



Leben spüren im Abschiednehmen

von Elke Werner

Shiatsu in den letzten Lebensstunden auf der Palliativstation im Uni-Klinikum Münster:

Das Wesen der »Palliativ«-Medizin ist das Ummantelnde (lat. Pallium: Ummanteln). Welch schöne Affirmation, welch schutzbietende und zugleich raumlassende Haltung!

Wenn es aus medizinischer Sicht keine Aussicht auf Heilung gibt (kurative Medizin), folgt die palliative Einstufung. Das heißt, dass der Schwerpunkt der medizinischen Versorgung auf der Linderung der Symptome liegt, oder darauf sonstige nachhaltige Folgen, die die Erkrankung mit sich bringt, zu lindern.

Hier eröffnen sich Türen für Ansätze, die dem Patienten Stärkung und Wohlergehen ermöglichen. Erlauben wir uns, Shiatsu in einer übergeordneten Haltung und Ausstrahlung zu sehen und anzubieten, gibt es ein weites kongruentes Feld zur Grundhaltung zur Palliativmedizin.

So wird dieser übergeordnete Aspekt der weiten, raumlassenden Berührung konkret und gleichzei-

tig in Verbindung mit der großen kosmischen Kraft wirksam. Hier sehr fließend und begleitend.

Seit einigen Jahren behandle ich im UKM nicht mehr nur Säuglinge bzw. Jugendliche der Psychosomatik, sondern auch Menschen auf der Palliativstation. So ist hier Shiatsu am Lebensanfang und -ende etabliert und wertgeschätzt.

Im Folgenden möchte ich über die Shiatsubegleitung einer Dame, Anfang 50, berichten. Insgesamt habe ich 4 Behandlungen mit ihr erlebt. Die erste Sitzung noch im Kontext der Bestrahlung auf einer onkologischen Abteilung. Da spürte ich von der nahenden Endlichkeit wenig. Es begegnete mir eine innerlich klare und tief in Kontakt tretende Person.

Der Leiter der Palliativstation, Prof. Lenz, hatte ihr von Shiatsu »vorgeschwärmt«. Da startet direkt die Selbstregulation im Sinn der Salutogenese. Es geht mal nicht um Medikation, Strahlentherapie oder um das, was zum fokussierten medizinischen Umfeld notwendig ist. Einmal äußerte Herr Lenz in der Visite: »Was sollen wir immer teure Medika-

mente verabreichen, wenn wir Shiatsu anbieten können«. Ganz im Sinne einer »Sowohl-als-auch-, statt einer Entweder-oder-Medizin«.

Nun möchte ich die letzte Shiatusitzung, die ich mit K. erleben durfte, beschreiben. Sie war laut Pflege kaum noch ansprechbar, hatte alles, was mit ihren Kindern zu klären war, gelöst. Es gab in mir eine Stimme, die unsicher war, ob und wie Shiatsu in diesen letzten Lebensstunden stimmig sein kann.

Wie froh bin ich, dass ich diesen »inneren Angsthasen« ertappte und entschlossen den Raum betrat.

Ein weit über 80-jähriger Mann, der Vater von K. und ihre Schwester saßen direkt am Bett. Auf der anderen Seite der Lebenspartner, mit dem ich vor vier Tagen noch herumgealbert hatte.

Auf der Station ist es möglich, gemeinsam zu lachen und zu weinen. Machen wir uns bewusst, dass der Tod immer ein Begleiter ist, fängt vermutlich das wirkliche Leben, im Sinne des bewussten lebendigen Seins an. Es fällt auf, dass auf der Station ein Großteil des Personals sehr lebensbejahend ist.

Die Patientin war medikamentös sehr gut eingestellt, hatte keine Schmerzen und bekam über die Sauerstoffbrille genug Sauerstoff. Auf meine Ansprache signalisierte sie mir mit sich kurz öffnenden Augen, dass sie sich Shiatsu wünschte. Der Vater sagte: »Na, Sie wissen, was guttut, Sie sind der Profi«. Da hörte ich mich sagen, dass ich genau wie alle anderen hier im Raum in diesem Moment Mensch sei und wir offen schauen, was dienlich ist.

Seit knapp 30 Jahren lerne, lehre und lebe ich Shiatsu, doch das war auch für mich eine vollkommen neue Situation, auf die wir uns alle einließen. Ich ließ jeglichen Rest von Konzept los. Mich ganz einlassend auf das Leben – jetzt! So berührte ich sie zu Beginn am Brustkorb und war viel in Verbindung mit Armen, Beinen, Kopf/Nacken – das meist innerlich ausgerichtet. Rasch wurde deutlich, dass der Raum so umfassend berührt sein mochte und damit auch die Angehörigen Teil wurden.

Das hat mich gleichzeitig sehr präzise und klar sein lassen und ich weinte vor mich hin. Die Schwester der Patientin lächelte und gab mir ein Taschentuch. Professionell sein heißt für mich immer mehr, authentisch mit dem zu sein, was JETZT dran ist. Das war für uns alle fünf in dem Raum wunderbar. Ich ließ mich vom Lebendigen leiten. Es gibt nichts mehr zu tun. Die Essenz, das pure Leben im (hier bewussten) Angesicht des Todes berühren. Dabei spürten alle Anwesenden Frieden und Ruhe und vielleicht war die Patientin am wenigsten aufgeregt. Mir wurde deutlich, dass das Leben immer in sei-

nem »So-sein« stattfindet und es hier eine bewusste Möglichkeit gab allumfassend Zeitzug zu sein.

Da wurde der Satz »Und wenn er kommt der nächste Atemzug« ganz wahr. Jeder Atemzyklus erschien mir wie ein ganzes Leben. Komplett in der Ausdehnung; im Bleiben, im Gehen und erneut eine Pause. Das ist immer so und wird für uns alle real.

Berührt sein – berührbar sein – den Prozess begleiten – in Resonanz mit der gesamten Atmosphäre der Menschen und des Raumes. In der Mitte eine Frau die dabei ist das Leben zu voll – enden!

Meine Berührung war weit – haltend – lösend und stets fragend und lauschend.

Irgendwann ist es gut – ich spürte, dass es stimmt und verließ den Raum. Ich verabschiedete mich von den Liebenden und trat vor die Tür.

Der Oberarzt sah mich so ganz von Herzen berührt und wir berührten uns nochmals mit einem warmen Blick...

In der eigenen Fragilität empfinde ich eine starke Kraft. Genau diese Kraft braucht es, um sich wirklich einzulassen.

Einen Tag später bekam ich die Nachricht, dass die Patientin eingeschlafen und ihr Leben vollendet ist.

Autorin

Elke Werner ist Physiotherapeutin, Shiatsu-Lehrerin und Brückenbauerin zwischen Shiatsu und konventioneller Medizin.

Einblicke – Ausblicke

Elke Werner bietet Shiatsu Workshops im Rahmen von medizinischen Symposien an, dazu ihre Erfahrungen und weiteren Pläne:

Am 16. Juni habe ich im Rahmen des Dialysesymposiums in Münster einen Shiatsu-Workshop mit 12 Kinderärzt:innen und Psycholog:innen veranstaltet. Es gab eine große Resonanz. Und es macht mich glücklich zu erleben, wie das Bewusstsein im medizinischen Bereich immer weiter wächst und Verbindungen geknüpft werden, in denen sich an Zuwendung, Berührung und Kontakt erinnert wird.

Im August nehme ich beim Palliativsymposium in Münster mit einem Shiatsu-Workshop teil: **Multiprofessionelle Summerschool Palliative Care 2023** veranstaltet von der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (www.dgpalliativmedizin.de/neuigkeiten/summerschool-2023.html); Zeitraum: 23.-27.08.2023

Im März 2024 bin ich wieder bei den **Datteln Kindererschmerztagen (DKST)** dabei: <https://kinderpalliativzentrum.de/weiterbildung/datteln-kinderschmerztagen/>