

Lebensumbrüche annehmen

Unter dem Titel «Dennoch hoffen, dennoch vertrauen, dennoch lieben» stand der Vortrag von Palliativexpertin Cornelia Knipping am 27. Oktober im Meierhof. Sie wirkte lange in St. Gallen und hat dort «Palliative Care» aufgebaut und vorangebracht. Die Referentin stellte zunächst das Konzept der «Salutogenese» des Sozialmediziners und Stressforschers Aaron Antonovsky (1923–1994) vor. Dass es sich bei seinem Konzept der ganzheitlichen Gesundheitsförderung um weit mehr handelt als um Resilienz oder «Coping», sondern gerade auch darum, Erfahrungen wie Krisen oder Lebensbrüche beziehungsweise Lebensumbrüche im Leben anzunehmen und daraus neue Lebenserkennnisse zu erschliessen, zeigte Cornelia Knipping in spannender Weise auf. Knipping betonte, dass ein lebensförderlicher Umgang mit Krisen und Trauerfaktoren, die zum Leben gehören, eine Herausforderung darstelle.

Die Referentin beeindruckte die Anwesenden mit ihren persönlichen Lebensbezügen und auch Beispielen, wo sie selbst Scheitern oder Neuanfang in ihr Leben integrieren musste. Mit dem Bezug auf ihre Freundin und ihren Ehemann, die sich im Moment mit der Diagnose Demenz konfrontiert sehen, beschrieb sie, dass diese Freundin trotz Trauer und Verlustangst ihren Lebensweg weitergehen möchte und vor allen Dingen verlässliche Menschen an ihrer Seite brauche. Das Annehmen oder Tragen von schweren Situationen beziehe sich, so Knipping, nicht nur auf unsere Vorstellungen von Gesundheit, sondern laden uns alle ein, unser Personsein mit Leib, Seele und Geist zu bedenken. Was brauche ich in meiner momentanen Situation? Welche Anzeichen gibt mir mein Körper? Was kann ich verändern, dass ich die Beziehung zu mir, zu meinen Lieben und Freunden oder zu Gott



Palliativexpertin Cornelia Knipping im Meierhof in Riehen. Foto: Urs Meury

lebensförderlich erfahre? Wie kann ich mit Niederlagen umgehen und meine eigene Bedürftigkeit zulassen, auch wenn keine Diagnosen oder Schicksalsschläge mich zwingen, mich diesen Themen zu stellen? Diese Fragen wurden von Frau Knipping in Bezug auf die «Salutogenese» erörtert und nach dem Referat mit den Anwesenden diskutiert.

Urs Meury spielte auf der Klarinette und erinnerte die Anwesenden daran, dass das Leben in seinem Reichtum auch den Raum und die Zeit für die Spiritualität der Musik brauche, damit die Menschen nicht nur durch das Nachdenken, sondern auch durch Emotionen Orientierung, Trost und neue Hoffnung für das Leben erfahren.

*Pfrn. Martina Holder-Franz,
Vorstand Verein Palliative Care und
Christliche Verantwortung*