Der leib-haftige Mensch

Menschsein, scheint mir, ist häufig eines Attributs bedürftig.

Der "Homo erectus" geht aufrecht, der "Homo habilis" ist geschickt, der "Homo sapiens" denkt, der "Homo faber" arbeitet und der "Homo ludens" spielt.

Und der Mensch, der aufgrund der Schwere seiner Erkrankung nicht mehr aufrecht geht? Das Kind, das äußerlich wahrnehmbar nicht spielen kann? Der komatöse Mensch, dessen Reaktionen wir kaum wahrnehmen? Und der tote Mensch?

In meinem Arbeitszimmer hängt ein Gemälde. Wer den Hals etwas reckt, den Kopf streckt, kann selbst von der Mensa aus einen Blick darauf erhaschen. Es sorgt für Gesprächsstoff.

Viel Haut ist zu sehen. Hebräisch: "basar", also: nackte Haut und bloßes Fleisch. Sphären, die bereits den ganzen, leibhaften Menschen beschreiben können. Haut, die uns als unser oberflächengrößtes Organ (ca. 1,6 qm) bedeckt, schützt, abgrenzt. Haut, die uns kommunizieren lässt. Basar, 270 mal im 1. Testament vorkommend, steht für: die lachende Sara, den halbnackt tanzenden David, den wunden Hiob, den leidenden Gerechten, für Schönheit und Vergänglichkeit im Hohen Lied.

Zwei Männer sind auf dem Gemälde zu sehen. Bei näherer Betrachtung wird klar, dass es sich hier um "Gebein von meinem Gebein, Fleisch von meinem Fleisch" (Gen 2, 23) handelt. Das ist doch dieselbe Person – einmal lebendig, einmal tot; einmal blass, einmal fleischfarben. Merkwürdig. Ein Doppel-Portrait?

Manchmal kommt sogar jemand und möchte das Gemälde sehen. Die Reaktionen sind spannend. Auch Kolleg*innen reagieren entlang der Linien ihrer fachlichen Denominationen: schnelle Deutungen sehen Homoerotik, längere Blicke kommen zu Deutungen wie "Annahme des Schattens", Verdrängung, Abspaltung oder Dissoziation, wenn sie es als Doppelselbstportrait identifiziert haben. Handelt es sich um liebende "Selbstannahme" und "Selbstsorge" in einer Krise? Empathie? Wenige sehen darin ein eindeutiges Pietà-Motiv mit einer Anleihe an eine Kreuzesdarstellung.

Der Künstler Christian N. Langnickel aus Weimar hat sich selbst in einer Lebenskrise wiedergefunden. In dieser Darstellung.

Der Tote ist weder bloßgestellt noch erniedrigt. Er braucht keine Körperscham –berührt, gepflegt, gesalbt, geschützt, wie er ist. Hilflos präsentiert und geliebt – also: schön. So, wie wir es gewohnt sind, mit Toten umzugehen. So wie es uns zutiefst verletzt, wenn selbst Tote gefleddert und geschändet werden. Wenn ihre stille Schönheit und stumme Ästhetik verletzt wird.

Das Pietà-Motiv zeigt Mitleid nach der äußerlichen "Wiederherstellung", der Reinigung, Pflege, dem "Schmieren und Salben". Hilflose Frömmigkeit, die den Tod aushält und den Toten nicht lassen mag. Ein Andachtsbild. Vesperbild. Mittelalterlich geschätzt und gepflegt als "Abbild der seligen Jungfrau von der Betrachtung", Versenkung. Hinwendung zum Leiden. Getröstet in Solidarität mit einer ebenfalls Leidenden. Einer stillen und stummen Mutter. Vielleicht gerade noch nicht mit einer Hoffnung auf "carnis resurrectionem", wie es früher hieß: der Auferstehung des Fleisches. Aber: dargeboten der Zukunft, präsentiert dem Unvorstellbaren, dem Sein im Nicht-Sein.

Als Käthe Kollwitz ihre Plastik in Erinnerungen an der gefallenen Sohn erschafft, weniger Schmerz als Nachsinnen darstellt, schreibt sie 1938 in ihrem Tagebuch: "Mit einem großen Wort könnte man sie Pietà nennen, sonst einfach eine alte Frau mit einem toten Sohn im Schoß." Seit 1993 steht sie, mehrfach vergrößert, in der Neuen Wache in Berlin.

Eine Frau berichtet von einer Totgeburt: "Mein Mann und ich betrachteten den kleinen Körper mit Scheu und doch voller Neugier. Anfangs getrauen wir uns kaum, ihn zu berühren. Ich ermuntere Beni, meinen Mann, das Kind aufzunehmen und mir auf die Brust zu legen. Der kleine Körper ist noch ganz warm, kühlt dann aber erstaunlich schnell ab. Alles an diesem Kind ist perfekt ausgebildet. [...] Die Haut ist extrem dünn, durchsichtig fast, schmetterlingsartig fein. An mehreren Stellen hat sich die Haut dunkelviolett verfärbt, wie wenn sich das Mädchen an etwas gestoßen hätte".1

Liebe, Würde, Respekt enden nicht im Tod. Vergehend bleibt das "Fleisch". Hoffnungsvoll wird "Fleisch" gepflegt, damit nicht das Nichts das letzte Wort hat; aber das "aber" (Jes 40, 8)!

Schmieren und Salben hilft allenthalben; hilft's nicht beim Mädchen, hilf'ts doch beim Rädchen.

(Alter Spruch)

Standard "Versterben eines Klienten"

Die Versorgung des Verstorbenen

Das Waschen des Verstorbenen wird von Haus zu Haus unterschiedlich gehandhabt - ist aber auch ein Zeichen von Respekt und wird von nicht wenigen Pflegenden als wichtig für sich selbst empfunden. Ein verstorbener Patient/Bewohner ist auf jeden Fall auf dieselbe Art zu versorgen wie ein lebender oder komatöser Patient/Bewohner.

Es wird angeklopft, wenn man das Zimmer betritt.

Der Patient/Bewohner wird mit seinem Namen angesprochen.

Alle Handlungen werden angekündigt.

Angehörige können auf Wunsch in die Versorgung miteinbezogen werden. Allerdings ist bei großer Verschmutzung davon abzuraten, z.B. nach Koterbrechen oder nach starken Blutungen. Bei Infektiosität des Verstobenen sind die vorgeschriebenen Schutzmaßnahmen unbedingt zu beachten, auch im Verdachtsfall.

Entfernen von pflegerischen und/oder persönlichen Hilfsmitteln (z.B. Pflaster, Hörgerät). Operativ angelegte Hilfsmittel (z.B. suprapubischer Katheter oder PEG) werden nicht entfernt.

Die Pietà [pje?ta] (it. für "Frömmigkeit, Mitleid", nach lat. domina nostra de pietate "unsere Herrin vom Mitleid"), auch Vesperbild genannt, ist in der bildenden Kunst die Darstellung Marias als Mater Dolorosa (Schmerzensmutter) mit dem Leichnam des vom Kreuz abgenommenen Jesus Christus. Im Gegensatz zur Beweinung Christi liegt der Leichnam Jesu immer in Marias Schoß.

Das Motiv ist in der Bildhauerkunst seit dem frühen 14. Jahrhundert gebräuchlich und wird von der älteren Forschung in Verbindung mit der Entstehung des Andachtsbildes gebracht. Der frömmigkeitsgeschichtliche Ursprung ist in der verstärkten Hinwendung zum Leiden Christi am Kreuz und des Mitleidens seiner Mutter mit ihrem Sohn zu sehen. Der formale Ursprung der Vesperbilder in mehrfigurigen Beweinungsdarstellungen wird immer wieder behauptet, ist aber nicht bewiesen. Die Pietà zählt zu den bekanntesten ikonographischen Darstellungen des Mittelalters.

Vesperbilder sind in den meisten katholischen Kirchen zu finden. Die Szene bildet die vorletzte Station der Kreuzwegandacht; sie ist ein Hauptinhalt des Gedächtnisses der Schmerzen Mariens. Die Bezeichnung Vesperbild beruht auf der Vorstellung, dass Maria den Leichnam ihres Sohnes am Karfreitag ungefähr zur Zeit des Abendgebets, der liturgischen Vesper, entgegennahm.[1]

Zu den beliebtesten marianischen Motiven gehört bis heute die Pietà, volkstümlich auch Vesperbild genannt. Der Legende nach wurde der Leichnam Jesu nach dessen Tod am Kreuz seiner Mutter in den Schoß gelegt, wo sie ihn beweinte. Populär wurde die Darstellung durch mittelalterliche Mysterienspiele, die diese Szene nachstellten. Vor allem aber die Pestepidemien, die Europa um 1350 heimsuchten, ließen die Menschen Zuflucht bei Darstellungen der um ihren toten Sohn weinenden Maria suchen. Die mittelalterliche Bezeichnung solcher Bilder ist ymago beate virginis de pietate (Abbild der seligen Jungfrau von der Betrachtung) – ein Titel, der den ursprünglichen Anlass der Versenkung betont und in der heutigen Bezeichnung Pietà fortlebt.

Die byzantinischen Wurzeln der Darstellung offenbart diese kleine Tafel, die wohl Ende des 14. Jahrhunderts in Siena entstanden ist, und aufgrund ihrer Größe als privates Andachtsbild gearbeitet wurde. Die auf einem angedeuteten Erdhügel sitzende Maria hält ihren toten Sohn auf dem Schoß. Ihre Rechte umfasst sein Haupt, die Linke hält seinen Ellbogen. Ihr tränenreicher Blick ist auf ihn gerichtet. Aus seiner Seitenwunde, wie auch den Hand- und Fußwunden, scheint noch Blut zu fließen. Hinter ihr ist durch einen Querbalken das Kreuz angedeutet, vor dem sie sitzt. Der Bildhintergrund ist mit Gold belegt, wie es heute noch in der Ikonenmalerei üblich ist.

Bei aller Schematisierung, die in der Darstellung vor allem auch des toten Christus festzustellen ist, deutet sich in der Anlage des Faltenwurfes beim Mantel Mariens und in ihrem Blick schon ein gewisser Realismus an. Die Beweinung gewinnt dadurch an Leben und Unmittelbarkeit, so dass solche Darstellungen stark die private Frömmigkeit anzurühren wussten. Der einzelne Gläubige suchte mit seinen privaten Sorgen und Nöten bei Maria Zuflucht, weil ihr ebenfalls großes Leid widerfahren war. Mit dem Mitleiden am Tode Jesu erwartete der gläubige Christ aber auch die Hoffnung auf die eigene Auferstehung, wie es nicht zuletzt in der letzten Strophe des "Stabat Mater" zum Ausdruck kommt: "Lass dann meine Seele erben / Deines Himmels Seligkeit".

Als Tochter eines Predigers der freireligiösen Gemeinde von Königsberg in Ostpreußen waren Käthe Kollwitz religiöse Themen keineswegs fremd. Sie setzte ihre streng religiöse Erziehung wie auch ihre Erfahrung als Frau eines Armenarztes immer wieder in Werken religiöser Thematik um. So tauchen in ihren Zeichnungen Themen wie Tod und Schuld, aber auch Erlösung und Auferstehung auf. Ein einschneidendes Erlebnis war für sie der Erste Weltkrieg, in dem sie einen ihrer Söhne verlor. Diese

persönliche Erfahrung spiegelt sich in der von ihr geschaffenen Pietà unmittelbar wieder. Die kleine Plastik entstand in den Jahren 1937/38, nachdem Käthe Kollwitz von den Nationalsozialisten ein faktisches Ausstellungsverbot erhalten hatte und sich der Bildhauerei zuwandte.

Eine am Boden sitzende Frau hält den Leichnam ihres Sohnes zwischen den angewinkelten Beinen. Der Leichnam scheint sich fast kauernd an die Mutter zu schmiegen. Die rechte Hand der Frau ist im Klagegestus an den Mund geführt. Trotz der Reduzierung der Formen, die an Ernst Barlach – ein Vorbild von Kollwitz – erinnert, ist der Ausdruck des Schmerzes über den Verlust des Sohnes doch deutlich spürbar.

In ihrem Tagebuch notierte Kollwitz zu der Gruppe: "Es ist nun so etwas wie eine Pietà geworden. ... Es ist nicht mehr Schmerz, sondern Nachsinnen." Ein Jahr später, 1938, schrieb sie dazu: "Mit einem großen Wort könnte man sie Pietà nennen, sonst einfach eine alte Frau mit einem toten Sohn im Schoß." Über alle Veränderungen hinweg bleibt das Thema der Pietà letzten Endes immer aktuell und fordert zum Nachsinnen, zur Meditation über die Frage des (menschlichen) Leides heraus. Die Aufstellung einer mehrfach vergrößerten Version der Plastik im Jahre 1993 in der Neuen Wache in Berlin bestätigt dies um so mehr.

Die Haut als Kontakt- und Sinnesorgan

Die Haut stellt den sichtbaren Teil des menschlichen Körpers dar. Als solcher erfüllt die Haut eine Reihe kommunikativer Funktionen. Zur Reizaufnahme und damit zur <u>Oberflächensensibilität</u> ist die Haut mit unterschiedlichen Typen von <u>Rezeptoren</u> ausgestattet:

- <u>Schmerzrezeptoren</u>: Sie liegen in der Lederhaut, ihre Dichte variiert je nach Körperregion (bis zu 200/cm² Haut).
- Druckrezeptoren (<u>Vater-Pacini-Körperchen</u>): Sie dienen der Wahrnehmung von Druckempfindungen und liegen in der Unterhaut. Ihre Dichte beträgt bis zu 100/cm².
- <u>Thermorezeptoren</u> (<u>freie Nervenendigungen</u>): Sie sind besonders dicht an Kinn, <u>Nase</u>,
 <u>Ohrmuschel</u>, <u>Ohrläppchen</u> (9 bis 12/cm²) und <u>Lippen</u> (> 15/cm²). Insgesamt besitzt die
 menschliche Haut ca. 250.000 Kälterezeptoren. Die Anzahl der Wärmerezeptoren beträgt nur
 etwa 1/10 davon, sie arbeiten zudem deutlich langsamer als Kälterezeptoren.
- Dehnungsrezeptoren (Ruffini-Körperchen): Sie registrieren den Dehnungszustand der Haut und liegen in der Lederhaut (Stratum reticulare). Ihre Dichte beträgt bis zu 2/cm² Haut.
- <u>Tastrezeptoren</u> (<u>Meissner-Körperchen</u> und <u>Merkel-Zellen</u>): Tastrezeptoren kommen in der unbehaarten Haut vor. Besonders dicht (Abstand: 1 bis 5 mm) sind sie in den <u>Fingerspitzen</u>, den <u>Lippen</u>, der <u>Zunge</u>, den <u>Brustwarzen</u>, den äußeren <u>Geschlechtsorganen</u> und der <u>Afterregion</u> verteilt.
- Haarfollikelrezeptoren: Sie registrieren die Haarstellung (siehe auch Vibrisse).

Die <u>psychogalvanische Hautreaktion</u> gibt Rückschlüsse auf emotionale Vorgänge.

Siehe auch: Lügendetektor

Siehe auch: <u>Erröten</u> und <u>Erythrophobie</u>

Siehe auch: Streicheln und Erotik

Berühre mich – Wie Berührungen Körper und Seele streicheln

Elvira Loeber <u>Lebensglück - Glücksleben</u>

Das zärtliche Streicheln über meine Hand. Das aufmunternde Klopfen auf meiner Schulter. Der mutmachende Griff um meine Oberarme. Die innige liebevolle Umarmung meines Körpers. Fakt ist: Berührungen tun gut.

Die Macht der Berührungen

Berührungen braucht der Mensch jeden Tag, am besten jede Stunde, denn sie sind für ihn so überlebenswichtig wie Wasser und Nahrung. Sie vermitteln Liebe, Trost, Wärme und Geborgenheit. Berührt zu werden schenkt Selbstvertrauen, baut Ängste und Stress ab und sogar das Immunsystem soll davon profitieren.

Inzwischen ist es erwiesen, dass Frühchen besser gedeihen. Meine Zwillinge entwickelten sich vor 27 Jahren prächtig dabei. Heute gibt es ein Wort dafür: Känguruhn. Kurz, ohne Berührungen fühlen wir uns einsam und allein, darben vor uns hin und auch Schmerzen empfinden wir heftiger.

Vom Körper direkt in die Seele

Bereits ein Blick, ein Streicheln mit den Augen genügt, um deiner Seele Leichtigkeit und Schwung zu verleihen. Kombiniert mit einer Umarmung wird daraus das pure Glücksgefühl.

Jede körperliche Berührung geht bis tief unter die Haut. Sie löst eine biochemische Hormonkaskade aus, die es in sich hat, der wir nicht entkommen können. Das Bindungshormon Oxytocin und das Glückshormon Dopamin sind nur zwei davon. Und allein diese beiden reichen aus, dass wir immer wieder berührt werden wollen. Es kommt einer Sucht gleich, welche Liebe und Vertrauen heisst. Klar, dass wir ständig auf Berührungssuche sind, denn wer möchte freiwillig auf schöne Gefühle verzichten.

Die Angst vor Nähe

Berührt werden kann auch negative Gefühle auslösen. Wenn Erinnerungsfetzen der Vergangenheit aus dem tiefsten Inneren hochkommen und Altlasten, welche uns ein Leben lang begleitet haben, an die Oberfläche gespült werden.

Manche Menschen haben Angst vor körperlicher Berührung, da ihre Kindheitserfahrungen damit alles andere als positiv besetzt sind. Ich erinnere mich an einen freundlichen Onkel aus der Nachbarschaft, bei dessen Umarmung ich mich eingequetscht und ausgeliefert fühlte. Die Folgen sind noch heute eine gespannte Abwehrhaltung und Fluchtreflexe bei bestimmten Berührungen.

Machtansprüche oder sogar gewalttätige Übergriffe sind wohl das Extremste, was durch Berührung signalisiert werden kann.

Die tiefe Sehnsucht nach Berührung

Sie stammt sicherlich daher, dass sich unser Tastsinn in der achten Schwangerschaftswoche noch vor allen anderen Sinnen entwickelt. Wir fühlen also noch bevor wir sehen, hören, schmecken oder riechen können. Nach der Geburt wird das Baby auf den Bauch der Mutter gelegt. Haut berührt Haut. Millionen feinster Härchen und Rezeptoren vermitteln dem Neugeborenen liebevolles Angenommen sein. Fehlende Berührung lässt Kinder verzweifeln. Sie sind in ihrer Entwicklung verzögert, es entstehen seelische Schäden und sie verkümmern. Diese tiefe Sehnsucht nach Berührung begleitet uns von der Geburt bis zum Tod.

Berührungen sagen – du bist nicht allein

Morgens im Bett nach dem Aufwachen mit dem Liebsten eine Weile zusammen kuscheln. Das sind kostbare Momente der Zweisamkeit.

Als Kind kroch ich zu meiner Mutter unter die dicke Federdecke, später meine Kinder zu mir. Heute setzt meine kleine Enkelin die Tradition fort. Kuscheln und knuddeln hilft ihr, voller Selbstvertrauen in die Welt zu schauen und Ängste zu bewältigen. Und obendrein genießt sie das wohlige Gefühl von Wärme und Geborgenheit.

Hände begleiten unser Leben

Hände umfingen uns und trösteten, wenn wir uns als Kinder die Knie aufgeschrammt hatten. Auch bei Liebeskummer und schmerzhaften Gefühlen waren sie stets zur Stelle, strichen uns über das Haar und den Rücken ohne Worte. Hände vermittelten Sicherheit, wenn wir dachten, die ganze ungerechte Welt hätte sich gegen uns verschworen. Hände zeigten uns den Weg, wenn wir nicht wussten, wo es lang ging.

Hände können Denken und Reden

Indem wir etwas berühren, begreifen wir besser. Wir lernen schneller, wenn unser Tastsinn mit ins Spiel kommt.

Geht es dir auch wie mir, wenn ich was erzähle, reden meine Hände mit. Sie flattern durch die Luft, legen sich auf den Arm meines Gegenübers oder fuchteln ihm vor dem Gesicht herum. Dann wieder fangen sie imaginäre Gegenstände aus der Luft, zupfen mal hier und da. Besonders belustigt reagieren meine Mitmenschen, wenn ich auch im Alter von 56 Jahren meine Finger zum Rechnen benutze. Kopfrechnen, damit mein Hirn fit bleibt. Was machen deine Hände, während du redest?

Beim Nachdenken stützen sie mein Kinn, berühren meine Nase, wurschteln mir in den Haaren herum und kratzen mich am Kopf. Das sieht oft blöd aus, könnte man doch meinen, ich hätte Läuse. Habe ich aber nicht – es ist meine besondere Art zu denken.

Übrigens fällt mir gerade beim Schreiben auf, dass ich ständig irgendwo an mir herumfummeln muss, besonders wenn ich längere Zeit am Computer sitze. Die kühle blanke Tastatur erfüllt nicht mein Bedürfnis nach Berührung.

Berühre mich! Wenn das so einfach wäre

In der Welt der online-Kontakte umarmen wir uns nicht mehr. In der Welt der Singles bleibt man unberührt. In der Welt des Großstadtbürgers herrscht Berührungskälte. In der Welt einer älteren Frau nach Trennung oder dem Tod des Partners herrscht sogar akuter Berührungsnotstand.

Hilfe, was soll ich tun? 9 Ideen für Berührungen

- 1. **Geh raus in die Welt, egal wie schwer es dir fällt**, besonders nach einem Schicksalsschlag. Fülle deine sozialen Kontakte mit Leben, bleibe präsent. Fahre in Urlaub, du triffst garantiert auf andere Alleinreisende. Geh mal ins Theater, du findest dort mit Sicherheit gleichgesinnte Singles. Dann brauchst du nur noch Mut zum ersten Gespräch.
- 2. **Triffst du Menschen, belasse es nicht beim Händeschütteln**, sondern berühre auch den Arm. Steht dir jemand näher, dann darfst sollst musst du ihn/sie umarmen. Das tut erst einmal dir gut und geh einfach davon aus, den Anderen ebenfalls.
- 3. **Nimm deine Kinder, egal wie alt sie sind, herzlich in die Arme** und knuddel sie. Ja, ich habe bei dieser Aktion oft genug von ihnen gehört, dass ich peinlich bin. Lass dich von dieser Aussage nicht entmutigen. Meine haben sich irgendwann daran gewöhnt.
- 4. Bevor du zwecks Berührung zum Arzt oder sonst wohin gehen musst, versuche es mal **als**Mitglied in einem Verein, gehe in den Chor oder bekleide ein Ehrenamt. Dort lassen sich neue Kontakte und Freundschaften knüpfen und ein Umärmeln und Schulterklopfen gibt es gratis obendrauf.
- 5. **Für Berührungen darf man auch mal bezahlen**. Gönn dir den Besuch eines Wellnesstempels. Tanke deinen leeren Berührungskanister mit wohltuender Massage durch sanft streichende Hände voll. Damit liegst du sogar im Trend, denn du kannst deinen Berührungshunger als Befreiung vom Stress und Entspannung deklarieren.
- 6. **Ein Frisörbesuch oder die Kosmetikerin** liefern ebenfalls käufliche Streicheleinheiten. Und eine schicke Frisur sowie ein aufgepepptes Gesicht stärkt das Selbstbewusstsein. Du fühlst dich wie neu.
- 7. Verrückt oder überlebenswichtig für Singles und Alleinstehende sind **organisierte Kuschelpartys**. 2004 in New York als Gegenmaßnahme für eingeschlafene Beziehungen zweier Partner erfunden, schwappte die Welle 2005 über den großen Teich nach Berlin. Mittlerweile haben sich diese Partys in vielen Großstädten etabliert.
- 8. Dann gibt es noch **Amma, die indische Heilige**, die jedem nach Berührung lechzenden Menschen umarmt. Das ist alles. Es muss gut tun, denn Millionen Menschen können sich nicht irren.
- 9. Ideale Kuschelpartner sind auch **Tiere**. Meine zwei Katzen, Überbleibsel der Kinder, beantworten jedes Kraulen mit wohligem Schnurren.

Du merkst, es gibt viele Möglichkeiten, Berührungsdefizite auszugleichen. Es liegt in deiner Hand und an deinem Mut zu berühren und berührt zu werden.

Lass uns zusammen LEBEN – LIEBEN – LACHEN und spüren, wie es in den Fingern kribbelt, wenn sie Menschen berühren und anfassen

<u>1</u> Tausch-Flammer, Daniela & Lis Bickel (1997): Wenn ein Mensch gestorben ist – wie gehen wir mit dem Toten um? S. 95. Freiburg – Basel – Wien: Herder.