

Liebe zeigt sich in allem

Barbara Kress

Liebe zeigt sich in allem

Menschen erzählen
von Anfang und Abschied im Leben

Patmos Verlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRUNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Schwabenverlag AG ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten

© 2016 Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.patmos.de

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart
Fotografien: Sabine Große, außer: S. 92: Rolf Knabenschuh,
S. 147: Christina Parusel, S. 153: Jana Hartmann, S. 155: privat
Gestaltung und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern
Druck: Beltz Bad Langensalza GmbH, Bad Langensalza
Hergestellt in Deutschland
ISBN 978-3-8436-0708-7

Inhalt

Einleitung	9
Heilhausgeschichten	13
Eintauchen in völliges Urvertrauen	15
Hier kann ich sein, so wie ich bin	21
Geboren im Zeichen des Regenbogens	27
Geburt und Tod – so nah beieinander	35
Sing das Lied der Liebe	43
Zugehörigkeit heißt Heilung	49
Heilende Hände	55
Der Geist will sich bewegen	61
Verbunden mit der Schöpfungskraft	69
Kraft schöpfen aus dem Schmerz	75
Wächter der Trauer	85
Die Liebe ist immer da	93
Den Tanz seines Lebens tanzen	99
Getragen von der leisen Kraft	107
Für alles ist gesorgt	113

Sehnsucht nach Gemeinschaft	117
Loslassen ist Freiheit	123
Dem Leben im Sterben Würde und Normalität geben ..	129
Ein Ort zum Leben und zum Sterben	139
Anhang	145
Zur Person von Ursa Paul	147
Zum Heilhaus Kassel	149
Meilensteine in der Entwicklung des Heilhauses	150
Über die Autorin	153
Über die Fotografin	155
Danksagung	156

Für Ursa Paul

Was ist Liebe?

Was ist Liebe
Das Mysterium des Lebens
Die Geburt des Kindes

Was ist Liebe
Die Suche nach Gott
Das Verstehen der Natur
Das Mitgefühl zum Menschen

Liebe zeigt sich in allem
Wenn du bereit bist,
Sie in allem zu sehen

Was ist Liebe
Das Loslassen der Angst
Das Annehmen des Lebens
Das Annehmen des Todes

Was ist Liebe
Das Glücklichein
Die Vereinigung zweier Menschen

Liebe zeigt sich in allem
Wenn du bereit bist,
Sie in allem zu sehen

Ursa Paul

Einleitung

Vor 26 Jahren hatte Ursa Paul, die Begründerin des Heilhauses in Kassel, einen Traum:

„Ich gehe einen breiten Weg entlang und in der Ferne sehe ich ein gläsernes Haus. Ich komme langsam näher und sehe, dass in der Mitte dieses Hauses ein riesiger Baum steht, der das Haus ausfüllt. Ich denke im Traum: Das ist der Lebensbaum. Ich trete in das Haus ein und höre Kindergeschrei, rufende, schreiende Babys.

Ich gehe die Treppe zum ersten Stock hoch und sehe lachende, tanzende Menschen. Ich gehe weiter in den nächsten Stock und sehe kranke und sterbende Menschen.

Ich werde wach und weiß, dass ich diesen Traum Wirklichkeit werden lassen muss, soweit ich das erfüllen kann in meinem Leben.“

Einen Traum haben, eine Vision darin entdecken und sie gemeinsam mit anderen Menschen verwirklichen – auf diese Weise ist das Heilhaus im Kasseler Stadtteil Rothenditmold entstanden. 1989 rief Ursa Paul gemeinsam mit 21 Gründungsmitgliedern den Verein „Freundeskreis für Lebensenergie e.V.“ ins Leben. Damit war eine Gemeinschaft initiiert, die die Arbeit des Heilhauses trägt. Der Verein hat mittlerweile über 800 Mitglieder in Deutschland, Österreich und in der Schweiz. In den 25 Jahren seit seiner Gründung hat das Heilhaus – ursprünglich „Zentrum für Lebensenergie“ – seine Arbeit ste-

tig erweitert. Täglich gibt es dort kreative, gesundheitsfördernde, therapeutische und medizinische Angebote. Entstanden ist das KinderHeilhaus, wo nicht nur gesunde Kinder zur Welt kommen, sondern ein Schwerpunkt in der Begleitung von Paaren liegt, die ein Kind während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt verlieren. Es wurde die „Heilende Pflege“ aufgebaut, und es werden kranke Menschen und deren Angehörige im Sterbeprozess und in der Trauer begleitet. Um Leben, Wohnen und Arbeit an einem Ort zu vereinen, entstand eine Siedlung in unmittelbarer Nähe zum Heilhaus, in der mittlerweile 130 Menschen leben. Im Herbst 2013 wurde schließlich mit dem Bau des Hauses der Mitte als Erweiterung des Heilhauses begonnen, in dem unter anderem das erste Mehrgenerationenhospiz Deutschlands unter der Schirmherrschaft von Bundesministerin Ursula von der Leyen entsteht. Schritt für Schritt wird so ein Ort geschaffen, an dem der Kreislauf von Geburt, Leben und Sterben gemeinsam im Alltag gelebt wird. Die vorliegende Sammlung an Geschichten und Berichten gibt einen lebendigen Einblick, wie sich die Idee eines heilenden Hauses in Ausschnitten des Lebens unterschiedlicher Menschen zeigt. Die Menschen, die hier zu Wort kommen, stehen der Heilhausbewegung näher oder ferner, sie sind Mitglieder des Vereins „Freundeskreis für Lebensenergie e.V.“ oder auch nicht, sie sind beruflich mit dem Heilhaus verbunden oder sie nehmen ein Angebot des Heilhauses in Anspruch, wie beispielsweise die Begleitung bei der Geburt eines Kindes oder die Pflege von Kranken und Sterbenden, sie leben in der Heilhaus-siedlung oder sie nutzen die Möglichkeit des Betreuten Wohnens.

So unterschiedlich die Menschen und ihre Erfahrungen auch sind, es eint sie, dass sie für einen Moment oder für längere Zeit, bewusst oder unbewusst eingetaucht sind in die Vision

von der Einheit von Geburt, Leben und Sterben, und dass sie sich haben berühren lassen und dies als Gewinn für ihr Leben betrachten.

Sie sprechen über das Glück, in der intimen Atmosphäre des KinderHeilhauses, getragen von professioneller Kompetenz und menschlicher Zuwendung, sowie geborgen in einer fürsorglichen Gemeinschaft, ein Kind auf dieser Welt begrüßen zu dürfen. Oder – wenn das Baby nicht zum Leben geboren ist – zu erleben, dass das bewusste Durchwandern und Annehmen des Schmerzes auch eine Art von Glück bedeuten kann.

Sie berichten über ihre Suche nach Zugehörigkeit, nach Heimat und einem Ort, wo Mitmenschlichkeit, Achtsamkeit und Respekt täglich gelebt werden – oder zumindest darum gerungen wird. Sie schildern die Gemeinschaft als Weg der eigenen spirituellen Suche, des Lernens und der Heilung. Die Erfahrung lehrt sie, dass es die Gemeinschaft braucht, um gebrechlichen, kranken Menschen ein hohes Maß an Selbstständigkeit und Selbstbestimmung zu ermöglichen.

Andere schließlich sprechen darüber, wie es gelingen kann, in der Ausnahmesituation des Krankseins und Sterbens dem Leben ein Stück Normalität und Würde zu geben. Wie Geborgenheit und das Angenommensein in Liebe das Sterben erleichtern können.

Alle diese Erfahrungen passieren unter einem Dach. Die Idee des heilenden Hauses trennt die Lebensphasen nicht wie sonst in unserer Gesellschaft üblich, sondern führt sie zusammen, um zu einer Ganzheitlichkeit des Lebens zurückzukehren. Geburt, Leben und Sterben beschreiben den Ur-Rhythmus des Lebens – die Natur zeigt uns dies im Wechsel von Tag und Nacht, im Lauf der Jahreszeiten. Wenn wir uns diesen Rhythmus bewusst machen, heißt das nicht nur anzunehmen, dass wir früher oder später sterben werden, sondern auch, dass wir



Heilende Hände

Heike Rameil ist Physiotherapeutin mit eigener Praxis im Heilhaus.

Gearbeitet hat Heike schon immer gern. Der Kontakt mit Menschen, ihnen helfen zu können, wenn sie Schmerzen haben, das hat sie schon immer berührt und genährt. Viele Jahre hat sie in einer Praxis mitgearbeitet, erfolgreich, anerkannt, beliebt. Aber einen tiefen, inneren Kontakt zu ihrer Arbeit als Physiotherapeutin hatte sie nicht. Das ging nicht. Denn es hätte Nähe bedeutet – vor allem zu sich selbst.

„Damals konnte ich mich nicht wirklich fühlen“, erinnert sich Heike. Im Sport hat sie ihren Körper gespürt, aber einen Zugang zu ihren Gefühlen und Ängsten hatte sie nicht. Es war die eigene Hilfsbedürftigkeit, die sie schließlich vor 15 Jahren ins Heilhaus führte. Probleme in der Beziehung, ihr Mann war herzkrank, sie selbst hatte keine Kraft mehr. Regelmäßige Gespräche waren der erste Halt, schließlich bekam sie mit ihrem Mann einen Platz in einer Gruppe für Paare, die von Ursa Paul geleitet wird. Dazu der eigene unbändige Lebensdrang, der sie anschiebt, Schritt für Schritt zu gehen. Ihr Vertrauen wächst und über die Jahre häutet sie sich wie eine Zwiebel. Entscheidend wird die Frage, ob Heike ihrem Willen folgen will oder ihrem Herzen. „Es war so deutlich, dass es bei dieser Frage um alles geht, um mein Leben, wie ich lebe, fühle, wie ich bin, wie ich mit anderen Menschen bin. Und um die Nähe zu mir selbst.“

In dieser Zeit kommt sich Heike immer näher. Und damit verändert sich auch ihr Zugang zu ihrer Arbeit. „Mir wurde immer klarer, dass ich meine Arbeit selbst gestalten möchte und dass ich das, was ich in mir verändert habe, auch in der Arbeit verändern will. Das geht nur in der Selbstständigkeit.“ Heike nimmt sich die Zeit herauszufinden, wie und wo sie wirklich arbeiten will. Ist der Standort der Praxis egal, oder soll es in der räumlichen Anbindung an das Heilhaus sein, wo es damals bereits Arztpraxen und verschiedene Therapieangebote gibt? Der Schritt Richtung Heilhaus würde bedeuten, an den Ort zu gehen, an dem sie selbst Heilung erfahren hat. Und es bedeutet, sich selbst noch mehr zu öffnen, sich einzulassen auf viele Menschen und die Suche nach spiritueller Gemeinschaft. Heike entscheidet sich schließlich für einen Zwischenschritt: Sie mietet sich in einer Praxis für Ergotherapie in direkter Nachbarschaft zum Heilhaus ein, die Ergotherapeutin ist auch Schülerin von Ursa Paul. „Das war genau richtig für mich, mit einem einzigen Raum anzufangen, aufzubauen, mich in der Nähe des Heilhauses zu wissen und angebunden zu fühlen an die Heilhausbewegung.“

Basis ihrer Arbeit ist nach wie vor klassische Physiotherapie im 20-Minuten-Takt, manuelle Therapie, mechanische Mobilisierung, Bobath für Erwachsene mit neurologischen Erkrankungen, so wie es im Katalog der Krankenkassen aufgelistet und bezahlt wird. Hinzu kommen feinstoffliche Methoden wie Lymphdrainage und Cranio-Sacrale-Therapie, die ein intuitives Spüren erfordern. In ihrem schlichten, klaren Praxisraum hat sie Platz und Zeit, das Eigene zu entwickeln. Ruhe ist ihr wichtig. Das Geben und Nehmen mit den Menschen, die zu ihr kommen: Beziehung aufzunehmen über das Zuhören, Sprechen, Blicke.

Am Anfang der Selbstständigkeit hat sie noch viele Lücken im

Terminkalender. Sie nutzt die Zwischenräume, um die Behandlungen ausklingen zu lassen und den Patienten die Möglichkeit zu geben, nachzuspüren, wie sich ihr Körper jetzt anfühlt, die innere Ruhe und Entspannung zu genießen. „Diese Zeit der Stille rundet die Behandlung ab. Das spüren die Patienten und sie nehmen das in ihren Alltag mit.“ Und Heike braucht den Abschluss, um wieder ganz bei sich zu sein und sich anschließend mit ganzer Aufmerksamkeit auf den nächsten Patienten einstellen zu können.

In der Ruhe und Konzentration der Behandlungen spürt sie aber auch in sich eine Veränderung. „Ich fühlte mich immer breiter“, sagt die sehr zierliche und drahtige Frau mit der Lockenmähne. Im Kontrast zu früher nimmt sie eine große Kraft in sich wahr, die es ihr erlaubt, immer kompakter zu arbeiten. Die Techniken der Krankengymnastik verbindet sie mit ihrer Wahrnehmung des Menschen, ihrer Intuition und ihrer inneren Kraft. Heike beschreibt das so, dass sie die Energie in ihren Händen spürt. „Es passiert immer wieder, dass die Patienten in der Behandlung über die Wahrnehmung ihres Körpers in eine Intimität und Nähe zu sich selbst kommen. Diese Ahnung von Ganzheit kann zu ersten Schritten der Heilung führen.“ Und: „Für mich gehören Körper, Geist und Seele zusammen. Wenn ich dazu beitragen kann, dass die Menschen das spüren – dann ist das der Sinn meiner Arbeit.“ Die Patienten sagen ihr, sie habe heilende Hände. Ihrem Arzt berichten sie, wie gut ihnen die Behandlung tut.

Es spricht sich schnell herum im Viertel, dass es in der Nachbarschaft eine Physiotherapeutin gibt. Die Ärzte der Gemeinschaftspraxis in Rothenditmold weisen ihr Patienten zu. Nach eineinhalb Jahren wird es Heike zu eng als Untermieterin in der Ergotherapiepraxis. Schließlich eröffnet sich ihr die Chance, sich direkt im Heilhaus niederzulassen – „im Herzstück“,

wie Heike sagt. „Es macht mich ganz ruhig, hier, an diesem Kraftort, zu arbeiten und zu fühlen, wie meine Zugehörigkeit wächst. Ich bin ganz verbunden mit mir selbst, mit der Vision, mit dem Heilhaus – für mich ein Ort der inneren Heimat.“

Für manche Patienten, die ganz überwiegend aus dem eher sozial benachteiligten Stadtteil kommen und nichts mit dem Heilhaus zu tun haben, ist es erst einmal überraschend und manchmal auch befremdlich, mit welcher Freundlichkeit sie dort am Eingang empfangen werden. Wer sich nicht auskennt, wird zur Praxis begleitet, bekommt die Garderobe gezeigt und alle Fragen werden geduldig beantwortet. „Manche sind solche Freundlichkeit nicht gewohnt. Und es berührt mein Herz, dass wir uns hier sehr bemühen, allen Menschen respektvoll und achtsam zu begegnen, unabhängig von ihrer sozialen Herkunft oder ihrer Nationalität.“

Der Alltag im Heilhaus ist allerdings nicht auf eine einzelne Praxis ausgerichtet, sondern auf alle möglichen Arbeitsbereiche unter einem Dach: Pflege und Sterbebegleitung, Seminarorganisation und -durchführung, Hauswirtschaft und Ernährung, therapeutische und kreative Angebote. Da sind Mitarbeiter des Heilhauses, Selbstständige, Patienten, Besucher, hilfsbedürftige Menschen aus dem Betreuten Wohnen und und und – Menschen mit den unterschiedlichsten Aufgaben, Bedürfnissen und Befindlichkeiten. „Mir tut es gut, mich in dieser Gemeinschaftlichkeit zu üben und immer klarer zu werden. Zu lernen, wahrhaftig zu sein, mich mit Menschen auseinanderzusetzen. Und mich den Herausforderungen in einer spirituellen Gemeinschaft zu stellen: meinen eigenen Schatten, meinen Zweifeln, meinem Ringen um Glaube, Liebe und Hoffnung.“

uns immer wieder verändern können, indem wir Altes, Überkommenes sterben lassen, damit Neues entstehen kann.

Die Erfahrungen sind getragen und eingebettet in eine Gemeinschaft von Menschen, die sich dem Heilhaus zugehörig fühlen und die versuchen, in einer modernen Form alte, urchristliche Werte wie Nächstenliebe, Mitgefühl und dienendes Dasein für andere Menschen im Alltäglichen zu leben. In einer zutiefst menschlichen Haltung geht es um Miteinander, Zueinander und Füreinander, um Nützlichkeit in der Verantwortung für die Gesellschaft und die Welt. So schaffen sie einen Lebensraum, in dem Behinderung, seelische Krisen, Pflegebedürftigkeit oder das Sterben eines Menschen ebenso integriert sind wie die Geburt eines Kindes.

Die Gemeinschaft selbst verbindet der Glaube an eine Kraft, die größer ist als wir selbst und die alles Leben bewegt: Liebe, Schöpfungskraft, Gott – es gibt unterschiedliche Worte dafür. Wir finden diese Kraft in der Natur, in der Begegnung mit anderen Menschen, in uns selbst – in dem Bewusstsein, dass Licht und Schatten zum Leben gehören und beides wichtige Aspekte auf unserem Heilungsweg sind. Die Menschen, die von außen ins Heilhaus kommen, beschreiben diese Kraft und das Kraftfeld, das dort aufgebaut ist, ganz ähnlich: der richtige Ort zur richtigen Zeit, ein Platz, der Urvertrauen vermittelt, ein sicherer Hafen.