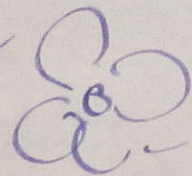




Pure Gedanken und adurken  
Voh was ist das schwer  
Trot der ungewissen  
Ungewissheit Pure  
Gedanken und adurken.  
Ewas machen - selbständig  
und gem. Trotzdem





# Von der Seele geschrieben

Krebsspezialisten einer Freiburger Klinik setzen auf die Kraft der Worte: In der **Poesie- und Bibliothherapie** geben die Patienten ihren Gefühlen eine Form – und schöpfen daraus Mut und Hoffnung für die Bewältigung ihrer Krankheit

VON Birgit Schönberger UND Kröger & Gross (FOTOS)

**V**ogel Angst“ hieß ihr folgenreichstes Gedicht. Es war eine Befreiung. Die Angst, die in ihr festgefroren war wie ein Eisblock, begann beim Schreiben plötzlich zu schmelzen. Als Renate Kübler\* ihren Vierzeiler den anderen aus der Poesiegruppe vorlas, liefen ihr Tränen die Wangen hinunter. Ein Dutzend Gedichte und Geschichten hat die 53-Jährige inzwischen in der Freiburger Klinik für Tumorbologie geschrieben – in einer Therapiegruppe für Krebspatienten, die sich während einer Reha von der Strapazen einer Operation oder Chemotherapie erholen.

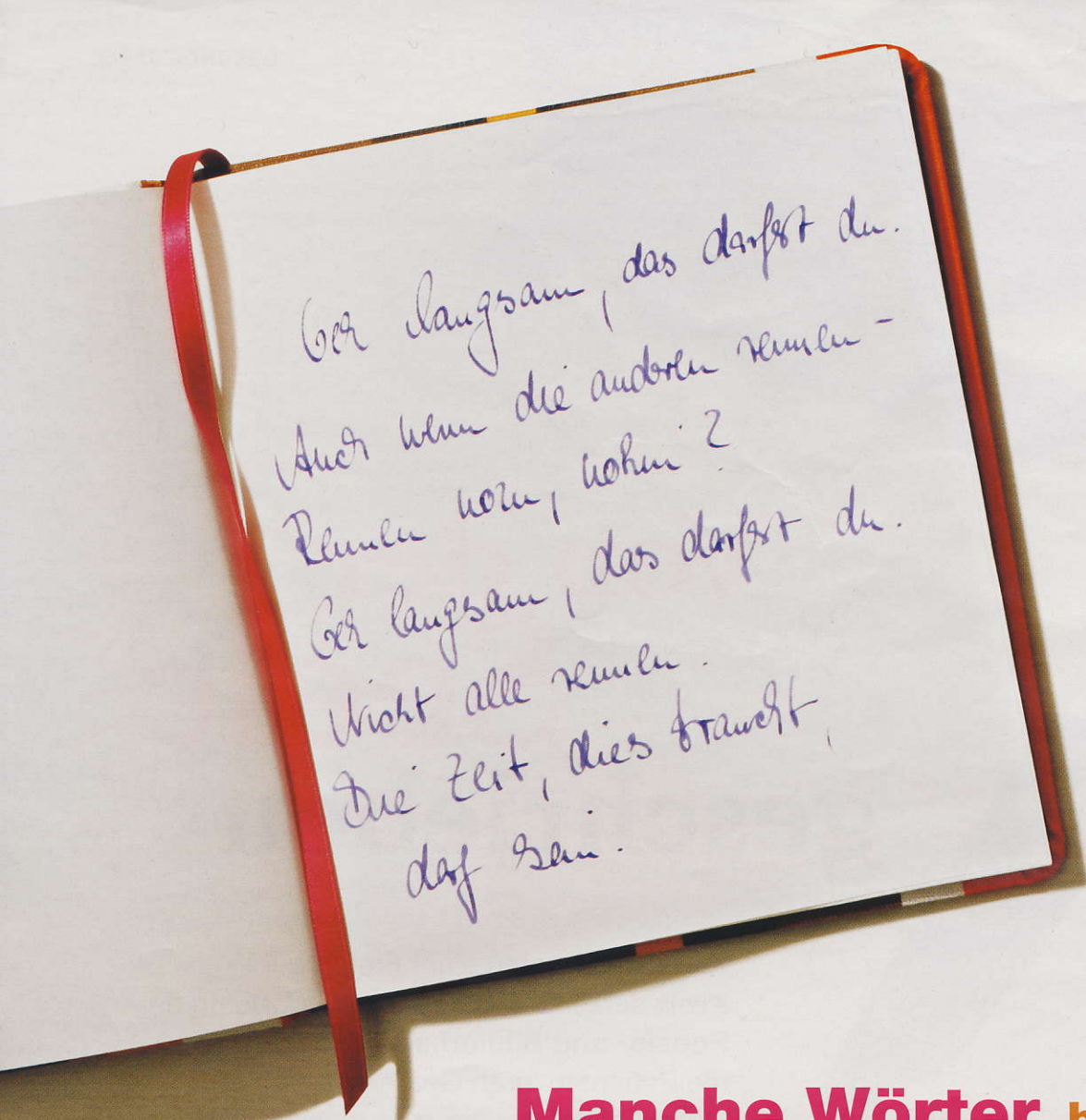
Als sie den Flyer „Poesie- und Bibliothherapie“ las, wusste Kübler sofort, dass sie das ausprobieren wollte. Sprache hat

sie immer fasziniert, als Schulleiterin experimentiert sie seit Jahren im Unterricht mit Geschichten und Gedichten. Nun ist sie immer wieder aufs Neue fasziniert davon, dass in dem Moment, in dem der Stift das Papier berührt, genau die richtigen Worte in ihr auftauchen. Wo sie herkommen, weiß sie nicht. Sie wundert sich oft über das, was sie da geschrieben hat und noch Wochen später nachwirkt. Aber sie weiß, dass sie keine Silbe ändern will, auch wenn der Rhythmus manchmal holpert und sie vielleicht keinen Lyrikwettbewerb damit gewinnen würde.

**SEIT VIELEN JAHREN** setzen die Krebspezialisten der Freiburger Klinik auch auf die Kraft von Worten, Bildern und Klän-

gen, und immer wieder beobachtet die Leiterin der Poesie- und Bibliothherapie-Gruppen, Susanne Seuthe-Witz, wie stark ein selbst verfasstes Sonett auf Stimmung und Lebensmut ihrer Patienten wirken kann. Zu Beginn der Sitzungen liest Seuthe-Witz ein Gedicht, einen Romananfang oder eine kurze Geschichte vor. Am liebsten arbeitet sie mit modernen Gedichten, die ohne Reim und festen Rhythmus auskommen. „Wichtig ist, dass der Text keine durchdringende Botschaft hat, sondern ein großes Spektrum an Assoziationen zulässt.“ Danach ermuntert die Therapeutin die Teilnehmer, frei zu assoziieren und fünf Minuten lang spontan alles aufzuschreiben, was ihnen dazu in den Sinn kommt: Stimmungen,

\*Name von der Redaktion geändert



Ger langsam, das darfst du.  
Auch wenn die anderen kleinen -  
kleinen vor, wohin?  
Ger langsam, das darfst du.  
Nicht alle kleinen.  
Die Zeit, dies braucht,  
das sein.

Bilder, Gedankenblitze, Gefühle. Dann erteilt sie einen Schreibauftrag, zum Beispiel ein Haiku zu verfassen, ein Sonett oder ein Elfchen (ein Gedicht aus elf Wörtern).

**MANCHE WÖRTER**, berichten die Teilnehmer – fast immer sind die Frauen in der Überzahl –, rauschten beim Vorlesen an ihnen vorbei, andere wirkten wie Tropfen, die langsam einsickerten, wieder andere führen in den Körper wie Blitze, deren Donner in der Seele Echo auslöse. „Es kommt immer etwas in Bewegung“, erzählt Charlotte Sonnenschein\*, die sich von einer anstrengenden Chemo- und Strahlentherapie erholt und von dem Schock, dass die Haare, die jetzt nachwachsen, aschgrau sind und nicht mehr hellblond. Anfangs, erinnert sich die 46-jährige Wirtschaftskorrespondentin, musste sie ihren ganzen Mut zusammenkratzen, um ihr Gedicht vorzulesen – das erste, das sie in

## Manche Wörter, berichten Teilnehmer, fahren in den Körper wie Blitze, ihr Donner löst in der Seele ein Echo aus

ihrem Leben geschrieben hat. Auch deshalb, weil sie immer „Angst vor Seelenstriptease“ hatte. In der ersten Stunde sei sie kurz davor gewesen aufzuspringen, als eine andere Frau laut zu schluchzen anfing. Aber sie blieb sitzen und machte die „überraschende Erfahrung, wie gut es tut, sich zu zeigen und Anteil zu nehmen“.

Sehr berührt habe sie die märchenhafte Erzählung „Der alte Garten“ von Marie-Luise Kaschnitz, die sie zu Ende schreiben sollte. Es geht um einen alten, vergessenen Garten mitten in der Groß-

stadt. Zwei Kinder entdecken ihn und erobern das verwunschene Gelände. „Ich habe geschrieben, wie der Garten sich selbst überlassen wurde und seinen Charme verlor, weil sich niemand mehr um ihn gekümmert hat. Dass sich das ab Herbst ändern wird und er zu neuem Leben erblühen wird.“ Ihr sei sofort klar gewesen, dass der Garten für ihre innere Landschaft steht, in der viele Ecken verkümmert sind. Nach der Reha will sie die verdorrten Pflänzchen aufpäppeln und sich endlich wieder mehr Zeit nehmen für das, was ihr gut tut und was die ver-

gangenen Jahre im Arbeitsstress „verschütt“ gegangen ist: lesen, reisen, spazieren gehen.

**IN DEN USA WIRD** therapeutisches Lesen und Schreiben seit fast 100 Jahren erfolgreich eingesetzt. Ziel ist es, dass die Teilnehmer ihr Lebenskript mit- und umgestalten. Dass das fast immer gelingt, konnte Susanne Seuthe-Witz in einer dreijährigen Studie nachweisen, bei der 300 Tumorpatienten befragt wurden, ob und in welchem Umfang sich ihre Befindlichkeit durch das therapeutische Schreiben verändert hat. Gefragt wurde nach dem Umgang mit belastenden Gefühlen, der Suche nach neuen Perspektiven, der Klärung von Paarproblemen und dem Gewinn von Lebensfreude und Genuss.

„Es kann passieren, dass wichtige Gefühle einen guten Ausdruck bekommen, eine Form finden und Patienten sich nicht mehr als Opfer fühlen, sondern als Gestalter“, sagt Seuthe-Witz. Die kurze Form helfe, sich nicht von Emotionen überwältigen zu lassen. Viele knüpften an alte Tagebucheinfahrungen an und erinnerten sich an die heilsame Wirkung des Schreibens. Es kämen aber auch Menschen in ihre Gruppen, die verzweifelt seien, weil es ihnen förmlich die Sprache verschlagen habe. Wissenschaftler, die unzählige Bücher verfasst haben, aber nun keine Worte finden für das, was die Diagnose Krebs in ihnen auflöst hat.

Anita Keis\* hütet die Zeilen, die sie während ihrer ersten Reha notiert hat, wie einen Schatz. Wenn ihre Leukozyten-Werte mal wieder im Keller sind, sie sich abgeschlagen und müde fühlt und Angst hat vor dem nächsten Leukämieschub, schlägt sie ihr Buch auf und holt sich Kraft aus den Texten und Bildern, die beim Schreiben aufgetaucht sind. Zum Beispiel das Bild vom Baum. Zu Beginn der Reha stand der Baum ganz einsam im Nichts. Am Ende hatte er seine Wurzeln am Meer geschlagen, an einem schönen Strand. „Der Baum hat starke Wurzeln, einen sehr kräftigen Stamm. Er umarmt mich mit seinem Stamm. Er gibt mir eine große Geborgenheit“, hat sie aufgeschrieben. „Ich bin sprachlich nicht so fit“, sagt sie „aber das drückt genau aus, was ich gefühlt habe.“

Poesietherapie, sagt Susanne Seuthe-Witz, ist kein Lyrikwettbewerb. Jedes Gedicht sei eine Kostbarkeit, weil es eine einzigartige Momentaufnahme ist. Es komme vor, dass derselbe Text, ein Jahr später gehört, eine vollkommen andere Wirkung habe. Bei Renate Kübler war es anfangs die Zeile „Quelle zum Ausruhen“ in einem Gedicht über einen Fluss, die sie tief berührte. Sie war nach sechs Chemotherapie-Zyklen und 30 Bestrahlungen so erschöpft, dass sie lernen musste, sich bei der Arbeit, die sie während der Therapie fortsetzte, konsequent ihre Pausen zu nehmen. Heute spricht sie die Zeile „Ozean, wohin gehst du?“ besonders an. „Das Meer als unbekanntes, freundliches Uni-

\* Name von der Redaktion geändert

versum fasziniert mich. Ich stehe jetzt woanders. Das Thema Ausruhen ist nicht mehr so aktuell.“

Das Wort Krebs taucht in den Texten der Patienten fast nie auf. Im Untergrund ist es natürlich ständig da. Die Texte, Gedichte und Zeilen wirkten in dieser Hinsicht wie ein seelischer Geburtsprozess, sagt Susanne Seuthe-Witz. „Sie bahnen den Gedanken und Gefühlen den Weg an die Oberfläche. Wird etwas, das zuvor im Verborgenen war, endlich gesagt, ist es sichtbar und besprechbar. Dann kann aus einer Belastung eine Bereicherung werden.“

Genau das spiegelt sich in den Gesichtern. Wenn Charlotte Sonnenschein nach der Therapie beim Mittagessen sitzt, sagt ihre Tischnachbarin oft: „Aha, Sie haben wieder geschrieben, Sie strahlen so.“ ■



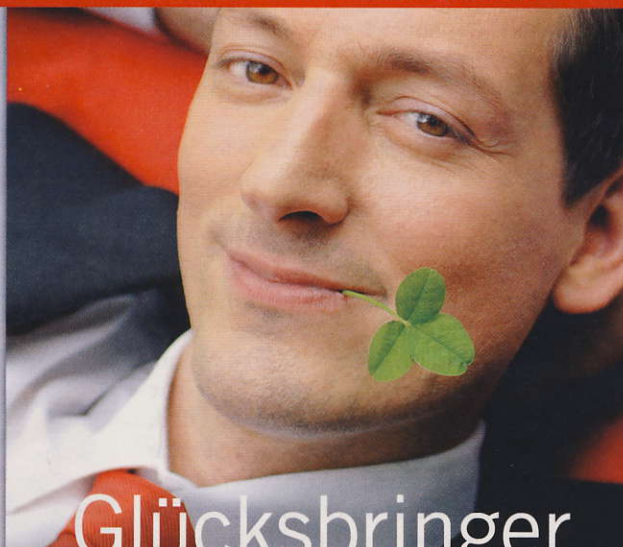
Diesen Artikel können Sie auch hören!  
Die Audiodateien finden Sie auf  
[www.stern.de/gl-audio](http://www.stern.de/gl-audio)



DER LUSTIGSTE ARZT DEUTSCHLANDS!

... AUF TOUR!

- München ..... 28.09.2007
- Berlin .... 01.- 04.10.2007 **AUSVERKAUFT**
- Aurich ..... 10.10.2007
- Oldenburg ..... 11.10.2007
- Hamburg ..... 16.10.2007
- Hannover ..... 17.10.2007
- Göttingen ..... 18.10.2007
- Marburg ..... 19.10.2007
- Berlin ..... 22.10.2007 **AUSVERKAUFT**
- Wiesbaden .... 24.10.2007
- Heidelberg .... 25.10.2007
- Köln ..... 11.12.2007



Glücksbringer  
MEDIZINISCHES KABARETT

... AB SOFORT AUF DVD!



**NOCH NICHT AUSVERKAUFT**



Vom Autor des Bestsellers  
Arzt - Deutsch / Deutsch - Arzt!

itere Tour- und TV-Termine auf [www.hirschhausen.com](http://www.hirschhausen.com)!

**+ DR. MED. ECKART von HIRSCHHAUSEN**

[hirschhausen.com](http://hirschhausen.com)