

Übersetzung des integralen Artikels in Deutsche von Kristin Gogolok

Accompanying the Dying: How I Prepare Myself for Hospice Work

Quelle:

https://eroskosmos.org/english/my-preparation-for-hospice-work/?fbclid=IwAR2ZRD_mqKoj1AfYIIYoIZJv6LxHAnk-EA_X8HiMxDB8KPGRYerTecuDwDY

Sterbebegleitung: Wie ich mich selbst für meine Hospizarbeit vorbereite

Mein einführender Aufsatz zur Hospizarbeit erschien am 19. August bei Eros & Kosmos unter dem Titel "Sterbebegleitung: Die Perspektive eines Hospiz-Seelsorgers". Ich habe mich sehr gefreut, auf diesen Seiten veröffentlicht zu werden.

Damals versprach ich drei weitere Aufsätze über die Sterbebegleitung. Ich hatte mich bisher nicht über die Themen dieser Aufsätze sein festgelegt, aber sie werden wie folgt sein: erstens "Meine Vorbereitung", zweitens "Die Arbeit" und drittens "Die Theorie"

Was mache ich, um mich jeden Tag und jede Woche darauf vorzubereiten, der einfallsreichste und fürsorglichste Seelsorger zu sein - mit dem Wunsch, zu einer Person zu werden, die Weisheit, Mitgefühl und Empathie zu den Menschen bringen kann, die kurz vorm Sterben stehen? Und zu ihren Familien. Zweitens, wie ist es im Raum mit einer sterbenden Person zu sein und wie reagiere ich Tag für Tag effektiv auf diese Herausforderung? Und drittens zur „integralen Theorie“: Was ist das und wie bereichert sie meine Arbeit?

In diesem Aufsatz beschäftige ich mich mit der ersten Frage. Wenn ich mich nicht jeden Tag und jede Woche auf diese Arbeit vorbereiten und mich mit den Energien von Weisheit, Mitgefühl und Einfühlungsvermögen füllen würde, wäre ich körperlich und geistig erschöpft und nutzlos, und wahrscheinlich bald entlassen von meinem Job, aber sicher unwirksam. Die Anforderungen sind zu hoch und die Situationen zu wichtig. Alles kommt mit einer solchen Lautstärke und Geschwindigkeit auf mich zu, dass ich jederzeit wachsam und zentriert sein muss, schnell mit meiner Empfänglichkeit, mit meinem Zuhören und meinen Reaktionen, tief mit der Fürsorge meines Herzens. Die Menschen durchlaufen bedeutsame Übergänge, die realer und herzerreißender nicht sein könnten, und es ist meine Aufgabe, sie durch ihre Erfahrungen zu begleiten. Ich muss ihnen unbedingt zur Verfügung stehen.

Unter meiner Obhut sterben jede Woche zwischen neun und vierzehn Patienten, da ich zwei Hospiz-Residenzen betreue, in denen zehn und elf Patienten untergebracht sind, sowie ein riesiges Heim für Veteranen, in dem zahlreiche sterbende Soldaten und Seeleute gleichzeitig untergebracht sind. Jede Woche sterben neun bis vierzehn Patienten, und jede Erfahrung ist einzigartig. Außerdem lassen sie Familienmitglieder zurück, und nach ihrem Verlust drücken diese Hinterbliebenen alles aus, von tiefer Traurigkeit über Schuldgefühle, Angst, Lässigkeit, Wut bis hin zu gar nichts.

Beispiele

Billy (alle hier verwendeten Namen sind geändert) war während seiner 50 Jahre ein schüchterner schwuler Mann. Jetzt, da er an Leberzirrhose aufgrund jahrzehntelangen Alkoholmissbrauchs stirbt und seine religiös konservative Familie sich um ihn versammelt, will er nur von seinem langjährigen Liebhaber gehalten werden, von dem keiner seiner Eltern, Schwestern oder Brüder etwas weiß.

Fred will sein Herzen erleichtern, bevor er stirbt. Während des Zweiten Weltkriegs erschoss er einen achtjährigen Jungen, der von den deutschen Soldaten mit einer Zeitbombe ausgestattet in das amerikanische Lager kam und 40 versammelten Männern den sicheren Tod gebracht hätte, es sei denn, der Junge würde davon abgehalten werden. Fred hat die 40 Männer gerettet, aber nicht den Jungen. Seit 70 Jahren empfindet er unerträgliche Schuldgefühle und große Trauer und zerfließt nun in Tränen.

Sally hat große Angst vor dem Sterben. Sie ist kognitiv überfordert und glaubt, dass sie wegen ihrer „Ungezogenheit“ im Laufe der Jahre zur Hölle fahren wird. Sie erhält gegenüber ihren Geschwistern und Freunden eine glückliche Fassade aufrecht, ist aber innerlich tief verstört. Und nichts, was ich sage, lassen sie sich besser fühlen.

Stephen ist ein erfolgreicher Chirurg und Millionär. Er hat zwei Ex-Frauen, die sich per E-Mail um sein Erbe streiten. Außerdem hat Stephen drei Söhne, von denen einer entfremdet und kontaktlos ist, der andere die Hospiz-Krankenschwestern bei seinem Besuch sexuell belästigt und der dritte, sein Lieblingssohn, auch offensichtlich eine arrogante Fälschung ist. Alle drei wollen nach seinem Tod ein großes Erbe. Stephen sitzt zwischen Lobeshymnen und Urkunden, die ihn für seine medizinischen Leistungen auszeichnen, weint aber wie ein Baby, weil er sich von seiner Familie ungeliebt und völlig allein fühlt.

Mary wird von ihrem Pastor und Vater gesagt, dass wenn sie stirbt, dies auf ihren Mangel an Glauben zurückzuführen ist und ihre Schuld sei. Sie soll nicht „dem Feind“ nachgeben, der „die Lüge spricht“, sondern sich an Jesus klammern, der will, dass sie nur lebt. Je näher sie dem Tod kommt, desto lauter und eindringlicher werden ihre Gebete, und sie werden immer aufgeregter über das „Wunder“, dass sie jeden Moment erwarten, wenn sie wieder gesund wird.

Samantha ist extrem wütend, weil sie eine ganze Woche in ihrem Bett im Hospiz gelegen hat und noch lebt und noch nicht „nach Hause gegangen“ ist.

Oft liegen Billy, Fred, Sally, Stephen, Mary und Samantha fast nebeneinander in Nachbarzimmern. Ihre Dramen entfalten sich gleichzeitig. Ihre Familien reiben sich im Loungebereich oder an den Esstischen, die Ellbogen aneinander. Ich bin ein spiritueller Betreuer für alle und arbeite in einem Team mit äußerst einfallsreichen und brillanten Krankenschwestern, Krankenpflegern, Sozialarbeitern und Ärzten. Es ist meine Aufgabe, alle Patienten und alle ihre Familienmitglieder, auch die dysfunktionalen, bedingungslos positiv zu bewerten. Ich möchte jede Person im Hospiz in einem Kraftfeld des Mitgefühls halten. Dies ist nicht immer einfach und erfordert oft kniffliges Geschick und Fleißarbeit, weil ich Interessenkonflikte zu verhandeln habe (wobei immer das Wohlbefinden der Patienten

im Vordergrund steht) und weil Trauer so emotional aufgeladen ist und viele Menschen gereizt macht.

Wie kümmere ich mich um mich selbst und kultiviere Weisheit, Liebe und Effektivität, um diese Herausforderungen an fünf Tagen in der Woche sowie während der Nacht- und Wochenendbereitschaft zu bewältigen?

Meine Selbstvorbereitung umfasst Schattenarbeit, Meditation und ein reiches intellektuelles Leben.

Schattenarbeit

Ich erwähne als erstes die Schattenarbeit, weil sie so wichtig ist. Eine Person, die keinen Kontakt zu ihrem Schatten hat, ist in ihrer Fähigkeit eingeschränkt, andere Menschen wirklich so zu sehen, wie sie sind. Eine Person, die Schattenarbeit leistet, ist leichter in der Lage, Freundlichkeit auszustrahlen.

Jeder von uns hat einen Teil in sich, den wir versuchen zu verleugnen, der nicht zu unserem Selbstbild passt und den wir daher in die dunklen Tiefen unseres Bewusstseins verbannt haben. Vielleicht halten wir uns für großzügig und verweigern uns daher das Bewusstsein, dass wir manchmal nur Dinge für uns selbst wollen und nicht teilen wollen. Vielleicht halten wir uns für bescheiden und erlauben uns daher nicht, stolz auf unsere Leistungen zu sein. Eine Person könnte sich selbst als friedlich betrachten und sich so selbst verleugnen, dass sie nicht bemerkt, wenn sie tatsächlich schlechte Laune hat. Diese Teile von uns, die verleugnet und ins Unbewusste verbannt wurden, verschwinden nicht, sondern schwelen im Dunkeln vor sich hin. Sie stören unweigerlich unser Herz und unseren Verstand in Form von Schatten.

Weder repressive Willenskraft noch spirituelle Meditation werden den Schatten verschwinden lassen. Er hat ein Eigenleben und kann in vielerlei Hinsicht Chaos in uns anrichten. Haben Sie jemals eine Person mit einem scheinbar irrationalen Temperament gekannt? Oder haben Sie bemerkt, dass Sie eine unbegründete Angst vor jemandem haben? Oder kennen Sie jemanden, der ein emotional aufgeladenes Vorurteil gegen einen Kunden oder Kollegen hat? Oder kennen Sie einen Nationalstaat, der sich zum Hüter der Freiheit erklärt, aber gleichzeitig repressive Merkmale in seinem Verhalten aufweist? Dies können alles Manifestationen des Schattens sein, die eine Last des Leidens verursachen.

Die Art und Weise, wie Schatten Chaos anrichtet, hängt mit dem Phänomen der „Projektion“ zusammen. Mit anderen Worten, weil Sie nicht zugeben möchten, dass etwas für Sie wahr ist, und dieses Merkmal weiter als unbewusste Kraft im unbewussten Teil Ihres Bewusstseins wirkt, projizieren Sie dieses Merkmal auf jemand anderen. Sie sehen die vergrabene Energie in einer anderen Person. Du gibst ihnen die Schuld für das, was eigentlich eine Energie in dir ist.

Als Hospiz-Seelsorger habe ich den ganzen Tag mit Menschen zu tun, die in Trauer sind und mit den damit verbundenen Emotionen zu tun haben. Wenn ich mir meines Schattens nicht bewusst bin, werde ich Menschen Schuld geben, die sie nicht verdienen. Ich muss

Schattenarbeit machen, und ich mache es jeden Sonntagabend ohne Fehler und nach Bedarf.

Schattenarbeit bedeutet, ein wachsames Auge für jene Zeiten zu haben, in denen mich eine Person in meinem Bewusstseinsfeld auf einzigartige Weise ärgert. Ich bin besonders sauer auf sie, besessen von ihren Kommentaren, häufig verärgert über ihre Anwesenheit, so dass ich entweder mit ihnen streiten oder sie vermeiden möchte. Vielleicht werde ich ohne ersichtlichen Grund von ihnen eingeschüchtert. Sie spiegeln mir in gewisser Weise etwas über mich wider, was ich nicht zugebe, und ich möchte sie dafür beschimpfen.

An jedem Sonntagabend denke ich über die Interaktionen der vergangenen Woche im Hospiz nach und bereite mich auf die neue Woche vor. Ich denke an die Landschaft der Emotionen, durch die ich gewandert bin. Gab es eine Person, die mich sauer gemacht hat? Gab es jemanden, den ich nach meinem ersten Besuch völlig ignoriert habe? Habe ich Angst vor jemandem?

Es gibt immer etwas. Mein Schatten ist aktiv und es dauert normalerweise ungefähr zwei Minuten, bis ich mich daran erinnern kann, dass ich einem Patienten oder seinem Familienmitglied irrational emotional begegnet bin. Mein nächster Schritt ist dann, darüber nachzudenken, warum das so ist. Was war mit der Person, die meine Schattenprojektion aktiviert hat? Dieser Reflexionsprozess geht sehr schnell. Bam! Ich war einzigartig verärgert über Sally (siehe oben), weil ich mich selbst als intelligent betrachte und mir nicht gerne zugestehe, dass es riesengroße Gebiete und zahlreiche Dinge in diesem Universum gibt, über die ich nichts weiß. Sally ist kognitiv überfordert, und ihre Ängste vor der Hölle beruhen auf einem Mangel an Informationen, was meinen eigenen Mangel an Informationen in anderen Gebieten widerspiegelt.

Ich benutze dies als Beispiel. Sally hat mich nicht wirklich geärgert, aber Sie sehen jetzt, wie der Prozess funktioniert. Was ist mit bestimmten Personen im Hospiz, für die mein Mitgefühl nicht ausreicht? Ich muss herausfinden warum. Was mein Mitgefühl beendet, ist, dass sie mich an Dinge erinnern, die ich nicht über mich selbst zugeben mag. Sobald ich mir dessen bewusst werde, fange ich an, ein wenig mit dem Schatten sprechen.

Ich habe mir diesen Prozess übrigens nicht alleine ausgedacht. Ich habe es in einem Video des Integral Institute mit Diane Musho Hamilton gesehen. Ich benutze es seitdem, seit ungefähr sieben Jahren.

Nachdem ich einen Bereich identifiziert habe, in dem mein Schatten aktiv war, beschreibe ich die Situation laut in einem zusammenfassenden Satz. Anhand des obigen Sally-Beispiels spreche ich die Wahrheit zu mir selbst: „Sally ärgert mich auf einzigartige Weise, weil sie Ängste aufgrund von Unwissenheit hat, und ich habe auch Ängste aufgrund von Unwissenheit, während ich ein Bild von mir selbst als intelligent, informiert und mutig zeichne. Sie zeigt mir einen Aspekt von mir, den ich nicht mag, und deswegen hat mein Mitgefühl für sie nachgelassen. "

Ahh! Es fühlt sich so gut an, es zu sagen. Die Unterdrückung meines Schattens lässt ein wenig nach, nur weil ich benannt habe, wie es diese Woche funktioniert hat. Es ist im Freien. Ich schäme mich nicht dafür, dass ich einen Schatten habe - jeder hat ihn - und freue mich

sogar ein wenig darüber, wie es dieses Mal funktioniert hat. "Oh Mann! Die arme Sally würde keine Fliege verletzen, aber ich habe sie seit einigen Tagen mit meinem Schatten überschüttet, nur wegen meines eigenen wertvollen Selbstbildes. "

Als nächstes stelle ich einen leeren Stuhl neben mich und spiele ein kleines Rollenspiel mit Sally oder dem Empfänger meiner Schattenprojektion in dieser Woche. Ich spreche laut mit dem Stuhl. „Sally, du machst mich auf subtile oder nicht so subtile Weise wütend, weil dir Informationen über Leben und Tod und Geist und universelles Mitgefühl und die menschliche Natur fehlen. Sie denken, dass Sie zur Hölle fahren, weil Sie in irgendeiner Weise „ungezogen“ waren. Das ist nicht besonders schlau. Ich betrachte mich selbst gerne als informiert und effektiv, aber ich habe auch eine Seite in mir, die in Bereichen aufgrund von Unwissenheit schlecht funktioniert. Ich gebe vor, dass diese Seite nicht existiert, aber Sie zeigen sie mir, während Sie hier sind. Darüber bin ich sauer. “

Nachdem ich dies zu dem leeren Stuhl gesagt habe, erlaube ich „Sally“, für sich selbst zu sprechen. Es ist erstaunlich, wenn ich nur still sitze und mir vorstelle, dass Sally meine obigen Kommentare aufnimmt, wird sie sprechen. Ich hatte seit mehreren Jahren keinen Sonntagabend mehr, an dem der Empfänger meiner Projektionen nicht vom leeren Stuhl aus sprach.

"Sally" sagt: "John, das gefällt mir nicht. Du bist mein spiritueller Begleiter und doch bist du in dein persönliches Drama verwickelt. Ich bin ein kluger Mensch, leide aber an kognitiven Defiziten aufgrund einer langen Krankheit. Ich habe ein schlechtes Gewissen in Bezug auf Dinge, die ich getan habe, echte Schuldgefühle, und deshalb führen sie aufgrund meiner religiösen Erziehung zu einer echten Angst um mich. Sie sind intelligent und ein großer weißer Mann. Gib mir eine Pause. Hier geht es nicht um dich, sondern um mich und mein Gewissen und meine Angst. Lass deine Schattenprojektionen gehen und sieh mich und hilf mir bitte.

Ich nehme die Reaktion auf und antworte. „Danke dafür, Sally. Ich sehe, wie mein Schatten und meine Projektionen uns beide untergraben haben. Ich sehe die Unwirksamkeit meiner Reaktion auf Sie und hebe hiermit die Schattenprojektionen auf und umarme Sie als eine reale Person. Es ist wahr, dass ich über weite Teile menschlicher Erfahrung nichts weiß, aber das ist in Ordnung, und ich beschuldige Sie nicht dafür. Es tut mir leid, dass ich das getan habe. “

Am nächsten Tag, wenn ich in das Hospiz gehe und die echte Sally sehe, sehe ich sie in einem ganz anderen Licht, mit einer weicheren Energie in mir. Wir können uns wirklich verbinden und über diese „Ungezogenheit“ sprechen, ohne dass ich abweisend bin.

Schattenarbeit hat viel mehr zu bieten, aber das ist der Kern meiner Herangehensweise.

Meditation

Die traditionelle esoterische, spirituelle und philosophische Weisheit, also die kollektive Weisheitstradition der Menschheit, lehrt, dass die menschliche Erfahrung drei Ebenen hat. Sicher, es gibt viele Möglichkeiten, diesen besonderen Kuchen in Scheiben zu schneiden, von den 12 Ochsenbildern des Zen über Theresa von Avilas Ebenen der inneren Burg und den Aufstieg der Seele in vier Stufen bis zu Dantes verschiedenen Ebenen des Infernos. Aber ich finde Die drei Ebenen sind sehr effektiv für meine Herangehensweise an die Meditation. Diese drei Ebenen sind die "grobsten", "subtilen" und "kausalen" Bereiche menschlicher Erfahrung. Wenn ich während der Meditation in jedem dieser Bereich eine angemessene Zeit mit offenem Herzen verweilen kann, werde ich ein viel effektiverer Anbieter spiritueller Seelsorge im Hospiz sein, und meine Anwesenheit wird für die Menschen ruhig, freundlich und erfrischend sein. (Das Gleiche gilt für Sie in jedem Bereich, in dem Sie tätig sind!)

Die "grobstoffliche" Ebene menschlicher Erfahrung ist die, in der Sie 99 Prozent Ihrer Zeit verbracht haben. Sie ist das helle Licht des Alltags, des rationalen Denkens und des objektiven Verhaltens. Sie beinhaltet unsere offizielle Kultur- und Sozialgeschichte zusammen mit dem für alle sichtbaren und existierenden Körper mit seinen zellulären Strukturen, Organen und Systemen. Er ist für viele die Vorlage der Realität und für einige fehlgeleitete Gelehrte das einzige Reich oder die einzige Domäne, die allumfassende Ebene. Es ist die Arena der Kommunikation und Wirtschaft. Du verstehst das.

Ein weiterer Bereich menschlicher Erfahrung ist das „Subtile“. Aufgepasst, ich spreche jetzt von einer "höheren" Ebene von dir. Du lebst und arbeitest und hast dein Sein auf der „grobstofflichen“ Ebene, aber dann schläfst du ein und hast einen Traum, eine Botschaft von dem subtilen Bereich deines Geistes, die nicht rational ist, sondern eine durchdringende Weisheit bringt. Das subtile Reich bietet Wach-Phantasien, die dir helfen können, das grobstoffliche Reich aus einer besseren Perspektive zu sehen. Akupunktur und Chi Gong und Tai Chi greifen auf subtile Bereiche Ihres Körpers zu. Yoga tut dies manchmal auch. Es gibt subtile und dennoch kraftvolle Energien in deinem Geist, deinem Herzen und deinem Körper, die du nutzen kannst, um dein Sein zu transformieren.

Der „kausale“ Bereich der menschlichen Erfahrung wird von der Mehrheit der Menschheit ignoriert bzw. nicht wahrgenommen. Dieser Bereich wird von den Mythen adressiert. Während seine Existenz von einigen verweigert oder vernachlässigt wird, ist er in jedem Fall existent. Nachdem Sie die Erfahrung gemacht haben, dass die "Brutto-Ebene" nicht die einzige Realität Ihres Seins ist und Sie die subtilen Energien Ihres Geistes, Herzens und Körpers erfahren, können Sie im kausalen Bereich zur Ruhe kommen. Dies ist die Ebene Ihrer Existenz, die sich der Unendlichkeit und Zeitlosigkeit öffnet. Im kausalen Bereich erleben Sie keine Anblicke oder Geräusche, sondern formlose Ekstase. Du siehst, dass du selbst ein unendliches Wesen bist, jenseits von Raum und Zeit, jenseits von dem Schmutz und Lärm der grobstofflichen Ebene, das selbst die subtilen Energien in den Schatten stellt, jenseits des Dramas deiner Geschichte. Sie sind vereint mit dem, was christliche Mystiker "Gottheit" nennen, was Hegel "Geist" und Einstein "Erste Ursache" nennt, was Taoisten "Tao" und Muslime "Allah" nennen und was Hindus "Selbst" nennen. Eine solche Terminologie wird in der Hitze der eigenen Erfahrung verbrannt und Sie wissen nur, dass Sie

am undurchdringlichen Mysterium teilnehmen und sich daher in einer nicht-dualen Verbindung mit allem verbunden fühlen.

Es gibt ungefähr achtzig verschiedene meditative Disziplinen, Ansätze, um auf die subtilen und kausalen Bereiche der Erfahrung zuzugreifen und gleichzeitig den groben Bereich klarer zu sehen. Ich benutze drei und werde hier eine Meditationspraxis beschreiben. Es gibt riesige Bereiche meditativer Praxis und Erfahrung, von denen ich nichts weiß. Zum Beispiel weiß ich wenig über die tibetischen Praktiken von Mahamudra und Dzogchen. Ich mache jedoch seit 20 Jahren zwei bis drei meiner Praktiken.

Ich habe eine Herzübung, mit der ich jeden Morgen 30 Minuten lang meditiere. Der Prozess läuft folgendermaßen ab:

Ich bitte um die Gnade, an diesem Tag auf besondere Weise lieben zu können, für wen auch immer - meine Familie, Kunden, Kollegen, Freunde. Dies ist eine ernstgemeinte heilige Bitte (Gebet). Dann lade ich die Liebe (eine subtile Energie) ein, vom Boden in mein Herz und in mein Herz zu kommen. Dann lade ich die Liebe ein, vom Himmel in meinen Kopf und in mein Herz zu kommen. Die Liebe kommt jeden Morgen von unten und oben zu mir. Dann sitze ich ungefähr 25 Minuten lang schweigend und erlaube dem Geist, mich mit Liebe zu infiltrieren. Diese Empfänglichkeit gibt nach einer Weile nach und ich betrete das unendliche kausale Reich. Ich erlebe die Öffnung ins Unendliche, die die kausale Ebene des Bewusstseins darstellt. Nach einer Weile, wenn ich spüre, dass die 25 Minuten abgelaufen sind, sage ich laut „Ja zum Leben“ und halte diesen Gedanken für eine Weile in meinem Herzen. Ich sage dann: "Ich verpflichte mich, heute in allem, was ich tue, Liebe zu sein." Ich halte diesen Gedanken auch eine Weile in meinem Herzen. Ich sage dann „Danke“ für den Morgen, für meine lieben Töchter und Freunde, für meine Familie und für die Herausforderungen, die mir an diesem Tag im groben Erfahrungsbereich gestellt werden (einige davon werden wirklich „grob“ sein). Ich sitze ein paar Minuten und halte nur Dankbarkeit in meinem Herzen. Wenn ich vom Meditationskissen steige und in meinen Tag gehe, bin ich dankbar erfüllt von einem heiligen Gefühl, dass es Gnade ist lebendig zu sein und heute meine Arbeit verrichten zu dürfen.

Intellektuelle Stimulation

Für mich ist auch die intellektuelle Stimulation eine wichtige Vorbereitung für die Hospizarbeit, da sie mich konsequent zum Nachdenken anregt und die Patienten und Situationen nicht nur an der Oberfläche wahrnimmt, sondern mich und meine Wahrnehmung durch einen mentalen Prozess verlangsamt, um für die Tiefen und die Feinheiten ihrer Erfahrung empfänglich zu sein. Ich erhalte meine intellektuelle Anregung aus lebenslangem Lesen. Dabei teile ich mein Lesen in zwei Kategorien ein: „formal integral“ und „zum Vergnügen“.

Ich werde im dritten Aufsatz dieser Reihe näher auf die integrale Theorie eingehen. Im Einklang mit diesem Modell lese ich außerdem in daran angelehnten Bereichen. Ich lese Phänomenologie, was für mich die Schriften von Carl Jung, Edmund Husserl und Martin Heidegger sind. Ich lese Kulturanthropologie - Jean Gebser und Philosophie - Platon und Michel Foucault. Ich lese Soziologie - Talcott Parsons und Niklas Luhmann und Familiensystemtheorie, Edwin Friedman. Ich konsultiere regelmäßig das Lehrbuch meiner Krankenschwestern zu den medizinischen Aspekten des Sterbens. Natürlich las ich Ken Wilber, den führenden Autor integraler Theorie und Praxis für das 20. und 21. Jahrhundert.

Auch wenn diese Bücher recht angenehm sind, mag ich es auch, mich von der Disziplin des integralen Denkens zu lösen und Schriftsteller wie Angela Carter, Clarice Lispector, Nadine Gordimer, John Kennedy Toole, Jim Harrison und Philip Roth zu lesen. Ich bin ein Fan von Shakespeare und liebe die jüngsten Übersetzungen von Klassikern von Tolstoi und Dostojewski. Ich las die Schriften von spirituellen Lehrern und Bewusstseinslehrern wie Joan Halifax, Cynthia Bourgeault, Stanislav Grof und Stuart Sovatsky. Ich las die vier Evangelien des Neuen Testaments und die Bhagavad Gita. Während fast jeder spirituell orientierte Mensch im Westen die Dichter Mary Oliver, Rumi und Michael Whyte liest, mache ich es absichtlich anders (Konformität ist für mich eine Schattenprojektion, hahaha!) und lese C.P. Cavafy und Rabindranath Tagore (und ich habe Rumi oben in diesem Artikel zitiert, weil das Sprichwort passend war). Ich betrachte diese Lesart als Flucht in eine transzendente Denkweise. Sie räumt die Spinnweben meines Geistes auf und aktiviert meine Vorstellungskraft, während sie mich in ein höheres und oft eigenartiges Reich spiritueller Erfahrung einlädt, als es für mich die Norm ist. Diese Einstellung trage ich in die Räume meiner Patienten.

Nachdem ich meinen Schatten und seine schändlichen Projektionen auf meine unwissenden Patienten gerichtet habe, kann ich durch den meditativen Zugang in subtile und kausale Bereiche der Realität mich wieder neu orientieren und mich erneut dem grobstofflichen Bereich unserer Realität zuwenden. Mit einem derart gefütterten Geist, fühle ich mich erfrischt für die Hospiz-Arbeit, bereit, den Menschen, denen ich diene, und ihren leidenden Familien Weisheit und Mitgefühl zu bringen.

Über den Autor

John Hughes, MA in Theologie / Theologische Studien, Gründer von Integral Earth, ordiniertes Bischofspriester und Hospizkaplan in Wisconsin, USA. Autor des Buches Crossing Rivers: Journal of an Integral Hospice Worker (Tagebuch eines integralen Hospizarbeiters (2013).