

Auch fehlte es nicht an pauschalen Vorwürfen, die Rentner und Pensionäre lebten auf Kosten der jungen Generation. Inzwischen ist die Diskussion sachlicher geworden. Und wenn über die finanziellen Nöte der Renten-, Kranken- und Pflegeversicherung geredet wird, dann macht man nicht mehr ausschließlich die älteren Menschen mit ihrer längeren Lebenserwartung dafür verantwortlich.

»Richtig altern wir erst, wenn wir Perspektiven verlieren,« sagt der Gerontologe Bernd Seeberger in der Zeitschrift *CHRISMON*. Das kann eine schwere Krankheit, ein Verlust des Lebenspartners oder längere Arbeitslosigkeit sein. Menschen, die davon betroffen sind, fehlt es an Lebensmut. Oft haben sie das Gefühl, nicht mehr gebraucht zu werden. Die Bestätigung, auch als älterer Mensch gebraucht zu werden, ist aber eine Voraussetzung für persönliches Wohlbefinden. Auch deshalb engagieren sich viele Ruheständler ehrenamtlich. In Vereinen, in karitativen Ein-

richtungen und in Selbsthilfegruppen, zu meist jenseits des monetären Arbeitsmarktes.

»Ersatzdienst für Alte,« wie jüngst von einem älteren Kolumnisten in der *ZEIT* gefordert, ist nicht notwendig. Längst wird unbezahlte Arbeit in größerem Umfang freiwillig geleistet. Von Frauen und Männern, die sich um Nachbarn, Freunde und Enkelkinder kümmern. Die nicht nur ihren Hobbys nachgehen, sondern sich einbringen in die Gesellschaft. Mit ihrer Erfahrung, mit ihren Kenntnissen und ihrer Produktivität. Ohne Zwang und im Gefühl einer späten Freiheit, die einem die Möglichkeit gibt, auch mal nein zu sagen. Dies scheint der wahre Luxus der Alten.



Peter Pragal (*1939) war Politischer Korrespondent der *SÜDDEUTSCHEN ZEITUNG*, des *STERN* und der *BERLINER ZEITUNG*.
peterpragal@aol.com

Dirk Kohn

Vom »Restrisiko« Tod zu einer neuen Kultur des Sterbens

*»Wenn vom Tod die Rede ist, bricht Schweigen an...«
(Regina Faerber: Der verdrängte Tod)*

Der mediale *hype* um das lange öffentliche Sterben von Papst Johannes Paul II. im Frühjahr 2005 war mitunter zwar obszön, führte gleichzeitig aber auch eindringlich vor Augen, dass dem Tod einerseits nicht zu entkommen ist und dass andererseits das Ende nicht immer in sanftem Entschlafen liegen muss. »Seinen Tod sterben« (*Max Scheler*) kann auch eine letzte produktive Tathandlung sein.

Der Schriftsteller Peter Noll beispielsweise lehnte nach einer Krebsdiagnose 1981 lebensverlängernde Operationen be-

wusst ab und dokumentierte in seinem eindringlichen Buch *Diktate über Sterben und Tod* nicht nur sein Leiden, sondern auch neu gewonnene Freiheiten, z.B. »auf keine Zukunft mehr Rücksicht nehmen« zu müssen. Den meisten Menschen ist jedoch das Leben mit dem Sterben eine »skandalöse Zumutung, Demütigung sondergleichen« (*Jean Amery*). Wir gehen dem Gedanken an das Ende lieber aus dem Weg und pervertieren so »die Lüge vom »ewigen« Leben zur Wahrheit auf Zeit« (*Arthur E. Imhof*).

Statistisch gesehen lebt ja auch sogar der 102-Jährige in Deutschland »noch fast ein volles Jahr«, weshalb sich Harald Martenstein in der ZEIT zu der Verzückung verleiten lässt: »Wahnsinn. Die Show hört nie auf.« Tod als »Restrisiko«. »Offenbar gibt es keine Vorstellung, wie seltsam sie auch sein mag, an die Menschen nicht mit inniger Liebe zu glauben bereit sind, wenn sie ihnen nur Erleichterung von dem Wissen verschafft, dass sie eines Tages nicht mehr existieren werden« (*Norbert Elias*).

Dieser verquere Blick hat dazu geführt, dass man dem Tod nur widerwillig »ins Gesicht blicken« möchte. Das Begleiten am Sterbebett ist nicht mehr weit verbreitet. »Unser erstes Sterben kann heute somit leicht das eigene sein« (*Imhof*). Wo sorgen sich noch die Hinterbliebenen selbst um das Waschen, Kleiden und Aufbahnen der verstorbenen Person? Wo sieht man noch einen Leichenzug? Wo hört man die Totenglocke läuten? Vielleicht noch in Olzheim in der westlichen Hocheifel oder anderen Hundert-Seelen-Dörfern, in denen diese Traditionen gepflegt werden.

Für die meisten ist es beruhigend, dass in 80 % aller Fälle Krankenhäuser, Alten- und Pflegeheime die »Sterbearbeit« weitgehend unter Ausschluss der Öffentlichkeit erledigen. Bei den restlichen 20 % wird der tote Körper meist auch sofort vom Bestatter abgeholt und »entsorgt«. »Niemals zuvor wurden (...) menschliche Leichen so geruchlos und mit solcher technischen Perfektion aus dem Sterbezimmer ins Grab expediert.« (*Elias*) Die Bestattung ist dann für die Angehörigen reduziert auf den Tag der Beerdigung. Eine allzu lange und offen durchlebte Trauerphase gilt allgemein als Nervenkrisis, manchmal gar auch als Krankheit.

In gleichem Maße aber, in dem die primäre Todeserfahrung zurückgedrängt wurde, hat die sekundäre unseren Alltag durchdrungen. Bis zum 14. Lebensjahr konsumiert ein Jugendlicher in Deutsch-

land rund 18.000 Fernsehtode – dazu kommen die selbst virtuell Hingemetzelten in so genannten *Egoshooter*-Spielen. Durch diese distanzierte »Pornographie des Todes« allerdings »fühlt sich der Zuschauer (...) einfach nur unterhalten, nicht aber emotional betroffen« (*Elisabeth Hurth*).

Die Abkehr von der Sterbekultur

Die Menschen in früheren Jahrhunderten waren gezwungen, sich angesichts permanenter existenzieller Unsicherheit fortwährend mit Sterben und Tod auseinander zu setzen. Nichts fürchtete man mehr als den plötzlichen unvorbereiteten Tod.

Noch vor einigen Jahrzehnten war es auch bei uns ganz normal, im Kreise seiner Angehörigen zu sterben. Mehrere Tage wurde der Tote im offenen Sarg liegend in der Wohnstube aufgebahrt. Bei der Totenwache mit Gebet nahmen Familie, Freunde und Nachbarn Abschied. Der Sterbende wurde also aus der Lebenswelt seiner Mitmenschen nicht ausgeschlossen, wie es auch heute noch in vielen, vorwiegend so genannten »vormodernen«, Gesellschaften üblich ist.

Die Ursachen für den Wandel in der Trauerkultur sind:

Erstens: Das Abhandenkommen der christlichen Heilsgewissheit: In früheren Zeiten galt das diesseitige Leben noch als Vorbereitung für das eigentliche Leben danach, war sozusagen nur Durchgang und Übergang. Heute erscheint der Tod vielen nur noch als Ausgang und wird daher »bis zur ›Nichtexistenz‹ zerfürchtet« (*Scheler*).

Zweitens: Individualisierung und Intimisierung. Im 19. Jahrhundert kommt es, bedingt durch die funktionale Ausdifferenzierung der industriellen Gesellschaft, die moderne Arbeitsteilung und die Veränderung der Familienstrukturen zu einer weitgehenden Trennung von öffentlicher und Privatsphäre. Während der Umgang

mit dem Sterbenden und dem Toten zuvor »vor allem ein notwendiges, stabilisierendes Regulativ für den Fortbestand der sozialen Gruppe« (Armin Prinz) war, entfiel diese Notwendigkeit nun durch die Gewichtsverlagerung von der Gemeinschaft auf das Individuum.

Drittens: Medikalisierung. Die Medizin hat dem Tod so manches zusätzliche Lebensjahr abgerungen und einen »grundlegende(n) Wandel von der unsicheren zur sicheren Lebenszeit« (Imhof) bewirkt. Krankheiten gelten nicht mehr als metaphysisches Ungemach, sondern als Fehlleistungen, die sich durch ein wirksames Kontroll- und Interventionssystem eliminieren lassen; der Tod als Versagen von Medizin.

Viertens: Technisierung und Ökonomisierung. Zu Beginn des 19. Jahrhunderts setzt sich mit dem Entstehen der ersten Leichenhallen im Umgang mit Toten »eine spezifisch bürgerlich-aufgeklärte Form von Rationalität« (Norbert Fischer) und Funktionalitätsfixiertheit durch, die sich dann mit dem Aufkommen der Krematorien in Deutschland Ende des 19. Jahrhunderts und der Wandlung der Friedhöfe zu funktionalen Anlagen zu Beginn des 20. Jahrhunderts fortsetzt. Durch die privaten Bestattungsunternehmen wird dann der Tod ein Dienstleistungsgeschäft.

Fünftens: Kriegserfahrung. Durch den Massentod in beiden Weltkriegen wurde der Niedergang von Trauerritualen und Bestattungspraktiken beschleunigt. Einerseits konnten die traditionellen Begräbnisrituale während des Krieges oft nicht durchgeführt werden. Zudem erschien den Menschen danach das Leben wertvoller und schutzbedürftiger als zuvor.

Sechstens: Durch die fortschreitende *Ästhetisierung* aller Lebensbereiche wirkt der körperliche Verfall im Angesicht des Todes zunehmend erschreckend und abstoßend.

Vor diesem Hintergrund erscheint die abgenutzte These von der »Verdrängung«

des Todes oberflächlich und pauschal. Vielmehr wurde der Tod in modernen Gesellschaften den Menschen regelrecht aus der Hand genommen, sie also quasi »ent-eignet« (Fischer).

Die Folgen dieser Entwicklungen sind evident. Durch die Vermeidung des direkten Kontaktes mit Sterbenden beraubt man sich auf beiden Seiten der Möglichkeit des Abschiednehmens und Aussöhnens. Durch einen natürlicheren Umgang mit dem verstorbenen Körper könnte der Tod für die Hinterbliebenen realer und wortwörtlich fassbarer gemacht werden.

Die Akzeptanz für die sich aus einem Todesfall ergebenden psychischen Friktionen könnte durch eine verbreitetere primäre Todeserfahrung erhöht werden. Während der Einzelne nämlich z.B. durch den Tod eines Nahestehenden aus dem gewohnten Lebensrhythmus gerissen wird, umgibt ihn eine überwältigende Masse, die in Ahnungslosigkeit im gewohnten Tempo weiter voranschreitet. Es wird ihm also nicht leicht gemacht, »langsamer« als der Rest zu leben.

Auch die Bestattungskultur ist nicht unbeeindruckt geblieben. Anonyme Bestattungen ohne Feier – im Branchenjargon »einfacher Abtrag« genannt, machen mittlerweile 12 % aller Beisetzungen aus. Übrig bleiben kahle Rasenfelder mit namenlosen Gräbern. Oft sind es finanzielle Gründe, vielleicht gibt es auch keine Angehörigen mehr. Manchmal hat der Verstorbene vorab aber auch den Wunsch geäußert, niemanden mit der Grabpflege »belasten« zu wollen.

Wie man dem Tod seine Fremdheit nimmt
Spätmittelalterliche so genannte *Ars Moriendi*-Traktate lehrten die christliche Vorbereitung auf den Tod. Titel wie *Ein ABC, wie man sich schicken sol, zu einem kostlichen seligen tod* sollten aber nicht zu falscher Nostalgie verleiten. Trotz aller Kritik an moderner Apparatemedizin und

sterilen Sterbezimmer, die meisten Menschen sterben heute – auch dort – unter weitaus würdigeren Bedingungen als unsere Vorfahren. Zudem ist nicht nur die Verlängerung der Lebenszeit ein Segen, sie ist auch qualitativ deutlich hochwertiger. Früher sprach man zwar unverhohlener und häufiger über den Tod, er war aber ebenso angstbesetzt und nur erträglich durch die vermeintliche Aufhebung der Endgültigkeit.

Trotz der verbesserten »Rahmenbedingungen« ist aber für die meisten gerade der Sterbeprozess eine unerträgliche Vorstellung. Um diesem *malum* entgegen zu wirken, sind eine veränderte Sepulkralkultur und neue »Umgangsformen« nicht ausreichend. Für die Entwicklung einer neuen »Kultur« des Sterbens, des Todes und der Trauer sind Soziologen, Psychologen, Mediziner, Pflegewissenschaftler, Theologen und Thanatologen gleichermaßen gefragt. Sie sollte folgendes beinhalten:

Erstens: Den Tod ernstnehmen. Sterben und Tod sind menschliche Grenzerfahrungen. Daher ist es auch nicht hilfreich, die »Schwere des Todes« (*Canetti*) auszublenken, ihn zu relativieren oder schön zu reden. »Sterben ist nur ein Umziehen in ein schöneres Haus«, schreibt Elisabeth Kübler-Ross. Wenn es nur so leicht wäre. Oft ist Sterben grausam und entmenslichend, manchmal verbunden mit einem langen Leidensprozess. Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht können für die Fälle, in denen der Betroffene nicht mehr selbst z.B. über Weiterbehandlung oder Behandlungsabbruch bestimmen kann, die Entscheidungsbefugnis an Vertrauenspersonen delegieren. Im Vorfeld kann man sich dadurch eines gewissen psychischen Drucks entledigen.

Zweitens: Die Endlichkeit und Vorläufigkeit des menschlichen Lebens akzeptieren. Dazu gehört auch, die zusätzlich gewonnene Lebenszeit sinnvoll zu nutzen. »Nur wer ein leeres Leben lebt und lebte,

schreit immer noch nach mehr« (*Imhof*).

Drittens: Begleitung stärken. Vielleicht muss man sich damit abfinden, dass die Zeiten, in denen Sterben ein Bestandteil des Familien- oder des sozialen Lebens war, vorbei sind. Dann muss aber auch Sterbebegleitung von außen mehr Anerkennung und Unterstützung erfahren.

Die Ende der 60er Jahre aus England stammende und sich rasch ausbreitende Hospizbewegung leistet im Bereich »Humanisierung« von Sterben und Tod große Dienste. Sie versucht auch, die Thematik weiter zu enttabuisieren. Zahlreiche Einrichtungen wie die Beratungsstellen der Kirchen und Städte sowie private Trauerakademien und -institute bieten zudem professionelle Trauerbegleitung an.

Viertens: Die pädagogische Aufgabe. »Nehmen wir dem Tod seine Fremdheit, praktizieren wir ihn, gewöhnen wir uns an ihn« (*Michel de Montaigne*). Da uns aber der Sinn für die *praemeditatio mortis* weitgehend abhanden gekommen ist, bedarf es wieder einer größeren Verbreitung des Wissens um Sterben und Tod. Die Entwicklung der Thanatologie als inter-, ja überdisziplinärer Wissenschaft einerseits, die einer speziellen Thanatopädagogik andererseits wären die richtigen Konsequenzen. Auch in den Schulen darf dieses Tabu-Thema nicht auf das Fach Religion beschränkt bleiben, sondern gehört ebenso in den Deutsch-, Kunst-, Sozialkunde- und Biologieunterricht und sollte auch Teil der allgemeinen Erziehung sein.

Martin Heidegger interpretierte 1927 in *Sein und Zeit* das Leben als »Sein zum Tode«, Elias Canetti 1985 dagegen als »Sein gegen den Tod«. Einig sind sich beide einflussreichen Todesdeutungen aber in ihrer Adaption des Psalms 90, 12: »Herr, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, damit wir weise werden.«

Auch dem siegreichen Feldherrn in antiken Rom hielt ein Sklave parallel zum Lorbeerkranz immer auch die mahnenden Worte entgegen: *Memento mori!*