

Gesundheit als Lebenskompetenz und konkrete Utopie

Interview mit Annelie Keil

von PetRa Weiß

Prof. Dr. Annelie Keil wurde 1939 geboren. Als Kind hat sie den Krieg erlebt. Sie wuchs in einem Kinderheim in Polen auf, 1945 flüchtete sie, dann war sie zwei Jahre mit ihrer Mutter in Gefangenschaft, 1947 kam sie in Friedland an. Sie hat Politische Wissenschaften, Soziologie und Pädagogik studiert, 1968 promoviert und war danach als Assistentin und Akademische Rätin an der Pädagogischen Hochschule Göttingen tätig. Schon 1971 wurde sie als Professorin an die Universität Bremen berufen. Sie arbeitete in den Bereichen Sozialarbeitswissenschaft, Gesundheitswissenschaften und Krankenforschung, angewandte Biografie- und Lebensweltforschung. Professor Keil war Gründungsmitglied verschiedener Einrichtungen der Universität Bremen: des „Zentrum für Public Health“, des „Instituts für angewandte Biografie- und Lebensweltforschung“, des „Forum Lehren und Lernen“ und außerdem Mitbegründerin des Netzwerks „Zukunftsgestaltung und seelische Gesundheit Bremen“ im Rahmen eines EXPO Projekts. Sie erhielt einen Preis für ausgezeichnete Lehre und 2004 das Bundesverdienstkreuz. Sie hat ihr Wissen und ihre Erfahrungen in Büchern, umfangreicher Vortragstätigkeit sowie in Funk und Fernsehen mit der Welt geteilt. Seit 2004 befindet sie sich im arbeitsamen „Ruhestand“ jenseits der Erwerbsarbeit.

Liebe Frau Professor Keil, beim Kongress der GfBK im Mai 2017 hatte ich die Freude, Ihrem Vortrag lauschen zu dürfen. Neben Ihrem herzerfrischenden Humor habe ich vor allem Ihre kraftvolle Ausstrahlung bewundert. Woher nehmen Sie diese Power?

Kraft ist nicht etwas, was man einfach hat oder nicht hat. Leben ist eine Kraftquelle, die darauf angewiesen ist, dass wir unsere Energie erzeugen und abrufen. Ich habe sehr früh gelernt, dass nichts im Leben selbstverständlich ist, dass man um vieles

kämpfen, sich vieles erobern muss. Und gleichzeitig bin ich sehr neugierig: Ich will wissen, warum die Dinge so sind, wie sie sind. Und natürlich will ich auch verstehen, wie wir die geworden sind, die wir sind.

Ihre Biografie ist atemberaubend. Wie ist es Ihnen gelungen, Ihre frühen Begegnungen mit dem Schicksal für sich offensichtlich positiv zu nutzen, statt daran zu zerbrechen? Das Leben hat uns nichts versprochen, aber es hält viel, nämlich das, was wir zusammen

mit anderen erfinden, erarbeiten, auch geschenkt bekommen. Jede Begegnung, jedes Ereignis im Leben hat Ecken und Kanten und nicht alle sind darauf aus, uns das Leben mies zu machen. Meine Mutter hat mich unmittelbar nach der Geburt in Berlin in ein Heim gegeben. Sie traute sich das Leben mit einem unehelichen Kind nicht zu. Aber die Heimeinweisung hat mir zwei Erzieherinnen beschert, die mich liebten, die an mich glaubten und auf diese Weise eine Widerstandskraft in mir gefördert, die mir auch später geholfen hat, schwere Trennungen oder Krankheiten mit ihren Folgen einigermaßen zu meistern. Und man muss wissen: Nicht alle Wunden heilen, sie sind Wegweiser durch ein Leben, das eben verletzlich und endlich ist.

Für eine Frau, insbesondere Ihrer Generation – wenn ich das so sagen darf –, ist Ihre berufliche Entwicklung mehr als außergewöhnlich. Was ist Ihr Erfolgsrezept?

Als Kind, das mit seiner Mutter von Sozialhilfe lebt und das früh Verantwortung übernehmen muss, lernt man, dass Erfolg nicht vom Himmel fällt, sondern Arbeit ist, Ehrgeiz, aber vor allem Lust braucht, dass Disziplin nicht nur Unterdrückung ist. Das Wichtigste waren eigentlich meine Überzeugung und auch mein Glaube, dass wir als



© Kathrin Doepner (Bremen)

Menschen einen Auftrag haben und dass die Welt nicht so bleiben muss, wie sie ist. Ich habe mich mit 12 Jahren gegen den Willen meiner Mutter taufen lassen – angestachelt durch Albert Schweitzer, dessen Satz „Wir sind Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will“ mich bis heute trägt!

Ihre Arbeit wurde 1992 mit dem Berninghausen-Preis für ausgezeichnete Lehre gewürdigt. 2004 erhielten Sie das Bundesverdienstkreuz. Was bedeuten Ihnen diese Anerkennungen?

Der Berninghausen-Preis für ausgezeichnete Lehre war ja eine kleine Revolution. Bis dahin gab es immer nur Forschungspreise an den Universitäten, obwohl wir als Hochschullehrer vor allem auch die Aufgabe haben, die Studierenden zu begleiten und auf sehr verantwortungsvolle Berufe vorzubereiten. Ich bin als 68-Jährige nach Bremen gegangen, um dem Muff unter den Talaren etwas entgegenzusetzen. Und deshalb habe ich mich über den Preis besonders gefreut! Das Bundesverdienstkreuz hat mich anders erfreut. Es waren die Menschen aus den vielen Projekten, die ich ehrenamtlich ge-

macht habe, die den Antrag gestellt haben. Sie wollte ich nicht enttäuschen. Die Auszeichnung anzunehmen quälte mich auch. Denn eines meiner Projekte, der Jugendhof Steinkimmen als Bildungseinrichtung für politische Bildung und Antragsteller, war aus finanziellen Gründen geschlossen worden. Das war schwer auszuhalten.

Insbesondere für die Bildung von Frauen haben Sie sich immer wieder engagiert. Bei den Landfrauen wie auch bei Unternehmerfrauen des Handwerks und in Frauengesundheitszentren waren Sie aktiv. Wie bewerten Sie die Chancen von Frauen heute, sich in wichtigen Fragen zu ihrer Gesundheit zu informieren und fortzubilden? Und welche Rolle spielt diese Möglichkeit für die Gesunderhaltung oder Genesung?

Ich habe die feministische Frauenbewegung mit großem Interesse und gleichzeitig mit Distanz begleitet. Für mich waren die Beiträge z.B. der evangelischen Theologin Dorothee Sölle von großer Bedeutung. Der Zusammenhang von spiritueller Erfahrung, Widerstand und politischer Beteiligung und die Opposition der Frauen gegen die Dominanz der Männer in Kirche, Universität, Me-

dizin und vielen anderen gesellschaftlichen Bereichen gehörten als Gedanken für mich zum Aufbau einer Gesundheitsbewegung. In diesem Rahmen entwickelte ich Konzepte für eine biografisch und psychosomatisch orientierte Gesundheitsbildung, u.a. für Frauen in besonderen Lebenslagen. Das waren und sind vor allem auch Landfrauen, Unternehmerfrauen im Handwerk, gegenwärtig vor allem Frauen als pflegende Angehörige. Ob Männer oder Frauen: Gesundheit ist kein medizinischer Zustand, den man erheben kann. Gesundheit ist eine Lebenskompetenz, die immer wieder neu entwickelt werden muss, um die körperlichen, seelischen, geistigen, sozialen und spirituellen Dimensionen des Lebens und seiner Gefährdungen zu reflektieren und umzusetzen. Sich zu informieren, sich selbst überhaupt wahrzunehmen und kennenzulernen, ist eine wichtige Grundlage für die Fähigkeit, eigene Entscheidungen zu treffen. Nicht nur Frauen, aber besonders Frauen sind gegenwärtig in Gefahr, auf eine Art Gesundheitswahn hereinzufallen, der neuen Religion „Hauptsache gesund“ auf den Leim zu gehen und zu vergessen, dass Leben die Hauptsache ist und dass der Mensch auch dann gesund ist und bleibt, wenn er „krank“ ist. Unser Leben lebt zwischen den Polen Geburt und Tod, Nähe und Distanz, Gesundheit und Krankheit, Freude und Angst, Licht und Schatten. „Ohne eine gute Krankheit, wäre die beste Gesundheit nichts“, heißt es bei Nietzsche, und um noch etwas zu ergänzen: Der Tod ist am Ende eine entscheidende Gesundheitsmaßnahme. Irgendwann kommt das zum Tragen, was schon im Augenblick der Geburt vereinbart ist: Das Leben ist endlich.

Sie haben sich viel mit Themenkomplexen wie Gesundheit und Krankheit, Lebenskrisen und Lebenskompetenzen beschäftigt. Wenn Sie auf die Entwicklungen der vergangenen Jahrzehnte zurückblicken: Was hat sich im Bewusstsein der Menschen

verändert? Wo stehen wir heute? Und was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Ich glaube, dass wir unserem Zeitalter, den vielen wissenschaftlichen Erkenntnissen in den Human- und Geisteswissenschaften, der Bildung entsprechend sehr viel Wissen zusammengetragen haben, das uns hilft, das Leben besser zu verstehen und uns bewusster zu machen, worum es geht. Gleichzeitig sehen wir, wie die Welt immer wieder aus den Fugen gerät, Mitgefühl und Solidarität immer stärker von Hass und Gewalt umstellt sind, Menschen ihre Kraft verlieren, einzugreifen oder zumindest sich selbst zu schützen. Wir stehen grundsätzlich nicht mehr am Abgrund als andere Gesellschaften und Kulturen vor uns. Aber wir stehen an spezifischen Wendepunkten, die es zu meistern gilt. Einer ist sicherlich das Verhältnis der Generationen zueinander, das im Kontext des demografischen Wandels und der Veränderung von Familien- und Angehörigenstrukturen neu zu definieren und zu leben ist. Ein anderer ist die Entwicklung einer Sorgeskultur, die uns politisch, emotional und spirituell zusammenhält. Im Bereich Medizin, Gesundheits- und Pflegesystem geht es meiner Meinung nach verschärft um die Zusammenführung von Fachlichkeit und Menschlichkeit, die das dialogische Miteinander angesichts von Ökonomisierung und Effektivierung zu verlieren drohen. Vor allem geht es darum, dem Gesundheitswahn und der These von der Selbstoptimierung entgegenzutreten und zu zeigen, dass nicht das Körpergewicht, die gesunde Ernährung und auch nicht die Yogaübung über den Sinn des Lebens entscheiden, sondern dass die Frage nach dem Sinn des Lebens nur mitten in unserem jeweiligen eigenen biografischen Leben entschieden wird.

Auch mit den sensiblen Themen Sterben und Sterbebegleitung haben Sie sich intensiv befasst. Sie haben das wissenschaftliche Weiterbildungsstudium Palliativ Care



© Kathrin Doepner (Bremen)

an der Universität Bremen mitbegründet. Wie denken Sie persönlich über das Ende unseres Lebens? Und inwieweit können Menschen von außen sinnvolle Unterstützung erfahren, die an der Schwelle dieses Übergangs stehen?

„Dass ich noch lebe, erfüllt mich mit Dankbarkeit.“

„Über das Sterben reden und den Abschied leben lernen“ lautete der Untertitel des Buches, das ich mit Henning Scherf über das Tabu des Todes geschrieben habe. Es geht nicht um Rederei, sondern um die Möglichkeit, das eigene Leben, das ja für jeden mit dem Sterben und dem Tod enden wird, genauer in den Blick zu nehmen, die Übungen zu erkennen, die Verletzlichkeit und Endlichkeit in unser Leben täglich einbringen. Eine Liebe wird geboren, und sie wird vielleicht sterben. Eine Idee wird geboren, und wir müssen sie loslassen, wenn sie sich als falsch erweist. Wir lassen uns auf die Erwerbsarbeit ein, müssen sie aber irgendwann loslassen. Vor allem die Hospizarbeit

hat mir gezeigt, dass wir im Abschied vom Leben nicht allein sein müssen, wenn wir das nicht wollen, und dass wir uns schon vorher mit der Frage auseinandersetzen können, was es heißt, sich in Würde zu verabschieden. Eine Patientenverfügung sollte mehr als ein juristisches Dokument über medizinische Behandlungen sein! Ich habe gerade ein Buch über die Hingabe, die Pflichtgefühle und die Verzweiflung von pflegenden Angehörigen geschrieben und dort zusammengetragen, worum es geht. Ich selbst wundere mich als Kriegskind und mit Blick auf meine vielen schweren Erkrankungen, dass ich überhaupt noch lebe. Das erfüllt mich mit Dankbarkeit und auch der Bereitschaft, irgendwann abzukommen.

Im In- und Ausland haben Sie psychosoziale und Bildungsprojekte unterstützt. Gab es Erlebnisse in der Fremde, aus denen Sie wichtige Erkenntnisse gewonnen haben, die uns auch hierzulande nützlich sein könnten?

Lassen Sie mich ein Beispiel nennen. Seit meiner Pensionierung finanziere und beteilige ich mich an einer Suppenküche in Bremen, ein Gastmahl bei Freundinnen aus

aller Welt. Wir laden Frauen aus dem Stadtteil, der viele Flüchtlinge, Asylanten, Migranten und Migrantinnen beherbergt, zu köstlichen internationalen Suppen ein, die sie genießen und dabei ins Gespräch miteinander kommen können. Nach dem Essen biete ich eine Gesprächsrunde mit dem Titel an: Dem eigenen Leben auf der Spur – Probleme erkennen, Fragen stellen, Antworten suchen. Dieses Projekt zeigt, was ich in meinen verschiedenen Projekten als wesentlich gefunden haben: einander wahrnehmen und respektieren, miteinander reden und streiten, zusammen etwas tun und das Leben auch dann genießen, wenn es schwer ist.

Liebe Frau Professor Keil, herzlichen Dank dass Sie unsere Leser an Ihren bewegenden Erfahrungen und berührenden Erkenntnissen teilhaben lassen.

Zum Weiterlesen

Keil, Annelie: Auf brüchigem Boden Land gewinnen: Biografische Antworten auf Krankheit und Krisen. Kösel (2011)
 Keil, Annelie: Wenn die Organe ihr Schweigen brechen und die Seele streikt: Krankheit und Gesundheit neu denken. Scorpio (2014)
 Keil, Annelie: Wenn das Leben um Hilfe ruft: Angehörige zwischen Hingabe, Pflichtgefühl und Verzweiflung. Scorpio (2017)

Kontakt

Prof. Dr. Annelie Keil
 E-Mail: annelie.keil@ewetel.net
 Internet: www.anneliekeil.de



© Kathrin Doepner (Bremen)

– Anzeige –



Der erste Schritt zu einem gesünderen Leben!

TERRA MUNDO

...besser leben

VITALPILZE

Zur Unterstützung des gesunden Immunsystems

Reishi – Shiitake – Maitake – Hericium
 Agaricus – Cordyceps – Coriolus – Polyporus
 Coprinus – Auricularia

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

VITALPILZE von TERRA MUNDO

- Bio-zertifizierte Premiumqualität
- analysierte Rohstoffqualität auf Schwermetalle (Blei, Cadmium, Quecksilber), Pestizide, Schimmelpilze, Mikrobiologie, Radioaktivität
- Verarbeitung & Analytik in Deutschland
- einfach und bequem in der Anwendung als Nahrungsergänzungsmittel in Kapselform
- Zusammensetzung pro Kapsel: 250 mg konzentriertes Pilzextrakt & 150 mg Ganzpilz-pulver plus 30 mg Bio-Acerolapulver

TERRA MUNDO – Spezialist für hochwertige Nahrungsergänzung aus der Natur (Schwerpunkt TCM). Informieren Sie sich gerne auch über unser weiteres Sortiment!



TERRA MUNDO

Terra Mundo GmbH, Ferdinandstr. 24, 61348 Bad Homburg
 Telefon: 0 61 72 / 185 32-0, Fax: 0 61 72 / 185 32-29
info@terra-mundo.de, www.terra-mundo.de



BERATUNG & INFOPOST:
 Telefon: 0 61 72-18 53 2-0
www.terra-mundo.de

VEREINTE VORTEILE – EINE KOMBINATION AUS PILZPULVER & EXTRAKT!