne drei Schauplätze, wo Not sich oft konstellierte:

1) Blockiertes Loslassen: Vergangenes (eine nicht länger gültige Wertvorstellung, ein Trauma) oder eine schwierige familiäre Konstellation können das Loslassen blockieren. Hier hilft oft eine bewusste Zuwendung zum zugrundeliegenden Problem.

2) Angst vor dem Übergang: Viele Sterbeprozesse kommen ins Stocken aus Angst. Dabei geht es um ganz unmittelbare Empfindungen. Die sich verlierenden Gefühle für Zeit, Raum und Körperlichkeit lösen Angst aus (etwa die Angst zu fallen, weil das Gefühl für Schwerkraft sich verändert, vgl. [4]). Hier ermutige ich zum Voranschreiten im Prozess: So wie man als Kind mit wankenden Knien doch den Sprung vom Sprungbrett ins Wasser schaffte, so schaffen Menschen auch den Sprung ins Sterben.

3) Unabgeschlossene Suchprozesse: Manchmal scheint eine Suche nach nochmaliger Identität, letzter Freiheit oder ein spiritueller Suchprozess einfach noch nicht abgeschlossen, mitunter weil die Sprache für das, was geschieht, fehlt. So steht bisweilen unausgesprochen die Frage im Raum, was nach dem Tode kommt. Dies ist heikel anzusprechen, und doch befreit genau das etliche – nicht nur religiöse – Patienten. Hier hilft es, den Sterbeprozess, über das Loslassen hinaus, auch als ein Finden zu betrachten. Endzeitbilder von Religionen (Heilige Stadt, Paradies) dienen einigen der Veranschaulichung. Anderen hilft, sich den Übergang *zeitlich* vorzustellen: von einem Berechenbaren über das Endlose in ein Zeitüberdauerndes. Wieder anderen hilft die *räumliche* Vorstellung: Sterben als Verlust gegenständlicher Begrenzung und Übergang in eine übergeordnete Heimat. Vielen gefällt das Bild des Lichtes oder die Ahnung eines *atmosphärischen Geschehens*, eines Seins und Friedens. Auch Kinderwünsche (Prinzessin sein, Hochzeit feiern, den verborgenen Schatz entdecken) können Bild für das jetzt zu Findende sein. Das mag wie ein Bekenntnis zur Transzendenz anmuten, doch es kann sich auch einfach um einen Prozess des Transzendierens bisheriger innerer Grenzen handeln.

## Veranschaulichungen

Bei vielen zeitlebens verkannten Menschen geht es im Sterben um eine letzte Würdigung in etwas, was still durchgekämpft oder ausgehalten wurde. Anderen muss geholfen werden, damit sie eine quälende Sorge (etwa um ein vermisstes Kind) in ein grösseres Vertrauen hinein loslassen können.

Letzte Schritte in Richtung Liebesfähigkeit und Versöhnung stehen oft bei verhärteten Ehepaaren an. Das Definitive des nahenden Todes kann etwas in Bewegung bringen. Genau jetzt werden Worte gefunden oder wird eine Zärtlichkeit gelebt, die Zurückbleibende über den Tod hinaus zu tragen vermögen. Sterbebegleiter leihen Worte oder schenken stellvertretend ihre Betroffenheit, Wut und Zuneigung, insgesamt Gegenqualitäten zur vernichtenden Gleichgültigkeit.

Wieder andere Sterbende sind in einem Trauma oder in äusserster Urangst fixiert. Sie sind darin auf ein Verstehen oder therapeutische Hilfe, sicher aber auf unseren Respekt, angewiesen. Ein ehemals geschändetes inneres Kind möchte gehört werden und so endlich mit-leben, ja mitsterben dürfen.

Nicht wenige Menschen, die zeitlebens verdrängten, suchen im Sterbeprozess auf symbolischer Ebene nach Nahrung, Lösung, Trost. Andere sterben ganz unauffällig, still. Auch das darf sein.

### Auf der Suche nach Systematik

Reifungsprozesse im Sterben sind individuell. Sie ereignen sich in der Tiefe des Körperlichen, Instinkthafte, gehen aber oft auch nahtlos über ins Spirituelle (vgl. [2]). Sterbebegleitung im Seelischen und Spirituellen ist «Dasein für» – und braucht doch Methode [5, S. 165–192]. Konzepte gibt es mehrere. Fokussiert auf Reifung und Sinnfindung sind etwa Dignity-Therapie [6] und Meaning-centered Therapie [7]. Einschränkung muss gesagt werden, dass Biographiearbeit und Sinnfindung meist ein noch waches Ich voraussetzen. Was aber geschieht, wo ein Ich bereits in Auflösung begriffen ist? Und was spielt sich *hinter* dem Manifesten eines Zustandes, *hinter* konkret formulierbaren Patientenbedürfnissen ab? Welches sind tiefer liegende Nöte, Ängste und Sehnsüchte?

Nach der mutmasslichen *inneren* Erfahrung Sterbender zu fragen, setzt die Entscheidung voraus, nicht bei den Aussagen der Patienten stehen zu bleiben. So geschehen in unserer Forschung «Dying is a transition» (vgl. [8], [3]). Initialbeobachtungen machten mich und meine ärztlichen Kollegen hellhörig. Wir sahen, wie dasselbe Symptom einmal zur grossen Not wurde und dann wieder kein Problem darstellte oder dass Sinnesindrücke (wie das Erleben von Musik) sich veränderten. In unserer Studie erhielten wir dann bei mehr als 50% der Erfassten deutliche Signale und Worte, die auf ein äusserstes Wohlbefinden selbst in realer Ohnmacht schliessen liessen. Wir kamen zum Schluss, dass sich in Todesnähe *die menschliche Wahrnehmung* wandelt, ähnlich wie bei Nahtoderfahrungen. Der Sterbeprozess scheint ein Überschreiten einer inneren Bewusstseinschwelle zu beinhalten (vgl. obiges Durchschreiten). Daraufhin und darin finden da und dort Reifungspro-

zesse statt. Vorsichtigkeit im Formulieren und das Bewusstsein um die Einschränkungen einer an solcher Grenze überhaupt sinnvollen Methodik (hier: Teilnehmende Beobachtung) sind wichtig. Sie berechtigen überhaupt erst zur Suche nach einer Systematik in solch äussersten Zonen von Leben. Doch aufgrund methodologischer Schwierigkeit auf diese Suche zu verzichten, ist m.E. keine Alternative. Wir dürfen Patienten entscheidende Aspekte ihres Daseins nicht absprechen, nur weil sie unserem Auge entzogen sind oder oft lediglich stammelnd ins Wort gebracht werden.

### Wesentlich werden

Rohr spricht bei Reifungsprozessen von einem «inneren Entwurf (was eine gute Beschreibung unserer Seele ist)» [3, S. 13]. An diesem Entwurf gelte es festzuhalten. Doch gibt es so etwas wie einen Wesenskern jedes einzelnen Menschen, den es zu entwickeln gilt? Die Annahme mag vermessen und mit Blick auf viele Sterbende gar manipulativ wirken. Sie muss deshalb in der Praxis stets offen bleiben. Doch das entbindet uns nicht von der Grundsatzdiskussion darüber, was reifes Leben und Sterben ist und der Feststellung, dass Reifung zum Menschsein gehört. Ein Blick in die Natur und das Tierreich lässt aufhorchen: es ist, als könnten Tiere oder Pflanzen ihre Entelechie nicht gleichermassen verfehlen wie der Mensch.

---

#### Korrespondenz

Monika Renz  
Leitung Psychoonkologie  
Kantonsspital  
CH-9007 St. Gallen  
E-Mail: info[at]monikarenz.ch

---

#### Referenzen

1. Kaufmann, F.-X.: Zwischen Wissenschaft und Glauben. Persönliche Texte. Freiburg, Basel, Wien: Herder; 2014.
2. Renz, M., Schütt Mao, M., Olin, A. [et al.] «Spiritual experiences of transcendence in patients with advanced cancer» *The American Journal of Hospice & Palliative Medicine* 2013. [Advance online publication].
3. Renz, M. Hinübergehen. Was beim Sterben geschieht. Annäherungen an letzte Wahrheiten unseres Lebens. Freiburg: Kreuz; 2011.
4. Rohr, R. Reifes Leben. Eine spirituelle Reise. Freiburg i.Br., Basel: Herder; 2012.
5. Renz, M. Hoffnung und Gnade. Erfahrung von Transzendenz in Leid und Krankheit. Spiritual Care. Freiburg i.Br.: Herder; 2014.
6. Chochinov, H.M., Hack, T., Hassard, T. [et al.] «Dignity therapy. A novel psychotherapeutic intervention for patients near the end of life» *Journal of Clinical Oncology* Vol. 23, 2005, 5520–25.
7. Breitbart, W., Rosenfeld, B., Gibson, C. [et al.] «Meaning-centered group psychotherapy for patients with advanced cancer. A pilot randomized controlled trial» *Psycho-oncology* Vol. 19, 2010, 21–28.
8. Renz, M., Schütt Mao, M., Bueche, D. [et al.] «Dying is a transition» *The American Journal of Hospice & Palliative Medicine* Vol. 30(3), 2013, 283–90.