

«Das Ich stirbt in ein Du hinein» – Beobachtungen aus der Sterbebegleitung



Als Leiterin der Psychoonkologie am Kantonsspital St.Gallen hat Monika Renz viele Menschen in den Tod begleitet. Dabei wurde sie aufmerksam auf Erfahrungen und innere Bilder von Sterbenden. Sie zeugen von Wandlung und letzter Reife angesichts des Todes. Der Kirchenbote fragte nach.

Kibo: Was genau machen Sie am Kantonsspital?

Monika Renz: Musiktherapie und Psychoonkologie heisst unser Dienst, der ein Bestandteil des medizinischen Auftrags ist. Ärzte und Pflegende nehmen bei Patienten Notsituationen wahr und fordern psychologische Unterstützung an. Ich mache psychologische, therapeutische, spirituelle und musiktherapeutische Begleitung. Die Situation von sterbenden Menschen kann sich von Tag zu Tag, ja von Stunde zu Stunde ändern. Dann muss man stets neu spüren, wo jemand innerlich ist, ob der Patient nonverbal erreichbar ist durch Entspannung oder Musik, ob er in einer Angst gefangen ist, bei der Zuversicht oder biblische Bilder helfen, ob er mit einem Familienproblem beschäftigt ist oder ob er gar nichts braucht.



Was ist die Rolle der Musik?

Musik ist das bewusstseinsfernste Medium. Wir wissen, dass der Mensch im Mutterleib, aber auch im Koma hört. So ist auch im Sterben das Hören weitgehend da. Das heisst, dass Sterbende über dieses Medium angeschlossen sind an die Welt, aber auch an ein geheimnisvoll Anderes. Musik kann einen Vertrauensboden legen, wortlos, ohne dass ein Akt des Begreifens nötig ist.

Wie schaffen Sie das, über Jahre mit Sterbenden zu arbeiten?

Es ist die Konzentration auf das Wesentliche, die bei diesen Patienten erlebbar wird. Genau auf den Tod hin kommen wichtige Sachen an die Oberfläche, die noch ausgesprochen werden müssen. Eben bin ich bei einem jungen Patienten gewesen, bei dem Zärtlichkeit eine grosse Rolle spielt. Gestern war ich bei einer Frau, die nie etwas anfangen konnte mit Religion. Dann erlebte sie ein Getragensein wie im Jesajatext: «Und vergisst eine Mutter ihr Kind, ich vergesse Dich nicht, in meine Hände bist Du eingezeichnet.» Den Text hat die Frau aufgesogen in Kombination mit Entspannung und Musik. Das hat sie am ganzen Leib ruhiger werden lassen. Wenn ich dann sehe, wie ich helfen kann, ist die Motivation da. Es geschieht auch an diesen schwierigen Orten viel Schönes.

Vom Ich zum Ganzen

In Ihrem Buch spüre ich ein religiöses Grundvertrauen. Woher kommt das?

Die Sterbenden lehren mich das. Ein ganz tiefes Bezogensein kommt auf den Schluss hin. Oder ein Sich-Öffnen. Eben habe ich einen Patienten erlebt, der hob seine Arme und die Muskulatur entspannte sich. Vorher war er in Kampf und Unruhe. Plötzlich öffnete sich alles. Und dieses Offensein ist ein Beziehungsbegriff. Offen ist das Gegenteil von nur Ichsein, von Abgekapseltsein im Ego. Mit diesem Beziehungsbegriff oder dieser Qualität bin ich schon mitten in der Religion drin. Einer meiner zentralen Sätze heisst: Das Ich stirbt in ein Du hinein (CD Renz 2007). Was dieses Du ist, bleibt offen. Da können wir nur verstummen oder schweigen.



Was ist die Rolle der Theologie in Ihrer Arbeit?

Mein Theologiestudium hat mich gelehrt, dass der Mensch seine Mitte ausserhalb von sich hat. Mein Ich und meine Mitte sind nicht identisch, auch wenn ich das gerne so hätte. Ich bin ein Wesen der Sehnsucht, indem ich an etwas angeschlossen bin, das viel mehr ist als mein Ich. Doch ich unterscheide klar zwischen dem, was ich glaube, und dem, was ich weiss. Aus Erfahrung weiss ich einiges über die Todesnähe, etwa dass viele Menschen vor ihrem Sterben ruhig werden, die Atmosphäre um sie anders ist, dass einige strahlen und andere nochmals die Augen öffnen. Wenn wir darüber hinaus über die Frage nach dem Jenseits reden, müssen wir zuerst konstatieren: Wir wissen nichts. Erst dann können wir über die Annäherungen der Weltbilder, Menschenbilder, Religionen usw. reden.

Und wie reden Sie über das Jenseits?

Nehmen wir den Begriff «ganz». Wo hört «ganz» auf, wo fängt «ganz» an, was gehört nicht zum Ganzen? Es ist der Inbegriff für Fülle, ein zutreffender Begriff für das, was wir Gott nennen: das Ganze. Aber «ganz» heisst, zu Ende gedacht, dass wir Menschen eigentlich dazugehören. Auch ich, auch Du, auch er, auch sie. Und ich erfahre in meiner Arbeit, dass das die letzte Erfahrungsdimension ist: Teil zu sein von diesem Ganzen. Im Alltag spüren wir das

zu wenig, dieses Ganze. Es gibt da einen Selektionsmechanismus, der das Ich so abtrennt von diesem Ganzen, dass man nicht merkt, dass man teilhabend ist. Dem bin ich nachgegangen im psychologischen Buch «Zwischen Urangst und Urvertrauen» (2009). Im Sterben entfällt dieser Selektionsmechanismus und das Ich wird offen auf das Du hin, teilhabend am Ganzen.

Sterben mitten im Leben

Wieso ist dieses Ganze im Alltag so selten erlebbar?

Im Leben können wir Dinge, Gedanken dazwischenstellen, zwischen die letzten Beziehungen. So bleibt dem Ich die Möglichkeit, sich nicht wirklich einzulassen in die grossen Bezogenheiten. In den Grenzzuständen, auch in schweren Krankheiten oder Krisen, ändert sich das. Ich erinnere an Nahtoderfahrungen, wo Menschen mit neuer Zuversicht in ihr Leben zurückkehren. Oder nehmen wir Paulus. Was ihn auszeichnet, ist – wie ich im bibeltheologischen Buch «Erlösung aus Prägung» aufzeige – eine zweite Identität. Wenn einem so ein Erlebnis nahe ist, so versucht man ständig, damit in Kontakt zu sein, nachzuspüren, was richtig ist. Man erhält nicht immer Antworten, aber man versucht, hörend zu sein nach innen: Was könnte im tieferen Sinne richtig sein?

Kann man diese Grenzerfahrung auch künstlich erzeugen?

Nein, das lernen uns die Drogenabhängigen oder im Märchen «Frau Holle» die Pechmarie. Gott lässt sich nicht instrumentalisieren. Aber ich kann dieses Bezogensein dort, wo es sich im Leben zeigt, zulassen. Es bleibt im Leben ein Geheimnis. Ich rede hin und wieder von einem Wackelkontakt.

Davor – Hindurch – Danach

Wie geschieht diese Begegnung mit dem Ganzen im Sterben?

Die Autorin Kübler-Ross sprach von Phasen: nicht wahrhaben wollen, Zorn, Feilschen, Depression, Zustimmung. Die Phasen erleben Menschen nach jedem Schicksalsschlag, so auch Krebskranke nach der Diagnose oder mit jeder Verschlechterung ihrer Gesundheit – aber nicht mehr im Sterben. Im Sterben stellt sich mehr die Frage, in welchem Bewusstseinszustand der Mensch ist. Ich unterscheide zwischen einem Davor, wo das Ich in seinen gewohnten Bedürfnissen ist, einem Hindurch, wo das Ich wie durch eine Bewusstseinschwelle hindurchgeht, und einem Danach, wo man in einem andern Bewusstseinszustand ist. Also ein Davor, ein Hindurch und dann das Danach. Das Danach sagt nichts aus über das Jenseits, es hinterlässt höchstens Ahnungen. Aber es ist ein sehr friedlicher Zustand, den Leute immer wieder haben, auch wenn sie Schmerzen hatten oder entstellt aussehen.

Und Sie begleiten die Leute in diesem Hindurch?

Ja, denn das Hindurch ist wie ein Loslassen vom Ich, und man weiss nicht, wohin man kommt. Ich sehe oft Körperreaktionen: Unruhe, Angst, Schwitzen. Dann ist es hilfreich, wenn ich das ausdeutsche und frage, ob es wie ein Hindurchgehen ist; oder ich sage aufgrund meiner Erfahrung, dass es gut komme, es gebe diese Zustände ausserhalb des Ichs, ein Teilsein. Oft verwende ich ein Märchenbild für die Begleitung in diesem Übergang, etwa die Wiese von Frau Holle. Auch Patienten haben Bilder von Wiesen oder Blumen. Die Bilder für den Zustand danach sind individuell und kulturell verschieden.

Analogien zur Apokalypse

Dieses Hindurch beschreiben Sie auch als Kampf ...

Ja, das Buch «Zeugnisse Sterbender» war ja auch ein Forschungsprojekt. Ich untersuchte die Häufigkeit der Phänomene. Etwa bei einem Viertel der Sterbenden fand ich «Kampf»: eine grosse Unruhe oder eine Reaktion, wenn ich fragte, ob es wie in einem Kampf ist. Das sind Leihworte, auf die eine Antwort kommt oder auch nicht. Je nach Reaktion merke ich: Ja, es geht da um die Dimension Kampf. Noch häufiger ist das Phänomen Angst: Körperreaktionen und Zittern. Nicht unbedingt Angst vor dem, was kommt, sondern Angst, die uns einholt. Ebenfalls häufig ist das Phänomen Durchgang zusammen mit Angst, etwa die Panik, als falle man aus dem Bett, obwohl Gitter hochgezogen sind. Ich sage dann, dass dies ein inneres Geschehen ist und sich das Erleben der Schwerkraft verändert, sodass man das Gefühl hat, man falle. Oder dass es ein Durchgang sein könnte. Letzthin hat mich einer weggeschoben. Ich bot Widerstand und sagte: «Schieben Sie weiter» – man kann auch einen Geburtskanal vor Augen haben. «Schieben Sie sich durch.» Da hat er sich verstanden gefühlt.

In Ihrem Buch sprechen Sie auch von apokalyptischen Bildern. Wie kommen Sie dazu?

Das Wort apokalyptisch hat sich mir aufgedrängt. Es gibt Sterbende, die Heerscharen von Engeln sehen und daneben ist es schwarz. Als Psychologin bleibe ich da auf der Strecke, aber als Theologin muss ich sagen: wie brisant! Oder eine Frau nannte voller Angst den Teufel – ein Begriff, den sie sozialisiert bekommen hat. Aber es war echte Angst vor etwas Bösem spürbar. Ich musste das ernst nehmen und konnte ihr mit einem Segen helfen. Die Apokalypse, das letzte Buch der Bibel, ist mit ihren nicht endenden Kämpfen und Katastrophen kaum ertragbar. Dann aber kommen plötzlich Bilder jenseits der Gegensätze, Bilder vom Sieg, vom Festmahl, von Licht und Heil. Das passt psychologisch zur Teilhabe, zum Dazugehören. Es gibt Analogien zwischen Apokalypse und Sterbeprozess. Ich glaube auch, dass die Apokalypse aus einem Bewusstsein entstanden ist, wo man solch symbolische Konsequenzen noch verstanden hat. Im Sterbevorgang finde ich auch symbolische Abläufe, archetypisches Material, das den gleichen Konsequenzen folgt wie viele biblische Bilder. Wäre das alles nur Zufall ohne Gesetzmässigkeit, so könnte ich hier gar nicht helfen.

Geben Sie uns zum Schluss einen kurzen Tipp für Angehörige, die Sterbende begleiten!

Über Wesentliches reden, nicht über Banalitäten. Dann hörend sein, jene Sensibilität aufnehmen, in der Sterbende leben. Echte Fragen stellen und auf Reaktionen achten. Es lohnt sich, noch in Beziehung zu sein mit diesen Menschen.

Interview: Andreas Schwendener

Angaben zu CD, Büchern und Vorträgen

Der Satz «Das Ich stirbt in ein Du hinein» ist auch der Titel einer CD von Monika Renz. Sie gehört zum Buch «Von der Chance, wesentlich zu werden», herausgegeben vom Verlag Junfermann, Paderborn, 2007. In demselben Verlag sind auch die im Interview erwähnten Bücher erschienen: «Zeugnisse Sterbender» in der Neuauflage 2008 mit Ideenkarteen für Betreuende und Angehörige; «Zwischen Urangst und Urvertrauen», Neuauflage 2009; «Erlösung aus Prägung», 2008, und schliesslich «Grenzerfahrung Gott», Neuauflage 2006.

Monika Renz spricht im Rahmen eines Vortragszyklus zum Thema «Leben nach dem Tod» im Februar 2010 in St.Gallen, jeweils montags, 20 Uhr, Katharinensaal (www.erf-sg.com)

1.2.: Das Zeugnis der Bibel, mit Till Mohr

8.2.: Das Zeugnis der Tradition, Karl-R. Essmann

15.2.: Das Zeugnis der Nahtoderfahrungen, mit Günter Ewald

22.2.: Das Zeugnis Sterbender, mit Monika Renz