

Artikel für Sexualmedizin 1999

Geburt, Sexualität und Tod

Kristallisationsmomente der Lebensmelodie

R. P. Fischer

Gebären, Lieben und Sterben gehören zusammen. Sie geben einander Sinn und Bedeutung. Ein kurzer Blick auf die Geschichte dieser drei Lebensmomente erklärt einige Spannungsfelder in den heutigen Haltungen dazu. Wenn es uns gelingt, diese gut zu integrieren und wir uns dem körperlichen, geistigen und seelischen Erleben im Moment hingeben, klingt unsere Lebensmelodie. So können wir als ärztlich, psychologisch, beratend oder anderweitig Tätige können wir unsere Patienten, Klientinnen und Ratsuchenden besser begleiten. Dieser Artikel ist eine bearbeitete Version des Vortrags des Jahreskongresses 2000 der österreichischen Hebammen in Bad Ischl.

EINIGE HEUTIGE SPANNUNGSFELDER	
Frau	Mann
Feminin	Maskulin
Subjektiv	Objektiv
Intuition Instinkt	Wissenschaftliche Erkenntnis
Eros	Logos
Unten - Materie	Oben - Geist

Subjektive Erfahrungen

Als Vater bei der Geburt

Vor zwei Jahren suchten meine Frau und ich einen Ort für die Geburt unseres Kindes. Zur Auswahl standen Geburtsabteilungen in Spitälern, ein von Hebammen geleitetes Geburtshaus und die Hausgeburt. Die Gebärabteilungen waren in erster Linie von den schulmedizinischen und wissenschaftlichen Kriterien geprägt und mehrheitlich von männlichen Gynäkologen geleitet. Beim Geburtshaus¹ legten die schulmedizinisch gut ausgebildeten Hebammen, Frauen, eine sehr hohe Priorität auf das subjektive Befinden der Gebärenden und achteten auf Atmosphäre und Unterstützung des natürlichen Geburtsablaufs. Ähnlich war das bei der Hausgeburt. Aus meiner persönlichen Sicht auffallend war die Tendenz, dass die Vertretenden dieser zwei Grundhaltungen einen latenten Geschlechterkampf und Richtungskampf führen und sich abwertend gegen die andere Haltung abzugrenzen.

¹ Oberburg/Burgdorf in der Nähe von Bern, Schweiz

Ausgewählt haben wir schliesslich aus mehreren Gründen eine Geburtsabteilung in einem Landspital², bei dem die leitende Hebamme, ihr Team und der leitende Gynäkologe beiden Haltungen ähnliche Wichtigkeit einräumten.

Im Verlaufe der Geburt erlebten meine Frau als Gebärende und ich als Begleiter Momente, in denen die mit bester Absicht angewandte schulmedizinische Art, zum Beispiel das Verwenden des Kardiotokographen, den natürlichen Ablauf deutlich mehr störten als unterstützten. In anderen Phasen wieder war ich froh um erfolgreiche schulmedizinische Interventionsmöglichkeiten. Auch erlebte ich die Wichtigkeit des Gleichgewichts zwischen geschehen lassen des natürlichen Geburtsablaufs und dem Einbringen von Impulsen, Hinweisen, Anregungen und aktiven Handlungen. In diesem Landspital bestand eine grosse Offenheit und Sensibilität für diese Fragen. In einem besonders eindrücklichen Moment baten wir das medizinische Personal, sich für eine gewisse Zeit aus dem Geburtszimmer zurückzuziehen. Meiner Frau gelang es anschliessend, sich von einer Patientin zu einer attraktiven kraftvoll singenden Gebärenden zu verwandeln.

Ich habe gute Erinnerungen, weil hier die Ästhetik und Urkräfte einer Geburt und die Möglichkeiten der Schulmedizin fruchtbar zusammengewirkt haben.

Geburt, Sexualität (und Tod): Auffallendes aus der Geschichte

In den matrifokalen Gartenbaugesellschaften³ vor über 6000 Jahren wurden Körper und Geist noch nicht getrennt erlebt und waren Sexualität, Geburt und wohl auch Tod selbstverständlich im Leben integriert. In einigen Kulturen blieb diese Haltung bis heute erhalten. Nach dem Übergang zu den Ackerbaugesellschaften⁴ und der damit verbundenen Entwicklung des Patriarchats begann die Ausgrenzung dieser vor allem der Frau zugeordneten Bereiche. Wie die Historikerin Heidi Witzig ausführte⁵, entwickelte sich in der abendländischen Kultur (zum Beispiel bei den Griechen), lange vor dem Christentum, die Trennung von Körper (Geburt und Sexualität sind sehr körperliche Geschehen) und Geist.

Die Kirche führte diesen Kampf des Himmelsgottes gegen die "heidnischen" und leibfreundlichen Strömungen weiter. Die Erbsünde kam mit Eva in die Welt, die sich vom matriarchalen Symbol Schlange verführen liess. Die Frau wurde mit ungezügelter Sexualität, mit Sünde und Hölle gleichgesetzt. Adam und Eva erhielten den Fluch, dass sie ganz irdisch im Schweisse ihres Angesichts ihr Brot verdienen sollten und Eva noch zusätzlich, dass sie unter Schmerzen ihr Kind gebären müsse. Dieser Fluch gegen das nach unten in die Materie gerichtete Gebären hat möglicherweise bis heute im Unbewussten einen negativen Einfluss auf die Einstellung zum Gebären. Im Mittelalter war eine Botschaft der Kirche, dass während der Geburt das Tor zur Hölle offen sei. Mutter und Kind waren in der Geburtszeit nicht unter dem Schutz der Kirche. Tote Neugeborene brauchten eine Notölung, um in den Himmel zu kommen. Nach der Geburt wurde das Kind durch Taufe, die Frau durch Aussegnung in die christliche Gemeinschaft aufgenommen. Auch eine Frau mit starker Sexualität war im Kontakt mit der Hölle und wurde, wie Ihnen bekannt ist, nicht selten als Hexe verbrannt. In den Zusammenhang gehört auch die

² Bezirksspital Jeggendorf bei Bern, Schweiz. Das Spital wurde aus Spargründen vor kurzem geschlossen.

³ Auf Frauen und Mütter zentrierte Epoche vor Beginn des Ackerbaus, in der der Boden mit leichtem Werkzeug bearbeitet wurde

⁴ Bearbeitung des Bodens mit dem schweren Pflug

⁵ Vortrag "Weibliche Sexualität - von der Verteufelung zur Verdrängung" von Heidi Witzig anlässlich des Forums für Eros, Sexualität und Transzendenz 1999 in Zürich

Tatsache, dass das Verhältnis von Jesus zu den Frauen erst in letzter Zeit öffentlich korrigiert⁶ wird.

Die Frau wurde mit ihrem Zyklus und mit dem Gebären als im Körper und daher im Niederen, im Bösen verhaftet gesehen. Dem nach dem Höheren und Geistigen strebenden Christen waren diese Fähigkeiten und Kräfte unheimlich. Die als ideal dargestellte Frau Maria erlebte die Zeugung und die Geburt ihres Sohnes ohne Sperma-, Blut- und Schleimflecken, ohne irdische Schreie der Intensität und Lust sondern bestenfalls in einer geistigen Verzückerung.

Mit der Aufklärung und dem wissenschaftlichen Zeitalter änderte sich an der Spaltung von Körper/Biologie und Geist/Intellekt nichts Grundsätzliches. Letztere betrachtete mit einem Objektivitätsanspruch die erstere. Die Überzeugung der Aufklärung "cogito, ergo sum" von Descartes, beziehungsweise die Vorstellung, dass das Subjekt auf der einen Seite über das Objekt der sinnlichen und empirischen Welt auf der anderen Seite durch genaues wissenschaftliches Betrachten die Wahrheit erkennen kann entriss der Kirche den alleinigen Wahrheitsanspruch. Die Spaltung und der Kampf zwischen oben und unten, zwischen Geist und Körper wurden fortgeführt. Der in der Biologie verhafteten Frau wurde geistig nicht viel zugetraut, hingegen glaubten viele, der männliche Geist könnte seine Biologie inklusive Sexualität beherrschen. Laut dem Sterbebegleiter und Buchautor Dr. G. Looser⁷, war der Tod im mittelalterlichen Christentum nicht wie die Sexualität und das Gebären tabuisiert. Hingegen war das Sterben von der Angst vor der Hölle geprägt. Daher konnte oft bis zum letzten Moment gebeichtet werden. Gebete in diesem Sinne waren bis in die 60er Jahre dieses Jahrhunderts üblich. Gemeinsam war in unserer Kultur bei Geburt, Sexualität und Tod die Angst vor der Hölle.

In den ersten 2/3 des 20. Jahrhunderts wurden gebären und sterben immer mehr als medizinische Probleme betrachtet, die behandelt werden müssen. Sie wurden daher vermehrt in die Obhut der Spitäler verlagert. Ärzte und weite Teile der Bevölkerung, noch allein im aufklärerischen Denken verhaftet, glaubten, die nach wissenschaftlich objektiven Kriterien gefundene Behandlung sei das alleinige Beste. In den letzten Jahren verstärkte sich die Einsicht, dass diese gutgemeinten medizinischen Interventionen den natürlichen Lauf des Lebens und damit auch der Geburt und des Sterbens stören können. Der Einbezug der subjektiven, atmosphärischen Bedürfnisse fand in letzter Zeit viel mehr Gewicht. Auch das Bild des völlig objektiven Diagnostikers und Behandlers wurde relativiert. Er ist immer auch subjektiv und beeinflusst damit das Geschehen mit.

Frage an die Lesenden:

Wieweit Sie Sich in ihrem Handeln und Entscheiden von objektiv-wissenschaftlichen und wieweit von subjektiv- intuitiven Kriterien leiten?

⁶ Z.B. in "Jesus und seine Frauen" von Ina Praetorius im Folio Dezember 1999 der «Neuen Zürcher Zeitung»

⁷ Geäußert in einem persönlichen Gespräch

Wichtige Herausforderungen heute

Gewichtung von subjektiv - objektiv, links - rechts

Ken Wilber⁸ beschreibt diese zusammengehörenden Sichtweisen sehr eindrücklich. Seine Unterscheidung von individueller und kollektiver Sicht möchte ich für diesen Text vernachlässigen.

Subjektive Sicht, subjektiver Ansatz	Objektive Sicht, objektiver Ansatz
Persönliche Betrachtung und Bewertung von innen, "subjektiv"	Beobachtung und (möglichst) wiederholbare Messungen von aussen, "objektiv"
Intentional	Verhaltensbezogen
Kulturelle Erlebensweise, Prägung	Soziales System
Inneres	Äusseres
Persönliches Erleben von Gefühlen	Z.B. sachliche Beschreibung des limbischen Systems
Psychoanalyse, Humanistische Psychologie	Traditioneller Behaviorismus

Sie können objektiv alles Anatomische, Physiologische, Biochemische, Bioelektrische und Soziale über die Gebärende wissen und trotzdem haben Sie keine Ahnung, wie sie die Geburt subjektiv persönlich erlebt und warum. Sie können alles über die Orgasmushäufigkeit, Erektionsstärke, Atemtiefe in Litern, Geschlechtsverkehrsdauer und so weiter wissen und doch haben Sie keine Ahnung, wie zufrieden ein Paar mit der Sexualität ist und ob sie dabei tiefe Erlebnisse haben. Sie können alles über die vegetativen Schmerzzeichen, über die Verlangsamung des Herzschlags, über die Anwesenheit von Angehörigen wissen und doch haben Sie keine Ahnung, ob der Sterbende sein Sterben gut erlebt. Millionen und Milliarden von Geldwährungseinheiten sind in objektive Forschung geflossen. Wenig Geld stand zur Erforschung der subjektiven Sicht zur Verfügung, um die Menschen zu fragen, wie sie es selbst sehen, wie sie empfinden, wie sie Bedeutung und Sinn finden. Die Oberfläche kann von aussen mehr oder weniger objektiv betrachtet werden, die Tiefe muss im Dialog subjektiv zwischenmenschlich gesucht werden. Die lange vorherrschende wissenschaftliche Betrachtungsweise allein bleibt oberflächlich, funktional, letztendlich schal und ohne Sinn und Tiefe. Erst der gleichwertige Einbezug der subjektiven persönlichen Sicht macht das vollständige Bild.

Frage an die Lesenden:

Wie sieht das in Ihrem Arbeitsbereich aus? Neigen Sie mehr zur subjektiven, objektiven oder ausgewogenen Haltung?

Logos und Eros

Logos gehört zu den maskulinen, Eros zu den femininen Qualitäten, die beide bei beiden Geschlechtern vorkommen. Sie beschreiben die momentanen Prioritäten in der Haltung dem Leben gegenüber:

⁸ Ken Wilber; Eine kurze Geschichte des Kosmos; Spirit Fischer 1998, S. 101 ff.. Ken Wilber; Eros, Kosmos, Logos; Krüger 1996; S. 160 ff.

Eros	Logos
Bedürfnis nach Verbundenheit mit anderen Individuen Verbindend, Gemeinsames Beziehung, Liebe Kraft hinter dem Verlangen nach Liebe und Vereinigung	Bedürfnis nach Abstraktion, Schafsinn, Verstand, faszinierenden Ideen, Klarheit Unterscheidend, trennend, absondernd Eindringen + verstehen der Mysterien Schafft Formen für zwischenmenschliche Handlungen

Eine vorwiegend vom Eros geprägte Atmosphäre wird bald unklar, gefühlsdominiert bis schwammig und "sumpfartig". Eine Logos-dominierte Haltung bleibt kalt, entseelt und distanziert. Beides kann sowohl in sexuellen Liebesbeziehungen als auch in Beziehungen im medizinischen und beratenden Bereich beobachtet werden. Eine Integration beider Qualitäten führt zu einer warmen und klaren Atmosphäre.

Frage an die Lesenden:

Wie halten Sie es mit dem Gleichgewicht von Eros und Logos?

Das Verhältnis von Frau und Mann

Der Geschlechterkampf rund um die Geburt und die Sexualität ist auf dem historischen Hintergrund gut verständlich. Verstärkt wieder seit dem Ende der 60er Jahre ist eine Veränderung im Gange. Frauen erobern mehr bisher männliche Welten und Männer erleben mehr bis anhin weibliche Lebensräume. Beide lernen die vorher dem anderen Geschlecht zugeschriebenen Eigenschaften anzunehmen und zu integrieren. Das bedeutet, dass heute in der Gesellschaft die innerpsychische Verbindung von männlich und weiblich Unterstützung erhält. Wenn wir das Gegengeschlecht aussen bekämpfen, verletzen wir uns selbst indirekt, weil wir auch gegengeschlechtliche Eigenschaften haben. Eine konstruktive Auseinandersetzung zwischen den Geschlechtern ist heute mehr denn je attraktiv.

Frage an die Lesenden:

Ist das für Sie ein Thema? Kennen Sie offene oder verdeckte Auseinandersetzungen zwischen den Geschlechtern?

Die Verbindung von oben und unten

"... In einer Welt leben, in der alles um den Menschen kreist (hedonistisch nur auf Irdisches und Fun fokussiert. Anm. von R.F.), ist gar nicht so einfach. Spätestens dann, wenn es brenzlich wird. Und brenzlich wird es dauernd: in Existenzkrisen, Zukunftslochern, Todesängsten. Welchen Segen, gäbe es da eine Instanz, die unseren armseligen Horizont überstiege, eine Art «Transzendenz», ..."⁹. Dieses Zitat weist auf die jahrtausende alte Auseinandersetzung zwischen Geist und Materie hin.

(Nach) Oben	(Nach) Unten
Geist Spiritualität	Materie, Fleisch Irdische Lebensbewältigung

⁹ Ludwig Hasler in der schweizer Wochenzeitung «Weltwoche» vom 13. April 2000

Geistige Verzückung Stille geistige Ekstase Früher dem Himmel und Gott nah	Körperliche Lust, Geilheit Körperlich intensive Ekstase Früher der Hölle und dem Teufel nah
--	---

Bei der Geburt ist die Hauptbewegungsrichtung nach unten zur Erde hin, das Kind kommt je nach religiöser Überzeugung aus der "anderen Welt" einen Schritt näher in die physische Existenz. Die Frau öffnet sich in ihrem Unterleib und "bringt das Kind zur Welt" oder "kommt nieder". Das ist ein sehr körperlicher Vorgang mit Schleim, Körpersäften, Blut, Schreien, Lust, Schmerzen und so weiter. Die Hauptbewegungsrichtung ist nach unten auf die Erde. Lediglich die Beteiligung des Vaters ist nicht notwendigerweise physisch. Er ist sicher geistig beteiligt, indem er innerlich mit dabei ist oder indem die an der Geburt beteiligten wissen, dass es auch einen Vater gibt. Fakultativ kann er auch körperlich an der Geburt teilnehmen.

Die Bewegungsrichtung beim Sterben geht nach oben in die geistige oder "andere Welt", aus dem Körper weg.

In der Sexualität ist wohl in unserer Kultur die häufigste Variante, dass sie erst mal nach unten in den Körper führt, in die Lust und die Sinne. Bereits vor dem Orgasmus in der Phase des Lust- und Energieaufbaus oder häufiger während und nach dem Orgasmus kann eine Öffnung in die geistige Dimension, in das Dasein überhaupt auftreten. Das ist die Bewegung nach oben. Tantra beschäftigt sich mit diesen beiden Öffnungen in der Sexualität und im Leben überhaupt. So findet eine Transformation des alten Konflikts zwischen Geist und Körper statt. Wenn während der Sexualität ein Kind gezeugt wird, beginnt für das Kind der Weg nach unten auf die Erde in die physische Existenz.

Während also bei der Geburt die Hauptbewegung nach unten und beim Sterben nach oben geht, kann in der Sexualität eine Integration und Öffnung beider Richtungen geschehen. Auch die Anekdote des kurz vor dem Sterben von seinen Schülern nach der letztendlich befreienden Erkenntnis befragte Zenmeisters zeigt die Integration von geistiger und irdischer Ausrichtung. Genüsslich kauend soll sein letzter Satz gewesen sein: "Dieser Kuchen ist wunderbar!".

Frage an die Lesenden:

Wie erleben Sie in Ihrer Arbeit, Ihrem Leben Bewegungen nach oben oder nach unten?

Aktuelle und zukünftige Entwicklungen bei Gebären, Lieben und Sterben

Mir fallen zwei Entwicklungsrichtungen auf: Die Tendenz, einerseits den natürlichen Ablauf zu fördern und andererseits die technischen und medizinischen Möglichkeiten weiterzuentwickeln.

Der «natürliche» Weg

Dazu gehören die Entwicklungen mit den Geburtshäusern, Hausgeburten¹⁰ und der Anreicherung der Geburtsabteilungen mit "sanften" Mitteln. Die Idee ist, den natürlichen Ablauf zu fördern.

Beim Sterben ist die natürliche Begleitung vielerorts bereits wieder das Normale. In der Sexualität werden die Menschen in der Schule, in Liebesschulen¹¹ und von verschiedenen Medien immer wieder darin gefördert, mit ihren natürlichen Impulsen zu gehen.

¹⁰ Sehr schön gezeigt im Film von Maria Arlamovsy über eine Hausgeburt, Titel: «Angst hab'ich keine, aber leid tu ich mir schon»

¹¹ Z.B. die vom Autor und seiner Frau geleitete Mann Frau Symphonie

Eingreifen mit technischen und medizinischen Möglichkeiten

Bei der Geburt spielen vor allem die Entwicklungen bei der Fortpflanzungsmedizin und bei operativen Eingriffen eine sehr wichtige Rolle. Die Fortpflanzung wird mit den neuen Befruchtungsmöglichkeiten immer mehr von der Biologie gelöst. Die zunehmende Verbreitung von Wunschsectios stellt neue Fragen. Aus der objektiven Sicht sind Wunschsectios eine gute Alternative zur Geburt. Wieweit sie subjektiv zu verantworten sind, ist zu wenig geklärt. Perinatalpsychotherapeuten¹² weisen darauf hin, dass das Kind durch den abrupten Wechsel von der intrauterinen in die äussere Welt deutlich mehr traumatisiert wird als durch eine unkomplizierte Geburt. Bei der Sexualität und beim Sterben sind solch massive Eingriffe weniger verbreitet.

"Wissenschaft und Technik scheinen die Kinder Adams und Evas allmählich vom alttestamentarischen Fluch der Arbeit im Schweisse des Angesichts und des Gebärens unter Schmerzen zu erlösen"¹³. Ob diese Art der Erlösung eine wirkliche Emanzipation ist, bezweifle ich. Eine echte Befreiung scheint mir mehr die Fähigkeit zu sein, sich von der alttestamentarischen Definition als Fluch und Strafe zu lösen und den Herausforderungen der Arbeit und der Intensität der Geburt eine eigene positive Bedeutung zu geben. Dazu gehört ein Annehmen jedes Aspektes des Abenteuers Menschsein¹⁴. Erst aus dieser Position ist eine wirklich freie Entscheidung möglich, inwieweit von den technischen Möglichkeiten Gebrauch gemacht werden will und wie weit zum Beispiel die Fortpflanzung von der Sexualität und der Biologie gelöst werden soll. Sonst laufen diese Fortschritte Gefahr, in erster Linie Hand für die Flucht vor dem Menschsein zu bieten.

Frage an die Lesenden:

Können Sie sich ein Haus mit 3 Stockwerken vorstellen? In der untersten Etage finden Geburten statt, in der mittleren machen Männer und Frauen Liebe und im Dachgeschoss kommen Menschen zum Sterben. Wie ist das, wenn Sie sich das sehr konkret vorstellen? Z.B. sind Sie im mittleren Stockwerk zum lieben und wissen gleichzeitig, dass unter Ihnen Menschen geboren werden und über Ihnen solche sterben.

Wenn Sie sich das wirklich vorstellen besteht die Möglichkeit, die Zusammengehörigkeit von Lieben, Gebären und Sterben zu erfüllen.

Dr. med. Robert P. Fischer

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH

Sulgeneckstrasse 38

CH-3007 Bern

Tel. +41 31 3722121

fischer@mann-frau.com

¹² z.B. Ray Castellino, Californien, USA

¹³ Henri Atlan in "Les Etincelles de hasard" (Funken des Zufalls) 1999

¹⁴ Das ist eine u.a. im Tantrismus zentrale Haltung dem Leben gegenüber