



René Reichel

Vom Sinn des Sterbens

Gedanken und Anregungen für den
Umgang mit Sterben und mit Sterbenwollen

René Reichel
Vom Sinn des Sterbens

René Reichel

Vom Sinn des Sterbens

Gedanken und Anregungen für den Umgang
mit Sterben und Sterbenwollen

Der Autor

Dr. René Reichel, MSc, Psychotherapeut (IT) und Lehrtherapeut in freier Praxis, Supervisor/ Coach (ÖVS); viele Jahre in der Ausbildung von SozialarbeiterInnen tätig; langjähriger Mitarbeiter am Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit an der Donau-Universität Krems.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Angaben in diesem Buch erfolgen trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr, eine Haftung des Autors oder des Verlages ist ausgeschlossen.

1. Auflage 2018

Copyright © 2018 Facultas Verlags- und Buchhandels AG
facultas Universitätsverlag, Stolberggasse 26, 1050 Wien, Österreich

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und der Verbreitung sowie der Übersetzung, sind vorbehalten.

Umschlagbild: © Tuomas Lehtinen/ istockphoto.com

Satz: Ekke Wolf, typic.at

Druck und Bindung: finidr, Tschechien

Printed in EU

ISBN 978-3-7089-1543-2 print

ISBN 978-3-99030-774-8 online-Leserecht

Inhaltsverzeichnis

	Danke an ...	9
	Einleitung.	11
1.	Über das Sterben	19
1.1	Die zwei Unbegreiflichkeiten: Anfang und Ende des Lebens.	21
1.2	Von unserer Bedeutungslosigkeit und unserer Einmaligkeit	23
1.3	Über Integration	25
1.4	Der gesellschaftliche Blick auf das Sterben	31
1.5	Sterben und christliche Tradition: »Ars moriendi« – »Memento mori«	36
1.6	Die bio-psycho-sozial-ökologische Sicht auf den sterbenden Menschen	42
1.7	Bioethische Aspekte: Der einzelne Mensch ist überfordert! – Grundzüge einer »Co-responsibility«	49
1.7.1	Sterbehilfe aus ethischer Sicht	50
1.7.2	Sterbehilfe aus juristischer und medizinrechtlicher Sicht	54
1.7.3	Gemeinsame Verantwortung – »Co-responsibility«	57
2.	Gedanken und Anregungen für betroffene Mitmenschen und professionelle HelferInnen.	61
2.1	Das Sterben betrifft uns mehr oder weniger	63
2.2	Über die Haltung im Kontakt mit Sterben und Tod	64
2.3	Fragebogen I	67

2.4	Über gesunde Trauer ... und gleichzeitige andere Gefühle und Probleme	70
2.5	Über komplizierte Trauer	77
2.6	Der Kohärenzsinn beim Sterben	80
2.6.1	Zum Kohärenzsinn im Allgemeinen	80
2.6.2	Was hat dieser Kohärenzsinn mit dem Sterben zu tun?	81
2.7	Über den Trost.	84
2.8	Das Denken an das eigene Sterben	88
2.8.1	Das Spannungsfeld zwischen MACHEN und LASSEN	90
2.8.2	Von den Erfahrungen anderer lernen	92
2.8.3	Selbsterfahrung	93
2.9	Das Sterben miterleben	95
2.9.1	»Austherapiert« – die Stunde von Palliative Care und Hospiz	96
2.9.2	Wie erleben und leben die sterbenden Menschen selbst ihre letzte Zeit?	102
2.9.3	Und die, die beim Bett sitzen?	105
2.9.4	Das eigentliche Sterben	107
2.9.5	Und jetzt?	115
2.9.6	Angehörige, pflegende Angehörige und professionelle Pflegerinnen	117
2.9.7	Das Arbeitsumfeld.	119
2.10	Kinder und das Sterben.	120
2.11	Wenn ein Kind stirbt.	127
2.11.1	Die besondere Erschütterung	127
2.11.2	Das Recht des Kindes auf seinen Tod	128
2.11.3	Ein Kind liegt im Sterben.	129
2.11.4	Und wenn ein Kind gestorben ist	130
2.11.5	Todesfälle in Institutionen für Kinder und Jugendliche	132
2.12	Wichtige Regelungen	142
2.12.1	»Solange ich noch lebe, möchte ich ...«: Vorsorgevollmacht, Patientinnenverfügung etc.	142

2.12.2	»Wenn ich einmal tot bin, möchte ich ...«: Testament, Begräbnis und andere Regelungen	147
2.12.3	Sonderfall Organspende	150
2.13	Bitten an Ärztinnen/Ärzte und Pflegepersonen	152
2.14	Über den Rollen- und Identitätswechsel bei Hinterbliebenen	154
2.15	Die weitere Bedeutung der Verstorbenen	155
2.15.1	Ahnenverehrung	159
2.15.2	... und ihr Sinn für unser Leben	161
3.	Über das Sterbenwollen	163
3.1	»Suizid«, »Selbstmord«, »Selbsttötung«, »Freitod« ...? Über die Unfassbarkeit, die Grenzen der Sprache und das Schweigen	165
3.2	Der gesellschaftliche Blick auf die Selbsttötung.	169
3.2.1	Die historische Perspektive: Seit wann ist Suizidalität eine Krankheit? Was war und ist sie noch?	169
3.2.2	Die medizinische Perspektive	173
3.2.3	Die juristische Perspektive	174
3.2.4	Die Genderperspektive	177
3.2.5	Die poetische Perspektive.	178
3.2.6	Zusammenfassung.	179
3.3	Das Prinzip des Kontinuums: leben wollen – sterben wollen	179
3.3.1	Der – ambivalente – Reiz des Sterbenwollens.	182
3.3.2	Hier geht's immer ums Sterbenwollen ... und wo bleibt das Lebenwollen?	188
3.4	»Lebensmüde« – ein eigenartiges, aber sinnvolles Gefühl	191
3.5	Sterben sollen und sterben wollen: Mord und Selbsttötung	196

4.	Anregungen für betroffene Mitmenschen und professionelle HelferInnen bei Suizidalität und Suizid(-versuch)	199
4.1	Fragebogen II	201
4.2	Allgemeine Präventionsstrategien	203
4.3	Suizidforen.	206
4.4	Die Mitteilung	208
4.4.1	Mögliche Anzeichen	208
4.4.2	Verbale Aussagen.	209
4.5	Hilfreiche Grundsätze im Umgang mit suizidalen Menschen	212
4.6	Sich verständigen über den – geteilten – Verzweiflungsanteil im Leben: das Gesprächsmodell von Klaus Dörner	215
4.7	Hilfen für Angehörige nach Suizid(versuch)	218
4.7.1	Sich ausdrücken und mitteilen hilft.	219
4.7.2	Gibt es eine letzte Botschaft?	220
4.7.3	Mit Kindern über den Suizid sprechen.	221
4.7.4	»Ich hab’s geahnt«	222
4.7.5	Es geht nie mehr ganz vorbei	223
4.8	Wenn es bei Profis passiert, dann	224
4.9	Nach einem Suizidversuch weiterleben	229
5.	Worauf es heute ankommt: Zuversicht und Verbundenheit	233
	Literatur.	243
	Wichtige Webadressen.	251
	Stichwortverzeichnis	253

Danke an ...

... viele Kolleginnen und Kollegen, Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmer, Freundinnen und Freunde sowie Verwandte, die mit Gedanken, Fragen und/oder Skepsis zu diesem Buch beigetragen haben. Nennen möchte ich (in alphabetischer Reihenfolge und ohne Titel):

Irene Apfalter, Fritz Betz, Ursula Dietersdorfer, Gisela Ebmer, Barbara Enk, Irmgard Grassegger, Gerhard Hintenberger, Elfi Jud, Judith Kero, Alfred Kirchmayr, Renate Lengauer, Ilse Orth, Claudia Pommer, Brie Presker, David Reichel, Patrick Reichel, Philipp Reichel, Andrea Richter und vor allem Auguste Reichel, ohne deren wohlwollend kritisches Mitdenken und Mitlesen dieses Buch nicht so geworden wäre. Auch die Kooperation mit meiner Lektorin Sigrid Mannsberger-Nindl und mit Victoria Tatzreiter vom Facultas Verlag war hilfreich und wunderbar.

Gewidmet ist dieses Buch meinem Vater und meinen zwei Müttern; alle drei haben mir das Sterben vorgelebt.

Einleitung

Beweggründe und Themen des Buches

Texte über Lebensstatsachen wie Sterben und Tod sind untrennbar verknüpft mit den **Lebenserfahrungen**, die der Schreiber mit diesen Lebensstatsachen selbst gemacht hat. Hier ist jeder Versuch von Objektivität nicht nur philosophisch unhaltbar, er wäre auch überheblich.

In unserer Kultur sind viele große Werke über diese Themen eingebettet in künstlerische Formen (z. B. Tolstois »Der Tod des Iwan Iljitsch«) oder in – oft beeindruckende – Selbstoffenbarungen in fachlichem Gewand (z. B. Gawande, 2014; Yalom, 2015) ... oder sogar beides. Besonders großartige Werke über Sterben und Tod wurden geschrieben, nachdem die Autoren¹ von ihrem baldigen Sterben durch eine Diagnose erfahren hatten (Terzani, 2013; Mankell, 2014; Esterházy, 2017), oder von AutorInnen, die versucht haben, das Sterben eines für sie wichtigen Menschen auf schreibende Weise zu verarbeiten (u. a. Philipe, 1969; Handke, 1972; Knausgård, 2009; Kaiser, 2010; Jungnikl, 2014).

Nachdem ich jahrelang fast beiläufig vielen Menschen in Seminaren erzählt hatte, dass meine Anwesenheit beim Sterben meiner Eltern und bei den Geburten meiner drei Kinder die für mich wichtigsten Lebenserfahrungen gewesen seien, begann ich darüber nachzudenken, was ich damit eigentlich sage ... oder sagen will. Vielleicht, dass ich selbst so gerne lebe und gerne noch lange leben

1 Die männliche und weibliche Schreibweise wird hier abwechselnd verwendet. Oft entspricht die Schreibweise der Mehrheit der jeweils betroffenen Personen, wenn etwa von Hospizmitarbeiterinnen gesprochen wird. Ansonsten wird häufiger die Binnen-I-Variante (»Innen«) verwendet. Es gibt noch keine wirklich überzeugende Lösung.

möchte? Vielleicht steckt noch etwas anderes dahinter, ich weiß es nicht.

Dieses Nachdenken verknüpfte sich mit den archäologisch fundierten Gedanken der österreichisch-amerikanischen Kulturhistorikerin Riane Eisler (1993) über die **kulturgeschichtliche Bedeutung** der zwei großen Geheimnisse des Menschen: die Entstehung des Lebens und das Ende des Lebens (Kapitel 1.1).

Ein weiterer Impuls war die Wahrnehmung, dass Sterben und Tod in unserer Kultur einerseits als Gefahr und Schrecken, andererseits als Ziel und Erlösung dargestellt werden, als ob das Sterben entweder so sei oder eben anders, selten beides. Nur wenn etwa ein Mensch nach langem schweren Leiden stirbt, schaffen es manche Überlebende, von Trauer und Erleichterung in einem Atemzug zu sprechen. Trauer kann sich mit mehreren Gefühlen mischen. Es ist allerdings relativ ungewohnt und unüblich, Gefühle in ihren Mischformen wahrzunehmen und auszudrücken.

Ein **gesellschaftlicher**, ein **religionsgeschichtlicher** und ein zusammenfassender, **bio-psycho-sozial-ökologischer Blick auf das Sterben** sowie ein Blick auf bioethische Fragen ergänzen Kapitel 1 dieses Buches. Kennzeichnend ist hier und in den anderen Abschnitten ein geradezu unvermeidlicher transdisziplinärer Blick.

Während Kapitel 1 und 3 die allgemeinen Aspekte von Sterben bzw. von Sterbenwollen in den Blick nehmen, geht es in Kapitel 2 und 4 jeweils um die persönlichen Erfahrungen und Möglichkeiten des Denkens, Fühlens und Handelns bei vielen Fragen rund ums Sterben für Hinterbleibende² und professionelle HelferInnen. Immer werden die praktischen Impulse gekoppelt an die Selbstreflexion der Betroffenen. Die genaue Einteilung – »Was gehört hier wohin?« – wurde im Laufe der Arbeit an diesem Buch immer schwieriger. Man hätte durchaus manche Abschnitte an anderen Stellen einfügen können.

Die ersten beiden Kapitel über das Sterben sind geprägt von den Grundkonzeptionen der Integrativen Therapie (Petzold, 2013a).

Und dann war da der merkwürdige Paradigmenwechsel in der

2 Fallweise wird in diesem Buch nicht von »Hinterbliebenen«, sondern von »Hinterbleibenden« gesprochen, um den Prozess, der auf den Tod einer/eines Angehörigen folgt, besser auszudrücken.

Wahrnehmung der Selbsttötung³: War das jahrhundertlang ein überwiegend philosophisches, theologisches oder auch soziologisches Thema, so veränderte sich diese Sichtweise seit der Aufklärung schrittweise und im Laufe des 20. Jahrhunderts radikal. Seither wird Suizidalität überwiegend als krankheitswertige Störung betrachtet. Natürlich ist sie das auch – und sogar oft –, aber woher kommt diese einseitige Pathologisierung, speziell in meinem Hauptarbeitsfeld, der Psychotherapie? Hier sind Differenzierungen erforderlich und möglich (Kapitel 3). Ungewöhnliche, vielleicht für manche LeserInnen provokante Ansichten sollen dazu beitragen, mit Selbsttötungsabsichten besser umgehen zu können, auch mit Suizidversuchen und mit einem vollzogenen Suizid. Kernaussage ist, dass es keine klare Grenze zwischen Lebenwollen und Sterbenwollen gibt, sondern ein Kontinuum, auf dem wir während unseres Lebens ständig unterwegs sind. Daher vermeide ich im Titel einen expliziten Begriff wie Suizid, Selbstmord oder Selbsttötung, sondern spreche von »Sterbenwollen«. Unterstützung für Betroffene und Angehörige gibt es bisher nur selten, vielfältige Anregungen dafür werden in Kapitel 4 angeboten.

Zum Schluss (Kapitel 5) wage ich den Versuch, die **Integration** dieser Themen in ein gelingendes Leben zu formulieren. Wie gesagt, ein Wagnis.

Abgrenzungen

Der Tod ist kein Ereignis des Lebens.

Den Tod erlebt man nicht.

(Ludwig Wittgenstein,
Tractatus logico-philosophicus)

Dieses Buch handelt nicht vom Tod, sondern vom Sterben. Die – angeblichen – Grundfragen »Wo kommen wir her?« und »Wo gehen wir hin?« sind hier nur dann von Bedeutung, wenn die Beschäftigung

3 Dieser Sprachregelung ist hier ein eigenes Kapitel gewidmet (Kap. 3.1).

mit diesen Fragen das Leben und Sterben einer konkreten Person direkt beeinflusst. Die Frage »Hast du Angst vor dem Tod?« ist in den meisten Fällen falsch gestellt, denn gemeint ist in der Regel: »Hast du Angst vor dem Sterben?« Sterben und Tod in direktem Zusammenhang, manchmal auch mit sprachlicher Verwechslung (diese ist auch bei sonst profunden Autoren zu finden) zu behandeln, scheint mir ganz unpassend. Sterben ist ein unausweichlicher Prozess in einem Kontext, an dem wir als Mitmenschen Anteil haben (Petzold, 2004). »Der Tod ist etwas, wovon wir wissen, dachte ich, aber er ist keine Erfahrung. Das Sterben hingegen schon.« (Schoen, 2006, S. 20) **Tod** ist ein Zustand, über den wir individuell, vielleicht auch gemeinsam, nur spekulieren können. **Sterben** ist ein Prozess, über den wir viel wissen. »Im Sterben vereint« zu sein, ist offenkundig möglich. »Im Tod vereint« zu sein, ist eine spekulative, meist eine religiöse Vorstellung. Es handelt sich hier also um zwei ganz verschiedene Themen mit allerdings indirekten Zusammenhängen. Beim Sprechen mit Kindern geht es allerdings in der Regel mehr um den Tod als um das Sterben, für sie ist weniger das Sterben, das sie meist als Gegebenheit annehmen, im Vordergrund als das Rätsel: »Was ist jetzt mit ihr? Wo ist sie?«

Mit **religiösen Aspekten** beschäftigt sich dieses Buch auch, aber nur wenig. Ich vermute sogar, dass die spekulative Beschäftigung mit dem Tod vielen erwachsenen Menschen dabei hilft, sich von der konkreten Konfrontation mit dem – oft erschreckenden – Sterben abzulenken. Der Tod kann sich nicht wehren gegen unsere Projektionen auf das, was uns »danach« erwarten könnte. Das Sterben lässt viel weniger Spielraum für verklärende Deutungen, es ist unmittelbar. Trotzdem ist bei allen Aspekten zu beachten, ob und in welcher Weise religiöse Vorstellungen bzw. kirchliche Traditionen auf den Umgang mit Sterben einwirken.

Auch der Titel »Vom Sinn des Sterbens« stellt eine Abgrenzung zum Thema Tod dar, denn »Sinn beginnt bei den Sinnen, bei der sinnhaften Wahrnehmung der Phänomene des Lebens« (Petzold & Orth, 2005, S. 9). In diesem Verständnis könnte der Tod kaum Sinn haben, denn er ist nahezu nicht sinnhaft wahrnehmbar. Sterben aber ist mit allen Sinnen wahrnehmbar.

Abgesehen vom Suizid steht das **erwartbare Sterben** im Vordergrund des Buches. Zunächst wirkt ein unerwarteter plötzlicher

Todesfall (Unfall, Mord) als etwas ganz anderes, aber beim näheren Hinsehen zeigt sich, dass es letztlich doch nicht so viele wesentliche Unterschiede – für die Hinterbleibenden – gibt. Ein kluger Spruch lautet: »Der Tod kommt immer plötzlich!« Es ist fast unmöglich, sich auf ein erwartbares Sterben so einzustellen, dass es nicht wie »plötzlich« wirkt. Das ist eine bemerkenswerte Erfahrung. Vielleicht trifft sie auf jede Erfahrung von »Endgültigkeit« zu.

Einen geschichtlich zentralen Aspekt des Sterbens habe ich weitgehend weggelassen: den **Krieg**. Einerseits würde eine angemessene Reflexion des Sterbens im Krieg den Rahmen dieses Buches sprengen. Andererseits sind wir im heutigen Mitteleuropa nur indirekt in Kriege involviert, den meisten von uns fehlen – zum Glück – konkrete Erfahrungswelten, abgesehen von den post-traumatischen Belastungsstörungen überlebender Soldaten, die in entfernten Kriegsgebieten im Einsatz waren, und den teilweise transgenerationalen Weitergaben. Auch wenn die letzten ZeitzeugInnen der Weltkriege und zahlreiche engagierte FilmemacherInnen sich bemühen, eine Nähe zur Realität von Krieg zu vermitteln – meist ist nicht viel mehr als verständnisloser Schrecken hervorzurufen, oft auch unwilliges Abblocken. Diese Realität hat auch etwas Unfassbares an sich. Wir dürfen das nicht mit der – manchmal ambivalenten – Faszination verwechseln, die fiktive Kriege in den Medien auslösen. Schon Kinder können sehr früh zwischen der Darstellung von Wirklichkeit und fiktiven Geschichten unterscheiden.

Warum die Verknüpfung von Sterben und Suizid in einem Buch?

Beide Themen geben genug her für eine getrennte Behandlung. Die Verbindung besteht hier vor allem im Titel »Vom *Sinn* des Sterbens«. **Sinn** steht für uns Menschen immer im Spannungsfeld vom Sinn dessen, was wir erleben, und vom Sinn dessen, was wir tun. Sinn ist uns gegeben und Sinn ist machbar. Sinn erschließt sich also immer zugleich passiv und aktiv, und all das in lebendiger Verbindung mit anderen Menschen: Sinn (»sens«) ist geteilter Sinn (»con-sens«). Sinn ist vielfältig und wandelbar. Sinn ist untrenn-

bar verknüpft mit unseren Sinnen (Petzold & Orth, 2005). Das gilt auch und besonders für den Lebens(un)willen und die Beschäftigung mit dem Lebensende. Das Fehlen der Erfahrung von Sinn im Leben, also die Sinnlosigkeit, führt oft in den Überdruß und in den Lebensunwillen.

Dieses Buch möchte – bei fallweisem Verständnis für Verdrängungs- und Verklärungswünsche – **Widersprüche** in der Erfahrung und im Umgang mit Sterben und mit Sterbenwollen auf keinen Fall aufheben, sondern sie leben lassen, weiterentwickeln und dadurch vielleicht neue Erfahrungen und Haltungen gegenüber unserem eigenen Sterben und dem unserer Mitmenschen ermöglichen.

Bedeutung der Sprache

Zu beachten bei diesem Themenfeld ist die **Sprache**. Einerseits geht es um Erfahrungen, die die Grenzen eines präzisen sprachlichen Ausdrucks überschreiten. Wie soll man das Miterleben eines Sterbens in stimmige Worte fassen? Andererseits gibt es – wie so oft in der Wissenschaft – die Versuchung, sich hinter die Mauern – ja Mauern – eines Fachjargons zurückzuziehen, der die emotionalen Seiten seines Themas abspaltet und gleichzeitig eine wirklich hilfreiche Verständigung darüber verhindert. Für die in diesem Buch beschriebenen Themen scheint mir eine Sprache, die sich um gute Verständlichkeit für Profis wie für interessierte Betroffene bemüht, auch Ausdruck der Wertschätzung für LeserInnen zu sein. Ich bemühe mich hier um eine Sprache, die möglichst auch berühren kann. Gleichzeitig versuche ich, den üblichen Gegensatz von Wissenschaft, Literatur, Poesie und persönlichen Beschreibungen von Lebenserfahrungen aufzuheben, sodass dem Buch der Charakter eines Lesebuchs oder auch eines Handbuchs nahekommt. Auf diese Weise hoffe ich, dass möglichst viele verschiedene LeserInnen, die auf ebenso vielfältige Weise mit dem Sterben zu tun haben, etwas für sich Passendes, wenn auch Unfertiges, finden. Ein abgerundeter Text über das Sterben ist wohl höchstens in Form eines Gedichts vorstellbar. Aber auch die poetischen Texte in diesem Buch sind absichtlich sehr unterschiedlich.

Vom Sinn des Sterbens zu schreiben, hat natürlich vor allem den Sinn, das Thema näher an die Alltäglichkeit zu rücken, vor allem, indem der Text anregt, mehr darüber zu sprechen. Es ist unüberhörbar: Noch immer steckt in vielen von uns eine Scheu, man könne eine Sache dadurch verstärken, indem man darüber redet. Das ist natürlich ein Aberglaube. Die Fülle an Krimis im Fernsehen hat keine Steigerung der Kriminalität bewirkt, und auch über den Lebensüberdruß offen zu sprechen, bewirkt nicht automatisch eine Verstärkung der Suizidalität. Oft ist es umgekehrt: **Die geheimen Schatten neigen eher dazu, sich zu verstärken, als die offenen Schrecken.**

Themenvielfalt

Das Thema hat vielfältige Aspekte, wie vielleicht schon im Inhaltsverzeichnis deutlich wird. Diese **Vielfalt** ist während der Arbeit an diesem Buch laufend gewachsen. Es war natürlich nicht möglich, all diese Aspekte umfassend zu bearbeiten. Ich habe daher, um der »weiten Welt des Sterbens« wenigstens andeutungsweise gerecht zu werden, zahlreiche **Literaturhinweise** eingebaut, die eine weitere Vertiefung ermöglichen. Trotzdem sind Lücken unvermeidlich. Außerdem soll das **Stichwortverzeichnis** LeserInnen dazu einladen, dieses Buch eher themenspezifisch zu benutzen, als es von vorne bis hinten zu lesen.

1. Über das Sterben

Kapitelübersicht

- 1.1 Die zwei Unbegreiflichkeiten: Anfang und Ende des Lebens
- 1.2 Von unserer Bedeutungslosigkeit und unserer Einmaligkeit
- 1.3 Über Integration
- 1.4 Der gesellschaftliche Blick auf das Sterben
- 1.5 Sterben und christliche Tradition:
»Ars moriendi« – »Memento mori«
- 1.6 Die bio-psycho-sozial-ökologische Sicht auf den sterbenden Menschen
- 1.7 Bioethische Aspekte: Der einzelne Mensch ist überfordert! –
Grundzüge einer »Co-responsibility«

1.1 Die zwei Unbegreiflichkeiten: Anfang und Ende des Lebens

Von Unbegreiflichkeiten sind Gefühl und Verstand gemeinsam betroffen: Wer zum ersten Mal ein gerade Neugeborenes in den Händen hält und wer zum ersten Mal nahe dabei ist, wenn jemand seinen letzten Atemzug macht, der ist überwältigt. Das heißt, er kann in diesem Augenblick weder seine Gefühle noch sein Denken unter Kontrolle halten. Und das ist gut so. Diese Situationen gehen viel tiefer als die schon etwas abgenutzt klingenden Fragen »Wo kommen wir her?« und »Wo gehen wir hin?«. Diese Fragen zielen auf die Begriffe Leben, Tod und Transzendenz; Begriffe, die zwar auch von großer Bedeutung sind, aber nur wenig zu tun haben mit der existenziellen persönlichen Erfahrung bei den Vorgängen Geburt und Sterben.

Die österreichisch-amerikanische Kulturhistorikerin Riane Eisler (1993, S. 40) hat eine **Kulturgeschichte** entworfen, die von diesen beiden geheimnisvollen Grunderfahrungen ausgeht. Sie behauptet, dass die sozialkulturelle Entwicklung von Völkern seit der Frühsteinzeit damit verknüpft war, welche von diesen beiden Erfahrungen im Vordergrund stand. Bei allen Völkern, die die **Entstehung des Lebens** in den Mittelpunkt ihres Denkens – und daher ihrer Kulte – stellten, finden sich archäologisch eindeutige Funde von Muttergöttinnen (vgl. Venus von Willendorf), von Matrilinearität und partnerschaftlicher Gesellschaftsorganisation, u.a. gekennzeichnet von geringen Größenunterschieden bei den Gebäuden. Diese Kulturen – die letzte große war das minoische Kreta – wurden vernichtet von Völkern, deren kultische Orientierung mehr mit dem **Ende des Lebens** verknüpft war. Große Grabstätten und die Verehrung von Waffen in Verbindung mit der Entwicklung von Metallverarbeitung sind archäologisch kennzeichnend, ebenso eine deutlichere hierarchische Strukturierung der Gesellschaft (darauf hatte schon Friedrich Engels, 1884, S. 157 ff., hingewiesen).

Eisler stellt also herrschaftliche und kriegerische Kulturen (das sind zugleich Patriarchate) den partnerschaftlichen Kulturen gegenüber, die eben keine Matriarchate waren. Deren dauerhafte Existenz bestreitet Eisler (1993, S. 67). Sie sieht vielmehr die Kulturgeschichte der Menschheit in einer ständigen Auseinandersetzung zwischen den Kräften, die die Entstehung des Lebens betonen, und den Kräften, die die Macht über das Ende des Lebens betonen. So stellt sie aus dieser Perspektive z.B. auch die Geburt Christi einerseits und die Kreuzigung Christi andererseits einander gegenüber (ebd., S. 187). Ihre umfassenden und geradezu akribischen Quellenanalysen sind beeindruckend, waren aber wohl auch notwendig, da sie – als Frau – sich mit ihren Thesen gegen viele herrschende Überzeugungen stellte.

Wozu diese Darstellung im Rahmen dieses Buches? Zwei Thesen sollen damit erläutert werden:

1. Die beiden faszinierendsten Erfahrungen des Menschen – der Anfang und das Ende des Lebens – hatten immer schon sowohl für die einzelnen Menschen als auch für ganze Kulturen zentrale Bedeutung. Das »Wunder« der Geburt und das »Wunder« des Sterbens sind gleichermaßen prägend für unser Bild vom Leben. Wenn diese Erfahrungen abgespalten werden oder sehr unterschiedlich beachtet oder bewertet werden, führte und führt das zu Selbst- und Fremdschädigungen.
2. Die Auseinandersetzung mit der Tatsache und dem Thema Sterben darf daher nicht getrennt gesehen werden von der Tatsache und vom Thema des Lebenschaffens. Geburt und Sterben gehören integrativ zusammen. Eine gesunde Beschäftigung mit dem Sterben fördert eine gute Einstellung zum Leben. Zu dem, was mit »gesunder Beschäftigung mit dem Sterben« gemeint ist, soll dieses Buch beitragen – das auch in wertschätzender Auseinandersetzung mit religiösen bzw. volkstümlichen Vorstellungen.

Zu ergänzen ist, dass diese Überlegungen über Anfang und Ende des Lebens zeitgebunden sind. In einigen Jahren werden sich über die Machbarkeit des Lebens wie über die Verzögerung des Sterbens ganz neue Fragen stellen, Ansätze dazu sind bereits da. Die damit

verbundenen bioethischen Fragen werden uns und unsere Kinder immer mehr beschäftigen.

1.2 Von unserer Bedeutungslosigkeit und unserer Einmaligkeit

*Oft ist uns, als wäre die Welt Alles und wir Nichts,
oft aber auch, als wären wir Alles und die Welt Nichts.*
(Friedrich Hölderlin, Hyperion, 1795)

Manche Polaritäten sind gut zu verstehen und leichter zu leben als andere. Ein besonders schwer zu verstehendes und schwer zu lebendes **Spannungsfeld** ist das unserer Bedeutung auf dieser Welt.

Einerseits: Im Sinne der existenziellen Verbundenheit (Buber, 1984; Lévinas, 1987; Petzold, 2013a) sind wir unverzichtbar als Mitmenschen. Wir ko-existieren. Ohne uns wären unsere Eltern andere Menschen, unser/e PartnerIn wäre nicht unser/e PartnerIn, und unsere Kinder gäbe es gar nicht. Viele weitere Menschen hätten ein völlig anderes Leben, wenn es uns nicht gegeben hätte, gibt und weiter geben würde. Im intersubjektiven Erleben sind wir einmalig, bedeutsam, unverzichtbar.

Andererseits: Im naturwissenschaftlichen Sinne sind wir weniger als ein Sandkorn in diesem Universum, und spätestens hundert Jahre nach unserem Tod weiß kaum noch wer, dass wir überhaupt existiert haben, falls wir nicht zufällig eine spezifische Berühmtheit erlangt haben. In diesem Fall verzögert sich die Tatsache unserer Bedeutungslosigkeit um eine gewisse Zeit, aber was heißt das schon angesichts der Abermilliarden Jahre unseres Universums.

Diese beiden Pole – bedeutend sein und zugleich unbedeutend sein – sollten wir integrieren können. Wenn das nicht gelingt, wenn man sich also dauerhaft entweder zu wichtig oder zu wenig wichtig nimmt, spricht man in der Psychologie und Psychotherapie von einer **narzisstischen Störung** oder sogar von einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung. Auszunehmen von einer solchen Diagnose sind hier die Schwierigkeiten, die in bestimmten Lebensphasen zeitweilig auftreten können oder entwicklungsbedingt verständlich

sind, wie etwa in der Pubertät, in der dieses Spannungsfeld besonders zerrt. Kulturelle Traditionen oder auch der Zeitgeist beeinflussen, in welchem Maß sich Menschen jeweils mehr oder weniger wichtig nehmen. Menschen, die sich nicht wichtig nehmen, sind für jede Art von autoritären Herrschaftssystemen zweifellos von Vorteil. Menschen, die sich nicht wichtig nehmen, lassen sich mehr gefallen. Eine Überbetonung des Sich-wichtig-Nehmens ist andererseits für das Konsumverhalten in einer kapitalistischen Wirtschaftsordnung von Vorteil. KonsumentInnen werden sehr wichtig genommen: »Der Kunde ist König.« Auf diese Weise werden die meisten Menschen in eine gewisse Einseitigkeit in diesem Spannungsfeld hineinsozialisiert. Sie lernen, sich möglichst wichtig oder möglichst unwichtig zu nehmen.

Man könnte daher von einem Aspekt der **Lebenskunst** sprechen, wenn sich jemand in diesem Spannungsfeld gut bewegen und immer wieder eine Balance herstellen kann, indem er oder sie sich situationsbezogen in den Mittelpunkt stellen und sich angemessen wieder zurückziehen bzw. im Hintergrund halten kann. Ein besonderes Modell für diese existenzielle Polarität stellen die Eltern oder andere Bezugspersonen von Kindern dar. Für die wichtigsten Bezugspersonen ist es immer wieder herausfordernd, ihre existenzielle Bedeutung für ein Kind zu erkennen und zu leben; ebenso herausfordernd ist es, ein Kind nicht zu behindern, seine eigene Bedeutung zu entwickeln. Es ist auch unter den Erwachsenen eine viel zu wenig geschätzte Aufgabe, sich für das Kind immer wieder bedeutsam und immer wieder unbedeutend zu machen.

Beim **Vergleich von Geburt und Sterben** zeigt sich hier ein Unterschied: Während bei der Geburt ein Mensch in der Regel für zumindest einen Menschen – die Gebärende – eine existenzielle Bedeutung hat, ist dies beim Sterben nicht so genau absehbar. Bei zahllosen Schlachtfeldern, in Konzentrationslagern, bei Bombenangriffen und dort, wo Menschen völlig vereinsamt oder elendig sterben, ist die Bedeutung des einzelnen Sterbenden fraglich. Ähnlich der Frage »Wer hat sich über meine Geburt gefreut?« begleitet uns vielleicht eine unbewusste Sorge: »Wem werde ich fehlen?« und »Wird jemand um mich trauern, mir ›nachweinen?«

Dazu schreibt Norbert Elias (2002, S. 60):

Auch bei Sterbenden kann man diese Tendenzen spüren. Sie mögen sich ihr resigniert ergeben oder gerade im Sterben noch einmal danach trachten, die Mauer zu durchbrechen. Wie es auch ist, sie bedürfen mehr als je des Empfindens, dass sie ihre Bedeutung für andere Menschen noch nicht verloren haben [...].

Damit wird hier zum Ausdruck gebracht, dass unsere Bedeutsamkeit letztlich nicht die eines individuellen Menschen ist, sondern die eines Mitmenschen. Wir sind bedeutsam, weil wir für andere und andere für uns bedeutsam sind.

1.3 Über Integration

Das Leben vollzieht sich in vielfältigen Widersprüchen, in mehrfachen Spannungen, in bedeutsamen Unterschiedlichkeiten, in vielseitigen Gegensätzen. Das macht dieses Leben lebendig. Es gibt drei verschiedene – zunächst gleichwertige – Möglichkeiten, mit diesen Gegensätzen, Spannungen, Widersprüchen umzugehen:

- A. Die eine Seite des Widerspruchs ist richtig, alle anderen sind falsch. Die eine Seite ist gut, alle anderen sind böse oder schlecht. Die eine Seite ist mehr wert als die anderen. Die eine Seite ist wünschenswert, die andere ist abzulehnen. Diese Möglichkeit nennen wir **Spaltung**.
- B. Beide oder besser alle Seiten des Widerspruchs sind in gleicher Weise bedeutsam, sie bedingen einander und brauchen einander, und sei es durch ihre Spannungen. Auf jeden Fall sind alle Seiten zu respektieren. Diese Möglichkeit nennen wir **Integration im engeren Sinn**.
- C. Auch die beiden Möglichkeiten A und B müssen nicht gespalten werden. In manchen Lebenssituationen ist es unverzichtbar, Falsch als Falsch und Böse als Böse zu benennen. In vielen anderen Situationen ist das nicht notwendig, sondern es verengt die Vielfalt der Wirklichkeiten und Wirklichkeits-