

Reflexionen über Sterben und Tod

Werner Burgheim

Machen wir uns nichts vor: Sterben ist eine schwierige Aufgabe, für den Sterbenden selbst wie für seine soziale Umwelt. Sterben ist eine existenzielle Bedrohung, die uns radikal, d. h. von der Wurzel her aus unserem derzeitigen Zustand herausführt in einen nur vom Glauben her zu erfassenden anderen Zustand. Zwar versuchen die Menschen mit Bewusstheit und Reflexionsfähigkeit dieses Drama zu begreifen und das Geheimnis zu deuten. In Mythen, Archetypen und Symbolen sind solche Deutungsversuche überliefert. Vielleicht sind diese eher zu deuten wie die Künstler, wie die Maler, Bildhauer, Musiker, weil wir dann, wie sie, die verschlüsselte Symbolik eher intuitiv erfassen. Lässt sich das Mysterium vielleicht eher mit dem Herzen als mit dem Verstand verstehen?

*Aus der Existenz
heraus*

Das Schicksal des Todes haben wir Menschen mit allem in der Natur gemein. Der Mensch ist ein Stück der Natur, mit Frühling, Sommer, Herbst und Winter, mit der Wärme des Sommers und der Kälte des Winters, gemeinsam mit dem Rhythmus der Meere von Ebbe und Flut. Ein ganzes Leben eine Wiederholung von Leben und Sterben, ein Sterben, das mit der Geburt beginnt. Sterben trifft uns alle ausnahmslos, macht uns alle gleich. Tatsächliche oder eingebildete Macht, die Scheinsicherheit des Ruhmes und des Besitzes, all das wird im Tode relativ. Reichtum erschwert allenfalls das Sterben, weil er das Loslassen zusätzlich erschwert. Oft wird dann bis zuletzt gegen Sterben gekämpft, das Thema gemieden, tabuisiert und verdrängt. Doch all diese Abwehr nützt gar nichts. Uns allen blüht der Tod, er ist uns todsicher.

*Natürliches
Schicksal*

Wenn dem so ist, dann ist es doch besser, sich auf das Thema einzulassen, sich schon im Leben dem Sterben vorsichtig zu nähern. Zunächst werden sich berechnete oder eingebildete Ängste

Ängste aufdrängen. Deren gibt es viele: Die Trennungsangst, die Angst vor dem Verlust des geliebten Menschen, Angst vor dem Verlust an Selbstachtung, Angst vor Abhängigkeit und Entmündigung, vor dem Alleinsein, vor Schmerzen, Siechtum, der Angst, vergessen zu werden. Viele dieser Ängste sind, wie wir noch sehen werden, durchaus berechtigt. Viele sind beeinflussbar und auch mithilfe anderer zu bewältigen. Ängste mobilisieren Kräfte. Wenn unsere *Abwehr* Abwehrmechanismen, die gegen Ängste, die gegen das Sterben und gegen den Tod errichtet worden sind, fragwürdig werden, zusammenbrechen oder aufgegeben werden, wenn wir die Fragen des Lebens auf neue Weise stellen, werden wir neue Einstellungen, Lebensweisheiten und Wertvorstellungen entwickeln.

„Erst wenn wir im Dunkeln sitzen,
geht uns ein Licht auf,
erst wenn die Vernunft verstummt,
horchen wir auf,
erst wenn wir die Dummen sind,
werden wir klug.“

Dieter Höss

Gemeinsam gestalten Sterben und Trauerprozesse sind also gestaltbar und eine Herausforderung an die soziale Gemeinschaft und Nächstenliebe. Den Wüstengang können wir nur alleine gehen, wie wir nur selbst essen und schlafen können. Doch gerade in lebensbedrohlichen Situationen, auf dem letzten Weg, wird die Sehnsucht nach Geborgenheit und nach dem Zuhause groß. Es ist daher nicht verwunderlich, dass 80 % aller Menschen zu Hause sterben wollen. Sie können diesen letzten Weg nur alleine gehen, aber gut begleitet geht es meist besser. Dies wird treffend in einem Spruch der amerikanischen Selbsthilfebewegung der 30er-Jahre so formuliert:

„You alone can do it, but you can't do it alone.“

Wenn Sehen, Hören und Gehen versagen, werden andere für

uns sehen, hören und gehen. Frühkindliche Ersterfahrung des Körperkontaktes und des Tastsinnes werden wieder bedeutsam. Die haltende Hand wird zum Trost. Die alten Ägypter glaubten, dass in den Händen, die den Sterbenden begleiten, bereits die Hände der Himmelsgöttin Nut zu spüren sind. Die Begleitung und Zuwendung und Liebe geschieht, ohne dass eine besondere Leistung erbracht wurde. In einer Welt, in der fast alles auf Leistung und Gegenleistung beruht, ist dies ungewöhnlich. Nur weil der andere als Mensch da ist, weil es ihn gibt mit all seiner Liebenswürdigkeit und all seinen Schwächen, wird er begleitet und geliebt, auch und gerade, wenn es mühsam und beschwerlich wird.

Geborgenheit

Freilich steht auch die Zuwendung in der Gefahr, übertrieben zu werden und in einem tödlichen Fürsorgeterror in einem „Totlieben“ zu enden.

Die Fragen des Lebens neu zu stellen bedeutet auch, nachzudenken über den Körper als endliche Hülle, über die Bedeutung von Seele und Geist, über die Vergeistigung, über bleibende Liebe und über Gott. Solche Reflexionen geben ein neues Bewusstsein, Reifung und Tiefgang.

Reflexion

Dies fällt nicht leicht in einem gesellschaftlichen Klima, in dem vor allem Schaffenskraft und Erfolg zählen, in dem Unsterblichkeit und Machbarkeit, die Überlistung des Todes angestrebt und Leiden und Sterben bekämpft werden. Ob jemand am Ende eines langen Lebens schon lebenserfüllt oder ob er lebensmüde stirbt, immer ist es das Persönlichste und zugleich Fremdste im Leben. Die Kunst des Sterbens, die „ars moriendi“, ist uns als immerwährend und gemeinschaftlich zu gestaltende Aufgabe aufgegeben.

Die Kunst des Sterbens

