

Fachtagung Palliative Geriatrie  
Zürich, 14. März 2019

## Die Sprache des Schmerzes

### Fundstücke in der Literatur

Dr. Harald Retschitzegger, MSc (Palliative Care)

harald.retschitzegger@gmail.com



Pflegewohnhaus Meidling

Stadt+Wien  
WIEN IST ABERGUT



1. Lesen und Literatur
2. Schmerz erkennen
3. Schmerz beschreiben
4. Schmerz erleiden
5. Schmerz behandeln
6. Miteinander reden

## Ich bin ein Bewohner des Elfenbeinturms

„Ich erwarte von einem literarischen Werk \* 1942  
eine Neuigkeit für mich, etwas, das mich,  
wenn auch geringfügig, ändert,  
etwas, das mir eine noch nicht gedachte,  
noch nicht bewußte Möglichkeit der Wirklichkeit  
bewußt macht, eine neue Möglichkeit zu sehen,  
zu sprechen, zu denken, zu existieren...“

Peter Handke

Suhrkamp

## Reading Literary Fiction Improves Theory of Mind (I)

- “Theory of Mind: die Fähigkeit, eine Annahme über Bewusstseinsvorgänge in anderen Personen vorzunehmen und diese in der eigenen Person zu erkennen, also Gefühle, Bedürfnisse, Ideen, Absichten, Erwartungen und Meinungen zu vermuten.“
- 2 Sekunden lang Bilder von Augenpaaren
- Gefühle zuordnen

D. C. Kidd, E. Castano; Science 1239918  
Published online 3 October 2013 DOI:10.1126/science.1239918

## Reading Literary Fiction Improves Theory of Mind (II)

- Reading literary fiction led to better performance on tests of affective and cognitive ToM compared with reading nonfiction, popular fiction, or nothing at all.
- “Understanding others’ mental states is a crucial skill that enables the complex social relationships that characterize human societies.”

D. C. Kidd, E. Castano; Science 1239918  
Published online 3 October 2013 DOI:10.1126/science.1239918

## Obama’s Secret to Surviving the White House Years: Books (I)



Obama sagte: *Nur dank Büchern habe er die Jahre im Weißen Haus überlebt. Bücher waren für ihn wie Kameraden, schon als Bub. Welten, die er mit sich herumtrug, in denen er sich aufhalten konnte. Später halfen sie ihm, zur Ruhe zu kommen. Sie erweiterten seinen Blick. Bei Nelson Mandela oder Gandhi fand er Solidarität in einsamen Momenten.*

\* 1961

Barack Obama im Interview mit Michiko Kakutani, New York Times, 16. Jänner 2017

## Obama’s Secret to Surviving the White House Years: Books (II)




*Lesend kam er zu einem Geschichtsbewusstsein. Und was ihn Shakespeare alles über das Menschsein lehrte: über den Wahnsinn, die Grausamkeit und wie fehlbar wir sind; aber auch, wie stark und anmutig.*

\* 1961

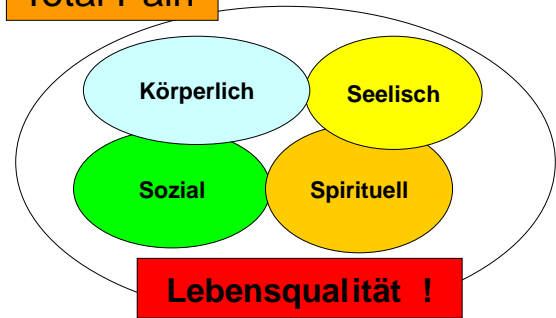
Barack Obama im Interview mit Michiko Kakutani, New York Times, 16. Jänner 2017

- Literatur
- Subjektive Auswahl

Literarische Früchte am palliativen Weg

- 
1. Lesen und Literatur
  2. Schmerz erkennen
  3. Schmerz beschreiben
  4. Schmerz erleiden
  5. Schmerz behandeln
  6. Miteinander reden

## Total Pain



### Wer bin ich? - 777 indiskrete Fragen

„Welche emotionalen Schmerzen würden Sie bereitwillig gegen physische eintauschen?“

\* 1966

Was ist schrecklicher?

- a) Der Tod.
- b) Die Unsterblichkeit.

„Vorausgesetzt, Sie könnten entweder den Tod oder die Trauer aus der Welt schaffen. Wofür würden Sie sich entscheiden?“

Rolf Dobelli

Diogenes

### Wir schauen (II) - Die Ameisenzählung

Der Österreicher schaut gern, denn schauen strengt nicht an.

Noch lieber und öfter als er schaut, kündigt der Österreicher sein Schauen an. Er sagt:

„Schau ma!“ Es ist dies die höchste Steigerungsstufe österreichischer

Unverbindlichkeit. Sie deutet an: Ich werde mich darum kümmern. Und sie bedeutet: Ich werde mich nicht darum kümmern.

Daniel Glattauer

Deuticke

## Beginn des Endes (I)

„Ein Punkt nur ist es, kaum ein Schmerz,  
Nur ein Gefühl, empfunden eben;  
Und dennoch spricht es stets darein,  
Und dennoch stört es dich zu leben.

1817-1888

Wenn du es andern klagen willst,  
So kannst du's nicht in Worte fassen.  
Du sagst dir selber: »Es ist nichts!«  
Und dennoch will es dich nicht lassen.

...

Theodor Storm

## Beginn des Endes (II)

...  
So seltsam fremd wird dir die Welt,  
Und leis verläßt dich alles Hoffen,  
Bis du es endlich, endlich weißt,  
Daß dich des Todes Pfeil getroffen.“

1817-1888

Theodor Storm

1. Lesen und Literatur
2. Schmerz erkennen
3. **Schmerz beschreiben**
4. Schmerz erleiden
5. Schmerz behandeln
6. Miteinander reden

*Was mich fertig macht,  
ist nicht das Leben  
sondern die Tage dazwischen*

Michel Birbaek

Bastei-Lübbe

## Die Tessinerin

\* 1950

Die Frau konnte nicht mehr zur Tür gelangen, die vom Schlafzimmer in die Stube ging. Sie stand, die Arme seitwärts vom Körper haltend, die Knie eingeknickt, wie ein gerupfter Vogel vor ihrem Bett. Immer noch läuteten die Glocken, aber das Geläut klang so fern, als fahre das Kirchlein talabwärts davon.

Thomas Hürlimann

Ammann

## Die Tessinerin

\* 1950

Der Schmerz, der seit einem Jahr in der rechten Hüfte, seit einem halben Jahr im linken Bein und seit einigen Tagen im Rücken war, packte sie an. Süttig heiße Messer schabten, wetzten und schnitzten an ihren Knochen. Jetzt, da der Schmerz auch das Rückgrat befallen hatte, war sie überzeugt, man präpariere ihr bei lebendigem Leib das Skelett heraus. Sie betete zum Herrgott, er möge ihr helfen.

Thomas Hürlimann

Ammann

## Über den Schmerz

1926-2014

“Dem reichen Spektrum seiner Wirkungen entspricht die Skala der Empfindungen, die der Schmerz in uns auslöst. Der eine empfindet ihn als stechend, reißend und hämmernd, der andere als brennend, pochend und schneidend, dieser von uns erfährt ihn als marternd, erschöpfend und lähmend, jener als durchstoßend und mörderisch. Auch hier belegt die Sprache, wie variabel die Empfänglichkeit unserer Sinne ist.

...

Siegfried Lenz

dtv

## Über den Schmerz

1926-2014

“ ...

Als was immer uns der Schmerz erscheint, ob wir ihn als Symptom oder als Syndrom verstehen, ob wir ihn als Warner oder Heimsuchung begreifen, er ist ein Urphänomen, ist an den Menschen gebunden, einfach weil unser Leben verletzlich ist. Du kannst den Gedanken nicht ertragen, heißt es bei William Faulkner, daß es dir einmal nicht mehr weh tut - und damit ist nichts anderes gesagt, als daß es der Schmerz ist, der uns des Lebens inne werden läßt.“

Siegfried Lenz

dtv

## Die Hand

„Früher war der Körper eine Festung,  
die Grenze der Anschauung. Weil ich  
ihn nicht wahrnahm, umfaßte er die  
ganze Welt.

Dann fielen die Raubvögel der Schmerzen  
ein. Die Angst wurde meine Wirklichkeit,  
verschwistert mit der Kälte des Tages.  
Die Welt: eine zitternde Hand, die den Puls  
fühlt.“

\*1961

Wolfgang Hermann

Die Namen die Schatten die Tage  
LangenMüller Verlag


## Moby-Dick oder der Wal

„Als ihn dieses Treffen allerdings zur  
Rückkehr in die Heimat zwang und Ahab  
mit seiner Seelenpein monatelang, Tag für  
Tag und Woche für Woche, die Hängematte  
teilte; als er mitten im Winter das trostlose,  
sturmheulende Kap von Patagonien umschiffte,  
da geschah es, daß sein zerrissener Leib und  
seine klaffende Seele ineinanderbluteten,  
miteinander verschmolzen und ihn irre werden  
ließen.“

1819-1891

Herman Melville (dt. Matthias Jendis)

Carl Hanser

- 
1. Lesen und Literatur
  2. Schmerz erkennen
  3. Schmerz beschreiben
  4. **Schmerz erleiden**
  5. Schmerz behandeln
  6. Miteinander reden

## Im Glück und anderswo

### Gespräch des Geschöpfes mit dem Schöpfer

1937-2006

„Schier sechzig Jahr auf deiner Welt –  
bekomme ich jetzt Schmerzensgeld?“

„Mein Kind, mir geht dein Wunsch zu Herzen:  
Geld hab ich keins. Doch kriegst du Schmerzen!“

Robert Gernhardt

(S. Fischer)

## Schmerz



„Nur die Dinge oberhalb des Halses hatten sie interessiert, der Schädel und das Gehirn, das Bewusstsein und die Vernunft, das Wissen und die Überlegung, die Identität, das Gedächtnis, und plötzlich hatte sie nichts außer sich selbst, nichts außer ihm, außer dem Schmerz.“

\* 1959

Zeruya Shalev

Berlin Verlag

## Schmerz



„Sie würde leicht auf ihre Knochen verzichten und nicht nur auf sie, auf alle Glieder, Hauptsache, der Schmerz verschwindet und ihr Körper wird immer leerer.“

\* 1959

Zeruya Shalev

Berlin Verlag

## Abschied ohne Ende

Das war, bevor die Zeit starb. Es war wie das Fallen eines Blattes, nur dass weder das Blatt noch die Leere, in die es fiel, existierten.

Was in mir welkte, war mein Leben. Seit Fabius' Tod hatte ich keinen tiefen Atemzug mehr getan. Ich versuchte, an etwas zu denken, was nicht Dunkelheit war. Die Freuden des Lebens. Welches waren die Freuden des Lebens? Welchen Lebens?

\*1961

*Wolfgang Hermann**LangenMüller*

## Der vollkommene Schmerz

Der Junge spürte eine Welle aus Eis in sich, eine würgende Hand an seiner Kehle, und ein absoluter, totaler, vollkommener Schmerz packte ihn und nahm ihm den Atem. Es war nur ein kurzer Augenblick, doch als er wieder zu sich kam, schien ihm eine Stunde, ein Tag, ein Jahr vergangen zu sein. Er wusste nicht, wieviel Zeit. Das Eis war geschmolzen, und an dessen Stelle überfiel ihn nun Hitze und stieg vom Magen über die Speiseröhre und die Kehle in ihm auf, bis sie unvermeidbar und tränenschwer seine Augen erreichte.

1954 - 2013

Ugo Riccarelli

dtv

## Der vollkommene Schmerz

Er spürte die Tränen kommen wie einen befreienden Sturzbach, hielt sie jedoch zurück.<sup>1954 - 2013</sup>  
 Er biss sich auf die Lippen und knetete seine Hände, bis es weh tat, um nicht vor dem Marmorgesicht des Rektors seinen Tränen freien Lauf zu lassen. Er versuchte, tief, doch langsam durchzuatmen, um nicht zu viele Emotionen zu zeigen, und fragte mit einer möglichst festen Stimme: „Darf ich erfahren, wie es passiert ist?“

Ugo Riccarelli

dtv

## Don Quijote von der Mancha (I)

„...der Sturz muss Euch zermahlen haben.“ sagte Sancho. „Das ist wahr“, entgegnete Don Quijote, „doch klage ich nicht über den Schmerz, weil es fahrenden Rittern nicht gestattet ist, über eine Wunde zu klagen, kämen auch alle Eingeweide daraus hervor.“ „Wenn das so ist, will ich nicht widersprechen“, gab Sancho zurück, „doch ich wäre weiß Gott froh, Ihr würdet klagen, wenn Euch was weh tut. ...“<sup>1547 - 1616</sup>

Cervantes (neu übersetzt von Susanne Lange)

dtv

## Don Quijote von der Mancha (II)

„... Was mich betrifft, ich will über den leisesten Schmerz klagen, das heißt, wenn das mit dem Nichtklagen nicht auch für die Knappen der fahrenden Ritter gilt.“<sup>1547 - 1616</sup>  
 Don Quijote musste über die Einfalt seines Knappen lachen und erklärte ihm, dass er sehr wohl klagen dürfe, wie und wann er wolle, ob herzlich oder nicht, denn bis jetzt habe er in den Ritterregeln nichts Gegenteiliges gelesen.“

Cervantes (neu übersetzt von Susanne Lange)

dtv

## Der Tod des Iwan Iljitsch

„Doch das war leicht gesagt und schwer getan. Der Schmerz in der Seite quälte ihn weiter, wurde heftiger, andauernder, auch der Geschmack im Munde wurde immer merkwürdiger, ihm kann vor, als röche er ganz widerwärtig aus dem Munde; auch der Appetit und die Kräfte ließen nach.“<sup>1828 - 1910</sup>

...

Leo N. Tolstoi

Insel



1. Lesen und Literatur
2. Schmerz erkennen
3. Schmerz beschreiben
4. Schmerz erleiden
5. **Schmerz behandeln**
6. Miteinander reden

## Schmerz



„...sie betrachtet beunruhigt die Schlange, die nicht kürzer wird, denn für jene Menschen, die weggehen, kommen neue, die Welt ist voller Schmerzen, und alle versammeln sich hier. So wird Gott wohl den Kreislauf des Lebens sehen - bekannte Menschen gehen, neue kommen, es ist schwer, zwischen ihnen zu unterscheiden. Alle sehen sich ähnlich, denn alle haben Schmerzen...“

\* 1959

Zeruya Shalev

Berlin Verlag

## Schmerz



„Einfach Aspirin, sagt er und lacht, und sie protestiert, Aspirin habe ich zu Hause, ich brauche keinen Schmerztherapeuten für Aspirin. Warum hast du dich für Schmerztherapie entschieden?, ...“

\* 1959

Zeruya Shalev

Berlin Verlag

## Schmerz



„... und er sagt, wer nicht an medizinische Heilung glaubt, wendet sich dem Schmerz zu, das ist eine ganz andere Lebenseinstellung. Bei den meisten Ärzten ist die Krankheit das Wichtigste, bei uns ist sie nur Nebensache. Wir versuchen nicht zu heilen, sondern das Leiden zu lindern.“

\* 1959

Zeruya Shalev

Berlin Verlag

### Nicht alle Schmerzen sind heilbar (I)

Nicht alle Schmerzen sind heilbar,  
denn manche schleichen  
sich tiefer und tiefer ins Herz hinein, 1864 - 1947  
und während Tage und Jahre verstreichen,  
werden sie Stein.

Du sprichst und lachst, wie wenn nichts wäre,  
sie scheinen zerronnen wie Schaum.  
Doch du spürst ihre lastende Schwere  
bis in den Traum.

...

Ricarda Huch

### Nicht alle Schmerzen sind heilbar (II)

...

1864 - 1947

Der Frühling kommt wieder mit Wärme und Helle,  
die Welt wird ein Blütenmeer.  
Aber in meinem Herzen ist eine Stelle,  
Da blüht nichts mehr.

Ricarda Huch

### Ich weiß keine bessere Welt

Die Gnade Morphium,  
aber nicht  
die Gnade eines Worts 1926 - 1973  
die Gnade Weißbett frischleinen,  
aber nicht  
die Gnade Handhalten  
Noch hielt  
keine Hand, kein Wort, die Gnade

Ingeborg Bachmann  
aus: das Narrenwort

Piper

1. Lesen und Literatur
2. Schmerz erkennen
3. Schmerz beschreiben
4. Schmerz erleiden
5. Schmerz behandeln
6. **Miteinander reden**

## Symptomkontrolle

„Eine wirksame Kontrolle von Krankheitssymptomen ohne wirksame Kommunikation ist unmöglich.“

(Robert Buckman, 1996)

## Schmerz

„...etwas läuft in der letzten Zeit schief, wenn wir reden, denkt sie, wir benutzen Worte, um etwas zu verbergen, statt zu erhellen. Wir betrügen mit Worten, vielleicht ist das schlimmer als Betrug, wir betrügen mit Worten und sie strafen uns.“



\* 1959

Zeruya Shalev

Berlin Verlag

## Fragebogen

„Wie alt möchten sie werden?“

1911 - 1991

„Möchten Sie wissen, wie Sterben ist?“

„Möchten sie unsterblich sein?“

„Wenn sie an ein Reich des Toten (Hades) glauben: beruhigt Sie die Vorstellung, dass wir uns alle wiedersehen auf Ewigkeit, oder haben Sie deshalb Angst vor dem Tod?“

Max Frisch

Suhrkamp

## Wer bin ich? - 777 indiskrete Fragen

„Wie wichtig ist es für Sie, ohne Leiden zu sterben, und wären Sie dafür bereit, entsprechendes Leiden in der Mitte Ihres Lebens zu übernehmen?“

\* 1966

„Angenommen, Sie hätten krankheitsbedingt noch genau sechs Monate zu leben, was würden Sie mit Ihrer Zeit anfangen?“

„Angenommen, nach sechs Monaten stellte sich heraus, dass Sie vollkommen geheilt sind. Würden Sie wieder Energiebigkeiten aller Art akzeptieren, und, falls nicht, warum tun Sie es heute?“

Rolf Dobelli

Diogenes

### Die Herrlichkeit des Lebens

„Franz hat ihr Leben in seinen Briefen ziemlich beschönigt, jetzt kann sie das eine oder andere korrigieren und erzählen, wie es wirklich war, wie gut sie es miteinander hatten, vom ersten Tag an.“

\* 1961

Solange sie erzählt, scheint alles erträglich.“

Michael Kumpfmüller

Fischer

### Der Tod des Iwan Iljitsch

„Er konnte sich nichts mehr vormachen: etwas Schreckliches, Neues, Bedeutsames, das mit nichts anderem in seinem Leben zu vergleichen war, ging in ihm vor. Und er allein wusste darum; in seiner Umgebung hatten sie nicht begriffen oder wollten es nicht begreifen und waren der Ansicht, dass alles in der Welt jetzt genauso sei wie früher. Das schmerzte Iwan Iljitsch mehr als alles andere.“

1828 – 1910

Leo N. Tolstoi

Insel

### Obama's Secret to Surviving the White House Years: Books (III)

„Ich kann nicht sagen, ob Bücher mich zu einem besseren Präsidenten gemacht haben. Aber ganz sicher haben sie mir in diesen acht Jahren geholfen, meine Balance an einem Ort zu halten, der dich hart angeht und nicht mehr loslässt.“

\* 1961

Barack Obama im Interview mit Michiko Kakutani, New York Times, 16. Jänner 2017

„Am Grab  
der meisten Menschen  
trauert tief verschleiert  
ihr ungelebtes Leben.“

1877-1962

Hermann Hesse

(Suhrkamp)

### Wer bin ich? - 777 indiskrete Fragen

„Wären Sie lieber sympathischer oder intelligenter?“

\* 1966

„Gesetzt den Fall, sie hätten einen Manager, der für Ihr Leben verantwortlich ist. Wie würden Sie seine Leistung beurteilen?“

„Welches war das beste Jahr Ihres Lebens, und glauben Sie, dieses in Zukunft noch übertreffen zu können?“

*Rolf Dobelli*

*Diogenes*

### Der Tod des Iwan Iljitsch

„Und der Schmerz?“ fragte er sich.

1828 – 1910

„Wo soll der hin? Ja, wo ist denn der Schmerz?“ Und er horchte auf. „Ja, da ist er. Nun, meinerwegen.“

„Und der Tod? Wo ist der Tod?“ Und er suchte seine frühere Todesangst und fand sie nicht.

„Wo ist sie? Wo ist der Tod?“ Die Angst war nicht mehr da, weil auch der Tod nicht mehr da war. Anstelle des Todes war ein Licht da.

„Das ist es also!“ sagte er laut. „Welche Freude!“

Leo N. Tolstoi

Insel