

Die Kunst des Sterbens

Von Lukas Niederberger

Für NZZ am Sonntag, erschienen am Todestag von Johannes Paul II.

Die mediatisierten Todeskämpfe der US-Amerikanerin Terri Schiavo und von Papst Johannes Paul II. haben Gesundheit, Sterben und Tod wochenlang ins Alltagsbewusstsein gerückt. Grund genug, um über diese Tabuthemen nachzudenken. Der Jesuitenpater und Direktor vom Lassalle-Haus, Lukas Niederberger, begleitet regelmässig Sterbende.

Wochenlang war die 41-jährige Terri Schiavo das Hauptthema in den US-Medien, weil man ihr nach 15 Jahren im Wachkoma die künstliche Ernährung abgestellt hat und sie 13 Tage danach gestorben ist. Und auch dem römischen Pontifex Johannes Paul II., der sein jahrelanges Leiden wie ein lateinisches Hochamt zelebrierte, verhalf die Spitzenmedizin mehrmals zu einer Verlängerung des irdischen Daseins. Beide Fälle warfen und werfen grundsätzliche Fragen nach dem sinnvollen Umgang mit Sterben und Tod sowie mit dem Annehmen und Verdrängen des eigenen Schicksals auf. Vor allem das jahrelange Wachkoma, das auch in Europa tausendfach praktiziert wird, ruft verschiedene Extrempositionen auf den Plan, wie sie auch im Zusammenhang mit der künftigen Gesundheitspolitik in unserem Land zu hören sind. Die Fortschritte der künstlichen Lebensverlängerung haben ihre Sonnen- und Schattenseiten. Entsprechend bilden sich bezüglich Gesundheitspolitik und Beziehung zum Tod unterschiedliche ideologische Lager. Auf der einen Seite stehen jene, die sich dem Eid des Hypokrates und einer hochwertigen Medizin verpflichtet wissen und mit allen technischen Mitteln Leben retten und verlängern wollen - mit der Gefahr, dass die Frage nach der Sinnhaftigkeit von Operationen und Therapien verloren geht. Die bedingungslose Rettung allen menschlichen Lebens von der Zeugung bis zum Hirntod (ausser wenn es um Todesstrafe, Hunger in der Dritten Welt und unschuldige Zivilisten in Kriegsgebieten geht) wird auch von fundamentalistisch-christlichen Gruppen gefordert. Im Oppositions-Lager melden sich all jene, welche die Kostenexplosion der Spitzenmedizin fürchten und die Unverhältnismässigkeit kritisieren, solange weltweit unzählige Menschen keinen Zugang zur medizinischen Grundversorgung geniessen. Gestützt werden sie von jenen religiösen Gruppen, die im möglichst langen Hinausschieben des physischen Todes nicht zwingend den Willen Gottes erkennen, sondern dem alttestamentlichen Prediger Kohelet huldigen: "Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit: eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Ernten, eine Zeit zum Töten und eine Zeit zum Heilen..." Beide Positionen enthalten ein Körnchen Wahrheit und können ethisch und religiös begründet werden. Auf der psychologischen Ebene sei die Frage erlaubt, ob wir Menschen uns selbst nicht einer tiefen Reifung berauben, indem wir die Kunst des Sterbens nicht pflegen. Philosophisch fragt man sich, ob wir Gesundheit überhaupt als höchstes Gut anstreben sollen? Und theologisch darf man sich fragen, ob ein langes Leben um jeden Preis und das künstliche Hinausschieben des Todes einen Sinn ergeben bei glaubenden Menschen, die mit der Hoffnung auf Auferstehung und ewiges Heil leben. Der Drang nach ewigem Leben auf Erden führt oft so weit, dass wir unsere Hoffnung mehr auf die irdischen Götter in Weiss als in die himmlische Dreifaltigkeit setzen. Wenn es heisst: "Der Patient hat leider keine Hoffnung mehr", so meinen wir damit in der Regel nicht, dass der Sterbende seinen religiösen Glauben verloren hat, sondern dass die technischen Heilungsmöglichkeiten an Grenzen stossen. Und wenn die Nachrichtenagentur Ansa gestern früh Ärzte mit den Worten zitiert: "Es gibt keine Hoffnung mehr", dann ist das eigentlich eine Frechheit gegenüber einem Menschen, der ein Buch verfasste mit dem Titel: "Leben aus der Kraft der Hoffnung" und über den bereits eine Biografie mit dem Titel "Zeuge der Hoffnung"

erschienen ist.

Manche Christen wie auch Kirchenferne waren in den letzten Wochen bass erstaunt, als Tausende frommer Katholiken in Rom und weltweit Gott darum baten, dass der sterbende Papst wieder gesund werde. Und in der Nacht auf Samstag riefen Tausende die ganze Nacht hindurch "Viva il Papa!" Wieso sollte der Papst nicht wie jeder Christ einfach sterben dürfen? Wieso wollte man ausgerechnet den Stellvertreter Christi festhalten, der aus dem tiefen Glauben gelebt hat, dass er im Tod ganz in Gottes Hände fallen würde? Und wieso wagten Tausende frommer Menschen dem lieben Gott zu sagen, was er zu tun habe? Ich hoffe, dass man den Papst nicht noch 15 Jahre lang künstlich ernähren wird, er würde höchstens zur Ikone einer serbelnden römisch-katholischen Kirche mutieren. Ich frage mich auch, was Karol Woytila wohl bewogen hat, an seinem Pontifikat mit solcher Kraft festzuhalten. Gönnte sich der kranke Papst in den letzten Jahren genügend Ruhe und Zeit für den notwendigen Prozess des Loslassens? Galt die "ars moriendi" auch für den Nachfolger Petri? Durch die Krankheit des Medienpapstes ist in den letzten Jahren kirchenintern ein grosser Reformstau entstanden und viele andere hohe kirchliche Würdenträger haben es nicht gewagt, den Papst um Rücktritt aus Altersgründen zu bitten. Zudem profitierte offensichtlich die konservative Entourage des Papstes seit Jahren von der Begrenztheit ihres kranken Oberhauptes. Dass der Papst nicht schon vor Jahren zurückgetreten ist, erklären vatikanische Insider damit, dass er sich wohl einer bestimmten Aufgabe verpflichtet fühlte, über die er mit niemandem sprach. Einige vermuten, dass das vom Papst gehütete vierte Geheimnis von Fatima laute, dass er bis zum Tod im Amt bleiben würde. Eine andere Prophezeiung der Muttergottes von Fatima, zu der er ein inniges Verhältnis pflegte, weissagte das Attentat vom 13. Mai 1981, das Johannes Paul II. überlebte. Als der Papst einmal seinen Attentäter im Gefängnis besucht hat, soll er zu diesem halb scherzhaft gesagt haben: "Sie hätten sich nicht den 13. Mai auswählen dürfen, das war ausgerechnet der Gedenktag Unserer Lieben Frau von Fatima, die mich beschützt." Persönlich vermute ich, dass der Papst an seinem Amt bis zum Tod festgehalten hat, weil ihm dieses in den 26 Jahren über hundert Mal Gelegenheit gegeben hat, dem römischen Hofstaat und Protokoll zu entfliehen und mit den von lebendigem Glauben pulsierenden Menschenmassen in Kontakt zu treten - ganz besonders mit den Jugendlichen. Kein Wunder also, dass in den vatikanischen Pressemeldungen selbst in den letzten Tagen zu lesen war, der Papst wolle unbedingt noch im nächsten August in Köln am Weltjugendtag auftreten - *und sei es nur kurz, für fünf Minuten+. Wer im vergangenen Juni am Papsttreffen in Bern dabei war, konnte wohl etwas von Papst Woytilas Liebe zur Jugend spüren, auch wenn der Pontifex kaum verständlich sprechen konnte. Aber auch wenn man dem Papst ein ruhigeres Lebensende im Ruhestand gegönnt hätte, kann man ihm wohl nicht unterstellen, dass er sich nicht auf sein Sterben vorbereitet hat. Immerhin hat er mit dem Attentat, dem Darmkrebsleiden und manch anderen Operationen genügend Gelegenheiten dazu erhalten.

Wie sterben lernen?

Terri Schiavo und Karol Woytila haben die Themen Gesundheit, Sterben und Tod während der letzten Stunden, Tage, Wochen und Monate mehr denn je ins Alltagsbewusstsein und an die Stammtische gerückt. Das Tabu des Todes und die verkrampte, hilflose Sprachlosigkeit angesichts von Leiden in der modernen westlichen Gesellschaft haben dazu geführt, dass viele Menschen innerlich unvorbereitet und alleingelassen unter menschenunwürdigen Umständen in einer Welt der Sinnleere und des isolierten, klinisch sauberen Todes sterben müssen. Gleichzeitig ist aber auch eine Gegenbewegung zum westlichen Gesundheitswahn im Gange. Die tibetisch-buddhistischen Mystiker Dalai Lama und Sogyal Rinpoche haben der "Kunst des Sterbens" auch in unserer Kultur zu neuem Leben verholfen. Leben ist sterben lernen, lautet die Maxime ihrer Ethik, der sich heute mehr und mehr Sterbebegleiter, Palliativ-Kliniken und Hospize verpflichtet

fühlen. Die Kunst des Sterbens - die "ars moriendi" - hat aber auch hierzulande im Mittelalter ihre Wurzeln.

In der katholischen Kirche wird der Bezug zum eigenen Sterben und zu den Verstorbenen aktiv gepflegt: mit Heiligenfesten und speziellen Gebeten in jedem Gottesdienst. Und ganz speziell an Aschermittwoch: "Gedenke, Mensch, dass du Staub bist und wieder zum Staub zurück kehren wirst." Mit Asche zeichnet der Priester den Gläubigen diese Worte flüsternd ein Kreuz auf die Stirn. Die einen mag dieses Ritual befremden und schockieren, für andere ist es eine befreiende spirituelle Erfahrung. Man fühlt sich in der eigenen Endlichkeit ernst genommen und stellt sich die Frage nach dem, was von uns einst übrig bleiben wird. Diese Frage stellte ich mir auch letzte Woche, als ich die Asche einer verstorbenen Bekannten mit einem etwas mulmigen Gefühl an ihrem Lieblingsort verstreute.

In einem Punkt sind Sterben und Tod vergleichbar mit Schwangerschaft und Geburt. Wir glauben, dass ihr Zeitpunkt vorherbestimmt sei und einem höheren Plan entspreche. Darum halten wir die Stellung der Sterne beim Geburtstermin prägend für das Leben. Wie erkennen wir aber den "richtigen Zeitpunkt" für den Tod eines Menschen? Wann ist meine Zeit abgelaufen? Kann es sein, dass ich tage- oder jahrelang im Koma liegen muss, bis ich endlich sterben darf? Der richtige Zeitpunkt des Todes ist kaum eine Frage von Herzschlägen, Puls und Hirnströmen. In der Begleitung von sterbenden Menschen erlebe ich immer wieder, dass Menschen erst dann den grossen Übergang antreten können, wenn sie ganz losgelassen haben. Oft brechen Sterbende erst dann auf, wenn sie das Gefühl haben, dass ihr Leben gelungen sei und sie ihre Bestimmung gefunden und erfüllt haben. Wer nicht gut und gerne gelebt hat und ständig das Gefühl verbreitete, im Leben zu kurz gekommen zu sein, wird nicht gerne sterben. Wie sollte er drüben etwas Besseres erhoffen? Novalis schrieb: "Wer mit sich selbst in Frieden lebt, wird auch genauso sterben, und ist selbst dann lebendiger wie alle seine Erben."

Die Kunst des Sterbens besteht wesentlich im Suchen und Finden eines neuen Zugangs zum wahren Selbst. Dieser lebenslange Prozess bedeutet permanentes Loslassen, Frei-Werden und Versöhnen. Oder poetischer formuliert:

Ist das Notwendige getan und das Überflüssige verworfen,
das Zuviel verschenkt und das Zuwenig verschmerzt,
Konflikte gelöst und die eigene Geschichte versöhnt,
aller Irrtum aufgebraucht und Ungeklärtes geordnet,
Sorgen um Hinterbliebene losgelassen und jede Angst überwunden,
Wogen der Begierden gestillt und der Durst nach Glück gelöscht
- dann kann das Fest des Lebens beginnen.

Und was bleibt den Hinterbliebenen? Wir nehmen Abschied. Dadurch bricht die Beziehung zu unseren Verstorbenen nicht ab, sondern sie wird gewandelt, geklärt und geläutert - oftmals sogar echter und tiefer. Oder wie es Thornton Wilder ausdrückt: "Da ist ein Land der Lebenden und ein Land der Toten, und die Brücke zwischen ihnen ist die Liebe - und das einzig Bleibende, der einzige Sinn."