

Karin Klepsch
November 2009

Welche Einflüsse übt die Begegnung mit dem Sinnlichen
auf Menschen in der letzten Lebensphase aus?

Abschlussarbeit zur Prüfung
in Somato-Psychopädagogik

Inhaltsverzeichnis

Danksagungen	3
EINLEITUNG	4
1. Beweggründe und Forschungsfrage	5
1.1. Persönliche Beweggründe.....	5
1.2. Berufliche Beweggründe	6
1.3. Forschungsfrage.....	8
2. Theoretischer Teil	9
2.1. Die Sterbebegleitung	9
2.2. Die Somato-Psychopädagogik	10
2.2.1 Die Haltung des Praktikers – die aktive Neutralität.....	12
2.2.2 Die Berührung	13
2.2.3 Die sensorische Introspektion oder Meditation.....	15
3. Praktischer Teil	16
3.1. Methodologische Überlegungen.....	16
3.2. Begebenheiten	17
3.3. Forschungsergebnisse	26
ABSCHLIESSENDE BETRACHTUNGEN	27
BIBLIOGRAPHIE	28

Danksagungen

Herrn Prof. Dr. Danis Bois, für seine Lehre, seine Präsenz ...

an Sylvie Rosenberg, die mich zu neuem Leben erweckt hat, für ihre Hilfe, ihre Begleitung und ihre Freundschaft,

an meinen Mann, für sein Verständnis und seine Toleranz,

an das Christophorus-Hospiz und seine Mitarbeiter, für das Vertrauen, das sie mir schenken,

an alle Personen, die mir in dieser Arbeit begegnet sind, und die es mir ermöglicht haben zu wachsen,

an das Leben...

EINLEITUNG

Als ich vor etwa 10 Jahren anfing, Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu begleiten, trug ich in mir folgende Fragen: Wie konnte ich diesen Menschen helfen, das Leben zu verlassen? Was konnte ich ihnen bringen, damit sie dieses Ende besser leben konnten? Auch schienen sie etwas in mir anzusprechen, was mir gar nicht bewusst war... Was war das, was sie hier fanden und anscheinend dringend brauchten? Ich hatte häufig den Eindruck, dass sie durch meine Anwesenheit an etwas in mir andockten, was ihnen gut tat, aber was war das?

Diese Fragen blieben lange Zeit ohne Antwort, bis zu dem Tag, an dem ich der Somato-Psychopädagogik begegnete. Von da an und im Laufe des Erlernten und Erlebten, meiner sich entwickelnden Wahrnehmung, meiner Erfahrungen, begannen manche Antworten sich schemenhaft zu zeigen...

Diese Arbeit soll erste Versuche der Einbeziehung der Somato-Psychopädagogik in die Begleitung Sterbender beleuchten und untersuchen. Die erste Frage, auf die ich versuchen möchte, eine Antwort zu erhalten, ist folgende:

**Welche Einflüsse übt die Begegnung mit dem Sinnlichen
auf Menschen in der letzten Lebensphase aus?**

1. BEWEGGRÜNDE UND FORSCHUNGSFRAGE

1.1. PERSÖNLICHE BEWEGGRÜNDE

Vor 23 Jahren rang mein frühgeborener Sohn ums Leben. Als ich eines Tages vor seinem Brutkasten stand, überkam mich plötzlich ein überwältigendes Gefühl der Ohnmacht. Seltsamerweise spürte ich fast zur gleichen Zeit eine langsame aber stetige, sanfte und doch kraftvolle Welle der Zärtlichkeit, die mich von innen streichelte und mir unendlichen Frieden schenkte. Diese Welle, die mich damals innerlich bewegte, gab mir die Kraft, meinen Sohn auf seinem Weg ins Leben zu begleiten. Diese innere Liebkosung verschwand wieder, ich fühlte mich aber von „etwas“ in mir getragen.

Jahre später durfte ich diese Welle bedingungsloser Liebe und großer Zärtlichkeit noch einmal erfahren. Diesmal am Sterbebett meines Vaters. Der sanft bewegte Frieden, der in diesem Krankenzimmer herrschte, wiegte uns beide in ein Gefühl der tiefen Geborgenheit hinein. Die Tage nach seinem Ableben erlebte ich in einem außeralltäglichen Zustand, in dem ich mich wie beim ersten Mal von innen heraus von einem Frieden und einer Kraft erfüllt spürte, die mir nur von jenem Erlebnis mit meinem Sohn bekannt waren. Diese Welle berührte und bewegte mich tief, sie verschwand aber auch diesmal wieder. Da ich sie beide Male in einer Situation bewusst erlebte, wo es ums Sterben, bzw. um den Kampf gegen das Sterben ging, lag es für mich nahe, sie dort wieder zu suchen.

So begann ich eine Ausbildung zur Sterbebegleitung. Sechs Jahre lang machte ich diese Arbeit mit viel Liebe und Hingabe... Ich tat mein Möglichstes, um die Personen und ihre Angehörigen zu begleiten, um Frieden, Trost und Ruhe zu

spenden. Manchmal war es mir gegeben, aus Zufall (oder aus Gnade) für einen Augenblick das wieder zu erleben, was ich so sehr suchte.

Bis ich vor vier Jahren der Somato-Psychopädagogik und der **Inneren Bewegung** begegnete. An diesem Tag begann ich zu verstehen, dass das, wonach ich immer gesucht hatte, diese innere Bewegtheit, die mir Sanftheit und Frieden vermittelte, nicht der Tod, sondern das Leben war...

1.2. BERUFLICHE BEWEGGRÜNDE

Zu Beginn meiner Ausbildung als Somato-Psychopädagogin hatte ich nicht die Absicht, diese Arbeit mit Sterbenden auszuüben. Als Ehrenamtliche war es uns ohnehin nicht erlaubt, Menschen zu behandeln. Selbst bei der Berührung war große Vorsicht geboten, insbesondere bei den Menschen, die sich nicht mehr äußern konnten.

Eines Tages, als ich wieder im Hospiz war, saß ich am Bette einer Patientin. Äußerlich hatte sich nichts an meiner Arbeit verändert. Ich saß da und hörte ihr zu, wie sie über ihr Leben sprach, half ihr, dunkle Teile ihres Lebens zu beleuchten und anzunehmen und sich an den sonnigen Seiten zu erfreuen. Innerlich aber nahm ich diesmal bewusst eine neue Haltung ein. Eine Haltung, die uns in der Ausbildung in Somato-Psychopädagogik beigebracht wurde, und in der ich mich üben wollte: Im Gewährsein meines eigenen Körperempfindens versuchte ich zu fühlen, was die Worte der Patientin in mir auslösten. Es war, als fände jedes Wort von ihr in mir eine Resonanz, die ich wahrnahm, und als ginge es dann zurück zu ihr, verwandelt, verstärkt, durch eben diese Resonanz... Als ich sie verließ, verabschiedete sie sich von mir mit den überraschenden Worten: „*Komisch! Ihr Besuch war wie eine Massage!*“

Dieser Satz ermutigte mich, einen Weg des Forschens, des Beobachtens, des Wahrnehmens zu beschreiten, der sich auch als Weg der persönlichen Entwicklung sowie der intensiven Erfahrungen in Wechselbeziehung mit den Menschen, die ich begleitete, erwies.

In den vier Jahren seit diesem überraschenden und überraschten Satz der Patientin gab es keine einzige Begegnung, in der nicht eine der zahlreichen Facetten der Methode hilfreich gewesen wäre. Sie verhalf mir zu einem Zugang zu einer gesteigerten Wahrnehmung meiner selbst und des Anderen, zu Beziehungen und Erlebnissen von einer tiefen Menschlichkeit und Intensität, die ich niemals für möglich gehalten hätte und die mir in der Weise in den sechs Jahren davor kein einziges Mal begegnet waren.

Die Erfahrungen, die ich dabei machen durfte, waren so intensiv, so überraschend und zutiefst berührend, dass es mich sehr viel innere Arbeit gekostet hat, mich von diesen intimen Kleinoden genügend zu distanzieren, um von ihnen in allgemein gültiger Form schreiben zu können.

Diese Zeilen sollen meinen Kollegen sowie allen, die sich für diese Arbeit wie für diese Lebensphase interessieren, einen ersten Einblick in meine Begleitungen gewähren.

In dieser Abschlussarbeit möchte ich auch die Wirkungen einer Begegnung mit dem Sinnlichen bei Sterbenden erfassen. Vielleicht wird sie mir ebenfalls dabei helfen zu sehen, in welcher Weise diese Begegnungen und diese Erfahrungen zu meiner Entwicklung als Somato-Psychopädagogin aber auch und vor allem als Mensch beigetragen haben. Sicher werde ich über diese Arbeit auch besser verstehen können, was in der sich im Sinnlichen herstellenden Reziprozität zwischen der Person und mir vor sich geht.

1.3 FORSCHUNGSFRAGE

Das Kernstück der Somato-Psychopädagogik ist es, den Menschen wieder in Berührung mit dem Leben, das ihn bewohnt, zu bringen. Die Frage, die sich mir dann aufdrang, war zunächst:

Ist eine Begegnung mit dem Leben im Körper eines Menschen auch dann noch möglich, wenn dieses Leben im Begriff ist, den Körper zu verlassen?

Und wenn ja:

Welche Einflüsse übt die Begegnung mit der Inneren Bewegung auf Menschen in der letzten Lebensphase aus?

2. THEORETISCHER TEIL

2.1. DIE STERBEBEGLEITUNG

Die heutige Hospizarbeit ist das Ergebnis des Einsatzes von Menschen wie Cecily Saunders und Elisabeth Kübler-Ross. Andere folgten ihnen, wobei der Tenor der Hospizbewegung im Respekt und der Würdigung der Sterbenden und ihrer Angehörigen liegt. Aufgabe der hospizlichen Arbeit ist die Verbesserung oder der Erhalt der Lebensqualität. Dies erfolgt insbesondere durch lindernde Pflege, lindernde Medizin und durch Zuwendung. Grundlegend für die Hospizarbeit ist die Akzeptanz des Todes als Teil des Lebens. Durch die deutliche Bejahung des Todes als Teil des Lebens soll der Tod weder beschleunigt noch hinausgezögert werden.

Wesentlicher Bestandteil der Hospizbewegung ist die Mitarbeit von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen. Deren Aufgaben sind so vielfältig wie die Menschen, die sich darin engagiert haben. Nach Bedarf wenden wir uns dem körperlichen, dem seelischen oder aber dem geistigen Wohlergehen zu. Alle versuchen wir, dem Menschen in dieser letzten Phase beiseite zu stehen, ihm in der Unmittelbarkeit zu begegnen und ihm darin Raum zu lassen, ihm zuzuhören, ihm noch letzte Wünsche zu erfüllen... Kurz, ihm das Leben so angenehm wie nur möglich zu gestalten.

Hospizarbeit bedeutet Ganzheitlichkeit im Sinne der Anerkennung und Berücksichtigung der körperlichen, seelischen, sozialen und spirituell-religiösen Bedürfnisse der sterbenden Menschen. Dies bedeutet die Integration der psychischen, sozialen und seelsorgerischen Bedürfnisse der PatientInnen, der Angehörigen, des Behandlungsteams und der Begleitenden in den

Behandlungsverlauf während der Krankheit, beim Sterben und auch in der Zeit danach.

Ganzheitlichkeit und Lebensbejahung sind auch zwei grundlegende Konzepte in der Somato-Psychopädagogik, einer französischen Methode der körperlichen und psychischen Begleitung der Person, deren Begründer, Prof. Dr. Danis Bois, in universitären Kreisen für seine Arbeiten über das Sinnliche bekannt ist.

Die Somato-Psychopädagogik bringt die Person dazu, in ihrem Körper eine **innere Bewegung** oder ihre Wirkungen wahrzunehmen; dann macht die Person die Erfahrung eines Gefühls der Ganzheitlichkeit, des Selbstgewahrseins, bis hin zu einem Existenzgefühl, das von den äußeren Umständen unabhängig ist. Dabei entstehen diese Gefühle ganz konkret, in der Tiefe der Materie und werden „im Fleisch“, ganz leiblich, erlebt. Die innere Bewegung ist der Vektor, der diese Gefühle zu unserer Aufmerksamkeit und in unser Bewusstsein bringt.

Es scheint mir nun an der Zeit, die Somato-Psychopädagogik näher zu erläutern.

2.2. DIE SOMATO-PSYCHOPÄDAGOGIK

In der Somato-Psychopädagogik spielt der Körper eine vorrangige Rolle. Dieser wird als ein Ort des Lernens und der Erkenntnis angesehen. Die Somato-Psychopädagogik schlägt daher der Person eine außeralltägliche Erfahrung in Form einer Berührung, von langsamen Bewegungen oder einer sensorischen Introspektion vor. In dieser Erfahrung wird die Person über die innere Bewegung in unmittelbarem Kontakt mit ihrem Körper gebracht. Dann erlebt sie eine lebendige Beziehung zu diesem, eine Beziehung, die es ihr ermöglicht, den Körper als Leib zu erfahren und darin eine Vereinigung des Denkens, des Fühlens und der Wahrnehmung zu erleben. Dadurch wird sich die gewöhnliche Vorstellung, die die Person von ihrem Körper hat, wandeln und sie wird diesen als liebenden und liebenswerten Partner, als Ort der Erkenntnis, des Lernens erleben und nicht mehr nur als Maschine, ja vielleicht sogar als Feind wahrnehmen.

Die Somato-Psychopädagogik setzt sich zum Ziel, Bedingungen zu schaffen, damit diese innere Bewegung in unsere Wahrnehmung gelangt.

„Dann zeigt sie sich, in ihrer Subjektivität, nicht nur die manuelle Wahrnehmung des Praktikers, sondern auch die innere Wahrnehmung des Patienten.“¹

Diese extrem langsame Bewegung vermittelt der Person ein tiefes Wohlgefühl und ist nicht nur eine Regulationskraft des anatomischen Körpers der Person; sie beeinflusst auch ihre Denk- und Verhaltensmuster. Die Wahrnehmung der inneren Bewegung bleibt nicht auf den Körper begrenzt, sondern kann sich über diesen hinaus entfalten.

In seinem Buch „Le Sensible et le Mouvement“ bezeichnet Danis Bois diese Bewegung als substantielle Bewegung. Substantiell deshalb, weil sie sich der Wahrnehmung als eine Substanz in Bewegung offenbart.

„Wenn diese Bewegung in der Materie des Menschen Form annimmt, so entsteht das Wesen, ein Wesen, das ganz und gar durch sich selbst und in sich selbst existiert.“²

Alles hängt dann von der Qualität der Beziehung ab, die der Mensch mit dieser Bewegung eingeht. Das Wesen, das in dieser Beziehung, in diesem Gewahrsein des Absoluten, des Zeitlosen erscheint, ist ein Wesen, das dem Unveränderlichen, dem Beständigen angehört, und dabei doch für alle Möglichkeiten offen ist.

Wenn die Person fähig ist, diese in ihrer Materie sich entfaltende Bewegung zu beobachten und mit dem, was in der Innerlichkeit ihres Körpers lebt und sich entfaltet, eine Beziehung herzustellen, dann ist sie in dem, was wir das Sinnliche nennen.

Um die Person dahin zu bringen, nehmen wir ein „somato-psychisches Stimmen“ vor. Um dieses Stimmen vorzunehmen, bedienen wir uns der Berührung, langsamer Bewegungen und/oder der sensorischen Introspektion. Dabei kommt es zu einer Reihe von Zustandsveränderungen, die, wenn sie bewusst wahrgenommen werden, der Person Zugang zur Welt des Sinnlichen gewähren. Sie nimmt innere

¹ Hélène Courraud-Bourhis, Biomécanique sensorielle et biorhythmie, S. 19

² Danis Bois, Le sensible et le mouvement, S. 110

Tonalitäten in der Tiefe ihres Körpers wahr und macht eine ungewöhnliche körperliche Erfahrung, die spontane Bedeutungen in sich birgt. Dann ist sie in der Lage, ihre eigene Entwicklung bewusst mitzuerleben und zu verfolgen, fühlt sich angesprochen und betroffen, in dem, was sie da erlebt. Auf diese Weise entdeckt sie eine Öffnung zur einer neuen Art zu sein.

Diese Entwicklung im Sinnlichen hat Danis Bois die **Prozessspirale des Sinnlichen** genannt und wie folgt beschrieben: zunächst entsteht *Wärme*, eine Wärme, die ein tiefes Gefühl der Geborgenheit hervorruft. Dann gelangt die Person in ihre Innerlichkeit, in der sie sich von sich selbst und von den anderen berührt, betroffen fühlt. Dieser Zustand geht mit einem Gefühl der *Tiefe* einher. Danach entsteht ein Zustand der *Ganzheitlichkeit*, die der Person den Eindruck vermittelt, dass alle anatomischen Teile ihres Körpers sich aufeinander abstimmen und dass Körper und Psyche sich vereinen. Daraus entsteht ein Gefühl, im Körper verankert zu sein, ein Gefühl, das einen Eindruck von Stabilität vermittelt. Mit steigender Wahrnehmung beschreiben dann die Personen das Erleben eines *Selbstgewahrseins*, eine Art Rückkehr zu sich selbst. Die Person hat das Gefühl, sich näher zu sein, sie entdeckt ihre Einzigartigkeit. Schließlich entdeckt die Person ein *Existenzgefühl* und wird sich bewusst, dass sie für sich und in sich selbst existiert, und in dieser Hinsicht weniger von äußeren Umständen abhängig ist.

Das Sinnliche wird häufig beschrieben durch das Wahrnehmen von Bewegung, der Farbe blau, durch ein Gefühl von Liebe, von Frieden oder von Unendlichkeit. Was hier wahrgenommen wird, ist viel mehr als nur eine körperliche Empfindung. Es ist eine Art zu sein, eine Erfahrung, die einen Sinn enthüllt.

2.2.1 Die Haltung des Praktikers – die aktive Neutralität

So nennen wir die von der Somato-Psychopädagogik befürwortete Haltung. Eine Haltung, in der der Praktiker sich darin versucht, seine Art zu sein, zu denken und wahrzunehmen anzuhalten. Eine Haltung, in der wir uns auf die Lauer legen und für alle Möglichkeiten und alle Neuheiten offen sind, in der der Praktiker sich in die innere Bewegung hinein gleiten lässt, sobald er diese spürt.

Das aktive Prinzip dieser Neutralität entwickelt sich, sobald der Praktiker die Informationen, die die innere Bewegung ihm liefert, erfasst und er, angeleitet durch diese, handelt, spricht und arbeitet. Diese neutrale Haltung ist auch deshalb aktiv, weil sie die Bedingungen schafft, damit die innere Bewegung sich zeigt, damit sie dem Praktiker die Informationen liefert, damit alles, was sich in diesem Augenblick zu ergeben hat auch ergeben kann. Durch diese Haltung fühlt sich der Patient, die begleitete Person, geborgen, Vertrauen entsteht, er/sie kann sich anvertrauen. Sie lässt den anderen erscheinen, so wie er wirklich ist, in seiner Wahrhaftigkeit. Und sie lässt Liebe entstehen; dabei handelt es sich nicht um eine

„Liebe für den Anderen als Individuum, sondern für das Werden, das er darstellt, für die Potentialität, die in ihm nach Entfaltung sucht.“³

In eine solche Haltung wächst der Praktiker im Laufe seiner Ausbildung und eigenen persönlichen Entwicklung allmählich hinein.

2.2.2 Die Berührung

Die Berührung in der Somato-Psychopädagogik ist eine ganz besondere.

„Die Hand legt sich um den Muskel, sie nimmt Kontakt mit dem Knochen auf, sie spricht eine Ganzheitlichkeit und eine Tiefe an, die bewirken, dass die Person sich auf Antrieb in dem, was sie ist, erhört und verstanden fühlt.“⁴

Die Hand wendet sich an die Person über die innere Bewegung im Körper des Berührten. Durch diese und über die Begegnung mit der körperlichen Materie nimmt die Person ihre eigene Beschaffenheit wahr. Sie entdeckt sich in dem, was sie ist und war, in ihrer Einzigartigkeit. Durch diese Berührung erfolgt eine Zwiesprache, zunächst mit dem Gewebe der berührten Person, später aber mit ihrem ganzen Wesen. Dann entsteht eine Begegnung der ganz besonderen Art. Die Rollen werden aufgehoben. Da sind nur noch zwei Menschen, in ihrer ganz eigenen Einzigartigkeit, die miteinander kommunizieren. Das Medium, ihre gemeinsame Sprache, ist das

³ Danis Bois, Das Erneuerte Ich, S. 75

⁴ Danis Bois 2006, *Corps objectif, corps sujet et corps sensible*, rapport de recherche, Cerap, Université Moderne de Lisbonne

Leben in ihnen, das sich in dieser inneren Bewegung ausdrückt. Es kommt zu einer Bewegtheit beider: der Berührende wird von dem berührt, was er berührt, und der Berührte wird von dem Berührtsein berührt... Dann befinden wir uns an einem Ort der gemeinsamen Erfahrung, den wir die **aktuierende Reziprozität** nennen.

Diese Reziprozität entsteht nicht nur durch Berührung und nicht nur in einer Beziehung zu jemand anderem. Sie entsteht auch, wenn wir unsere Bewegung wahrnehmen und in diesem sinnlichen Zustand die Wirkung der Beziehung zu uns selbst, zum anderen, zur Welt wahrnehmen und sich entwickeln lassen. In diesem Falle sprechen wir von Intrareziprozität, die Voraussetzung, damit die oben beschriebene Interreziprozität entstehen kann.

Sind sich beide des Verspürten im Körper bewusst und nehmen sie dessen Wirkungen wahr, so akuiert sich diese Reziprozität gegenseitig.

„Diese empathische Wechselbeziehung spielt in der Begleitung des Patienten eine so wichtige Rolle, dass ich mich entschieden habe, diese Beziehung nicht Empathie sondern *aktuierende Reziprozität* zu nennen: *aktuierende* deshalb, weil sie das Ergebnis einer bewussten Handlung beider Partner ist, und Reziprozität, weil, wenn sowohl Patient als auch Therapeut sowohl mit ihrem eigenen sinnlichen Wesen als auch zueinander in Beziehung stehen, die Asymmetrie zwischen Patient und Therapeut zugunsten einer gemeinsamen Präsenz verschwindet.“⁵

Der Leser wird vielleicht dadurch besser verstehen, wie bereits eine reine Anwesenheit am Bette des Patienten, ein Gespräch, eine Meditation ähnliche Wirkungen wie eine Berührung haben können. Im stillen Dasitzen kann der Praktiker in eine Intrareziprozität mit sich selbst kommen, so dass der andere sozusagen „angesteckt“ wird und ebenfalls eine Beziehung zu den Wirkungen seiner Beziehung zu sich selbst entwickelt. Dann entsteht diese Interreziprozität, in der das Leben sich auf das Leben stützt, das Leben mit dem Leben spricht... in einer Bewusstheit, die uns möglicherweise ungeahnte Potentialitäten aufdeckt.

⁵ Danis Bois, Das Erneuerte Ich, S. 119

2.2.3 Die sensorische Introspektion oder Meditation

Die sensorische Introspektion – Innenschau über die Sinne – ist ein Moment, den wir uns gewähren, um mit der Inneren Bewegung in Beziehung zu treten, um unsere Wahrnehmung derselben zu pflegen. Dazu verwenden wir unsere Sinne, die wir diesmal nicht dazu einsetzen, die äußere Welt wahrzunehmen, sondern um die innere Welt, die unserem Körper innewohnende Innerlichkeit zu erfassen.

Hierfür hat Danis Bois eine ganz spezielle Vorgehensweise entwickelt. Der SPP-Praktiker leitet diese Introspektion an und fordert die Person auf, ihre Aufmerksamkeit nach innen zu richten. Er bittet sie, auf die Kontaktflächen, auf die bequeme und entspannte körperliche Haltung zu achten. Er lenkt dann die Aufmerksamkeit auf die äußeren Geräusche oder Stille und auf die innere Stille. Später wird der Sehsinn abgefragt, ob eine Helligkeit oder Farben hinter den geschlossenen Augenlidern auftauchen. Im weiteren Verlauf wird der Zustand der körperlichen Materie beobachtet, spontan auftauchende Emotionen und Gedanken betrachtet. All dies geschieht in einem Zustand der größtmöglichen Neutralität und dauert 20 Minuten.

Diese Meditation erfordert keine besondere Technik. Die Person übt sich darin, geschehen zu lassen, ohne erlerntes Wissen, ohne Konzentration, ohne erstarrte Haltung... Im Gewahrsein dieser Inneren Bewegung gibt diese dem Meditierenden Informationen über sich selbst in Form von Bewegung, von spontan auftauchenden Gedanken, von Bildern, von blauem Licht, von Liebe, von Frieden oder von zeitlicher und räumlicher Unendlichkeit...

3. PRAKTISCHER TEIL

3.1. METHODOLOGISCHE ÜBERLEGUNGEN

In meiner Arbeit musste ich mich von der Unmittelbarkeit leiten lassen. Dort, wo es gilt, den Weg aus dem Leben zu begleiten, bekommen für mich Zeit und Raum ein neues Gesicht. Alle Rhythmen verlangsamen, alles scheint sich zu weiten, auszudehnen. Jede Sekunde bekommt einen Geschmack von Ewigkeit, wie im Schmerz so auch in der Freude. In jeder Sekunde ist das, was vorher war, schon nicht mehr gültig und das, was kommt, völlig unabsehbar.

Ich konnte – und kann – also nicht darauf zählen, auf eine Entwicklung, auf eine Erinnerung an die letzte Begegnung aufzubauen. Ich weiß nie, ob ich den Menschen, von dem ich mich heute verabschiede, wiedersehen werde, ob er mich wiedererkennen wird.

Als Ehrenamtliche kann ich nicht ein Zimmer betreten mit der Absicht und dem Auftrag, der Person von der Methode zu erzählen und eines der Werkzeuge der Methode mit ihr zu besprechen, bevor ich es anwende. Interessant ist es aber festzustellen, wie, je mehr ich diese Beziehung zur Inneren Bewegung lebte, umso häufiger sich die Situationen ergaben, in denen ich sie anwenden konnte...

In einem Hospiz bleiben die Menschen zwischen einem Tag und ein bis zwei Jahren. Ihr Allgemeinzustand ist unterschiedlich und ihre Bereitschaft und Offenheit kann sich von Minute zu Minute verändern. Schmerzen, Erschöpfung haben hier das letzte Wort. Manche Menschen, die ich hier zitieren werde, habe ich nur ein einziges Mal gesehen, andere monatelang begleitet.

Das Einzige also, woran ich mit einer gewissen Sicherheit arbeiten konnte, war an meiner eigenen Haltung, an meiner bewussten Intrareziprozität sowie an meiner Haltung der aktiven Neutralität, die ich im theoretischen Teil versucht habe zu erklären. Mit dieser betrat ich ein Zimmer und fügte mich dann in das ein, was kam.

In meiner eigenen Erfahrung ist diese innere Bewegung für mich zu einem vollwertigen Sinn geworden, zu einem Bewusstsein, das, je mehr ich in Beziehung dazu trete, mir Informationen vermittelt, die meine „normale“ Aufmerksamkeit nicht in der Lage ist, zu erfassen.

Nachdem sich mit der Methode Danis Bois meine Arbeit im Hospiz so grundlegend verändert hatte, empfand ich das Bedürfnis, nach jedem Hospizbesuch meine Erlebnisse, Empfindungen, Wahrnehmungen niederzuschreiben. Grundlage dieser Arbeit ist also dieses über 4 Jahre gehaltene Tagebuch. Es versteht sich, dass mir nicht jeder Besuch im Hospiz die im Folgenden geschilderte Intensität bescherte, dass es auch Menschen gab, die ich nicht erreichen konnte und dass ich hier eine Wahl getroffen habe und nur die Situationen wiedergebe, die mir geeignet erscheinen, um die Einflüsse, die Wirkungen dieser Begegnung mit der inneren Bewegung auf die Menschen, die ich begleitete, zu untersuchen.

Die Erfahrungen, die ich gemacht habe, möchte ich hier nun versuchen darzustellen und jeweils im Lichte der in den ersten Kapiteln dargestellten methodischen Ansätze der Methode Danis Bois reflektieren. Deshalb sind die nachfolgenden Schilderungen gegliedert in: 1. Beschreibung der Erfahrung, 2. Analyse und Reflexion des Erfahrenen anhand der Methode.

3.2. BEGEBENHEITEN

Bevor ich aber fortfahre, möchte ich innehalten und allen Begegnungen und Beziehungen, die in dieser Arbeit in den letzten 4 Jahren entstanden sind, einen Augenblick der Stille und des tiefen Respekts widmen. Alle waren sie gekennzeichnet durch jene Intensität, die allem Vergänglichen anhaftet. Alle stellten sie für die Person, die ich begleitete, wie für mich selbst eine Lektion des Lebens dar.

Ich habe mich ernsthaft gefragt, ob ich das Recht habe, diese intimen, intensiven Situationen zu schildern. Die Protagonisten kann ich nicht mehr fragen... Heute nehme ich mir das Recht und hoffe, dass jedes Wort aus jenem Ort auftauchen wird, aus dem diese Erfahrungen geboren wurden und dass es die Stimmung wiedergeben kann, in der diese erlebt wurden.

Mein Anliegen ist es, das wiederzugeben, was ich in mir trage, das zu beschreiben, was ich erlebt habe und vor allen Dingen dem Leser zu verstehen geben, dass, wenn diese Erfahrungen sich so gehäuft haben seit meiner Begegnung mit dem Sinnlichen, so ist es, weil sie weiterhin unabhängig von meinem Willen geschahen, aber immer häufiger unter meiner bewussten Abhängigkeit davon. Damit will ich sagen, dass es mir immer häufiger gelang, die Haltung der aktiven Neutralität einzunehmen, in der die innere Bewegung sich ergeben und wirken kann. Und dass das erlernt, geübt, geschult werden kann...

- **Beruhigung, Trost, Entspannung**

- a) von Schmerzen, Symptomen

Ein Patient hustet ununterbrochen seit zwei Stunden. Es wurde alles versucht, nichts hilft. Die Stärke des Hustens und die Wucht der Auswürfe kontrastieren mit dem Erschöpfungszustand der Person.

Ich gehe an das Kopfende und lege eine Hand auf die Schulter. Ich lasse die Haut, den Muskel, den Knochen sich in meine Hand legen. In einer völlig neutralen Haltung ohne Erwartung, dass der Husten aufhört, aber doch ganz bei der Person und gleichzeitig ganz bei mir, spüre ich wie langsam alle Teile ihrer selbst sich wieder zusammenfügen. Alles, was da raus wollte, legt sich, wird eingebunden in die innere Bewegung. Unter meiner Hand zeigt sich nun das Wesen des Patienten. Er hat aufgehört zu husten. Fünf Minuten später schläft er tief.

- b) von Unruhe

H. M. ist sehr unruhig, wälzt sich im Bett hin und her. Laut Pflegepersonal kann er nicht sterben, nicht „loslassen“. Dunkle Familiengeschichten, so heißt es... Ich kenne ihn nicht. Ich spreche ihn an, aber er antwortet nicht, sondern spricht von Sachen, zu denen ich keinen Zugang habe. Er scheint in seiner eigenen Welt gefangen zu sein, einer unruhigen, dunklen, von Angst beherrschten Welt.

Ich setze mich an sein Bett und gehe in diese Intrareziprozität mit mir selbst, von der ich oben sprach. Langsam beruhigt er sich ein wenig. Plötzlich spüre ich: ich muss seinen Schädel berühren. Ich folge meinem Impuls. Kaum habe ich ihn berührt, da streckt sich sein ganzes Wesen zu meinen Händen hin, wie ein Verdurstender die Hände nach einem Glas Wasser ausstreckt. Da spüre ich, wie „etwas“ – ich kann es nicht benennen – loslässt. Da wirft er die Decke zurück und sagt, klar und deutlich: *„Die wollen alle raus aus ihren zu engen Häusern“*. Ich spüre eine große Dilatation, Weitung der Materie, eine tiefe Entspannung kommt über ihn und er schläft ein. Am nächsten Morgen stirbt er in Frieden...

Reflexion:

In beiden Fällen kam es zu jenem somato-psychischen Stimmen, von dem ich oben sprach und dessen Ziel es ist, in der Person ein tiefes Gefühl der Vereinigung aller Teile ihrer selbst zu erwecken.

Über die Berührung zunächst des Körpers, dann des Wesens und in jener Haltung der Neutralität wurden die Bedingungen geschaffen, die es dem jeweiligen Menschen ermöglichten, jene Zustandsveränderungen durchzumachen, die ich unter dem Absatz Das Sinnliche beschrieben habe. Bei beiden kam es zu einer Rückkehr zu sich selbst. Dadurch kamen sie in einen Zustand des Friedens, über den der eine aufhörte zu husten und der andere mit sich und seinem Leben in Einklang geriet.

• **Wohlgefühl**

Ich besuche regelmäßig eine 94-jährige Patientin. Sie freut sich jedes Mal auf die „Massage“ ihrer Beine, die sie ganz offensichtlich sehr genießt. Ich nehme dabei ein somato-psychisches Stimmen über die Beine vor. Nach jeder Sitzung betont sie mit glücklichem Gesichtsausdruck, wie gut ihr das tut.

Eines Tages berichtet mir eine andere Ehrenamtliche, die sie besucht hatte, diese Worte von ihr: „Da gibt es eine Kollegin von Ihnen, die massiert mir immer die Beine. Wenn sie das tut, geht es mir sehr gut. Aber nicht nur das, es geht ihr auch gut dabei!“ Eine einfache, aber treffende Definition der aktuierenden Reziprozität...

Reflexion:

Hier entstand ein stilles Zwiegespräch, das sehr bald über das Zwiegespräch mit dem Gewebe hinausging. Über diese Berührung wurde die Person in ihrem Wesen berührt, dieses wiederum berührte mich, so dass die Rollen aufgehoben wurden. Hier waren nur noch zwei Menschen, die eine gemeinsame Erfahrung des Lebens in ihnen machten. Diese geteilte Erfahrung ist es, die die Patientin so treffend beschrieb.

• **Begegnung einer größeren Dimension**

Ich sitze zum ersten Mal bei Frau L. Wir sprechen ein bisschen, in einem ganz langsamen Rhythmus, in dem die Worte anscheinend einen langen Weg zurückzulegen schienen, bevor sie einen von uns erreichten, einem Rhythmus, der von langen Momenten der Stille getragen wird. Diese Stille ist gefüllt, als ob in ihr etwas Unsichtbares geschehen würde, als ob in ihr Bande zwischen uns geknüpft würden. Dann schließt sie die Augen. Ich tue das Gleiche und ruhe nur in dem, was sich da in der Stille aufgebaut hat. Nach einer zeitlosen Zeit öffne ich die Augen wenige Sekunden, bevor sie ihre öffnet. Sie lächelt mich sanft und gelöst an und sagt: *„Danke, dass sie für mich beten.“*

Ein Patient ist extrem unruhig, will ständig aufstehen. Ich soll ihn beruhigen. Sprechen wird schwierig sein, er leidet unter Aphasie. In seinem Zimmer herrscht ein energetisches Chaos. Ich setze mich an sein Bett und tausche ein paar Worte mit ihm aus. Weniger um ein Gespräch zu führen, was ohnehin unmöglich ist, sondern um dabei die Stimmung in ihm zu spüren. Dabei achte ich auf die Resonanz in meinem Körper. Langsam verzögere ich bewusst meine Antworten und führe ihn so in die Stille hinein.

Ich setze mich nun in Beziehung mit meiner inneren Bewegung. Da fühle ich, wie sich der Raum langsam verändert, wie die Bewegung in mir und außerhalb von mir Bestand bekommt, wie die Stille gefüllt und einfach wird.

Nach einer Zeit, die ich nicht benennen kann, spricht H. T. plötzlich klar und deutlich folgende Worte aus: „*Das ist aber heilig!*“, dreht sich zur Seite und schläft ein. Er schlief viel länger als sonst.

Reflexion:

Diesmal erfolgte das Stimmen rein über die Präsenz und die Meditation. Im Gewahrsein meiner eigenen inneren Bewegung ließ ich den Menschen, bei dem ich saß, in mich hineinkommen, ich nahm ihn in mir auf, spürte in meinem Körper seine Befindlichkeit. Seine Lebensbewegung stützte sich auf meine, es kam zu jenem Zwiegespräch und zu jener Reziprozität, die langsam zu den genannten Zustandsveränderungen führten.

Hat hier das somato-psychische Stimmen zu einer derartigen Ganzheitlichkeit geführt, dass diese beiden Patienten in Kontakt mit ihrer holistischen Dimension, mit dieser substantiellen Bewegung gelangten? Gerieten sie in dieses Gewahrsein des Absoluten, des Zeitlosen, von dem ich eingangs sprach, und fühlten sie sich dann dem Unveränderlichen, Beständigen zugehörig? Diese Fragen bleiben ohne Antwort, da ich die Personen nicht befragen konnte, aber der tiefe, sanft bewegte Frieden, der in ihnen, in mir und in dem Raum herrschte, möchte mich dies annehmen lassen...

• **Begegnung einer größeren Dimension bei aktiver Mitarbeit des Patienten**

Als Letztes möchte ich den besonderen Fall einer Begleitung schildern, bei der die Person gefragt hat, was ich da „mache“, und bei der ich ihr die Methode erklärt habe. Dadurch konnte sie in ihrer Entwicklung aktiv werden und die Reziprozität sich zu einer bewussten Handlung beider Partner entwickeln.

Ein vierzigjähriger Mann liegt in seinem Krankenbett. Er kann sich kaum bewegen und Sprechen geht auch kaum mehr. Er kann nur noch die Lippen bewegen, aber ohne einen Ton zu äußern. Der Wille zum Kommunizieren spricht aus seinen hellblauen Augen. Langsam, dank seiner Geduld und Beharrlichkeit, lerne ich ihn zu verstehen. Eines Tages fühle ich, dass er berührt werden möchte. Ich frage ihn, ob ich ihm die Hand geben kann. Er nickt. Ich gebe sie ihm und schließe die Augen, lasse das Leben in mir mit dem Leben in ihm in Verbindung treten. Es dauert nicht lange, da fühle ich mich von Liebe überströmt. Einer reinen, bedingungslosen

Liebe, die nicht nur mich, sondern den ganzen Raum erfüllt. Ob er sie spürt? Ich öffne die Augen. Auf seinem Gesicht liegt ein verwunderter und zugleich entzückter Ausdruck, der die Frage überflüssig erscheinen lässt. Trotzdem stelle ich sie: „Was fühlst Du?“ „Liebe“, haucht es aus ihm. „Du auch?“, fragt er weiter. Ich nicke.

Wir brauchen der Worte nicht mehr. Wir haben zum Kommunizieren eine andere Sprache gefunden. Bei manchen Besuchen wiederholt sich diese Begegnung, bei anderen schaut er fern, ist nicht zugänglich oder will nur, dass ich ihm das Essen reiche. Insgesamt scheint sich sein Allgemeinzustand etwas gebessert zu haben. Dennoch habe ich wenig Hoffnung, ihn nach einer zweimonatigen Abwesenheit meinerseits wieder zu sehen.

Aber als ich zurückkam, lebte er noch. Sein Zustand war anscheinend ziemlich unverändert geblieben. Er machte kein Anzeichen, mich wieder zu erkennen. Beim dritten Besuch nach meiner Rückkehr ist gerade Essenszeit und ich werde gebeten, ihm beim Essen behilflich zu sein. F. scheint immer noch so gerne zu essen, auch wenn dies eine lange Prozedur ist. Während ich ihm so das Essen reiche, spüre ich, wie sich langsam etwas zwischen uns (wieder?) aufbaut. Plötzlich schiebt er den Löffel, den ich zu seinem Munde führe, beiseite und bewegt die Lippen. Ich bitte ihn zu wiederholen und da geschieht etwas, was ich mir immer noch nicht erklären kann: obwohl F. keinen Ton hervorbringt, sondern nur die Lippen bewegt, verstehe ich von nun an fast alles, was er sagt, ziemlich schnell. Um sicher zu sein, dass ich es mir nicht einbilde, wiederhole ich jedes Mal das, was ich glaube, verstanden zu haben, und er nickt oder wiederholt, bis ich verstanden habe.

Da sagt er: *„Du musst mir helfen, den Schlüssel zu finden.“*

Nach einem Augenblick der Verblüffung kommt mir die mich selbst überraschende Frage:

„Erinnerst Du Dich an unsere Begegnungen vor drei Monaten und an diese Liebe, die wir erfahren durften?“

Ernstes Nicken: *„Bring mich wieder dahin!“*

Ich: „Dahin ist in Dich.“

F.: *„Ich weiß, ich schaffe es aber nicht, alleine dahin zu kommen.“*

Ich: „OK, wir versuchen es...“

Ich lege meine Hände auf seinen Arm, lasse ihn kommen. Er ist sofort da und diese Liebe auch. Sie erfüllt mich, ihn, uns, den ganzen Raum. Mit einer Mischung von Zufriedenheit und Traurigkeit wiederholt er:

„Ich komme alleine nicht dahin!“

Ich: „Manchmal brauchen wir eben einen Anderen. Aber wenn Du willst, kann ich Dir zeigen, wie du dich selbst damit in Verbindung bringen kannst.“

Kopfnicken. Er ist jetzt sehr wach, und ich spüre, dass ihn etwas Existentielles beschäftigt.

Ich leite eine Introspektion an, wie ich sie im theoretischen Teil beschrieben habe. Ich spüre, wie er mitgeht: von der Stille, über das Licht und die Farbe zur Inneren Bewegung, weder innen, noch außen, in eine unendliche, sanft bewegte Ganzheit, die uns und alles um uns herum erfasst.

Am Ende bleibt er lange still. Seine blauen Augen strahlen aus einer unergründlichen Tiefe seiner selbst. Dann fragt er, fast begierig:

„Wie hast du das entwickelt?“

Ich: „Ich nicht. Ein Herr namens Danis Bois. Soll ich dir davon erzählen?“

Er nickt und hört dann ehrfürchtig zu, während ich ihm die Methode erkläre.

In den darauf folgenden Wochen erhielt ich von dem insgesamt sehr sensiblen Pflegepersonal viele Rückmeldungen über die ganz besondere Atmosphäre im Zimmer von F. Eine bewegte Dichte herrschte darin, als hätte die Bewegung hier auf Dauer Einzug gehalten. Auf Fragen, wie es ihm ginge, antwortete F. mit einem Blick, der seine Aussage nur bekräftigte: *„Gut, ich bin glücklich.“*

Bei jedem meiner nachfolgenden Besuche bat er mich nun, ihn zu behandeln. Er sagt mir, wo ich ihn berühren soll. Manchmal den Arm, oder die Brust. Immer häufiger aber bittet er mich, den Kopf zu berühren. Jedes Mal verfällt er fast augenblicklich in diesen Zustand der gelassenen Freude und entspannt.

Dann, eines Tages, finde ich ihn in einem ganz besonderen Zustand vor. Er strotzt buchstäblich vor innerer Freude und Kraft... Er bittet mich, den Kopf zu

behandeln. Diesmal folge ich seiner Bitte nicht, sondern beginne mit dem Arm, dann berühre ich den Bauch. Die Tiefe der Behandlung ist beeindruckend. Manchmal werden meine Hände in eine schwindelerregende Tiefe in seinen Körper hineingesogen, dann werden sie wieder herausbefördert in eine schier unendliche Dilatation. Ich bin von der unendlichen Stärke und der Kraft dieser Begegnung zutiefst bewegt und berührt.

Ich nehme meine Hände von seinem Körper und er sagt: „*Ja, Pause!*“ Aber da gibt es keine Pause! Die Bewegung, die „Arbeit“ geht unvermindert weiter. Im Zimmer ist die Dichte fast greifbar geworden. Ein tiefer Friede umhüllt und erfüllt uns. Sein völlig entspanntes Gesicht hat einen gelassenen, fast seligen Ausdruck.

Langsam baut F. weiter ab. Aber er bleibt völlig orientiert und seine Augen flehen mich an, ihn zu berühren. Immer zögere ich noch, den Kopf zu berühren, aber jedes Mal, wenn ich meine Scheu überwinde und es tue, Welch eine Erleichterung für ihn! Erst dann kann er wirklich loslassen, kann die Bewegung wieder in die Materie Einzug halten und findet er wieder zu seiner Gelassenheit.

Dann kommt eine Wende. Er ist sehr schwach, erkennt mich. Aber er scheint nicht mehr nach der Berührung meiner Hände zu verlangen. Ich frage, ob ich bleiben soll. Er reagiert nicht und dennoch weiß ich, ich soll bleiben. Ich setze mich an sein Bett und da verstehe ich: er braucht mich nicht mehr, er ist nur noch Meditation... Ich fühle mich eingeladen zu bleiben und stimme in seine Meditation ein. Die Bewegung, ist heute im Zimmer anders als sonst, viel feiner und subtiler.

Plötzlich habe ich das starke Bedürfnis, die Augen zu öffnen. Da begegnet mein Blick dem seinen. Aus seinen Augen strömt in meinen Körper bis in die Tiefe meiner Knochen ein Strom der Liebe. Eine Liebe so rein und groß, dass sie mich schauern lässt. In diesem Moment weiß ich: Das ist sein letztes Geschenk an mich. Seine Hinterlassenschaft, der Auftrag an mich? Oder ist es das, was wir beide gemeinsam gelernt haben, was hier vielleicht reziprok aus unseren Augen strahlt, was unser beider Materie so verändert hat, dass der eine sterben und der andere gewandelt, bereichert, weiterleben kann?

Diese Liebe überstieg alles, was ich bisher erlebt hatte und sogar alles, was ich mir bis dahin unter göttlicher Liebe vorgestellt hatte. Dennoch gab es für mich

keinen Zweifel: Diese Liebe kam weder von woanders, noch von jemand anderem. Es war eine Liebe, geboren aus der Tiefe der Beziehung zu sich selbst, zum Leben in seinem Leib und aus der Interreziprozität zwischen uns. Eine zutiefst menschliche Liebe, aber in seiner göttlichen Dimension?

Er starb am nächsten Morgen – er hatte dafür neun Monate gebraucht...

Reflexion:

Mir schien es wichtig, diese Erfahrung so im Detail zu beschreiben, damit der Leser einen Eindruck bekommen kann, wie sich eine derart gelebte aktiverende Reziprozität und das Einsetzen der Werkzeuge der Methode durch den Patienten selbst auswirken können.

Von der ersten Berührung an hatte F. zu dieser Berührung, zu dieser Wahrnehmung der Liebe eine Beziehung aufgebaut. Möglicherweise hat diese ihn in den ersten Monaten noch einmal belebt, bekräftigt.

Ein nächster wichtiger Schritt war dann das Erleben und von ihm gewünschte Erlernen der Introspektion. Dadurch bekam er eine Vorgehensweise an die Hand, die es ihm ermöglichte, eigenständig in ihm die Bedingungen zu schaffen, damit er diese Beziehung zur Bewegung aufrechterhalten konnte. In seiner Haltung der Intra-reziprozität konnte er sie sich bis zu der geschilderten Intensität entwickeln lassen.

Die Berührungen brauchte er, damit sich diese unbestimmte Bewegung, zu der er Kontakt hatte, immer wieder mit seiner Materie vermählen konnte. Erst wenn ein größeres Gleichgewicht zwischen beiden entstanden war, konnte er diese seine ganz eigene Innere Bewegung spüren – in Form von Liebe, von Frieden, von Glück. Dadurch gelangte er zu jenem Existenzgefühl, von dem ich im theoretischen Teil sprach. So entstand „jenes Wesen, das dem Unveränderlichen, dem Beständigen angehört und das durch sich selbst und in sich selbst existiert.“ (Heidegger)

3.3. FORSCHUNGSERGEBNISSE

Die geschilderten Begebenheiten zeigen, dass ein somato-psychisches Stimmen bei Menschen in der letzten Lebensphase auch dann einen Sinn macht, wenn diese sich nicht bewusst sind, was mit ihnen geschieht. Wir haben gesehen, dass durch die Vereinigung von Körper, Geist und Seele, aber auch von allen anderen Teilen ihrer selbst, alle Personen, von denen ich hier berichtete, eine Zustandsveränderung erfuhren.

Es kehrte Frieden ein, so zum Beispiel durch die Vereinigung von Fühlen und Denken bei der Person, die ausrief: *„Die wollen alle raus aus ihrem zu engen Haus.“* Hier ist der Satz ziemlich eindeutig und bezeugt von einem Einigwerden der Person in ihrer Absicht, dieser gefühlten Weite und der Sehnsucht danach zu folgen.

Wohlgefühl machte sich breit, das nicht nur durch das somato-psychische Stimmen sondern auch durch die Erfahrung eines geteilten Erlebnisses hervorgerufen wurde. Ein schönes Erlebnis mit jemandem zu teilen, da man in einem Krankenbett liegt und auf den Tod wartet, ist an sich schon eine außeralltägliche Erfahrung...

Andere wiederum erfuhren eine Dimension des „Größer als das Selbst“.

Interessant ist auch die Möglichkeit einer Steigerung dieser Erfahrung, sobald der Patient aktiv wird und sich selbst der Werkzeuge der Methode bedient, um eine Beziehung zu seiner Inneren Bewegung herzustellen. Dann scheint es zu einer progressiven Evolution des menschlichen Bewusstseins zu kommen, die den Menschen, der diese erfährt, in sein ganz eigenes Potential hineinführt...

ABSCHLIESSENDE BETRACHTUNGEN

Ich hoffe, dass diese Arbeit dem Leser einen ersten Überblick über die Arbeit des Somato-Psychopädagogen mit Sterbenden geben konnte. Mir scheint, dass die hier dargestellten Ergebnisse zumindest provisorisch die Hypothese bestätigen, dass eine Begegnung mit dem Sinnlichen, auch wenn sie nur flüchtig ist, genügt, um, durch die Vereinigung aller Teile der Person, Linderung und Befriedung zu schaffen. Die im Rahmen dieser Arbeit gemachten Beobachtungen müssten natürlich noch weiter belegt, ergänzt, vielleicht tiefer untersucht werden...

Was mir in den vier Jahren, seit denen ich die Somato-Psychopädagogik schrittweise in meine Arbeit der Sterbebegleitung einbezogen habe, besonders deutlich geworden ist, ist die Bedeutung, die dabei der aktiven Neutralität als Haltung des Begleitenden und seine Beziehung zu seiner eigenen Inneren Bewegung zukommt. Gerade in dieser extremen Situation einer Begleitung eines sterbenden Menschen bewahrheitet sich der Satz, den ich bereits mehrere Male von Danis Bois gehört habe: „Was heil werden lässt, sind nicht Eure Hände, sondern Eure Präsenz.“ Diese Präsenz, die Wahrnehmung, die der Somato-Psychopädagoge entwickelt, und das daraus resultierende Bewusstsein sind es, die mir nicht nur bei der Begleitung meiner Patienten in meiner Praxis sondern auch in der Sterbebegleitung so wichtig erscheinen. Mir scheint, diese Arbeit an der Schnittstelle zwischen Leben und Tod, das leibhaftige Erleben von so starken Gefühlen wie Ohnmacht und Verletzlichkeit im vollen Bewusstsein der inneren Bewegung und meiner Beziehung dazu haben mir geholfen, an Stabilität und Vertrauen zu gewinnen...

Vielleicht wäre es möglich aus diesen Erkenntnissen in der Zukunft eine Pädagogik zu entwickeln, die es ermöglichen würde, eine erste Annäherung an die Somato-Psychopädagogik in die Ausbildung von Sterbebegleitern zu integrieren.

BIBLIOGRAPHIE

Bois, D. (2001). *Le sensible et le mouvement*. Paris : Éditions point d'appui.

Bois, D. (2006), *Corps objectif, corps sujet et corps sensible*, rapport de recherche, Cerap, Université Moderne de Lisbonne

Bois, D. (2008), *Das erneuerte Ich*. Berlin: Ulrich Leutner Verlag

Courraud-Bourhis, H., (2005). *Biomécanique sensorielle & biorythmie*. Paris : Éditions point d'appui.