

Martha trotz den schwierigen Lebensumständen

*„Die Zukunft ist (noch) nicht, und die Vergangenheit ist auch nicht (ist nicht mehr);
was wirklich ist, ist eigentlich nur die Gegenwart.“ (Frankl, 2012, S. 41)*

Buchauszug

Sabine Wöger (2019). *Krisenhilfe. Ein Buch für die Psychologische Beratung auf Basis der Logotherapie.* Norderstedt: BoD, S. 189–192.

Frau Martha nahm meine Beratung und Begleitung in Anspruch. Sie war mit vielen Herausforderungen, vor allem mit schwerer Krankheit, konfrontiert. In welcher Weise sie auf schicksalhafte Fügungen antwortete, wird nachstehend beschrieben. Die 70-jährige Dame lebte bereits acht Jahre in einem Altenpflegeheim. Sie war bettlägerig und abhängig von der Unterstützung und Pflege anderer. Ihr Leben war geprägt von schwerer Krankheit. Ebenso stand die Verdachtsdiagnose einer Alzheimerdemenz im Raum. Seit Wochen laborierte sie zudem an einer Lungenentzündung, die sie insgesamt schwächte. Sie sei *„außergewöhnlich und bewundernswert“*, so die Pflegenden, und *„freue sich auf ein Gespräch.“* Mich interessierte, wie Martha ihre Lebenssituation empfand, ahnend, dass diese Frau Bedeutsames zu sagen hatte. Ich brachte eine Rose mit. Alleinig das Anheben des Kopfes war anstrengend für sie. Dennoch reichte sie mir lächelnd die Hand zum Gruß. Zunächst berichtete sie von der Schwere einer Muskelerkrankung und dass sie vielleicht auch eine Demenz hatte. *„Aber“*, so die Bewohnerin, *„ich lebe ja jetzt!“* Und schon lenkte sie das Gespräch in eine ganz andere Richtung und sprach von *„so viel Gutem, trotz allem.“* Sie erzählte beseelt und mit strahlenden Augen von der *„Liebe ihres Lebens“*, der sie in der Person ihres Mannes begegnen durfte, und wie sehr die Familie ihren Alltag erhellte. *„Es muss einen gütigen Schöpfer da oben geben“*, allein schon deswegen, weil sie täglich von *„so vielen lieben Menschen“* gepflegt wurde. Mich rührte ihre positive Erzählweise.

Diese Frau nutzte jede Möglichkeit, die sie frei entscheiden konnte. Sie rang sich immer wieder zu einer Haltung gegenüber ihrem Schicksal durch. Sie forschte nach Wegen, sodass sie den täglichen Herausforderungen bestmöglich begegnen konnte. Martha konzentrierte sich auf die Möglichkeiten ihres Daseins, die das Leben ihr trotz Pflegebedürftigkeit und stärker werdender Abhängigkeit von anderen, trotz zeitweiser Trauer und Verzweiflung, trotz der Bewusstheit über die nahende Endlichkeit noch immer bot. War es denn diese Vorbildhaltung, die die Pflegenden vor dieser Frau so erstaunen ließen? Selbst dem unabwendbaren Leiden könne man noch einen Sinn abringen, durch die Art und Weise, wie man es trägt, so Viktor Frankl (1990, S. 247).

Martha erzählte, wie *„schrecklich“* es anfangs für sie war, als sie bei der Nahrungsaufnahme wegen der Muskelkrämpfe das Bett verunreinigte. *„Und weil ich mich so schämte, zitterte ich noch mehr“*, erzählte sie. *„Ja, die Abhängigkeit von anderen war anfangs sehr schwer zu ertragen.“* Und was half ihr, mit dieser Abhängigkeit umzugehen? *„Weil ich von meiner Familie geliebt werde und weil ich sie liebe.“* Zudem erzählte sie: *„Ich bin glücklich, weil sie (die Pflegenden) so hilfsbereit sind.“* Auf meine Frage, was denn ihren Tag hier im Altenheim zudem noch bereichere, antwortete sie: *„Die Liebe der Menschen.“*

Dort, wo die Handlungsmöglichkeiten erschöpft sind, weil es keinen Handlungsspielraum mehr gibt, beginnt die Haltung (Lukas, 2004, S. 20). Aus ihrem persönlichen, einzigartigen Schicksalsraum konnte Martha

nicht heraustreten. Weder konnte sie allein Nahrung zu sich nehmen noch die Liegeposition in ihrem Bett verändern, auch hatte sie keine Kontrolle mehr über ihre Ausscheidungen. Hätte sie jedoch dauerhaft gegen ihr Schicksal gehadert, hätte sie dessen Sinn für ihr Leben möglicherweise übersehen. Innerhalb ihres Schicksalsraumes war Martha unvertretbar und das war ihr bewusst. „*Leben heißt letztlich Ver-ANTWORT-ung tragen für die rechte Beantwortung der Lebensfragen, für die Erfüllung der Aufgaben, die jedem Einzelnen das Leben stellt, für die Forderung der Stunde*“ (Frankl, 1946, S. 125). Martha gestaltete ihr Leben, obwohl ihr dieses unter anderen Vorzeichen von „Lebensqualität“ anvertraut bzw. zugemutet wurde. Indem sie dennoch liebte, hoffte, tröstete und sich trösten ließ, dankte, würdigte und die Hilfe anderer Menschen vertrauensvoll entgegennahm. Wenn Pflegende auf sie gestresst wirkten, hatte sie stets ein liebes Wort für sie, um sie aufzurichten und deren Tag ein wenig zu erhellen. Kam Martha denn dem nahe, was Frankl in der oftmals missverstandenen Aussage zu verdeutlichen versuchte, wonach das Leiden in eine „*heroische Leistung*“ (2005, S. 203) zu wandeln sei?

Frankl verglich den Menschen mit einem Bildhauer, der sein Leben, ein zunächst noch „ungeformter Stein“, mit Meißel und Hammer so bearbeiten muss, dass der Stein immer mehr an Form gewinnt. Dadurch wird das „Material“, welches das Schicksal dem Menschen liefert, verarbeitet und aus seinem Leben „herausgeschlagen“, so viel er nur kann: schaffend, erlebend oder auch leidend. Stellte denn das Leben auch in dieser Lebenslage noch Aufgaben an Martha, im Sinne einer weiterführenden Bearbeitung und Ausformung ihres Lebenssteines, so lange, bis sie ihr Werk vollendet hatte? Martha gestaltete aus ihrem Leben ein einzigartiges Kunstwerk, das es in dieser Form gewiss kein zweites Mal mehr geben wird. Sie erstrahlte, wenn Menschen ihr sagten, wie bereichernd sie die Begegnung mit ihr erlebten. Dadurch fühlte sie sich wirksam und konnte sich als Person als bedeutsam erfahren. Die Weise, in der Menschen wie Martha trotz allem ihr Leben gestalten, wird vielleicht auch uns eines Tages helfen, gestärkt durch deren Vorbild, auf die Erfahrung von scheinbar Sinnlosem dennoch sinnvoll reagieren zu können (Lukas, 2004, S. 25). Gegen Ende unseres Gespräches blickten wir auf die Rose in der kleinen Vase. Ich sagte: „*Sie hat ein paar Blütenblätter abgeworfen.*“ Daraufhin Martha lächelnd: „*Ist sie nicht schön!*“



Literatur

Frankl, V. (1946). *Ärztliche Seelsorge*. Wien: Franz Deuticke.

Frankl, V. (2012). *Der Wille zum Sinn*. Bern: Huber.

Frankl, V. (1990). *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn*. München u. a.: Piper.

Lukas, E. (2004). *Sehnsucht nach Sinn. Logotherapeutische Antworten auf existenzielle Fragen*. München: Profil.

Frankl, V. (2005). *Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. Bern: Huber.