

Ulrike Streck-Plath

Heilsamer sein

*Creative Spiritual Care
in Medizin und Gesundheitswesen*

BIBLIOTHEK DER INTRASONANZ

Mit 20 Abbildungen und dreizehn Zeichnungen.

Für EF.

*Dieses Buch ist Teil des kollektiven (Lebens)Kunstprojekts
thesoulsway des Schöpferwesens Mensch, in Verbindung
mit dem Dahinter der Zeit.*

Aus Gründen der Lesbarkeit werden im Buch generisches Feminin und Maskulin bzw. wo immer möglich genderneutrale Formulierungen verwendet. Gemeint sind jeweils alle Geschlechter.

Originalausgabe

ISBN 978-3-9826694-0-3

Umschlag, Layout und Satz: Sonja Langbein, Frankfurt

Fotos: Marzena Seidel | photoebene

Zeichnungen, auch auf dem Umschlag:

© Ulrike Streck-Plath | USPs SEELENFUTTER, Maintal 2024

Vertriebspartner: renidere-Verlag, Maintal

Gedruckt auf säurefreiem, alterungsbeständigem Naturpapier.

Printed in Germany.

Inhalt

Wir sind in diese Welt gestellt
Vorsorglich

I	Bedarf und Bedürfnis	13
II	Freiräume und Ressourcen	17
	1. Kunst	17
	1.1 Status quo	17
	1.2 Beziehungsebenen	19
	1.3 Gemeinsames Gestalten	24
	2. Spiritualität	26
	2.1 Geschichte	26
	2.2 Formen	35
	2.3 Spiritual Care	39
	2.4 Grundstruktur	41
III	Creative Spiritual Care	45
IV	Die Schlüssel des Menschen zu sich selbst	49
	1. Reißübung	49
	1.1 Ganzer Mensch	50
	1.2 Zerstörer Mensch	55
	1.3 Kompensierender Mensch	60
	1.4 Heilung suchender Mensch	65
	2. Körperübung	68
	2.1 Vorbereitung	69
	2.2 Durchführung	69
	2.3 Entdrehung	70
	2.4 Grundform	72
V	Intrasonanz und das Dahinter der Zeit	75
VI	Hippokratisches Aufräumen	81
	1. Einleitung	81
	1.1 Anmerkungen	83
	1.2 Formulierungen	85
	1.3 Grundsätzliches	87
	1.4 Verschiedenes	87

2. Ritual	91
2.1 Nurduselbstsein	91
2.2 In Räumen sein	92
2.3 Die Räume nutzen	94
2.4 Zusammenstellung und Durchführung	96
3. Ergänzungen	97
3.1 Visualisieren	97
3.2 Ohne Fragen arbeiten	98
3.3 Mit Fragen arbeiten	100
3.4 Für andere arbeiten	110
VII Heilsame Haltung	113
VIII Weiteres	117
1. Messbarkeit	117
2. Negierbarkeit	120
3. Potenzial	122
IX Demut	125
X Genese der Herangehensweise	127
1. Kunst	127
2. Spiritualität	130
3. Kommunikation	133
4. Verbindungen	135
Nachsorglich	138
Anhang	
Intrasonanzfiguren	143
Glossar	147
Referenzen	157
Kommentierte Literaturhinweise	164
Hinweise für die Nutzung	171
Über die Autorin	172
Anleitung und Begleitung	173
Dank	174
Register	176



Vorsorglich

Seelisch atmen. Die leeren Bläschen wieder füllen. Nach und nach innerlich wieder zu Kräften kommen und mehr Resilienz haben als je zuvor. Warum und wie das gelingen kann, erfährst du in diesem Buch.

Wir beginnen mit einem Blick auf Bedarf und Bedürfnis des bestehenden Gesundheitssystems: Was ist, was fehlt, was könnte sein, um präventive und kurative Ansätze im Gesundheitswesen ohne weitere zeitliche und finanzielle Belastungen zu stärken, auf wissenschaftlicher und systemischer Ebene greifbar gemacht?

Der zweite Abschnitt widmet sich Freiräumen und Ressourcen, die zwar vorhanden sind, aber in Medizin und Gesundheitswesen aus unterschiedlichen Gründen wenig oder gar nicht genutzt werden. Zunächst betrachten wir die Kunst und ihre Essenz, anschließend widmen wir uns den rationalen, naturwissenschaftlich verbindbaren Aspekten der Spiritualität.

Diese Analysen schaffen den Rahmen, um Creative Spiritual Care für Medizin und Gesundheitswesen vorzustellen: Du erfährst, wie du für dich selbst arbeiten kannst, um auch in alltäglichen belastenden Situationen deine existenziellsten Ressourcen spirituell umgehend selbstwirksam zu stärken und heilsamer zu sein.

Mit der Reißübung öffnest du zum Beispiel die Blackbox, die Menschen einander sind. Du wirst sehen, wie Menschen durchs Leben nach und nach ihre Essenz verlieren, wie sich damit auch ihre Resilienz reduziert und warum die Kompensation des Verlorenen so kräftezehrend ist.

Mit der Körperübung kannst du spüren, wie sich heilsame Haltung anfühlt. Anschließend bist du eingeladen, hippokratisch in dir aufzuräumen.

Creative Spiritual Care ist allerdings weder neue „Methode“ noch „Produkt“. Du arbeitest bei dieser kreativ-spirituellen Herangehensweise ausschließlich und natürlich mit dem, was du von Geburt an bei dir hast, und das ist das Recht, heil und ganz zu sein.

Damit du dieses Recht in Ruhe entdecken und ausprobieren kannst, verlassen wir die bekannten, mit unbegrenzter Geschwindigkeit befahrenen Bahnen von Medizin und Gesundheitswesen. Stattdessen finden wir zurück auf einen Pfad, der uns umso vertrauter erscheinen wird, je weiter wir auf ihm umsichtig Schritt für Schritt unterwegs sind. Immerhin wurden wir Menschen dafür geboren, uns auf dem Boden der Tatsachen aufzuhalten. Wozu gehört, gegebenenfalls doppelte Böden als solche zu erkennen und auf gutem Grund Neues zu entdecken. Das kann auch etwas lange Vergessenes sein.

Ob du dieses Buch als Ärztin oder Arzt, Pflegerin oder Pfleger, Therapeutin oder Therapeut, Seelsorgerin oder Seelsorger liest, ob du in Pharmaindustrie oder Versicherungswesen beschäftigt bist, Patientin, Patient oder Angehöriger bist: Nimm dein Wissen, deine Erfahrung und deine Neugier mit auf den Weg.

Verstehe dich darüber hinaus bitte übergeordnet als Künstlerin, als Künstler. Auch wenn du das für dich eventuell nur schwer nachvollziehen kannst, bist du es doch. Auch wenn alle um dich herum darüber lachen würden, bist du es doch. Auch wenn du der tiefsten Überzeugung bist, dies sei vermessen, du bist es doch: ein von Geburt an gestaltendes Schöpferwesen. Mit seelischen Lungen, die gewohnt sind, Freiheit zu atmen.

Creative Spiritual Care bedeutet, kreativ-spirituell alltäglich als Künstlerin, als Künstler mit sich zu arbeiten. Ich wünsche dir ein gutes Unterwegssein in und mit diesem Buch.

Ulrike Streck-Plath, Maintal, im September 2024

I Bedarf und Bedürfnis



Was, wenn sich Menschen aus Liebe zum Leben mehr um Gesundheit statt um Krankheit kümmern? Wenn das Gesundheitssystem vor allem präventiv statt hauptsächlich kurativ arbeitete und alle wüssten, dass im Kranksein immer auch Gesundsein ist?

Dann sprächen Menschen miteinander selbstverantwortlich auf der Suche nach Heilung – mit Zeit und Empathie. Was zu tun ist, wäre für alle Beteiligten ethisch nachvollziehbar und ökonomisch nachhaltig.

In der Realität sitzen Patientinnen und Patienten auf der einen Seite, oft ängstlich, hilf- und willenlos, nur möchten sie diesen Zustand gerne verbergen. Manche reagieren darum mit Aggression. Ihnen gegenüber sitzen Ärztinnen und Ärzte, die ihren Beruf aus dem tiefen Bedürfnis heraus ergriffen, Menschen zu helfen, und die einen Eid geleistet haben.

Viele von ihnen verzweifeln jedoch an den Bedingungen des Systems, erkranken selbst oder geben ihren Beruf auf. Ein Zustand, der systemisch hingenommen zu werden scheint.

Ein 86-jähriger Kardiologe, dessen Kinder als Arzt bzw. Psychologin tätig sind, sagt: *In den 80er Jahren des vergangenen Jahrhunderts war eine große Aufbruchstimmung in Sachen Psychosomatik. Du konntest Fortbildungen machen und dich auch als Kardiologe um die Leib-Seele-Thematik kümmern. Dass änderte sich aufgrund politischen Willens. Alles, was ein Arzt oder eine Ärztin macht, soll seither genau zu bemessen sein. Aber für den Blick auf den ganzen Menschen brauchst du Zeit und vor allem Freiräume. Heute musst du dich entscheiden: Will ich materialistisch oder idealistisch arbeiten? Wenn du dich fürs Idealistische entscheidest, solltest du vorher ein Armutsgelübde ablegen.*

Dass das Gesundheitssystem in seiner jetzigen Form nicht weiter tragbar ist, steht außer Frage. Zwar sind Reformen angedacht. Doch sollen diese hier weder beschrieben noch infrage gestellt werden. Vielmehr betreten wir Freiräume, von denen aus eine grundsätzliche, menschenwürdige Veränderung des Systems beginnen kann. Weil in diesen Freiräumen nicht das System, sondern die Gesundheit selbst ihre Wurzeln hat.

Diese Freiräume heißen Kunst und Spiritualität. Dabei geht es jedoch nicht um einen romantisierten oder irrationalen Zugang, sondern um die übersehenen sachlichen, natürlichen Aspekte dieser Bereiche.

Mit Kunst und Spiritualität lässt sich Präventives und Kuratives realisieren, das weder Zeit noch Geld kostet, jedoch Idealismus und Materialismus in Einklang bringt und Gesundheit fördert. Der Zugang zu diesen Freiräumen erfordert Mut.

Die Zeit für diesen Mut ist gekommen, wie zahlreiche Gespräche der vergangenen Jahrzehnte mit Ärztinnen und Ärzten, Pflegekräften, Therapeutinnen und Therapeuten, Seelsorgenden, Vertreterinnen und Vertretern

II Freiräume und Ressourcen



1. Kunst

Ursprünglich waren Kunst und Medizin eng miteinander verbunden. Wer heilte, ging – und geht nach wie vor in indigenen Kulturen – selbstverständlich auch anderen, durchaus künstlerischen Tätigkeiten nach. Die Trennung von Kunst und Medizin begann im 17. Jahrhundert, als René Descartes (1596-1650) die Frage aufwarf, ob Medizin Wissenschaft oder Kunst sei und wie man mit dem Menschen hinter einer Krankheit umgehen solle.

1.1. Status quo

Nach wie vor gilt ärztliches Handeln als Heilkunst. Fehlleistungen werden als Kunstfehler bezeichnet. Auch wird versucht, Kunst und Medizin wieder näher zusammenzubringen. Einerseits für die Patientinnen und Patienten, zum Beispiel durch Mal-, Musik- oder Schreibtherapie, um Krankheitsverarbeitung zu unterstützen. Andererseits für die therapeutisch Tätigen, um

2. Spiritualität

Ist Spiritualität Esoterik? Ist sie etwas Religiöses? Was könnte sie noch sein? Im Bereich Spiritual Care lautet die studienbasierte Definition: *Spiritualität ist genau – und ausschließlich – das, was die Patientin, der Patient dafür hält* (Frick & Roser, 2017). Da alle Menschen in die Situation geraten können, Patientin bzw. Patient zu sein, lässt sich diese Definition generell verstehen: Jeder kann Spiritualität so definieren, wie er oder sie es möchte. Das erleichtert viel und vielleicht zu Beginn dieses Abschnitts auch dessen Weiterlesen. Eine kritische Haltung gegenüber Spiritualität könnte sogar beim Lesen dieses Kapitels hilfreich sein.

2.1 Geschichte

Bei einer schweren Erkrankung tauchen sogenannte spirituelle Fragen möglicherweise das erste Mal auf. Oft bestehen spirituelle Bedürfnisse, ohne dass den Beteiligten dies bewusst ist. Spirituelle Überzeugungen, Unsicherheiten, Indifferenzen und Nöte gehören zum Unsichtbaren, das Empathie sichtbar machen kann.

Eine Seelsorgerin erzählt: *Eine Frau erfuhr bei der Vorsorge, dass ihr Ungeborenes tot ist. Sie sollte selbst einen Termin in einer Klinik vereinbaren, um dort das tote Kind zu gebären. In der ersten Klinik wurde sie von der Telefonzentrale ungeduldig abgewiesen, da keine Zeit sei und sie woanders anrufen sollte. In der zweiten Klinik sagte die Dame an der Telefonzentrale: „Das tut mir so leid für Sie und Ihr Kind. Bitte warten Sie einen Moment, ich werde schnell jemanden erreichen.“ Manche werden den Unterschied der Kommunikation möglicherweise nicht bemerken oder es ist ihnen egal. Aber den Schmerz eines anderen wahrzunehmen und ihn lindern zu wollen, ist doch eigentlich menschlich.*

Referenzen

Ahrendt, H. (1986). *Eichmann in Jerusalem. Ein Bericht von der Banalität des Bösen*. Piper Verlag.

Albert, H. (1992). *Wissenschaftliche Erkenntnis und religiöse Weltauffassung*, in: Jürgen Audretsch (Hrsg.), *Die andere Hälfte der Wahrheit. Naturwissenschaft, Philosophie, Religion*, S.113-133. C.H.Beck.

Antes, P. (2006). *Grundriss der Religionsgeschichte. Von der Prähistorie bis zur Gegenwart*. Kohlhammer.

Apocaluther.de (2016). *Wir sind in diese Welt gestellt, damit sich alles hier erhellt. Inhalt*. Abgerufen am 8.9.2024 <https://apocaluther.de/inhalt/>

Baier, K. (2012). *Philosophische Anthropologie der Spiritualität*. *Spiritual Care*, 1(1), 24-31. <https://doi.org/10.1515/spirca-re-2012-0006>

Balthasar, H. U. v. (1965). *Das Evangelium als Norm und Kritik aller Spiritualität in der Kirche*. *Concilium* 1 (1965). Verlag Karl Alber.

Bibel (2017). *Die Bibel nach Martin Luthers Übersetzung*. Deutsche Bibelgesellschaft.

Büssing, a., & Roser, T. (2024). *Spiritual Care & Existential Care interprofessionell. Handbuch spiritueller und existenzieller Begleitung in der Gesundheitsversorgung*. Springer. Open access: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-662-67742-1>

Deutsche Bibelgesellschaft (2024). *Leben und Verkündigung Jesu von Nazaret*. Stuttgart. Abgerufen am 6.9.24 von <https://www.die-bibel.de/ressourcen/bibelkunde/themenkapitel-nt/leben-und-verkuendigung-jesu>

Eliade, M. (1957). *Das Heilige und das Profane*. Rowohlt.

Kommentierte Literaturhinweise

Zu Spiritual Care allgemein

Umfangreiches Material zu Spiritual Care ist auf der Homepage der Professur für Spiritual Care und psychosomatische Gesundheit der TU München zu finden: spiritualcare.de/publikationen



Büssing, Arndt; Giebel, Astrid; Roser, Traugott (Hrsg.): *Spiritual Care & Existential Care interprofessionell Handbuch spiritueller und existenzieller Begleitung in der Gesundheitsversorgung*. Springer, Berlin, 2024.



Interprofessionelle Handlungsempfehlungen für einen allgemeinen Behandlungsstandard in Medizin und Pflege und erstmalige gemeinsame Definition beteiligter Fachgesellschaften sowie -verbände. Bietet einen multiperspektivischen und religionsübergreifenden Blickwinkel. Das Open-Access-Buch kann hier frei heruntergeladen werden: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-662-67742-1>

Frick, Eckhard; Hilpert, Konrad (Hrsg.): *Spiritual Care von A bis Z*, Walter de Gruyter GmbH, Berlin/Boston, 2021.

Von Abschied bis Zweifel: Kompakte Informationen zu zentralen Begriffen der Spiritual Care (SC), mit Perspektiven verschiedener Berufe, Kulturen und Religionen. SC meint die gemeinsame Sorge der in Gesundheitsberufen Tätigen um die existenziellen, seelischen, religiösen oder sinnbezogenen Ressourcen kranker Menschen. Ich möchte ergänzen: gemeinsame Sorge aller Menschen für diese Ressourcen aller Menschen.

IGGS Internationale Gesellschaft für Gesundheit und Spiritualität e.V.



Die IGGS fördert Forschung, Lehre und somit Implementierung von Spiritual Care in die Praxis. Unterstützt werden Personen aus Medizin, Pflege, Therapie, Seelsorge und weiteren Gesundheitsberufen. Geboten wird eine interdisziplinär wissenschaftlich-fachliche Zusammenarbeit in Theorie und Praxis. Vorteile der Mitgliedschaft: Spiritual Care Zeitschrift (vier Mal im Jahr), Online-Zugang zu allen Ausgaben der Zeitschrift, Newsletter zu aktuellen Publikationen und Forschungsprojekten, vergünstigter Beitrag zur Jahrestagung (wechselnde Themen), Vernetzung mit Personen aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und weiteren Ländern, jährlicher Forschungspreis für wissenschaftliche Qualifikationsarbeiten. Mehr Informationen: iggs-online.org

FISG Forschungsinstitut für Spiritualität und Gesundheit



In der Schweiz und ganz Europa fördert das FISG Forschung, Schulung und Vernetzung auf dem Gebiet von Religion, Spiritualität und Gesundheit. Zudem werden wissenschaftliche Tagungen, Konferenzen und Workshops durchgeführt. Mehr Informationen: rish.ch/de/home

Register

- Abgrenzung 478, 92 ff.
Abgründe 139
Abhängigkeit 67, 121, 166
Abspaltung(en) 58 ff., 66, 77, 89, 134
Achtsamkeit, achtsam 37, 65
Affirmation(en), affirmativ 109, 147
Angehörige(r) 12, 15, 23, 114
Angst, ängstlich 13, 15, 28, 38, 41, 64, 78, 101
Antennenpotenzial 50 ff., 113, 136, 147
Anthropologie, anthropologisch 35 f., 40 f., 48, 59, 75 ff., 113
antisemitisch 32, 121
Arzt, Ärztin 13 f., 17 ff., 84, 100
Atmen, seelisch 11, 42, 48, 138
Aufklärung 48
Aufopferung 61
Ausbeutung 36
Ausrichtung, ureigene 69 ff., 91 ff., 96, 110, 117, 155
Balance 71, 85
Belastung, Belastendes 38, 45, 56, 85 f., 87, 89, 114
Bewusstsein 52 ff., 72 ff., 93, 97 ff., 101, 133 ff.,
Beziehung(en) 19, 20, 61 ff., 77
Bibel 28, 131, 133
Bilder, innere 41, 45, 55, 73, 81, 97, 106
Blackbox 49, 65, 113
Blockierendes 101
Coping 39
Dahinter der Zeit 79 et al., 147
Demut 83, 125
Digitalisierung 15, 134
Dissoziation 38, 77
Dunkelheit(en) 65, 131
Ego 147
Eid, hippokratischer 13
Eltern 56 f., 67, 127
Emotion, emotional 24 f., 37 f., 40, 50, 58, 66 f., 123
Empathie 13, 18 f., 26, 49
energetisch 57 et al.
Energie 45, 50, 56, 60 ff., 71, 92 ff., 110, 148
-aufwand 60, 77
Energy Detox 148
Engagement 20, 61
Entität 45, 52, 55 ff., 69, 76, 138
Entscheidung, Letzt- 22, 33
Entwurzelung 55
Erfahrung 20 f., 27, 40, 46 et al.
Erschütterung(en) 55, 57, 89, 124
Erste-Hilfe-Prinzip 109
Esoterik, esoterisch 26, 32 f., 35, 125
Essenz 41, 45 f., 50 ff., 76 ff., 89, 110, 120 f., 130
Existenzerhellung 15
Familie 56, 66
Forschung 46, 121 f.
Fragen, fragen 73, 98, 100
Freigeben, freigeben 85, 87, 101 ff., 148
Freiheit 20, 29, 104, 123, 139