

DENISE BATTAGLIA

Was mein Leben sinnvoll macht

Über persönliche Werte, Selbstbestimmung,
das Altern und das Sterben

2., aktualisierte
Auflage



Beobachter
EDITION

Was mein Leben sinnvoll macht

DENISE BATTAGLIA

Was mein Leben sinnvoll macht

Über persönliche Werte, Selbstbestimmung,
das Altern und das Sterben

Dank

Für dieses Buch haben mir vier Menschen mutig und offen von ihren Schicksalsschlägen erzählt. Ihnen gilt mein erster Dank: Ich danke herzlich Silvano Beltrametti, Nadine Koller, Gabriel Hofmann und Irène Schlenk, die trotz ihrer schwindenden Kräfte mit mir noch über das Sterben, über ihr Sterben, sprach. Sie ist anderthalb Monate nach unserem Gespräch, am gleichen Tag wie Muhammad Ali, eingeschlafen.

Beobachter-Autorin und -Lektorin Christine Klingler Lüthi schulde ich grossen Dank für das Konzept dieses Buches, das für mich sehr stimmig war.

Ich danke herzlich den Expertinnen und Experten, ohne die dieses Buch nicht möglich gewesen wäre: Andreas Brenner, Daniela Ritzenthaler, Diana Meier-Allmendinger, François Höpflinger, Jean-Pierre Wils und Roland Kunz, der sich viele Stunden Zeit nahm, um mit mir über das Sterben zu sprechen.

Hildegard Huber, Patrizia Kalbermatten-Casarotti, René Regenass und Rita Bisig danke ich herzlich für Rat und Vermittlungen. Weiter danke ich Barbara Haab für ihr Vertrauen, Sandra Bourguignon für ihr liebevolles Lektorat und Urs Gysling für seine Ermutigungen.

Fachlektorat

Mein spezieller Dank gilt Kurt Seifert für sein kritisches Gegenlesen.

Beobachter-Edition

2., aktualisierte Auflage, 2020

© 2016 Ringier Axel Springer Schweiz AG, Zürich

Alle Rechte vorbehalten

www.beobachter.ch

Herausgeber: Der Schweizerische Beobachter, Zürich

Lektorat: Sandra Bourguignon, Oberrieden

Umschlaggestaltung: fraufederer.ch

Umschlagbild: Achim Thomae/Moment/Getty Images

Kapitelaufaktbilder: iStock

Bilder Inhalt: S. 23: Horst Galuschka; S. 25: ERF Medien; S. 67: Werner Ernst;

S. 92: Jonathan Heyer; S. 157: Josef Ritler; S. 185: Friedel Ammann;

S. 197: Horst Galuschka; restliche Bilder privat zur Verfügung gestellt

Reihenkonzept: buchundgrafik.ch

Satz: fraufederer.ch

Druck: Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG, Calbe

ISBN: 978-03875-247-9



Zufrieden mit den Beobachter-Ratgebern?

Bewerten Sie unsere Ratgeber-Bücher im Shop:

www.beobachter.ch/shop

Mit dem Beobachter online in Kontakt:



www.facebook.com/beobachtermagazin



www.twitter.com/BeobachterRat



www.instagram.com/beobachteredition



Inhalt

Vorwort	11
----------------------	-----------

1 Die Menschen sterben, wie sie gelebt haben ... 13

Wer sich mit dem Tod befasst, ist zufriedener und humorvoller	14
Der Tod ist des modernen Menschen grösster Feind	15
Es geht um den Lebenssinn	16
Der moderne Mensch leidet an Versäumnisangst	17
Der Tod ist uns nicht vertraut	18

<i>Jean-Pierre Wils: «Die Frage, was der Tod bedeutet, macht viele sprachlos»</i>	<i>20</i>
---	-----------

Fünf Dinge, die Sterbende am meisten bereuen	23
1. Versäumnis	24

<i>Lotti Latrous: «Ich lebe das Leben, das meine Seele erfüllt»</i>	<i>25</i>
---	-----------

2. Versäumnis	28
3. Versäumnis	29
4. Versäumnis	31
5. Versäumnis	34

Was gibt denn meinem Leben Sinn?	35
Die Selbstsorge ist die Basis	36
Kritische Selbstprüfung	36
Üben, üben, üben	38

<i>Walter Meier: «Der Mensch hat eine grosse Sehnsucht nach guten Beziehungen»</i>	<i>41</i>
--	-----------

2 Lebensqualität ist für jeden etwas anderes 45

Die Lebenszufriedenheit in der Schweiz ist gross 46

Am zufriedensten mit den Beziehungen 46

Nicht nur Wohlstand macht zufrieden 49

Gesundheitsbezogene Lebensqualität 50

Definition von Gesundheit und Krankheit 52

Gesundheit ist auch ein Zustand der Übereinstimmung

mit sich selbst 53

Was unsere Gesundheit beeinflusst 55

Fragebogen zur Lebensqualität von Patienten 58

*Diana Meier-Allmendinger: «Jeder Mensch braucht eine Form
der Selbstverwirklichung» 60*

**Nach einem Schicksalsschlag wieder ins Leben zurückgefunden
(Nadine Koller, Silvano Beltrametti, Gabriel Hofmann erzählen) 63**

Das Arzt-Patienten-Gespräch 70

Gemeinsam entscheiden 72

Das Gespräch mit Ihrer Ärztin: Hilfreiche Fragen
und Überlegungen 73

Das Recht, eine Behandlung abzulehnen (Abwehrrecht) 75

Was kann ich von einer Ärztin oder einem Arzt einfordern? 77

Risiko Überbehandlung 78

Rationierung bei Betagten, Behinderten und chronisch Kranken 83

3 Ein gutes (und gesundes) Leben ist ein Leben in Beziehungen 87

Autonomie und Abhängigkeit – ein schwieriges Thema 88

Autonom sind wir immer nur mehr oder weniger 89

Gute Beziehungen haben heilende und
lebensverlängernde Wirkung 91

Unsere Angst vor Abhängigkeit 95

Hilfe annehmen ist eine «Form der Grosszügigkeit»	96
Chancen und Risiken bei der Care-Arbeit von Angehörigen	97

4 Selbstbestimmung – auch über den Zeitpunkt des Todes 103

Wer entscheidet, wenn ich nicht mehr urteilsfähig bin?	104
Die Patientenverfügung nimmt medizinische Entscheidungen vorweg	106
Wertvorstellungen in der Verfügung	109
Reanimation, Beatmung, künstliche Ernährung, Organspende	111
Das Gespräch über die Patientenverfügung	113
Hinterlegung der Patientenverfügung	114
Die Grenzen von Patientenverfügungen	115

Daniela Ritzenthaler: «Letztlich geht es darum, etwas Kontrolle am Lebensende zu behalten» 118

Patientenvollmacht: Mein Stellvertreter entscheidet alles 121

Selbst bestimmen, wann man geht: Die Suizidbeihilfe	122
Suizidbeihilfe für Betagte?	124
Kriterien für Suizidbeihilfe	126
Suizidbeihilfe bei Demenz und bei psychischen Krankheiten?	129
Sind Sie richtig informiert?	130
Sterben mit einer Sterbehilfeorganisation – Ablauf	131
Angehörige belastet die Suizidbeihilfe stark	133
Wer beansprucht Suizidbeihilfe?	134

5 Das dritte und vierte Lebensalter 139

Weniger Junge, mehr Rentner und Rentnerinnen	140
Rentnerinnen und Rentner sind mit ihrem Leben sehr zufrieden ...	141
Wie gesund fühlen sich die über 55-Jährigen?	143
Das Lebensende beschäftigt ältere Menschen	145

Die jungen Alten, die alten Alten	147
Das dritte Lebensalter: die aktiven Rentnerinnen und Rentner	148
Das vierte Lebensalter: negatives Altersbild	149
<i>Judith Stamm: «Es ist schön, heute alt zu sein»</i>	157
Demenz bei gebildeten und gesunden Menschen leicht rückläufig ...	160
Demenz – frühzeitige Abklärung entlastet Betroffene und Angehörige	162
<i>François Höpflinger: «Im hohen Alter hilft es, wenn man gelernt, hat mit Krisen umzugehen»</i>	166
6 Wenn das Ende naht	171
Die Mehrheit ist bei Todeseintritt über 80 Jahre alt	172
Die meisten möchten zu Hause sterben, 80 Prozent sterben in Institutionen	172
Palliative Care: gut leben im Angesicht des Todes	175
Palliative Care hat mit dem Leben zu tun	176
Palliative Care wird gewünscht	177
Der Bedarf an Palliative Care wird zunehmen	179
Die Ziele von Palliative Care	180
Wann kommt Palliative Care für mich in Frage?	183
Was tun, wenn ich unheilbar krank bin?	187
Zu Hause sterben oder in einer Institution?	190
Wenn das Ende naht	192
Sterbefasten sollte nicht unterschätzt werden	193
Die Finalphase – jeder Mensch stirbt anders	194
<i>Roland Kunz: «Die meisten Patienten finden etwas, wofür es sich zu leben lohnt»</i>	199
<i>Eine Palliativpatientin erzählt (Irène Schlenk)</i>	202

 Anhang	205
Nützliche Adressen und Links	206
Literatur	210
Quellen	211

«Es ist nicht das Schlimmste für einen Menschen, festzustellen, dass er gelebt hat und jetzt sterben muss; das Schlimmste ist, festzustellen, dass man nicht gelebt hat und jetzt sterben muss.»

Dame Cicely Saunders, Begründerin der Hospiz-Bewegung

Vorwort

Dieses Buch handelt vom Leben. Es geht um Lebensfreude, Zufriedenheit, die Frage, was ein gutes Leben ausmacht; es geht um Zäsuren, die uns erschüttern: Krankheit, Schmerz, der Verlust von Fähigkeiten; es berührt auch das Altwerden und unsere grosse Angst vor Abhängigkeit. Das Buch handelt vom Sterben und von unserer Beunruhigung deswegen; es dreht sich auch um die Frage, wie wir sterben möchten.

Sicher ist: Wir möchten ein erfülltes Leben, bevor wir gehen müssen – an den eigenen Tod denken wir lieber nicht. Doch was macht mein Leben zu einem erfüllten? Wofür möchte ich leben? Was gibt meinem Leben Sinn?

Könnte gerade der Gedanke an mein eigenes Lebensende mir Antworten darauf geben? Gemäss Studien sind Menschen, die hin und wieder an den Tod denken, zufriedener mit ihrem Leben als diejenigen, die dies nicht tun. Der Gedanke an die eigene Endlichkeit macht uns offenbar bewusst, was wichtig ist und wie wir unsere Lebenszeit verbringen möchten.

Wichtig für ein gutes Leben, das ist mir beim Schreiben dieses Buches klar geworden, sind gelebte Beziehungen. Wir sind immer nur mehr oder weniger selbstbestimmt, wir sind auch bedürftige, verletzbare und emotional voneinander abhängige Wesen. Für ein erfülltes Leben brauchen wir nicht nur Hilfe, Beistand, Trost und Rat, sondern auch Lob, Anerkennung und Ermutigung von anderen – es ist auch schön, dies alles geben zu können.

Dieses Buch möchte Sie dazu einladen, Ihren Alltag zu unterbrechen und die Frage, was *Ihr* Leben sinnvoll machen könnte, zu ergründen. Es möchte Sie ermutigen, Ihren eigenen Lebensfaden – vom Ende her denkend – zu spinnen.

Denise Battaglia
Zürich, im Juni 2020



Die Menschen sterben, wie sie gelebt haben

Die moderne Gesellschaft verdrängt den Tod. Dabei raten nicht nur die Philosophen der Antike, sondern auch Sterbende, die eigene Sterblichkeit früh(er) zu bedenken. Denn der Gedanke an den eigenen Tod kann uns bewusst machen, was wichtig ist, und er hilft uns, so zu leben, wie wir es wirklich möchten.

Wer sich mit dem Tod befasst, ist zufriedener und humorvoller

Menschen, die an den Tod denken, sind glücklicher, humorvoller und grosszügiger als jene, die dies nicht tun. Weil die meisten von uns aber Angst vor dem Ende haben, vermeiden wir diesen Gedanken und versuchen, so viel wie möglich in unser Leben zu packen. Leidet der Mensch an «Versäumnisangst» und verpasst die Gegenwart?

Neuere Studien zeigen, dass der Gedanke an den Tod den Menschen hilft, ihrem Leben Sinn zu verleihen. Menschen, die sich mit der eigenen Sterblichkeit befassen, sind demnach zufriedener mit ihrem Leben als jene, die sich damit nicht beschäftigen. Zufriedener seien sie vermutlich deshalb, weil sie ihre eigenen Wünsche, Ziele und Werte beim Gedanken an den Tod reflektieren und neu ordnen würden, interpretiert zum Beispiel der US-Psychologe Kenneth E. Vail von der Universität Missouri-Columbia die Ergebnisse seiner Studie. Menschen, die über den Tod nachdenken:

- bleiben ihren Tugenden oder Prinzipien eher treu,
- bauen mehr liebevolle Beziehungen auf,
- sind gütiger und friedfertiger,
- sind im Ganzen zufriedener mit ihrem Leben,
- zeigen sich hilfsbereiter gegenüber Fremden,
- sind einfühlsamer, toleranter und gerechter,
- leben gesünder,
- finden die Geldvermehrung weniger wichtig als Menschen, die sich nicht mit der eigenen Sterblichkeit beschäftigen.

Die grossen Religionen praktizieren seit jeher den vorausschauenden Blick auf die eigene Endlichkeit zum Beispiel in Gebeten, Meditationen und schriftlichen Ermahnungen. In der christlichen Kultur nennt man diese gedankliche Tätigkeit *memento mori*: «Bedenke, dass du sterben musst!»



INFO Der Ausdruck *memento mori* ist eine Abkürzung von *memento moriendum esse* (bedenke, dass du sterblich bist).

Die Bibel ermahnt an verschiedenen Stellen dazu, sich der eigenen Endlichkeit bewusst zu sein, so etwa in Psalm 90: «Herr, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden.»

Wer sich mit dem Sterben auseinandersetzt, ist deswegen nicht traurig oder niedergeschlagen. Im Gegenteil: Eine Studie aus den USA kam im Jahr 2013 zum Schluss, dass jene Menschen, welche die Studienleiter unerschrocken mit dem Tod konfrontierten, indem sie ihnen zum Beispiel während des Lösen einer Aufgabe am Computer für 33 Millisekunden das Wort «Tod» einblendeten, humorvoller und kreativer waren als jene, die sie «nur» mit dem Thema Schmerz konfrontierten.

Der Tod ist des modernen Menschen grösster Feind

Doch wir verdrängen meist, dass wir sterben müssen. Der Tod sei seit der Erfahrung der Pest, die im Mittelalter zwischen einem Viertel und der Hälfte der europäischen Bevölkerung dahinraffte, unser grösster Widersacher, erklärt die deutsche Autorin

Marianne Gronemeyer unser Verhältnis zum Tod. Wir betrachten ihn nicht mehr als Schicksal, über das wir keine Macht haben, sondern wir versuchen, ihn mit allen Mitteln zu bekämpfen. Seit der Neuzeit betrachte der Mensch den Tod als einen Makel der Natur, den es zu beheben gelte, sagt Gronemeyer. Deshalb ist die Lebensverlängerung seit rund 400 Jahren das Thema und Ziel der Medizin. Und die Sicherheit ist das Thema und Ziel aller staatlichen Aktivitäten. Der moderne Mensch möchte dem Tod möglichst viel Leben abringen.

«Tu nicht so, als ob du Tausende von Jahren zu leben hättest!

Das Schwert des Todes schwebt schon über dir. Werde gut, solange du noch lebst, solange noch die Möglichkeit dazu besteht!»

Marc Aurel, Philosoph und römischer Kaiser



INFO Mehrere Studien bestätigen, dass die Menschen in modernen Gesellschaften den Tod zu verdrängen versuchen und nicht über das eigene Lebensende sprechen wollen. So sagten Ärzte in

einer Befragung im Rahmen des Schweizerischen Nationalfondsprojekts «Lebensende», dass Patientinnen und Patienten das Thema abblocken würden, wenn Ärzte sie darauf ansprechen (mehr dazu auf Seite 181). Auch Familienmitglieder schätzten den Zustand eines Patienten oft zu positiv ein, weil sie nicht wahrhaben möchten, dass er sterben wird. Eine Studie in den USA zeigte: Die grosse Mehrheit der Patienten mit fortgeschrittenem Krebs, denen ihr Arzt sagte, dass ihre Krankheit nicht heilbar sei, man aber mit einer Chemotherapie womöglich die Schmerzen lindern oder den Verlauf etwas verzögern könne, hörte aus dem Gespräch das Gegenteil heraus; zwischen 60 und 80 Prozent glaubten, dass die angebotene Chemotherapie sie heilen könne (siehe Seite 174).

Warum ängstigt uns der Tod so sehr?

Weil das Lebendigsein an sich unser höchstes Gut ist, vermutet der US-amerikanische Philosoph Thomas Nagel, der sich in einem Essay mit dieser Frage auseinandergesetzt hat. Denn mit dem Tod habe all das Gute ein Ende, das uns das Leben bietet. Dazu gehört für ihn wahrnehmen, wünschen, handeln und denken zu können, obwohl diese Fähigkeiten nicht nur Freud, sondern auch Leid auslösen. Der Tod beraubt uns nicht nur jener Dinge, die wir noch erleben und haben *könnten*, er beraubt uns auch dessen, was wir bereits haben und geniessen: Er beendet unsere Beziehungen, unsere Aktivitäten, unsere Interessen und Leidenschaften, unsere Arbeiten und Vorhaben, unsere Freuden – für immer (sofern man, wie Thomas Nagel, nicht an ein Leben danach glaubt).

Es geht um den Lebenssinn

Ist es wirklich das blosse Leben, an das wir uns klammern? Es gibt doch auch Menschen, die nicht mehr leben wollen, die dem Leben nicht genug Gutes mehr abgewinnen können. Wie lebenswert wir unser Leben empfinden, hängt davon ab, ob wir es als erfüllt betrachten. «Ich kann ihm Sinn geben. Und wenn mir das nicht gelingt, finde ich das Leben häufig [...] unerträglich: Manche wollen dann lieber tot sein», sagt der deutsche Philosoph Ernst Tugendhat. Um meinem eigenen Leben Sinn zu geben, muss ich tätig werden, muss ich die Fähigkeiten, mit denen ich ausgestat

tet bin, nutzen und aktivieren. Aber *wie*, werden Sie sich nun fragen, wie soll ich konkret leben, damit mein Leben erfüllend wird? Ernst Tugendhat hat darauf leider keinen allgemeinen Rat, «weil es eine Frage ist, die sich jedem einzelnen stellt».

Der Gedanke an den Tod zeigt mir, wie ich lebe

Jene, die leben, als ob sie ewig lebten, sehen offenbar weniger, was ihnen wichtig ist, als jene, die sich der eigenen Sterblichkeit bewusst sind. Der Tod wird somit zum Sinnstifter. Er erinnert mich daran, «dass ich nicht nur dies und das verfolge und befürchte, sondern eben – in all dem – *lebe*. Im Verhalten zum Tod – dem Ende meines Lebens – werde ich meines Lebens ansichtig», sagt Tugendhat. Oder in den Worten des römischen Philosophenkaisers Marc Aurel ausgedrückt: «Darüber musst du dir doch im Klaren sein, dass niemand ein anderes Leben verliert als das, was er lebt, und dass er kein anderes lebt als das, was er hingeben muss.»

Der moderne Mensch leidet an Versäumnisangst

Früher glaubte die Mehrheit der Menschen an ein ewiges Leben nach dem Tod, an ein Jenseits. Wir modernen Menschen dagegen rechnen in der Regel nur noch mit dem Diesseits. Damit ist unser Leben – gespannt zwischen Geburt und Tod – deutlich kürzer als jenes unserer Vorfahren. Wenn aber das Leben im Diesseits unsere ein-

zige und letzte Gelegenheit ist, dann «steigert sich die Verlustangst ins Unerträgliche», beschreibt Marianne Gronemeyer, die sich mit aktuellen Gesellschaftsphänomenen beschäftigt,

*«Sinn erfordert Fülle,
Fülle erfordert Zeit [...]»*

Karl Ove Knausgård, Schriftsteller

das typische Leiden der heutigen Zeit. Der Mensch habe Angst, das Meiste, das Beste, das Wichtigste zu versäumen. Er leide an einer «Versäumnisangst» und versuche, so viel wie möglich in sein Leben zu packen. Dadurch sei er aber «getrieben wie eine brünstige Hündin», schreibt sie in ihrem Buch *Das Leben als letzte Gelegenheit*. Deshalb planen wir oft immer schon das Zukünftige, all das, was wir noch erleben und haben wollen, das, was noch nicht ist. Die Gefahr besteht, dass uns die Gegenwart, das wirkliche Leben, entgleitet und wir am Lebensende das Gefühl haben, keine Tiefe erlebt, das «falsche» Leben gelebt zu haben.

Der Tod ist uns nicht vertraut

Der Tod ist zwar in Bildern allgegenwärtig. Wir werden überschwemmt mit Nachrichten von Todesfällen und mit Bildern von Toten. «Für den Tod gibt es in dieser Hinsicht keine Grenzen, er ist massiv, allgegenwärtig, unerschöpflich. Doch das ist der Tod als Vorstellung, der Tod als Gedanke und Bild, der Tod als Geist», schreibt der norwegische Schriftsteller Karl Ove Knausgård in seinem autobiografischen Roman *Sterben*. Den wirklichen Tod, den körperlichen, sehen wir nicht. Das hat unter anderem damit zu tun, dass wir das Sterben aus unserem Blickfeld geschafft haben: Gestorben wird in Spitälern und Pflegeheimen.

FRÜHER STARB MAN ÖFFENTLICH

So wie man öffentlich geboren wurde, so starb man noch bis Anfang des 19. Jahrhunderts auch öffentlich. «Sobald jemand krank ‹auf dem Sterbebett ruhte›, füllte sich das Zimmer mit Leuten, Angehörigen, Kindern, Freunden, Nachbarn [...]. Die Fenster und Vorhänge wurden geschlossen. Man zündete Kerzen an. Wenn auf der Strasse Passanten dem Priester begegneten, der das Viatikum [letztes Abendmahl] trug, wollten es Brauch und fromme Sitte, dass sie ihm ins Zimmer des Sterbenden folgten, selbst wenn der ihnen unbekannt war», schreibt der französische Historiker Philippe Ariès in seinen *Studien zur Geschichte des Todes im Abendland*. Die Mahnung «Allein wird man sterben» von Philosoph Blaise Pascal (1623–1662) bezieht sich auf dieses Ritual. Pascal meinte damit: Auch wenn sich viele Menschen um dein Sterbebett drängen, du stirbst allein. Heute sei diese Mahnung sinnlos, so Ariès, weil man heute fast immer alleine sei, wenn man sterbe. ■

Während noch unsere Grosseltern oder Urgrosseltern eine verstorbene Angehörige in der Wohnung aufbahrten und gemeinsam mit Verwandten, Nachbarn und Freunden von ihr Abschied nahmen, indem sie sie ein letztes Mal betrachteten und berührten, ist für uns der Tod etwas Fernes. «Dieser Teil des Todes, der dem Körper angehört und konkret, physisch, materiell ist, dieser Tod wird mit einer solchen Sorgfalt verborgen gehalten, dass sie frenetisch erscheint [...]', meint Knausgård. Der Tod ist kein Teil unserer Lebenswelt. Der Tod ist «das letzte grosse Ausserhalb».

Marianne Gronemeyer erstaunt dies nicht. Weil wir die kurze Lebenszeit, die uns zur Verfügung steht, mit möglichst vielen Spitzenereignissen

anfüllen wollten, würden wir Leid, Krankheit und den Tod meiden. «Der moderne Mensch will keine Zeit vertun mit den leidvollen Seiten seiner Existenz.»

Im Austausch mit den Toten

Für den mittelalterlichen Menschen war der Tod nicht absolut, er markierte kein Ende, sondern einfach den Übergang in eine andere Welt. Die Lebenden waren im Austausch mit den Verstorbenen, denen sinnliche Fähigkeiten zugesprochen wurden: Tote waren in der Lage zu hören, zu fühlen und sie konnten Rache an den Lebenden nehmen sowie «mit Unfruchtbarkeit, Krankheit, Totgeburten, Missernten [...] drohen, sofern es die Lebenden an der gebotenen Ehrerbietung fehlen lassen», schreibt die deutsche Kulturwissenschaftlerin Anna Bergmann in ihrem Buch *«Der entseelte Patient»*. Man glaubte, dass der Tote weiterlebt, mächtig ist und dass er gut und böse zugleich ist. Um die Toten wohlwollend zu stimmen, versuchte man einerseits, mit ihnen «fürsorglich umzugehen und sich um ihr Seelenheil zu kümmern» (Grabpflege, Totenwache, Verbot der Leichenschändung). Andererseits pflegte man Rituale zur physischen Abgrenzung (Fortjagen der Seele, Sperrung des Rückwegs, Schliessen der Leibesöffnungen).

AHNENGLAUBE IST LEBENDIG

Der Glaube daran, dass die Lebenden weiterhin in Kontakt bleiben mit den Verstorbenen, ist in der Schweiz auch heute noch vorhanden. Wie eine internationale Befragung des *International Social Survey Programme (ISSP)* zeigte, sind rund 8 Prozent der Schweizer Einwohner überzeugt, dass sie mit verstorbenen Angehörigen und Verwandten weiterhin im Austausch sind. Weitere fast 20 Prozent glauben «wahrscheinlich» an die Kommunikation zwischen Lebenden und Toten. Im Vergleich mit den Nachbarländern steht die Schweiz an der Spitze: In Deutschland sind nur 4 Prozent überzeugt, mit Verstorbenen in Austausch treten zu können, in Frankreich und Österreich sind es rund 6,5 Prozent, in Italien rund 5,5 Prozent. Weltweit gesehen ist der Ahnenglaube in Südafrika am stärksten: Beinahe 40 Prozent sind sicher, sich mit ihren toten Angehörigen austauschen zu können, weitere 24,5 Prozent glauben «wahrscheinlich» an diesen Austausch. ■

JEAN-PIERRE WILS

Philosoph



«Die Frage, was der
Tod bedeutet,
macht viele sprachlos»

Herr Wils, was ist die *ars moriendi*?

Bei der *ars moriendi* handelt es sich um eine Literaturgattung, die im 14. und 15. Jahrhundert starke Verbreitung fand. Die lateinische Bezeichnung *ars moriendi* wird oft wörtlich mit «Die Kunst des Sterbens» übersetzt. Aber eigentlich geht es um eine religiöse und moralische *Technik* der Selbsterforschung angesichts des Sterbens.

Worum geht es in den Ars-moriendi-Büchern?

Sie waren eine Art Anleitung für das Sterben. Das eigene Sterben wurde damit erstmals einer Eigengestaltung unterworfen, insofern als sich die Menschen Gedanken über ihr Seelenheil und über ihr Geschick im Jenseits machten. Die *ars moriendi* half bei der Selbsterforschung in Bezug auf die verbliebenen Sünden. Das Ziel war, die Seele zu reinigen, indem man zum Beispiel verbliebene Sünden noch beichtete, um in den Himmel zu kommen.

Halfen die *ars moriendi* und der Glaube an ein Jenseits, gelassener zu gehen?

Wir sollten uns vor der Vorstellung hüten, dass die Menschen früher dank der Jenseitsvorstellung getrösteter gestorben sind als heute. Viele Menschen