

*Larissa Carina Seelbach*  
Lebensende

Larissa Carina Seelbach

# Lebensende

Was wir wissen – was wir hoffen

Ein Überblick

Calwer Verlag Stuttgart

eBook (pdf): ISBN 978-3-7668-4570-2

© 2021 by Calwer Verlag GmbH Bücher und Medien, Stuttgart.

Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten.

Wiedergabe, Kopieren und Bearbeiten der Datei, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlags.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://www.dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-7668-4567-2

© 2021 by Calwer Verlag GmbH Bücher und Medien, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten.

Wiedergabe, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlags.

Satz und Herstellung: Karin Class, Calwer Verlag

Umschlaggestaltung: Karin Class, Calwer Verlag

Umschlagbild: © Petra Bork / pixelio.de

Druck und Verarbeitung: Mazowieckie Centrum Poligrafii –

05-270 Marki (Polen) – ul. Słoneczna 3C – [www.buecherdrucken24.de](http://www.buecherdrucken24.de)

Internet: [www.calwer.com](http://www.calwer.com)

E-mail: [info@calwer.com](mailto:info@calwer.com)

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	7
<b>Das eigene Lebensende</b> .....	9
Die beunruhigende Gewissheit der eigenen Vergänglichkeit .....	9
Endlichkeit zur Sprache bringen .....	13
Selbstorganisation und Selbstoptimierung .....	17
Wann endet menschliches Leben? .....	20
<b>Früher war alles besser?</b> .....	25
Der Tod – Konstante in allen Zeiten .....	25
Die Kunst des Sterbens .....	27
Schonungslose Ritualverarmung .....	31
<b>Diesseitsorientierung und das Damoklesschwert des Kontrollverlusts</b> .....	33
<b>Mein soziales Lebensende</b> .....	40
Einsamkeit – lebendig vergessen .....	40
Erschwernisse im pfleglichen Umgang mit Sterbenden .....	43
<b>Krankheit und Sterbeprozess</b> .....	48
Krankheitsvermeidung als Statussymbol .....	48
Outsourcing des Lebensendes .....	50
Ängste, Symptomlinderung und die Unwägbarkeiten im eigenen Sterbeprozess .....	52

<b>Meine Bestattung</b> .....	61
Totenfürsorge – eine Kulturleistung .....	61
Feststellung und Anzeigen des Todes .....	64
Totenwäsche und Ankleiden .....	68
Aufbahrung .....	72
Aussegnung, Transport des Leichnams, Wahl des Sarges .....	74
Trauerfeier und Bestattungsriten .....	76
Bestatter und Bestatterinnen .....	79
Friedhöfe .....	82
Grabstätte und Grabgestaltung .....	84
Erdbestattung .....	86
Einäscherung .....	88
Beisetzung der Asche .....	90
Alternativen bzw. Ergänzungen zur Erd- und Aschebestattung .....	93
Sozial- und Ordnungsamtsbestattung .....	98
Anonyme Bestattung .....	99
Quo vadis Bestattungskultur? .....	100
<b>Mediale Inszenierung von Sterben, Tod und Lebensende</b> .....	103
Todesnähe ohne (Sende-)Schluss .....	103
Öffentliche Trauerformen im Wandel .....	107
<b>Der Klügere schlägt nach?</b>	
<b>Leseblüten zu Sterben, Tod und Lebensende</b> .....	110
<b>Die Hoffnung stirbt zuletzt ... doch nicht!</b> .....	128
Christliche Thanatagogik und die frohe Botschaft für mein Leben(sende) ...	128
Glaubwürdige Sehnsucht nach Abrundung .....	134
Die Kunst zu glauben .....	136
Das letzte Wort über mein Leben .....	141
<b>Literatur</b> .....	153

# Einleitung

Ist mit dem Tod alles aus? Gibt es mich schlicht nicht mehr, wenn ich meinen letzten Atemzug gemacht habe? Mein Lebensende lässt keinen Raum für Beschönigungen, Wunschenken und Ausflüchte, sondern nötigt zur Fokussierung auf das Wesentliche.<sup>1</sup> Was glaube ich, woran hängt mein Herz, wenn es wirklich darauf ankommt?<sup>2</sup> Worauf, genauer gesagt, *wem* vertraue ich dann?

Dieses Buch bringt Erkenntnisse, Erfahrungen und Anregungen aus unterschiedlichsten Gesellschafts-, Professions- und Wissenschaftsbereichen miteinander ins Gespräch, möchte Perspektiven aufzeigen und Erkundungswege skizzieren, auf denen man sich mit dieser existentiellen Frage auseinandersetzen kann.

Ausgangspunkt ist die Einzigartigkeit des Themas. Sterben und Tod betreffen alle Menschen. Ganz individuell, ganz persönlich und unentrinnbar gehen sie jeden Einzelnen und jede Einzelne an. Mein perspektivisches Lebensende wirft Fragen nach der Planbarkeit meines Lebens auf. Gibt es bewährte Verhaltensmuster, die ich mir zu eigen machen kann? Eine historische Spurensuche soll hierzu u.a. die Bewältigungsstrategien früherer Zeiten nachzeichnen und die häufig geäußerte Annahme, dass Sterben und Tod damals besser bewältigt wurden, auf den Prüfstand stellen. Anschließend werden Kontrollversuche, Trends und Entwicklungen, die heute unseren Umgang mit Sterben und Tod prägen, beschrieben. Die zunehmende Vereinsamung ist solch eine Entwicklung. Sie kann ein „soziales Lebensende“ beschleunigen, das unabhängig von Krankheit und Sterbeprozess Leid verursacht. Rückt der Tod näher, kann man selbst oder das persönliche Umfeld mit Unsicherheit, Berührungängsten und Überlastung reagieren. Handlungswissen unterstützt und entlastet in dieser Situation wie auch bei allen nach dem Tod anstehenden Herausforderungen rund um die Organisation der Bestattung. Solche alltagspraktischen Kenntnisse heben sich von der medialen Inszenierung von Sterben, Tod und Lebensende ab. Internet und Fernsehen grundieren zwar unser

- 
- 1 Dieses Buch wurde von Herrn Dr. Berthold Brohm vom Calwer Verlag sehr engagiert betreut und verdankt ihm wichtige Impulse, Hinweise und Weichenstellungen.
  - 2 Vgl. Herman Dembowski, Was glauben wir wirklich?, in: Ernstpeter Maurer (Hg.), Grundlinien der Dogmatik (FS Gerhard Sauter), Rheinbach 2005, 321–328; hier: 321; vgl. Jörg Zink, Auferstehung, Stuttgart 2005, 8: „Ich habe Gründe, so zu glauben. (...) Darum lebe ich mit meinem Herzen, mit meinem Verstand und mit allen Erfahrungen meines Lebens in eine bestimmte Richtung.“

Lebensgefühl und konfrontieren uns mit der Allgegenwart des Todes, sie bereiten aber nicht adäquat auf die Begegnung mit Verstorbenen oder gar auf das eigene Lebensende vor. Ist eine solche Einstimmung überhaupt möglich? Der nachvollziehbare Versuch, sich quasi einen emotionalen „Aufprallschutz“<sup>3</sup> zuzulegen, wird nicht selten mithilfe von Büchern unternommen. Leseblüten zu Sterben, Tod und Lebensende veranschaulichen dies exemplarisch. Nach all diesen Schritten wird es Zeit, zu verweilen und Ausschau zu halten. Die frohe Botschaft des Christentums soll dabei einladend ermutigen, den eigenen Blick zu weiten und aus der Hoffnung heraus zu leben, dass der Tod nicht das letzte Wort über das Leben haben muss. Besonders diejenigen, die sich als Gemeindepädagogen und Gemeindepädagoginnen, als Pfarrer und Pfarrerinnen oder als Ehrenamtliche im kirchlichen Kontext mit dem Lebensende auseinandersetzen, werden sich immer wieder selbst Auskunft geben müssen, worin ihr Trost im Leben und im Sterben besteht, und wie sie diesen Trost glaubwürdig und professionell mitteilen können.

Die Tatsache, dass das eigene Lebensende von jedem Leser und von jeder Leserin ganz unterschiedlich betrachtet wird und je nach präferierter Sichtweise eine abweichende Einschätzung erfährt, steht außer Frage.<sup>4</sup> Dieser individuellen Motivationslage kann sowohl mit „intellektueller Reflexion“<sup>5</sup> als auch ganz konkret mit „alltagspragmatischem Wissen“<sup>6</sup> entsprochen werden, die passend zu kombinieren und zu dosieren jedem und jeder selbst überlassen ist. Zur ergänzenden und vertiefenden Lektüre sollen die zahlreichen Belege in den Fußnoten ermutigen. Nicht angestrebt wird Expertenwissen in einem exklusiven Sinn, wohl aber Expertenwissen in einem eigenständig zu erwerbenden und individuell relevanten Maß. Mein eigenes unabwendbares Lebensende legt es mir dringlich nahe, zur Expertin bzw. zum Experten meines Lebens, meiner Vergänglichkeit, meiner Grenzen und meiner über all dies hinausweisenden Hoffnungen zu werden.

---

3 Reimer Gronemeyer, *Sterben in Deutschland. Wie wir dem Tod wieder einen Platz in unserem Leben einräumen können*, Frankfurt am Main 2008, 242.

4 Vgl. Klaus Feldmann, *Tod und Gesellschaft. Sozialwissenschaftliche Thanatologie im Überblick*, Wiesbaden 2010, 7.

5 Felix Tirschmann, *Der Alltag des Todes. Perspektiven einer wissenssoziologischen Thanatologie*, Wiesbaden 2017, 238.

6 Ebd.

# Das eigene Lebensende

## Die beunruhigende Gewissheit der eigenen Vergänglichkeit

Die Lebenden von heute sind naturgemäß die Sterbenden von morgen, so dass die persönliche Betroffenheit allenfalls hinausgezögert, nicht aber vermieden werden kann. Hinzu kommt, dass die zahlenstarken Babyboomer im Alter einen nicht übersehbaren „Sterbeboom“ herbeiführen werden.<sup>7</sup> Das Lebensende wird sichtbarer denn je werden.<sup>8</sup> Mit dieser Sichtbarkeit wird auch die Nachfrage nach Orientierungswissen wachsen.<sup>9</sup>

Sterben und Tod auszublenden, wird also zunehmend schwerer. Dabei besteht unser Problem nicht im Tod selbst, sondern vielmehr empfinden wir die Gewissheit des einstigen Todes als problematisch.<sup>10</sup> Unter allen Geschöpfen kann nur der Mensch sein eigenes Lebensende voraussehen und entsprechende, hinauszögernde Maßnahmen ergreifen.<sup>11</sup>

Der eigene Anfang und das eigene Ende lagen für den christlich geprägten Menschen über Jahrhunderte hinweg in Gottes Hand. Das stand außer Frage und stellte eine Ruhe in Aussicht, die innerweltlich nicht aus eigener Kraft heraus zu erzielen war. Der Kirchenvater Augustin brachte dies in seinen „Bekenntnissen“ auf den Punkt, indem er Gott – seine Leserschaft unmittelbar einbeziehend – ansprach: „... denn auf dich hin hast du uns gemacht, und unruhig ist unser Herz, bis es ruht in dir.“<sup>12</sup>

Hier tritt neben tiefer Zuversicht auch eine Spannung zutage. Im Leben gibt es Unruhe, etwas, was uns um- und antreibt, möglicherweise aber auch zerreibt oder zermürbt. Das war zu Augustins Zeiten schon so und ist es heute mehr denn je.

Das Lebensgefühl im 21. Jahrhundert lässt sich dennoch kaum mit historischen oder gar pauschalisierenden Schablonen ermessen und geht mit allen möglichen

---

7 Vgl. ebd., 13.

8 Vgl. Thomas Macho, Kristin Marek, Die neue Sichtbarkeit des Todes, in: Dies. (Hg.), Die neue Sichtbarkeit des Todes, München 2007, 9–21; hier: 9.

9 Vgl. Felix Tirschmann, Der Alltag des Todes, a.a.O., 14.

10 Vgl. Norbert Elias, Über die Einsamkeit der Sterbenden, in: Reinhard Blomert, Heike Hammer, Johan Heilbron, Annette Treibel, Nico Wilterdink (Hg.), Norbert Elias. Gesammelte Schriften (Bd. 6), Amsterdam 2002, 12.

11 Vgl. ebd., 11.

12 Augustinus, Bekenntnisse, übers. von Kurt Flasch, Burkhard Mojsisch, Stuttgart 1993, 33.

Annahmen, nicht aber mit einer allgemeingültigen Gewissheit einher. Ulrich Beck fand 1997 drastische Worte für dieses nach wie vor vorherrschende Phänomen: „In den Hohlräumen, welche die einmal regierenden großen Selbstverständlichkeiten mit ihrer Entzauberung hinterlassen, entstehen Trümmerspielplätze des eigenen Lebens.“<sup>13</sup> Der Theologe Hermann Dembowski beschreibt solche „Trümmerspielplätze“ als die Hoffnung, die wir als Gesellschaft in die uns seiner Ansicht nach anmanipulierten Lebensmächte „Machen“, „Haben“ und „Sicherheit“ setzen.<sup>14</sup> Das „Machen“ suggeriert, wir haben alles im Griff, sind aktive Macher, die das Leben gestalten, ihm kreativ Konturen verleihen. Das „Haben“ verspricht Reserven, Rücklagen und Problemlösungen auf Vorrat. Die „Sicherheit“ ergibt sich aus dem, was wir gemacht haben, was wir haben, und muss geschützt werden. Das geschieht, indem wir uns von allem abgrenzen, was uns verunsichert.<sup>15</sup> Zu Lebzeiten erhöhen die Lebensmächte „Machen“, „Haben“ und „Sicherheit“ den Druck und den Stress der Einzelnen. Indem wir über so viele Handlungs- und Entscheidungsmöglichkeiten verfügen, bleibt uns nur die Selektivität und das Risiko, das eigene Leben falsch auszurichten, es doch nicht in den Griff zu bekommen.<sup>16</sup> Solche Lebensmächte werden am Lebensende nichtig sein. Am Ende meines Lebens werde ich nichts machen, nichts haben und keine Sicherheit verspüren, oder? Was glaube ich wirklich, wenn es darauf ankommt? Wem glaube ich wirklich? Diese Frage muss und kann jeder und jede nur für sich alleine beantworten. Mein Lebensende ist untrennbar verzahnt mit der Frage nach dem, was mich im Leben und im Sterben trägt. Wenn all meine Kontrollversuche, mein Machen, mein Haben und meine Sicherheit nicht mehr sein werden – kommt dann etwas?

Das, was einmal sicher schien, nämlich der christliche Glaube, der von der Mehrheit als orientierungsstiftende Größe akzeptiert wurde, ist nunmehr nichts weiter als eine Option unter vielen. Die vermeintlichen Möglichkeiten, das eigene Leben zu gestalten, haben eine Entgrenzung sondergleichen erfahren, doch diese hat ihren Preis, den nicht alle zu zahlen in der Lage sein mögen. Gemeint ist der Zwang, ein eigenes Leben führen zu müssen, den die hochdifferenzierte Gesellschaft ausübt<sup>17</sup>, der oft als ein „Handeln-Müssen“<sup>18</sup> erfahren wird. Diese Aktivi-

---

13 Ulrich Beck, Was meint „eigenes Leben“?, in: Ders., Ulf Erdmann-Ziegler (Hg.), *Eigenes Leben. Ausflüge in die unbekannte Gesellschaft, in der wir leben*, München 1997, 9–17; hier: 10.

14 Vgl. Herman Dembowski, Was glauben wir wirklich?, a.a.O., 322.

15 Vgl. ebd., 323.

16 Vgl. Frank Mathwig, *Zwischen Leben und Tod. Die Suizidhilfediskussion in der Schweiz aus theologisch-ethischer Sicht*, Zürich 2010, 80.

17 Vgl. Ulrich Beck, Was meint „eigenes Leben“?, a.a.O., 10.

18 Nina Jakoby, Michaela Thönnies, *Einleitung – Zur Soziologie des Sterbens*, in: Dies. (Hg.), *Zur Soziologie des Sterbens. Aktuelle theoretische und empirische Beiträge*, Wiesbaden 2017, 1–9; hier: 5.

täterwartung macht auch vor dem Lebensende nicht halt, so dass der Eindruck einer anzustrebenden „Sterbeoptimierung“<sup>19</sup> aufkommen kann.

Sterben ist ein eng mit dem sozialen Leben verbundener und dennoch vor allem ein individueller Akt, den die Soziologie seit Jahrzehnten – auch unter der Bezeichnung „Thanatosoziologie“ – als eine unter vielen speziellen Soziologien in den Blick nimmt.<sup>20</sup> Der erste Teil der Wortverbindung geht zurück auf „Thanatos“, den Namen des griechischen Gottes des Todes, dem älteren Bruder von Hypnos, dem Gott des Schlafes. Thanatos hatte die Aufgabe, die Menschen in die Hades genannte Unterwelt zu bringen.<sup>21</sup> Die „Soziologie“ verweist in dieser Wortverbindung u.a. auf die Bedeutung des Todes für das menschliche Zusammenleben und dessen Gestaltung. Frank Thieme, Lehrbeauftragter für Sozialwissenschaft an der Ruhr-Universität Bochum und Autor des Buches „Sterben und Tod in Deutschland“<sup>22</sup>, sieht diese soziologische Relevanz darin, dass Menschen bei der materiellen und mentalen Bewältigung des Todes nicht beliebig verfahren, sondern kulturellen Normen und Mustern folgen würden, also diesbezüglich gesellschaftlich geprägt seien.<sup>23</sup> Gesellschaftliche und individuelle Deutungsmuster greifen ineinander, wie Felix Tirschmann in seiner Dissertationsschrift „Der Alltag des Todes. Perspektiven einer wissenssoziologischen Thanatologie“ beschreibt: „Die Wahl zwischen objektivem Expertenwissen, intersubjektivem Meinungswissen oder subjektivem Erfahrungswissen obliegt nun jeder und jedem Einzelnen. Alle sind Experten. (...) Zugleich repräsentiert jede individuelle Todesdeutung einen historisch konkreten Ausschnitt eines gesellschaftlichen Wissensvorrats, aus dem sich jede und jeder zwanglos bedienen kann (...).“<sup>24</sup>

Angesichts eines Trauerfalls bzw. angesichts des eigenen Lebensendes wird es eher die Ausnahme als die Regel sein, dass sowohl die Zeit als auch die Energie zur Verfügung stehen, um sich dem dringlichen „Handlungsproblem“<sup>25</sup> aus ausschließ-

---

19 Ebd.

20 Vgl. hierzu ebd., 2; Reimer Gronemeyer, Projekt Lebensende, in: Annette Großbongardt, Rainer Traub (Hg.), Das Ende des Lebens. Ein Buch über das Sterben, München 2013, 250–259; hier: 258; Frank Thieme, Sterben und Tod in Deutschland. Eine Einführung in die Thanatosoziologie, Wiesbaden 2018, 1: „Die *Soziologie des Todes* – fachlich korrekt *Thanatosoziologie* genannt – ist eine in Deutschland wenig beachtete spezielle Soziologie.“; Klaus Feldmann, Art.: Soziologie, in: Héctor Wittwer, Daniel Schäfer, Andreas Frewer (Hg.), Sterben und Tod. Ein interdisziplinäres Handbuch, Stuttgart 2010, 62–74; hier: 62: „Die Soziologie des Suizids verfügt über einen anerkannten Anfang: *Le suicide* von Durkheim (...), die Thanatosoziologie dagegen nicht. (...) Doch insgesamt gibt es keine thanatologische Kontinuität in der Soziologie bis zur Mitte des 20. Jh.s.“

21 Vgl. Klaus Feldmann, Tod und Gesellschaft, a.a.O., 7.

22 Frank Thieme, Sterben und Tod in Deutschland, a.a.O.

23 Ebd., 2.

24 Felix Tirschmann, Der Alltag des Todes, a.a.O., 8.

25 Ebd.

lich eigener Kraft umfänglich und annehmbar zu stellen. Schnittstellenmanager und Schnittstellenmanagerinnen, die die persönliche Ebene mit der gesellschaftlichen verbinden und auch professionell kompetent sind, über diese Ebenen hinaus zu fragen, wären eine große Hilfe. Wer möchte, kann solche Schnittstellenmanager und Schnittstellenmanagerinnen etwa in Gemeindepädagogen und Gemeindepädagoginnen sowie in Pfarrern und Pfarrern finden. Sie gilt es immer wieder neu zu sensibilisieren und zu informieren, da die todesbedingte Schnittstellenkompetenz im Zuge der demographischen Entwicklung eine größere Bedeutung gewinnen wird. Das „Überangebot an Todbedeutungen“<sup>26</sup>, welches sich in Internet, Fernsehen und auf dem Buchmarkt widerspiegelt, führt im akuten Trauerfall eher zu einer überfordernden Unübersichtlichkeit, als dass es eine situationsbezogene, empathische Unterstützung darstellen könnte. Für diese empathische Unterstützung bedarf es Menschen, die in der Lage sind, die notwendige Komplexitätsreduktion professionell und situationssensibel zu verantworten.

Die Alltagsbedeutung des Lebensendes mir nahe stehender Personen sowie die existentielle Dimension meines eigenen Lebensendes sind situativ und biographisch bedingt und in ihrer Unmittelbarkeit nicht wissenschaftlich kontrolliert.<sup>27</sup> Dennoch sprengen meine Fragen den Horizont meines Lebens und verlangen nach mehr, nach Erklärungen und Klarheit, nach Austausch, nicht zuletzt, um der vermeintlichen Austauschbarkeit und Nichtigkeit der eigenen Existenz argumentativ und sachlich etwas entgegensetzen zu können. Die Deutung meines Lebensendes findet nicht im luftleeren Raum statt, sondern ist verbunden mit meiner individuellen und zugleich gesellschaftlich geprägten Weltanschauung, die auf sie ordnende Normen, Werten und Erfahrungen basiert.<sup>28</sup>

Egal, wie viele Studien und Untersuchungen sich mit dem Themenfeld Sterben und Tod befassen, ihnen allen ist das Problem gemeinsam, dass sie nicht von Sterbenden stammen, obwohl es gelegentlich durchaus Sterbende gibt, die ihre Gedanken zu Papier bringen.<sup>29</sup>

Die Frage, was nach dem Tod zu erwarten ist, ruft heute vielfach Ratlosigkeit hervor. Der Medizinsoziologe Allan Kellehear erachtet persönliche Unsicherheit am Ende des Lebens als wahrscheinlich, weil die Vielzahl an Deutungsmöglichkeiten keine sozial geteilte Zustimmung mit sich bringe, Ängste fördere und für Ambiguität Sorge.<sup>30</sup> Laut Thieme seien religiöse Erlösungsversprechen entwertet,

26 Ebd., 16.

27 Vgl. ebd., 233.

28 Vgl. ebd., 21.

29 Vgl. Armin Nassehi, Irmhild Saake, Kontexturen des Todes. Eine Neubestimmung soziologischer Thanatologie, in: Hubert Knoblauch, Arnold Zingerle (Hg.), Thanatosoziologie. Tod, Hospiz und die Institutionalisierung des Sterbens, Berlin 2004, 31–54; hier: 31, die die „empirische Nicht-Erfahrbarkeit“ des Todesthemas betonen.

30 Vgl. Allan Kellehear, Current social trends and challenges for the dying person, in: Nina Ja-

weil sie verzichtbar geworden seien.<sup>31</sup> Diese These unterstützt der Mediziner Günther Loewit, der es als gefährlich erachtet, falls das Leben lediglich als Aneinanderreihung von Lusterlebnissen verstanden werde, da so der Tod keine Erlösung mehr versprechen würde.<sup>32</sup>

Christliche Fundamente sind weggebrochen oder brechen weg, so dass sie als Grundlage für die Auseinandersetzung mit der Begrenztheit der eigenen Existenz nicht herangezogen werden bzw. explizit nicht in Betracht gezogen werden wollen.<sup>33</sup> Die drängenden Fragen bleiben. Wie werde ich sterben? Welche Bedeutung hat mein Tod? Hat er überhaupt eine Bedeutung? Wenn er keine Bedeutung hat, ein „gesellschaftliches Nullereignis“<sup>34</sup> ist, war dann auch mein Leben bedeutungs- und belanglos? Die Fragekette lässt sich beliebig fortsetzen. Es könnte der ultimative Schrecken für den modernen Menschen sein, den eigenen Tod letztlich als belanglos ansehen zu müssen. Der Theologe und Soziologieprofessor Reimer Gronemeyer attestiert jeder und jedem Einzelnen eine Zerreißprobe. Mit dem Zwang zur radikalen Individualisierung gehe der Verlust aller Traditionen, Konventionen und Bindungen einher und mache das Individuum paradoxerweise austauschbar.<sup>35</sup>

Werfe ich einen ersten Blick auf die gesellschaftliche Bedeutung meines Lebensendes, ist der Befund ernüchternd. Mein Tod ist und bleibt beunruhigend, ein furchteinflößendes „Rätsel“<sup>36</sup>, eine meiner Selbstbestimmung entzogene Zumutung, und trotzdem zählt er zu meinen „Lebensgewissheiten“<sup>37</sup>.

## Endlichkeit zur Sprache bringen

Aus medizinischer Sicht ist der Tod „jener Zustand eines Körpers, dessen Lebensfunktionen irreversibel erloschen sind“<sup>38</sup>. Allerdings ist es so, dass sich kein

---

koby, Michaela Thönnies (Hg.), *Zur Soziologie des Sterbens*, a.a.O., 11–27; hier: 24f.; vgl. ebd., 23: “It has become ‘unanswerable’ because the grand narratives (the big, overarching stories about creation, the good life and the good death, and the nature of God behind all the previous three) of traditional religions are being jostled and mixed by global diversity and competition. (...) These grand narratives of the ultimate destination of those who die have been broken at worst or seriously undermined at best.”

31 Vgl. Frank Thieme, *Sterben und Tod in Deutschland*, a.a.O., 5.

32 Vgl. Günther Loewit, *Sterben. Zwischen Würde und Geschäft*, Wien 2014, 92.

33 Vgl. Reimer Gronemeyer, *Sterben in Deutschland*, a.a.O., 185.

34 Klaus Feldmann, Art.: *Soziologie*, a.a.O., 66.

35 Vgl. Reimer Gronemeyer, *Sterben in Deutschland*, a.a.O., 163.

36 Vincenzo Paglia, *Bruder Tod*. In *Würde leben und in Würde sterben. Mit einer Einführung von Manfred Lütz*, Freiburg im Breisgau 2017, 51.

37 Nikolaus Schneider, *Das Richtige sagen können*, in: Achim Kuhn (Hg.), *Deadline. Prominente über Leben und Sterben*, Zürich 2015, 285–294; hier: 285.

38 Frank Thieme, *Sterben und Tod in Deutschland*, a.a.O., 19.

eindeutiges und für alle konsensfähiges Todesverständnis abzeichnet<sup>39</sup>, was sich bereits daraus ergibt, dass die Wahrnehmung von Sterben und Tod eine kulturell geprägte ist.<sup>40</sup> Mit der Pluralität der Lebensstil-Konstrukte geht die Pluralität der Todesentwürfe einher.<sup>41</sup> Sterben bleibt ein schwer definierbares Geschehen, wie der Soziologieprofessor Klaus Feldmann veranschaulicht, indem er den öffentlichen Sterbediskursen eine sozio-kulturelle, rechtliche, medizinische, technologische und interaktive Rahmung bescheinigt.<sup>42</sup>

Frei nach dem Motto: „Gut, dass wir darüber gesprochen haben“ erzielen Themen wie Sterben und Tod eine gesellschaftliche und mediale Präsenz, die sich in einem enormen Kommunikationsbedürfnis niederschlägt.<sup>43</sup> Mediziner wie der Amerikaner Haider Warraich gehen mitunter davon aus, dass Gedanken an den Tod stresslindernd seien und es einige Möglichkeiten gäbe, die Auseinandersetzung mit dem Tod zu fördern. Beliebtheit erfreuten sich etwa Todescafés und Todessalons, wo man beim Essen und Trinken, über den Tod ins Gespräch kommen könne. Das universitäre Lehrangebot stelle sich ebenfalls auf die Nachfrage nach Todesthemen ein. Wer quasi rund um die Uhr der eigenen Vergänglichkeit bewusst sein möchte, erwirbt sich vielleicht eine Uhr namens Tikker, die anzeigt, welche Lebenszeit dem Träger im Falle eines natürlichen Todes vermutlich noch bleibt. Ist selbst das nicht intensiv genug, gibt es noch den japanischen Trend, sich im Sarg fotografieren zu lassen, um später auf jeden Fall buchstäblich richtig zu liegen.<sup>44</sup> Ziel dieser „positiver Tod“ genannten Bewegung sei es, sowohl mit Sterbenden als auch mit jüngeren Menschen, die noch nicht mit ihrer Sterblichkeit klarkämen, offen über den Tod zu reden.<sup>45</sup>

Franz Müntefering, Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO), sieht im Sterben einen wichtigen Teil des Lebens, über dessen Qualität es sich zu sprechen lohne.<sup>46</sup> Gemäß dem Soziologen Jean

---

39 Vgl. Joachim Wittkowski, Hans Strenge, Der kulturgeschichtliche Hintergrund von Sterben und Tod, in: Dies. (Hg), Warum der Tod kein Sterben kennt. Neue Einsichten zu unserer Lebenszeit, Darmstadt 2011, 13–28; hier: 25.

40 Vgl. Dies., Zeitgemäße Choreographien bei der Begegnung mit Leben und Tod, in: Dies. (Hg.), Warum der Tod kein Sterben kennt, a.a.O., 211–228; hier: 212.

41 Vgl. Christian Schüle, Wie wir sterben lernen. Ein Essay, München 2013, 160.

42 Klaus Feldmann, Art.: Soziologie, a.a.O., 63.

43 Vgl. Sven Gottschling mit Lars Amend, Leben bis zuletzt. Was wir für ein gutes Sterben tun können, Frankfurt am Main 2018, 162f. Hier werden an die hundert Umschreibungen für Sterben und Tod aufgelistet.

44 Haider Warraich, Wie wir heute sterben. Über die Biologie des Todes und wie sich das Ende unseres Lebens verändert hat, München 2018, 292.

45 Ebd.

46 Adrián Carrasco Heiermann, Tanja Kiziak, Catherina Hinz, Auf ein Sterbenswort. Wie die alternde Gesellschaft dem Tod begegnen will (hg. vom Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung), Berlin 2020 ([https://www.berlin-institut.org/fileadmin/Redaktion/Publikationen/PDF/BI\\_Auf-ein-Sterbenswort\\_Online\\_201005.pdf](https://www.berlin-institut.org/fileadmin/Redaktion/Publikationen/PDF/BI_Auf-ein-Sterbenswort_Online_201005.pdf); aufgerufen am 23.04.2021), 32.

Ziegler könnte der „Kampf für die Reintegration des Todes in das westliche Kollektivbewusstsein“<sup>47</sup> gar der Ausgangspunkt „für die bedeutsamste Revolution unseres Jahrhunderts“<sup>48</sup> werden.

Manchen reicht es allerdings schon als Ergebnis aus, dass der Tod „alle Konstruktionen gesellschaftlicher Hierarchie“<sup>49</sup> infrage stelle und deshalb ein befreiendes Potential habe. Man arrangiert sich quasi mit dem „Nicht-Verstehenmüssen“<sup>50</sup>. Verglichen mit dem Tod, gewinnt fast jedes Leben an Attraktivität.<sup>51</sup>

Ebenfalls bezogen auf ein rein diesseitiges Leben wendet sich z.B. die Psychologin Ulrike Scheuermann dem Gedankenspiel zu, was wäre, „Wenn morgen mein letzter Tag wär“, und verspricht ihrer Leserschaft: „So finden Sie heraus, was im Leben wirklich zählt.“<sup>52</sup> Wenn es uns gelänge, der „Restangst“ vor dem Lebensende standzuhalten und mit ihr zu leben, dann könnten wir zu der „tieferen Erkenntnis“ gelangen: „Im Grunde bin ich sicher. Es wird immer einen Weg geben. Mein Selbst ist unverletzlich.“<sup>53</sup> Solche, wie eine Unzahl ähnlicher Aussagen, die nicht selten auch als Buchtitel dienen, verschleiern beschönigend unsere Angst, indem sie durch Planung und vermeintliche Kenntnis den Umgang mit Sterben und Tod verwässern.<sup>54</sup> Wir geraten auf diese Weise wieder in den Sog der trügerischen Lebensmächte „Machen“, „Haben“ und „Sicherheit“. Langfristig geht diese Rechnung nicht auf und war sicherlich auch nicht das, was der Verfasser von Psalm 90 mit seiner Aufforderung „Lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden“ (Ps 90,12) im Sinn hatte.

Dort, wo Sterben zum häufigen, alltäglichen und öffentlichen Konversations-thema wird, stellt sich mitunter leicht die Illusion von Planbarkeit und Kontrolle ein. Die Hoffnung auf das ewige Leben, die zugleich eine kritische Betrachtung des zeitlichen Lebens nahelegt, gerät aus dem Blick. Die Folge ist eine historisch einzigartige „kulturelle Armut“<sup>55</sup> sowie das ernüchternde Erleben der eigenen Ver-

47 Jean Ziegler, Das Geheimnis des Lebens liegt im Tod, in: Achim Kuhn (Hg.), Deadline, a.a.O., 101–107; hier: 107.

48 Ebd.

49 Ulrich Beck, Eigener Tod – eigenes Leben. Vergänglichkeitshoffnungen, in: Ders., Ulf Erdmann-Ziegler (Hg.), Eigenes Leben, a.a.O., 124–129; hier: 128.

50 Vgl. Christiane zu Salm, Weiterleben. Nach dem Verlust eines geliebten Menschen, München 2016, 7.

51 Vgl. Ulrich Beck, Eigener Tod – eigenes Leben, a.a.O., 128.

52 Ulrike Scheuermann, Wenn morgen mein letzter Tag wär. So finden Sie heraus, was im Leben wirklich zählt, München 2013.

53 Ebd., 16.

54 Vgl. Margret M. Baltes, Altern und Tod in der psychologischen Forschung, in: Rolf Winau, Hans Peter Rosemeier (Hg.), Tod und Sterben, Berlin u.ö. 1984, 237–251; hier: 248: „Wir wissen heute, daß die emotionale Qualität ‚Angst‘ vor dem Tod für jeden von uns einen anderen Inhalt haben kann.“

55 Vgl. Reimer Gronemeyer, Sterben in Deutschland, a.a.O., 162.

gänglichkeit als „Systemabbruch“<sup>56</sup>. Solch ein Systemabbruch hat kein tröstendes Potential. Die Investition von Aufmerksamkeit und Engagement konzentriert sich in der Regel auf intakte Systeme. Der Soziologe und Thanatologe Klaus Feldmann bilanziert dementsprechend, dass Sterbende und Tote keine Lobby hätten<sup>57</sup> und der Tod einem „nicht mehr reparaturfähigen Maschinenschaden“<sup>58</sup> gleichkäme.

Bereits die etwaig präferierte Bezeichnung „Tod“ oder „Lebensende“ impliziert möglicherweise eine Haltung, wenngleich man bei oberflächlicher Betrachtung einwenden könnte, dass der Tod stets das Ende des Lebens ist. Wird der Anfang des Lebens als gottgegebenes Geschenk verstanden, liegt es nahe, auch das Ende des Lebens mit Gott in Beziehung zu bringen, ganz so, wie Augustin es tat, wenn er sich auf Gott hin geschaffen und zu Gott hin gezogen wusste. Diese christliche Deutung des Begriffs „Lebensende“ muss nicht geteilt werden und wird es je nach Bezugswissenschaft auch nicht.<sup>59</sup> Für die folgende Diskussion und den im Titel gewählten Terminus „Lebensende“ ist neben der christlichen Interpretation ferner entscheidend, dass selbst wenn Gott je nach eigenem Empfinden keine Rolle für mein Leben spielen würde, es aber dennoch um „mein Leben“ ginge, das ein Ende finden wird. Der Begriff „Lebensende“ bringt diese persönliche Dimension eher zum Ausdruck als das Wort „Tod“. „Mein Tod“ steht zwar sachlich, nicht aber emotional in einer unlösbaren Beziehung zu meinem Leben. So unscharf der Tod selbst bleibt, so deutlich ist doch die Tatsache, dass er mein Leben beendet und mich als den Menschen, der ich ein Leben lang war, geworden bin bzw. glaubte zu sein, zu einem irreversiblen Zielpunkt führt. Nehme ich mein Lebensende ernst, ändert dies auch die Wahrnehmung meines Lebens und seiner „Sinnarchitektur“<sup>60</sup>. Mein Leben ist einzigartig und gerade deswegen für mich kostbar.<sup>61</sup> Ohne metaphysischen Bezug beginnt und endet mein Leben allerdings mit mir selbst.<sup>62</sup> Ich verstehe mich dann als „von Grund auf unabhängige[s] Einzelwesen, als Monade ohne Fenster, als vereinzelt[e]s Subjekt“<sup>63</sup>, drehe mich im Kreis und komme nicht weiter. Mein Verstand hilft hier nicht, denn der Tod setzt meinem Wissen eine Grenze, lässt eine Reihe von existentiellen Fragen offen<sup>64</sup>, die ich auch nicht durch

---

56 Ebd.

57 Vgl. Klaus Feldmann, *Tod und Gesellschaft*, a.a.O., 7.

58 Vgl. ebd., 28.

59 Vgl. Joachim Wittkowski, *Sterben – Ende ohne Anfang?*, in: Ders., Hans Strenge (Hg.), *Warum der Tod kein Sterben kennt*, a.a.O., 29–104; hier: 72: „Besonders unbestimmt bleibt der Begriff des Lebensendes. Betreuung am Ende des Lebens (‘end of life care’) bezieht sich auf Patienten, die sich in entsprechende Pflege begeben. Entspricht das Ende des Lebens somit dem Beginn des Sterbens?“

60 Ulrich Beck, *Eigener Tod – eigenes Leben*, a.a.O., 125.

61 Vgl. ebd.

62 Vgl. ebd.

63 Norbert Elias, *Über die Einsamkeit der Sterbenden*, a.a.O., 56.

64 Vgl. Dietrich Korsch, *Antwort auf Grundfragen christlichen Glaubens. Dogmatik als integ-*

Gespräche überwinden werde. Selbst einstige Selbstverständlichkeiten werden aus der Perspektive des Lebensendes fraglich, so dass plötzlich zu klären ist: Was ist überhaupt mein Leben?

## Selbstorganisation und Selbstoptimierung

Befreit und beraubt von Vorgaben muss ich mein eigenes Leben führen, kann dies jedoch nicht, da die alten allgemeingültigen Zwänge durch neue, von Personen und Kontexten abhängige Zwänge ersetzt werden. Ulrich Beck macht klar: „Das eigene Leben ist gar kein eigenes Leben!“<sup>65</sup> Eine rein selbstbestimmte Lebensführung ist nicht möglich. Immer wird es Faktoren geben, die die eigene Entscheidungsfreiheit eingrenzen. Diese Faktoren reichen z.B. von Staatsformen und Klimabedingungen über Besitzverhältnisse, Bildungsunterschiede, Wohnorte und deren Infrastruktur bis hin zu zwischenmenschlichen und familiären Konstellationen. Es sind nicht mehr die bindenden Traditionen vergangener Zeiten, sondern fremdbestimmte Weichenstellungen, wie etwa meine Abhängigkeit von Institutionen und Beziehungen, die mich zur Selbstorganisation nötigen und mir keine andere Wahl lassen, als unentwegt meine Biographie zu konstruieren und zu inszenieren.<sup>66</sup> Ich werde zum „biographischen Planungsbüro“<sup>67</sup> meiner selbst, bin zur Aktivität verurteilt, selbst wenn ich untätig bleibe. Aus diesem „Machen“, der Aktivitätsverpflichtung, ergibt sich als Kehrseite, dass Scheitern zu meinem eigenen Scheitern wird, dessen persönliche Dramatik keine Abfederung erfährt.<sup>68</sup> Ob ich scheitern werde oder nicht, liegt nicht immer in meiner eigenen Hand. In einer Welt, die „unentrinnbar *global* vernetzt ist“<sup>69</sup>, könnten sich sogar scheinbare Selbstverständlichkeiten wie reine Luft und Trinkwasser zum Luxusgut entwickeln und sich somit letztlich meinem Zugriff entziehen.<sup>70</sup> Der Zwang zur Selbstverwirklichung lastet trotzdem auf mir. Ich muss mich im Zuge der Enttraditionalisierung selbst definieren, eine unfassbare Fülle widersprüchlicher Informationen reflektieren, sie auf mich beziehen,

---

ative Disziplin, Tübingen 2016, 246; vgl. Günther Loewit, *Sterben*, a.a.O., 47: „Aber wann endet das Leben, wann beginnt das Sterben? Wann endet das Sterben, wann tritt der Tod endgültig ein? Und was ist der Tod? Warum hat der Tod zwar einen Anfangspunkt, aber kein Ende? Wie lange ist ein Mensch tot?“

65 Ulrich Beck, *Was meint „eigenes Leben“?*, a.a.O., 10f.; vgl. Norbert Elias, *Über die Einsamkeit der Sterbenden*, a.a.O., 58: „Auch der Versuch, in dem Leben eines einzelnen Menschen einen Sinn zu finden, der unabhängig von dem ist, was dieses Leben für andere Menschen bedeutet, ist vergeblich.“

66 Vgl. Ulrich Beck, *Was meint „eigenes Leben“?*, a.a.O., 11f.

67 Ebd., 12.

68 Vgl. ebd.

69 Ebd., 13.

70 Ebd.

und zugleich habe ich mit meinen Sozialkontakten zu interagieren.<sup>71</sup> Aus dieser permanenten Herausforderung folgt: „Das eigene Leben ist ein *experimentelles* Leben. Überlieferte Lebensrezepturen und Rollenstereotypen versagen.“<sup>72</sup>

Nicht nur das eigene Leben, sondern auch das eigene Lebensende ist ein Projekt, d.h. das letzte Projekt des Lebens, das im Kontext einer „Multioptions- und Entscheidungsgesellschaft“<sup>73</sup> selbstbestimmt zu gestalten ist. Die Soziologin und Psychologin Stephanie Stadelbacher erklärt dementsprechend: „Es gibt – im Gegensatz zur traditionellen kollektivierten ‚Sterbekunst‘ – keine routinisierten und ritualisierten Gemeinplätze im individuellen Sterben.“<sup>74</sup> Ähnlich deutet dies die katholische Theologin und Philosophin Nina Streeck, deren Forschungsschwerpunkt u.a. ethische Fragen am Lebensende sind. Sie erkennt „Optimierungsbestrebungen“ und geht davon aus, dass es für den heutigen Umgang mit dem Lebensende typisch sei, Sterben als etwas zu betrachten, das man besser oder eben auch schlechter machen könne.<sup>75</sup> Gewünscht werde, sterbend im empathischen Sinne man selbst bzw. mit sich selbst eins zu sein.<sup>76</sup> „Gut stirbt, wer im Sterben authentisch bleibt.“<sup>77</sup> Entsprechende Anstrengungen versprechen ein umso besseres Sterben, quasi eine „Sterbeoptimierung“<sup>78</sup>, wobei die Gestaltung auch misslingen oder gar nicht erst in Angriff genommen werden kann.<sup>79</sup> Hand in Hand gehe diese Wertung mit einer Steigerungs- und Herstellungslogik, die jeder Form von Optimierung zugrunde liege und die mit dem Verständnis des Todes als Widerfahrnis nicht vereinbar sei.<sup>80</sup> Nicht nur der Tod, sondern der Sterbende selbst wird am Ende unweigerlich zum „Symbol dieses Scheiterns moderner Machbarkeitsfantasien“<sup>81</sup>.

Laut Reimer Gronemeyer habe sich das Individuum zwar aus den Fesseln der Tradition befreit, ringe nun aber – wie Laokoon mit den Schlangen – unablässig mit den selbst zu treffenden Entscheidungen, so dass zur selbstgemachten Bio-

---

71 Vgl. ebd., 14f.

72 Ebd., 14.

73 Stephanie Stadelbacher, Das Lebensende als Randgebiet des Sozialen? Zur Praxis des ‚guten‘ Sterbens zu Hause am Beispiel der ambulanten Hospiz- und Palliativarbeit, in: Nina Jakoby, Michaela Thönnies (Hg.), Zur Soziologie des Sterbens, a.a.O., 49–70; hier: 55.

74 Ebd.

75 Nina Streeck, Sterben, wie man gelebt hat. Die Optimierung des Lebensendes, in: Nina Jakoby, Michaela Thönnies (Hg.), Zur Soziologie des Sterbens, a.a.O., 29–48; hier: 30.

76 Nina Streeck, Jedem seinen eigenen Tod. Authentizität als ethisches Ideal am Lebensende, Frankfurt am Main 2020, 14.

77 Ebd., 18.

78 Nina Streeck, Sterben, wie man gelebt hat, a.a.O., 30.

79 Vgl. ebd., 31.

80 Ebd., 37f.

81 Stephanie Stadelbacher, Das Lebensende als Randgebiet des Sozialen?, a.a.O., 53; vgl. Fulbert Steffensky, Mut zur Endlichkeit. Sterben in einer Gesellschaft der Sieger, Stuttgart 2007, 6: „Wir haben das Bewusstsein der Sterblichkeit und der Endlichkeit verloren. Wie entkommt man dem ziellosen Machbarkeitswahn, von dem die Medizin nicht verschont ist?“