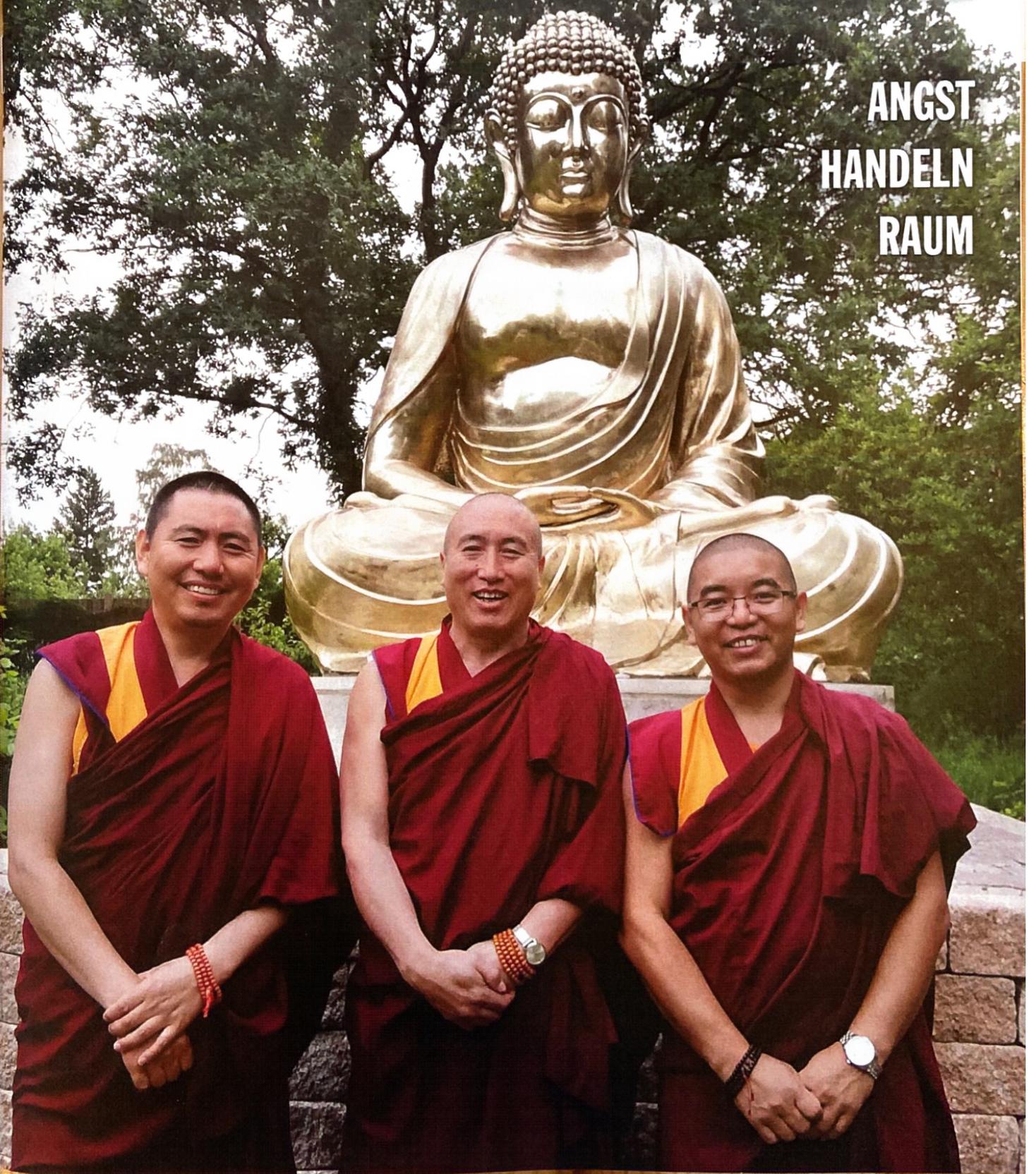




# TIBET UND BUDDHISMUS

MAGAZIN FÜR TIBETISCHEN BUDDHISMUS IM WESTEN NR. 125 | II. 2021 | XXXIV. JAHRGANG | 10 € | A 11 € | CH 16 SFR | L 11,50 € | C8069 F

ANGST  
HANDELN  
RAUM



# Freude gegen Angst und Leid



## Ein Tag mit Clown\*innen auf der Palliativstation

NICOLA HERNÁDI

*„Wird man sich der wechselseitigen Verbundenheit bewusst, so stellt sich ein natürliches Gefühl der Offenheit, Zuneigung und Freundlichkeit gegenüber anderen ein.“ SH Dalai Lama*

Der Tag begann symbolträchtig. Mit Schwung nahm ich den Zubringer zur Autobahn. Die Straße leer, es schien eine Fahrt ohne Hindernisse zu werden, eine geschmeidige Reise zur Palliativstation in Brandenburg. Doch dann erwischte mich das mobile Grauen. Ich sah es mit Schrecken, es gab kein Zurück, ein gigantischer Stau, in den zu geraten sich nicht mehr vermeiden ließ. So ist es mit vielem im Leben und auch mit dem Leben selbst. Eben war noch alles schön, und im nächsten Moment kann alles schon ganz anders sein – so sagte es mein Lehrer mahnend häufiger. Nach langer Nicht- und Irr-Fahrt dann endlich angekommen, besprach das Team aus Clowns in Zivil und Chefarzt bereits den Einsatz. Es gibt dort, in dem äußerlich wenig anheimelnden DDR-Plattenbau einer ehemaligen Kinderklinik, einen langen Stations-Korridor mit zehn geschlossenen Türen zu zehn Patienten-Zimmern. Und damit zu zehn ganz individuellen Reichen – wie zehn Mandalas kurz vor der Auflösung, im Zentrum die Gottheit des Bewohners, ein endendes menschliches Leben. Sich dieser Situation bewusst zu sein, erfüllt mit Respekt. Tod und Sterben sind ernst, weil leidvoll. Die meisten setzen sich nicht freiwillig damit auseinan-

der. Der Chefarzt sagt mir, dass er oft erlebe, dass Angehörige den Gestorbenen nicht mehr sehen wollen: „Ich möchte ihn oder sie so in Erinnerung behalten, wie er oder sie war!“ Es besteht Angst vor Tod und damit auch vor Toten. Aber bringt man sich nicht um eine wichtige Erfahrung? In meiner Familie wurden die verstorbenen Mitglieder früher einen Tag oder mehrere im offenen Sarg aufgebahrt, so dass alle noch einmal Abschied nehmen konnten. Und nur ein sehr abgestumpfter Mensch ist nicht ergriffen, einem menschlichen Leichnam gegenüberzustehen. Nicht umsonst werden im Buddhismus Meditationen in der Gegenwart von Toten als eine wesentliche Übung empfohlen. Sie sollen das Leben ins Verhältnis setzen, seinen Wert, aber auch seine reale Hinfälligkeit erfahren lassen. Und die Konfrontation mit der eigenen Angst hilft, sich ihr zu stellen, um sie zu überwinden. Die gewisse Scheu in mir vor der Begegnung mit Todgeweihten, die sich mit der Tatsache ihres bevorstehenden Todes abfinden müssen, schwang mit bei dem, was nun folgen sollte.

Clowns, die bei Sterbenden für Heiterkeit sorgen sollen? Passt das überhaupt? Aus buddhistischer Sicht spielt die Mo-



tivation die tragende Rolle, aber man sollte das Gute, das man tun will, auch mit Weisheit, sprich Intelligenz, Herz und Einfühlungsvermögen verbinden, damit die gute Absicht in der Handlung nicht zur Katastrophe gerät. Würde ich es begrüßen, beim Warten auf den Tod Besuch von zwei Clowns zu haben, die mir eine Show darbieten und mich Teil davon werden lassen? Ich denke einerseits: Ach, warum nicht? Andererseits, wenn man sehr hadert und voller Schmerz ist, könnte das vielleicht auch irritieren, und so den Schmerz vergrößern. Keine geringe Gefahr und eine Verantwortung, der sich die beiden Clown\*innen sehr bewusst sind. Julia Gotzmann alias „Fridolina“ und Nicola Streifler, Künstlernamen „Hella Propella“, verfügen über viel Erfahrung: Julia, eine hochgewachsene, schlanke und zarte junge Frau, und Nicola, eine bedachte, kluge Person voller sanfter Energie, mit klaren blauen Augen. Wie man das von den besten Clowns so sagt, wirken sie im Gespräch eher ernst und teilnehmend und kein bisschen wie Spaßkanonen. Zeit, das Kostüm anzulegen. Der Chefarzt und ich warten vor der Tür, und vernehmen zunehmend Gekicher. Die warmen Töne von Klarinettenmelodien und ein heiseres Schweinegrunzen sind zu hören. Dann treten sie hervor: rot-nasig, mit Pluderhose und Flickkleidchen, bewaffnet mit einem Riesenseifenblasen-Set, einem Koffer und einem „Hakenporsche“ voller Utensilien, darin die Klarinetten, Ukulelen

und vielerlei mehr. Sie beginnen damit, einen Herrn im Rollstuhl zu verabschieden, der auf das Taxi wartet, das ihn nachhause bringt, denn er freut sich darauf, dort zu sterben. Die beiden begleiten ihn in den Fahrstuhl abwärts und bringen ihm ein Ständchen. Eine Riesenseifenblase noch, ein Winken mit vier Armen, die ihm in gemeinsamer Herzform ein großes Herz hinterherschwingen. Der Verabschiedete lächelt, aber natürlich ist ihm anderes gerade wichtiger. Und der Fahrer treibt die ganze Zeit zur Eile an. Nicht die idealen Bedingungen für eine entspannte Abschieds-Show! Die Clowns nehmen es gelassen hin. Nun wird es Ernst für die beiden. Die erste Tür wird geöffnet. Was erwartet uns dahinter? Die alte Dame im Bett hält die Augen geschlossen. Sie öffnet sie kurz und zuckt ein wenig zusammen, als sie die Clowns sieht. Die beiden nähern sich sanft und sprechen sie liebevoll an. Ob sie ihr etwas erzählen dürfen? Als sie sehen, dass die alte Dame sich nicht gut artikulieren kann, bitten sie um Handzeichen, wenn sie stören, nicht gewünscht sind. Sie beginnen eine Fantasiegeschichte, die entführen könnte in eine andere, sinnliche und spannende Welt mit Meer und Piraten, aber nach kurzer Zeit wirkt die Dame nicht wirklich glücklich damit. Ihre Handzeichen bleiben uneindeutig. Vielleicht möchte sie einfach bei sich sein? Die beiden Clowns verabschieden sich sehr einfühlsam, und die Dame scheint zu winken. Ähnlich wird es noch bei weiteren Besuchen bei anderen Menschen sein: die beiden kommen herein, versuchen spontan und doch behutsam, sich der Person im Bett zu nähern, die mehr oder weniger ansprechbar ist - oder sein will, aber wenn sie merken, dass sie dem Menschen nicht wirklich willkommen sind, schenken sie ein kleines Lied - und beide singen sehr schön - und dann gehen sie. Dennoch bleibt jeder Raum, den sie verlassen, definitiv lichter und wärmer zurück als in dem Moment, bevor sie ihn betraten.

**B**ei anderen jedoch ergeben sich magische Momente, die mich staunen lassen. Eine reizende Dame, die eine große Wärme und Herzlichkeit ausstrahlt, heißt die beiden voller Entzücken willkommen. Mit Wertschätzung und Bewunderung widmet sie sich ganz der Aufgabe, es den beiden so schön wie möglich zu machen, wendet sich ihnen mit ganzer Aufmerksamkeit und großem Wohlwollen zu. Und die beiden legen los und zeigen ihr Können: es wird virtuos Klarinette gespielt, gesungen, das grunzende Schweinchen kommt zum Einsatz; die ganze Festlichkeit von buntem Zirkuszauber lässt das bleichgetünchte Zimmer des kargen Plattenbaus erstrahlen. Die Dame klatscht in die Hände voller Anerkennung und Freude, erzählt lebhaft von ihrer Familie, und ihre liebevolle Art berührt tief. Sie muss ihrer Familie ein wahrer Schatz sein! Im Raum entsteht eine große Nähe, eine herzliche Verbundenheit. Sie hält die beiden offenbar für ganz junge Mädchen und fragt sie nach ihrer Schule aus, und wann sie denn ins Bett müssten, und die beiden spielen heiter mit. Sie sagt: „Ich bin oft so von Freude

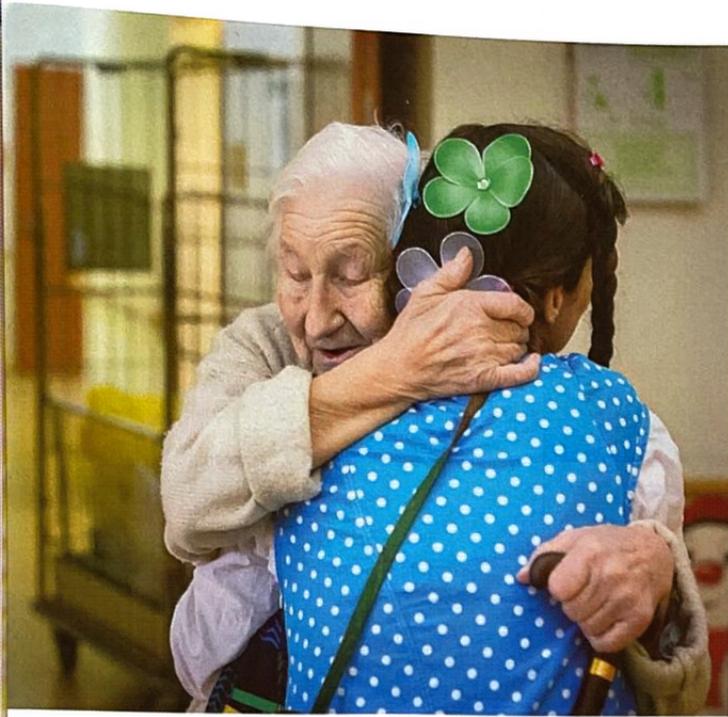
erfüllt! Und manchmal, wenn mir etwas besonders gut gelingt, dann freue ich mich im Geheimen, damit es keiner merkt, dass ich mich darüber so freue. Ist das falsch, dass ich mich darüber dann so freue?“ „Wir freuen uns mit!“ sagen wir wie aus einem Mund. Als es Zeit ist, weiterzugehen, fällt der Abschied leicht und schwer zugleich. Die Mission, jemanden trotz schwerer Situation glücklich zu machen: erfüllt! Doch wie in jeder chemischen Realität, gibt es auch hier eine Rückreaktion: der Charme der Persönlichkeit dieser Frau wirkt in uns nach. Wir sind eindeutig die Beschenkten. Später wird uns die zuständige Schwester berichten, dass der Besuch der beiden Clown\*innen der alten Dame viel bedeutet hat, die sonst nur wieder einsam und unruhig auf das Kommen ihrer Tochter gewartet hätte.

**I**n einem anderen Zimmer erhebt sich ein anderer Todgeweihter angestrengt zum Sitzen, um mit uns als souveräner Mensch, nicht als Kranker, seiner Würde angemessen zu kommunizieren. Die Mädels schmettern ein Lied. Der alte Herr mit einem feinen, liebevollen Antlitz und sanfter, schöner Klarheit, trotz seiner von der Bettlägerigkeit zerzausten Haare und fehlender Zähne, ist ebenfalls ganz offen für die seltsamen, fremden Menschen, die da zu ihm kommen. Seine bezaubernde Ausstrahlung lässt den gebrechlichen Zustand seines Körpers völlig vergessen. Dann singt er plötzlich selbst überaus gekonnt ein lustiges Lied, und wir sind ganz baff. Es preist die Vergnüglichkeit des „Stumpfsinns“. Die Clowns werden es wohl ins Repertoire aufnehmen. Zwischen den Show-Nummern erzählt er von sich, und wie er die vielen Urenkel seiner Lebensgefährtin vermisst, deren lebendiges Gewusel ihm offensichtlich eine große Freude ist. Auch dieses Zimmer verlassen wir tief berührt vom herzerfrischenden einzigartigen Wesen dieses Mannes, der sich winkend und mit verträumten Lächeln zurück unter seine Bettdecke schmiegt.

Vor dem Betreten eines bestimmten Zimmers lesen wir noch einmal über die besondere Tragik desjenigen, der es gerade bewohnt. Ein Mann in den besten Jahren liegt dort, und ist doch vom Tod sichtbar gezeichnet. Wie wir erfahren haben, mussten er und seine Frau im Leben bereits etliche harte Schicksalsschläge hinnehmen. Durch einen Zufall liegt er in dem Zimmer, in dem einst sein Kind starb und seine Frau fast auch. Aber sie wirken beide nicht gebrochen, sondern in Liebe verbunden, und sie kosten tapfer und gefasst die verbleibende Zeit miteinander aus. Die Ehefrau kennt die Clowns schon aus einer anderen Einrichtung, die sie regelmäßig besuchen muss. Und sie freut sich über die Abwechslung und lobt die Arbeit der Clowns, dass es Menschen gibt, die ihre Zeit, ihr Talent und ihr Können aufopferungsvoll anderen widmen, deren Situation gerade schwer zu ertragen ist. Auch dieser Sterbende erzählt von sich, von seinen Taten, seinen Wünschen und Träumen. Manchmal fällt sein Blick in den Raum, als richte sich er sich mit dem, was er sagt, fragend an ein unsichtbares Gegenüber. Dann wieder schaut er wehmütig auf seine Partnerin und auf die Clowns.

Der letzte Besuch des Tages gilt einem alten Herrn – starker Raucher, wurde uns gesagt. Aus Höflichkeit, aber auch nur aus reiner Höflichkeit, lässt er zu, dass der Ton seines Fernsehers leiser gedreht wird. Es läuft „Columbo“, da wäre ich vielleicht auch nicht erfreut. Keine Frage, dem Herrn, einem bärtigen Brandenburger Raubein mit Herz, erscheinen die zwei bunten Gestalten als seltsame Vögel. „Und wat stellt ihr dar?“ knurrt er skeptisch. Zunächst ergibt er sich nur widerwillig in sein Schicksal. Die beiden Clown\*innen versuchen, ihn – nennen wir ihn mal Hans – ein bisschen zum Erzählen zu bringen. Mit mäßigem Erfolg. Er habe keine Hobbies. Er mag Fernsehen und rauchen und sonst nichts, Punkt. Sie beginnen eine Fantasiegeschichte zu fabulieren, mit dem „kleinen Hans“, der in die Welt hinauszieht... Das gefällt dem großen Hans dann doch ein wenig, Held einer Geschichte zu sein. Er steigt allmählich darauf ein, und immer, wenn ihm eine Wendung nicht gefällt, tut er sein Missfallen energisch brummelnd kund, solange, bis ihm eine vorgeschlagene Variante gefällt, und dann sinkt er vergnügt wieder ein paar Zentimeter tiefer in die Matratze. Der „kleine Hans“ soll eine ordentliche Arbeit finden, mit der er viel Geld verdient, diktiert er. Aber er könnte auch Dompteur werden, und obwohl der große Hans „gerne fernsieht und raucht und ansonsten zu nüchster Lust hat“, wie er sagte, soll der kleine Hans das nicht tun, sondern lieber etwas Interessanteres machen. Am Ende ist aus der spröden Fremdheit eine heitere Verbindung entstanden, und der große Hans verspricht, wenn er seine nächsten Rauchringe mit der Zigarre bläst, je einen für uns drei mit guten Wünschen in den Raum zu entlassen. Was will man mehr?

**D**er Einsatz der beiden Clowns vom Potsdamer Verein „Lachen hilft e.V.“ ist für heute beendet. Es wird eine abschließende Auswertung der heutigen Erfahrungen mit dem Chefarzt Dr. Reichardt geben, und er gehört ja mit zum mutigen Bündnis für das Leben, wider die Tristesse eines trostlosen Sterbens. Natürlich können die Clowns den Schmerz des Todes nicht beseitigen. Doch sie bringen für eine kurzen Moment viel vom Besten des Menschseins zurück in das restliche Leben, das noch glimmt, und entfachen daraus ein heiteres, knisterndes Feuer. Dafür machen sie das, und ich kann verstehen, wie und warum sie sich selbst dabei als die eigentlichen Beglückten fühlen, wenn sie auf all die verschiedenen „Menschenjuwelen“ treffen, wie es im Buddhismus heißt. Was nehme ich mit vom Tag, von den Sterbenden und der verrückten Situation im Schlepptau der beiden Engel im Clownskostüm? Definitiv eines: Wer selbst voller Liebe ist, stirbt anders. Das sollte man trainieren, solange man kann. Und mich erstaunte die allgegenwärtige Tatsache, wie stark diese eine große Sehnsucht viele der sterbenden Herzen durchzog: die Sehnsucht nach Liebe, nach der liebenden Verbundenheit mit ihren Partnern und Familien. Sich dieses Wertes zu Lebzeiten zutiefst bewusst zu sein und ihn zu schätzen, nützt dem Leben und dem Sterben.



# ANGST, TOD, MUT UND PERSPEKTIVEN

INTERVIEW MIT DEM PALLIATIVMEDIZINER  
DR. HELMUT REICHARDT

Dr. Helmut Reichardt, Jahrgang 1954, ist in seinem Leben viel herumgekommen, alle paar Jahre von Kontinent zu Kontinent gereist, wie er sagt. Und auch in Deutschland durchlief er viele Stationen. Mit 18 ging er nach Chile und studierte Medizin, kehrte jedoch wegen der politischen Entwicklungen mit 26 nach Deutschland zurück. Er arbeitet als Lungenarzt, erweiterte das Spektrum um komplementäre Heilmethoden, bis er im Klinikum Lehnin landete. Das kleine Hospital dort wurde aus Kostenerwägungen geschlossen, und das eingespielte Team landete letztlich mit ihm als leitendem Arzt in einer neu geschaffenen Palliativstation in Brandenburg - an einem Tag im April. Dr. Reichardt sagt, es war an einem Gründonnerstag, an dem die christliche Welt der Fußwaschung Jesu gedenkt, und das habe für ihn eine tiefe Bedeutung gehabt, als Symbol für seine neue Tätigkeit: Dienst am Nächsten, auf dem Marienberg (der Ort heißt so, Anm. d. Red.), die letzte Station vor dem Sterben im Leben Jesu. „Ein schöner Tag, eine Palliativstation auf den Weg zu bringen.“ Als er die Clown\*innen auf ihren Einsatz vorbereitet und ihnen wichtige Informationen zu den Patienten gibt, die ihnen helfen, auf die Menschen persönlicher zugehen zu können, ist spürbar, wie sehr ihm jeder einzelne Fall ans Herz geht. Vielen seiner Patienten sage er aufrichtig: „Jemanden wie Sie hatten wir hier noch nie!“, und das sei wirklich so empfunden. Besonders nachdenklich machen ihn auch die häufig erstaunlichen Fügungen und Verbindungen in den Schicksalen, wie sich zufällig Konstellationen ergeben, die an Vergangenes anzuknüpfen scheinen - Kreise in den Biografien, die sich auf scheinbar zufällige Art seltsam schließen oder zumindest schlüssig anmuten. Dr. Reichardt selbst ist ein beeindruckender Mann, mit großer Präsenz und warmherziger Ausstrahlung. Jemand, der mit wachem Geist und lebendigem Interesse seine Erfahrungen reflektiert und mit großer Offenheit auf Menschen zugeht. Eintragungen im Gästebuch dieses Hauses, das einem möglichst guten Sterben dienen soll, bezeugen die Dankbarkeit der Personen, welche als Angehörige und Betroffene diese Station durchliefen. Nach einem langen Arbeitstag stand er geduldig Rede und Antwort.

*Haben Sie sich die Leitung dieser besonderen Station ausgesucht, und wenn ja, was waren ihre Motive? Was waren ihre Bedenken und Ängste?*

DR. REICHARDT: Es war für mich selbstverständlich, dass ich mit dem Team hierherkomme. 7 Jahre hatten wir in Lehnin zusammengearbeitet, dann nahm man uns unser „Schiff“ weg (lacht). Und nach Sichtung der Angebote beschlossen wir dann gemeinsam, es hier zu versuchen.

*Sie arbeiten an einem Ort, den viele Menschen fürchten: Konfrontation mit Tod, Tod zur vermeintlich totalen Unzeit, Leid, Krankheit. Woher nehmen Sie den Mut und die Kraft, das zu tun? Wie erleben Sie ihre Arbeit?*

DR. REICHARDT: Auf jeden Fall als immer wieder überraschend. Durch die Tatsache, dass wir uns in der Palliativmedizin explizit um das seelische, emotionale, psychosoziale und existenziell spirituelle Wohl des Menschen kümmern ...sollen... - so steht es in den Richtlinien der deutschen Palliativmedizin - haben wir eine Einladung, uns so um Patienten zu kümmern, wie man eigentlich immer in der Medizin arbeiten möchte. Auf dieser „Spielwiese“ hier, können wir umsetzen, was wir uns wünschen würden, dass man es überall anwendet. Wir haben hier die Freiheit, die ganze Palette der Schulmedizin in Anspruch zu nehmen, können aber auch zusätzlich die gesamte Bandbreite der komplementärmedizinischen Anwendungen nutzen und entwickeln: Wickel, Auflagen, Kräutertees, Duftlampen, Aromatherapie, Massagen etc... Alles, was guttut.

Letzte Woche hatte ich eine junge Kollegin hier, neu, und sie sollte mir zur Seite stehen. Und es war wie verhext. Wir gingen über die Station, und drei Patienten waren so verzweifelt, dass sie sagten: „Herr Doktor, Sie können mir jetzt doch die Spritze geben...“ Eine dezidierte Aufforderung, schnell ein Ende zu machen. „Sie, Herr Doktor, können das doch machen!“ Ich bin



auf dem Ohr sehr hellhörig, weil wir in einer Gesellschaft leben, wo in den Medien Angst und Panik vor Krankheit und Tod geschürt werden, und darüber hinaus auch die Illusion des humanen Sterbens propagiert wird, wie es doch unsere Nachbarn in der Schweiz und Belgien ermöglichen – warum nicht auch wir? Diese Diskussion um aktive Sterbehilfe, assistierten Suizid, etc., sie ist sehr präsent in der Gesellschaft und wird umworben, denn es herrscht Angst vor erlebtem Leid. Da ist ein schneller Weg verführerisch. Es war mir beim Aufbau der Station hier bewusst: Die medizinische Hochschule Brandenburg liegt schräg gegenüber vom Mahnmal der Euthanasie-Opfer des NS-Regimes, wo 8000 Menschen mit Behinderungen liquidiert worden sind. Hier gibt es die große Klinik mit Hochleistungsmedizin, und doch wird hier eine Palliativstation als eine wichtige Aufgabe betrachtet und gewünscht. In unserem Team entwickelte sich im Laufe der Zeit eine Haltung, die paradox klingt: „gesund sterben“. Wie kann man gesund diesen Schritt tun, gesund über die Schwelle gehen? Und wir sind der Auffassung, dass dieser Schritt auch „gesundend begleitet“ werden kann. Mit Versöhnung, kurz vor dem Ende; manchmal mit Frieden schließen, Frieden auch mit allen Widrigkeiten. Das ist immer wieder bewegend, dass und wie das möglich ist. Es passieren immer wieder Dinge, die so noch nie passiert sind. Und das macht es auch für mich gerade so überaus attraktiv an meiner Arbeit, Zeuge von so etwas zu sein.

*Welche Ängste kann die moderne Medizin, insbesondere die Palliativmedizin, uns Sterbenden, Todgeweihten etc. nehmen und welche nicht?*

DR. REICHARDT: An diesem Montag, als diese drei Menschen sagten, dass sie nicht mehr leben wollen, haben wir darüber ein Gespräch geführt. Wie können wir für sie herausarbeiten, dass sie so nicht leben wollten? Dieses „so“ heißt was? Das kann vielschichtig sein. Ich kann Schmerzen, Übelkeit, die körperlichen Symptome nicht mehr aushalten. Da können

wir natürlich eine Menge machen. Ich kann auch jedem Patienten sagen: „Wir Palliativmediziner können jedem Patienten eine Narkose geben, notfalls können Sie schlafen.“ Da gehe ich aber nicht so weit, dass ich da wieder die Fantasie beflügele, dem Ganzen ein rasches Ende zu bereiten. Aber Methoden zuzuschern, sie zu benennen, Leid gegebenenfalls zu beenden, das ist wichtig, und da gibt es viele Möglichkeiten, medikamentöse und andere. Es gibt auch eine Vielfalt von technischen Möglichkeiten, Leid zu lindern in einer großen Klinik. Verstopfte Gallenwege, Luftröhren etc. aufzudehnen, abzustützen – das kann sehr hilfreich sein. Viele technische Möglichkeiten – aber nicht so sehr, um in diesen Fällen Leben zu verlängern, sondern um die verbleibende Lebensqualität zu verbessern.

*Gibt es etwas, dass Sie anderen Menschen gerne sagen würden, über Sterben, Leid und Tod, aus der Erfahrung ihrer täglichen Arbeitsrealität heraus?*

DR. REICHARDT: Eine von den beiden Entwicklungen, die ich im letzten Jahr bei mir beobachte, ist im Umfeld der Begegnung mit Nahtod-Erlebnissen geschehen. Unterschiedliche Menschen erzählten mir von ihren Nahtod-Erlebnissen. Was ich kurioserweise früher, als ich ein sehr engagierter Arzt war, nie gehört habe – was wohl an meinen Ohren lag. Diese Nahtoderlebnisse, wo es übergeht in einen Bereich anderer Begegnungen, in ganz unterschiedlicher Art der Ausschmückung, versieht die Vorstellung „am Ende geht das Licht aus!“ mit einem großen Fragezeichen. Vielleicht geht auch ein anderes Licht an? Die Leute berichten mir, dass sie sich in einem Bereich befanden, in dem sie sich so geborgen gefühlt haben, wie nie zuvor. Das ist eine andere Perspektive, die natürlich schwer nachweisbar ist. Der Kalenderspruch von vor ein paar Tagen passt dazu:

„Das physikalische Weltbild hat nicht Unrecht in dem, was es behauptet, sondern in dem, was es verschweigt.“ (Carl Friedrich von Weizsäcker)

Es geht darum, dass wir mit dem, was wir wissen, nicht an ein Ende gelangt sind.

*Vielen herzlichen Dank für das Gespräch.*

Das Gespräch führte Nicola Hernádi vor Ort in der Palliativstation des städtischen Krankenhauses Brandenburg.



# Tatkraft mit roter Nase ...

INTERVIEW MIT NICOLA STREIFLER, BUDDHISTIN UND KLINIK-CLOWN

Nicola Streifler, Künstlername „Hella Propella“, ist 21 Jahre Clown und engagiert sich seit 19 Jahren als „Klinik-Clown“. Seit ihrem Debut in Bielefeld, beim Verein „Dr. Clown“, durchlief sie etliche Stationen und Vereine, bis sie in Potsdam landete und dort zusammen mit anderen die Gruppe „Lachen hilft e.V.“ gründete. Dadurch ergaben und entwickelten sich Verbindungen zu Kliniken in Brandenburg, aber auch zu anderen Einrichtungen in der Region. Es gibt tatsächlich eine Reihe Vereine für Clown-Aktivitäten in Hospitälern etc., in ganz Deutschland, die untereinander vernetzt sind, sich einem gemeinsamen Ethikkodex verpflichteten, sich in Solidarität miteinander organisieren, auch gemeinsame Fortbildungen abhalten sowie dem Dachverband „Clowns in Medizin und Pflege Deutschland e.V.“ unterstehen, der die Qualitätsförderung managt. Nicola unterstreicht im Gespräch, welche hohe Verantwortung sie als Clowns in Kliniken haben, dass es auf ein feinabgestimmtes Handeln der Akteure ankomme. Es kann als Teil der Performance auch mal etwas wilder und „Holter-die-Polter“ zugehen, aber immer passend zur Situation, die dafür geeignet sein muss. Der besondere Kontext erfordere es, dass man immer wieder vollkommen offen sich ganz auf die neue Person einstellt, und nicht mit breitem Lachen ins Zimmer hineinstürmt, nur weil kurz zuvor alles so hervorragend ankam. Vor jedem Zimmer atme man neu durch. Man habe alles dabei, aber nicht um die Leute damit zu überfallen. Das wirft viele Fragen auf, nach dem Selbstverständnis, der Motivation und dem Umgang mit den intensiven Erfahrungen, die diese erstaunliche Arbeit mit sich bringt.

*Wie bist Du dazu gekommen, Dich als Clowns in Krankenhäusern, und sogar auf einer Palliativstation zu engagieren? Für Menschen, die Du nicht kennst, dein Leben, deine Zeit und Kraft zu opfern?*

NICOLA STREIFLER: Ich empfinde es gar nicht als Opfer, sondern als ein großes Geschenk, diese Arbeit machen zu dürfen. Zu spüren, dass sie angenommen wird. Und das ist auch der größte Antrieb, den ich habe – der gemeinsame Motor – den ich – und die Clowns haben, die bleiben – nämlich die Resonanz der Patienten. Schwer zu erklären, warum es funktioniert, aber für mich ist es das Schönste, zu Menschen in schweren Lebenslagen zu gehen, und etwas zu tun, was außerhalb ihres Alltags liegt, ihnen ein Stück Glück zu verschaffen. Und ja, auch Spaß, wirklich bis zum Schluss – denn es wird gelebt bis zum Schluss. Diese Resonanz ist sehr nährend, deshalb gibt es da kein Opfer für mich. Ja, und was ist meine Motivation? Ich könnte jetzt auf meine eigene Geschichte zurückgreifen, aber mir kommt da auch ein frischer Gedanke: Ich mache das, weil es mir liegt! Ich habe auch eine persönliche Leidensgeschichte, aber dass es mir wirklich liegt, ist das viel einfachere Motiv. Ich hätte mir als Patientin allerdings sehr wohl gewünscht, dass von außen etwas kommt, das es mir erleichtert. Ich hatte ein Schlüsselerlebnis bei einer meiner Op's: eine Freundin brachte Seifenblasen mit. Ich war in einem Zimmer mit vier alten Frauen, selbst gerade 18, und wir pusteten aus dem Fenster heraus Seifenblasen und auch für die Frauen. Ich liebe Seifenblasen, sie sind so etwas Einfaches und doch so faszinierend.



*Hattet oder habt Ihr Ängste, z.B. dass euer Engagement, eure Fröhlichkeit und Späße, eher störend berüberkommen könnten, den Betroffenen nicht nur gar nicht helfen, sondern eher noch mehr deprimieren, störend wirken? Dass der Spaß zu weit geht? Und wie erlebt ihr dann die Realität?*

NICOLA STREIFLER: Ich glaube einfach, dass selbst wenn es mal nicht so passend ist, es immer noch etwas Gutes ist. Dass das Bunte, das Helle, doch einen Lichtblick im Alltagsgrau eines Klinikaufenthaltes bedeutet. Nicht nur für die Patienten, sondern auch fürs Personal. Selbst wenn es für einen Patienten oder eine Familie mal nicht so stimmig ist, haben wir immer noch nichts kaputt gemacht. Es ist nichts Schlimmes passiert. Es besteht die Gefahr, dass etwas Liebgemeintes nicht gut ankommt. Das kann passieren. Aber davor habe ich keine Angst, wirklich gar keine Angst.

*Nur weil eine Situation traurig ist, sollte man nicht im Grau verharren müssen...*

NICOLA STREIFLER: Absolut! Ich habe auch schon auf zwei Beerdigungen gespielt – und auch einen Clowns-Freund beerdigt, und das war die schönste Beisetzung überhaupt. Wir waren natürlich traurig, aber das ist man auch sonst, das sind wir sowieso. Es geht darum, was wir damit machen, wie wir damit umgehen. Es gibt viel Schönes auf der Welt, aber manchmal scheint das Traurige übermächtig zu sein, und wenn sich das so anfühlt, dann kann das Schöne wieder verbinden und trösten. Und gerade wenn in Trauriges auch Schönes verbindend hineinwirkt, entfaltet das einen besonderen Zauber, der tief geht, und den man nie wieder vergisst. Und vor allem die aufrichtige Herzlichkeit, die vergisst man nicht, und da ist es egal, ob gelacht wird, oder nicht. Humor ist, wenn alles fließt. Das Wort kommt von Lateinisch

„humor“ und bezeichnet „Flüssigkeit, fließen, im Fluss sein“. Es geht darum, keine Emotion zu blockieren. Es heißt nicht: Sei mal lustig! Oft erleben wir Wut, Trauer, das Empfinden von Ungerechtigkeit, dass Patienten wütend sind, in dieser Situation zu sein. „Ich bin jung, habe immer Sport getrieben, gesund gelebt, nicht geraucht oder gesoffen, und trotzdem trifft mich diese Krankheit!“ Das erscheint ihnen als total ungerecht. Wenn wir kommen, und die Wut ist das vordergründige Thema, dann gehen wir natürlich nicht darüber hinweg. Es nimmt den Raum ein und darf sich entladen. Hat es sich entladen, dann kann es auch wieder etwas anderes geben und an seine Stelle treten. Wenn es fließen kann, kommt das Lächeln wieder, wie von allein.

*Inwieweit hat Dich dein Engagement verändert, Dir vielleicht Mut gemacht, deine Perspektiven erweitert oder dich auch schockiert und ernüchtert? Setzt Du dich auch mit dem eigenen Tod auseinander?*

NICOLA STREIFLER: Es hat mich definitiv enorm verändert. Die Entwicklung hört auch nicht auf. Mit jeder Erfahrung wachse ich weiter. Als Kind war ich Leistungssportlerin, streng, diszipliniert und hatte als junge Erwachsene eine schwere Krise. Da entdeckte ich das Theaterspielen für mich und bin darüber zur Clownerie gekommen. Es war für mich die Erleichterung schlechthin. Ich bin gelernte Sprachtherapeutin für hirnnorganisch bedingte Sprachstörungen. Dazu machte ich parallel meine theaterpädagogische Ausbildung und fing als Klinik-Clown an. Gerade schrieb ich an meiner Abschlussarbeit mit dem Thema: „Krankheitsbewältigung bei Aphasie“ (Aphasie, Sprachverlust, Anm. der Red.), was ein schlimmer und trauriger Zustand ist, denn wie soll man Krankheit bewältigen, wenn man nicht darüber sprechen kann, sich nicht ausdrücken kann? Und ich änderte mein Thema in „Humor, Lachen und

Clownerie als therapeutische Mittel für Aphasiker“. Das war meine Kehrtwende. Die ich nicht allein mir zu verdanken habe. Den Mut dazu habe ich nicht allein gefasst, sondern ich holte mir dazu sehr viel Futter von Vorbildern, z.B. Prof. Dr. Rolf Dieter Hirsch. Er ist Gerontopsychiater, der dem Humor und den Klinikclowns große Bedeutung zumisst. Ich hatte von Anfang an auch ein wissenschaftliches Interesse für meine Arbeit, z.B. für die Salutogenese, die im Gegensatz zur Pathogenese die Entstehung von Gesundheit erklärt oder Gelotologie, die die gesundheitsfördernde Wirkung von Heiterkeit und Lachen erforscht. Damit baute ich mir ein theoretisches Fundament auf, das ich für mich auch dringend brauchte. Man studiert nicht etwas mühevoll zu Ende, um dann zu sagen: Das will ich gar nicht machen. Ich benötigte dieses Fundament, um mir klar darüber zu sein, dass diese Arbeit nicht bloß eine fixe Idee von mir ist, sondern es sich um eine fundierte, wichtige Angelegenheit handelt. Ich empfinde eine große Dringlichkeit, genau das zu tun, was wir tun.

*Setz Du dich vermehrt mit deinem eigenen Tod auseinander?*

NICOLA STREIFLER: Selbstverständlich, aber das schon lange, aus eigener Betroffenheit, schon früh. Ich habe einige mir sehr wichtige Menschen in meinem Leben verloren. Manche wurden aus dem Leben gerissen, weil sie sich totgefahren haben, manche waren schwer krank, einer beging Selbstmord durch Erhängen, solche Dinge. Und ich merkte natürlich auch: Trauer ist nicht erlaubt – in unserer Gesellschaft. Du musst dich mit deiner Trauer verstecken. Du musst funktionieren. Und dieses „Du musst funktionieren!“ funktioniert für mich überhaupt nicht. Als Clown muss man nicht funktionieren, und das ist so toll! Und dann funktioniere ich aber auch wieder, nämlich wenn ich das Gefühl von Sinnhaftigkeit habe. Dann kann ich über meine Grenzen hinausgehen. Ich sagte ja, dass ich meine Arbeit nicht als Opfer betrachte, aber natürlich gibt es grenzwertige Situationen. Als Initiatorin und Verantwortliche unseres Vereins butterte ich da schon viel von meinem Leben hinein, gefühlte 100 Jahre. (lacht)

*Der Woodstock-Veteran und Klinik-Clown Wavy Gravy sagt: „In jedem Katastrophengebiet gibt es immer auch ein Stück Himmel!“ Würdest Du dieser Feststellung zustimmen? Gibt es trotz all dem Tod, Leid und Schmerz auch auf der Palliativstation Momente, die ein intensives Glück bedeuten? Was würdest Du anderen gerne aus deiner Erfahrung heraus sagen, die in schweren Situationen wie tödlichen Erkrankungen stecken und voller Angst und Verzweiflung darüber sind?*

NICOLA STREIFLER: Ich bin sehr dankbar, von den Menschen zu lernen, die genau in dieser Situation sind. Und wünsche mir, dass das Wissen dieser Erfahrung mehr in die Gesellschaft integriert wird. Dass die Menschen nicht solche Angst haben und wir alle uns der Vergänglichkeit bewusster werden, denn ich denke, dass wir alle dabei gewinnen und unser Leben eine andere Qualität bekommt. Sich zu fragen: Was ist das wahre Leben? Es ist so schade, wenn man das erst ganz am Ende



fühlt! Der Himmel ist immer da, wir schauen nur nicht hin. Ich muss an einen früheren Patienten in Lehnin denken. Er musste sich entscheiden, ob er eine weitere leidvolle, aber lebensverlängernde Therapie akzeptiert, oder einfach noch eine von auszehrenden Therapie-Maßnahmen unbeschwerter, kürzere Zeit mit seiner Familie verbringt. Vor dieser Entscheidung stand er ganz allein und war ungehalten darüber. Er wollte Beratung, aber die Entscheidung konnte ihm niemand abnehmen. Wir hatten eine schöne Begegnung, in der wir dazu kamen, zu sagen: Vielleicht ist das genau deine Chance! Niemand bevormundet dich, du kannst ganz allein entscheiden, aber das braucht Zeit, bist du es weißt. Es wird der Moment kommen, da weißt du es einfach. Bis dahin hast du Zeit. Er erinnerte sich an Momente, in denen er genau gewusst hatte, was er braucht und will, und sich dafür stark gemacht hatte, und das half ihm. „Ich habe die Kompetenz, ich kann das.“ Dieses Zutrauen zu sich selbst fand er wieder. Und in diesem Moment fand er Frieden mit der Situation, in der er war. Jetzt konnte er den Himmel wieder sehen, die Bäume rauschen und die Vögel zwitschern hören. Er fand viel Wertschätzung für seine Familie, sein Zuhause, Musik und was ihn ausmachte. Es ist schön, in solchen Momenten dabei zu sein – dass die Menschen uns gegenüber so offen sind, dass sie sich von uns erhellen und erfreuen lassen. Es gibt eine große Bereitschaft am Ende, sich zu freuen.

*Vielen Dank für das Gespräch und die Möglichkeit, Euch begleiten zu dürfen!*

Das Gespräch führte Nicola Hernádi

Der gemeinnützige Verein Lachen hilft e.V. ([www.lachenhilft.de](http://www.lachenhilft.de)) besitzt eine schöne Webseite mit vielen Fotos und Vorstellungen der Mitwirkenden. Dort finden sich viele Informationen zu den großartigen Aktivitäten der Akteure, viel Freude beim Betrachten. Spenden sind natürlich sehr willkommen und unterstützen die wertvolle Arbeit des Vereins.