

Vom Umgang mit dem Unabänderlichen

Seminar fragte nach Stärkung in Krisenzeiten – Humor als Möglichkeit



Bad Reichenhall. Wie gehen wir mit Krankheit, Tod und Trauer um? Was stärkt uns in diesen Krisenzeiten? Dass unser Leben durchaus leichter und lebendiger werden kann, zeigte jüngst das Seminar „Vom Umgang mit dem Unabänderlichen“ auf. Ein Bauer, eine Ärztin, ein Theologe und ein Humorbotschafter luden die 16 Teilnehmer aus dem Raum Reichenhall durch die Schilderung ihrer jeweils ganz persönlichen Sicht auf Leben und Sterben zum Nachdenken und Erkenntnisgewinn ein.

Die Referenten schilderten nicht nur ihre individuellen Erfahrungen und ihren Umgang mit Krankheit und Tod. Sie luden die Seminarteilnehmer auch zu Perspektivenwechseln ein. „Dürfen oder müssen wir unser Leben leben?“, so Bauer Alois Gaderer und Seelsorger Nobert Kuhn-Flammensfeld stellte die Frage: „Wie kann es gelingen, das Gestaltbare zu unterscheiden von dem, was unabänderlich ist?“ Die Reichenhaller Ärztin Dr. Birgit Krause-Michel weiß aus ihrer langen Praxis als Palliativmedizinerin, dass „Humor am Lebensende nicht nur erlaubt, sondern notwendig ist.“ Dies erlaubt auch Werner Gruber täglich. Der Sozialarbeiter arbeitet in einem Salzburger Hospiz, ist Spieler und Theaterpädagoge und „Hu-

60-jährige. Ihm habe das Leben seinen Leitspruch gelehrt: „Es ist wie es ist.“ Diese Sicht „im Sinne von annehmen und ich mache was daraus“, zu leben, imponierte ihr, sagte Dr. Krause-Michel. Sie erlebe in der Palliativmedizin immer wieder Angst. Alois Gaderers „Lebenslust kann uns allen nur Mut machen“, so die Ärztin. Nach dem bodenständigen Bauern kündigte sie Seelsorger Nobert Kuhn-Flammensfeld an.

Dessen Vortrag, aufgehängt am Buch Kohelet im Alten Testament, regte die Teilnehmer zu vielfältigen Interpretationen des „alles hat seine Zeit“ an, lud zu Diskussion und Widerspruch ein. Was alles seine Zeit im Leben haben sollte, war weder spirituell noch philosophisch, intellektuell oder emotional auf einen gemeinsamen Nenner zu bringen. Durchaus also ganz im Sinne des Seminars, das den Blick der Teilnehmer öffnen wollte. Ihnen gab der Seelsorger im Krankenhaus- und Palliativbereich mit, „dass wir uns zu allen Zeiten verhalten sollten.“ Dass es also den Menschen helfen könne, wenn sie auch eine Haltung zum Sterben entwickeln würden. Empfehlenswert wäre zudem, „nicht alles Vertrauen in die Machbarkeit zu setzen, sondern auch in das Geschehenlassen.“ Wer resilient wäre, sich also dank seiner inneren

Widerstandskraft an schwierige Situationen gut anpassen könne, habe es sowohl als Patient als auch als Helfer leichter, mit dem Unabänderlichen umzugehen, so Dr. Birgit Krause-Michel.

Humor wäre dabei mehr als hilfreich. In Form heiterer Gelassenheit entspanne er die Kommunikation zwischen Kranken oder Sterbenden und ihren Begleitern. Vor allem solle er für eine Distanz zu Krankheit und Tod und entlaste so Betroffene wie Helfer. „Wir sollten uns trauen, zu lachen, Humor befreit und ist ansteckend“, so der Rat der Palliativmedizinerin, die gerade eine Ausbildung als Clownin absolviert. „Humor am Lebensende ist nicht nur erlaubt, sondern notwendig“, bekräftigte Sozialarbeiter Werner Gruber die Sicht der Ärztin. Er schilderte etliche Beispiele aus seiner 14-jährigen Arbeit im Hospiz zur „Kraft des Augenblicks“; zu Herzen gehende Momentaufnahmen, die einen überzeugenden Eindruck davon hinterließen, dass Humor helfen kann. Nämlich, „dem Unabänderlichen etwas entgegenzusetzen. Nicht ganz ohnmächtig zu sein. Das gibt unheimlich Kraft“, so Humorbote Gruber. So könne jeder Mensch auf seine Weise dem Unabänderlichen doch leicht und lebendig und für ihn angemessen begegnen. – red

„Wie kann es gelingen, das Gestaltbare zu unterscheiden von dem, was unabänderlich ist?“ wollte Seelsorger Nobert Kuhn-Flammensfeld mit den Seminarteilnehmern klären. – F.: privat

morbotschafter“. Eine Patientin hätte zu ihm gesagt, so Gruber: „Wenn ich schon sterben muss, dann mag ich wenigstens mit Vergnügen sterben.“ Dass der Einsatz von Humor situationsgerecht sowie mit Feingefühl und Einfühlungsvermögen erfolgen sollte, darüber waren sich alle einig.

„Nehmen Sie sich nicht zu ernst“, lautete einer von den Ratschlägen des Humorbotschafters für die Seminarteilnehmer am En-

de des Tages. Begonnen hatte die ses Bauer Alois Gaderer mit seiner Feststellung: „Wir nehmen uns alle viel zu wichtig.“ Über ihrem Bemühen, ihre selbstgesteckten Ziele im Leben zu erreichen, würden sie oftmals vergessen, „das Leben zu leben.“ Gaderer, dessen Vater 48-jährig im Kreis der Familie starb, war mit 14 Jahren schon mit für den Hof zuständig. Diesen hat er längst seinem Sohn übergeben. „Jetzt fühle ich mich frei“, so der