„Philosophieren heißt Sterben lernen“(Michel de Montaigne) und Sterben lernen heißt Leben lernen. Über die Kunst des Loslassens.

Vortrag in der Begegnungsstätte

Mehring-Kiez – Mehrgenerationentreff

am Mittwoch, dem 21. November 2012

in der Zeit von 16.30 Uhr bis 18.30 Uhr

Inhalt:

1 Einleitende Gedanken zum gesellschaftlichen Umgang mit Sterben und Tod

2 Michel de Montaigne

2.1 Welchen Bedeutungsgehalt hat sein Diktum „Philosophieren heißt Sterben lernen“? und inwieweit gilt auch die Umkehrung: „Philosophieren heißt Leben lernen“?

2.2 Vier Argumente, die uns die Einsicht in die Notwendigkeit erleichtern sollen:

- Das hedonistische Argument
- Das erkenntniskritische Argument
- Das kosmologisch-metaphysische Argument
- Das moralische Argument

3 Seneca – Über die Kürze des Lebens und die Äquivalenz von Leben und Tod

4 Philosophiegeschichtliche Interventionen: Max Weber - Karl Jaspers – Jean Baudrillard – Victor E. Frankl – Norberto Bobbio über die Untrennbarkeit von Leben und Tod

5 Abschied vom Leben – drei Fragen an Susanne Fleer

- Was bedeutet der Tod heute für Sie?
- Würden Sie etwas in Ihrem Leben anders machen, wenn es ein Zurück geben würde?
- Hat sich für Sie die Welt verändert, seitdem Sie in die Sterbephase eingetreten sind?

Sterbende begleiten

(Gedicht von Hilde Domin)

Jeder der geht
belehrt uns ein wenig
über uns selbst.
Kostbarster Unterricht
an den Sterbebetten.
Alle Spiegel so klar
Wie ein See nach großem Regen,
ehe der dunstige Tag
die Bilder wieder verwischt.
Nur einmal sterben sie für uns,
nie wieder.

Was wüssten wir je
ohne sie?
Wir, deren Worte sich verfehlen
wir vergessen es.
Und sie?
Sie können die Lehre
Nicht wiederholen.
Dein Tod oder meiner
Der nächste Unterricht:
So hell, so deutlich,
dass es gleich dunkel wird.

1 Einleitende Gedanken zum gesellschaftlichen Umgang mit Sterben und Tod

- Eines der größten Tabus in unserer technisierten Welt ist der Tod!
- Weil der Tod weitgehend unerfahrbar geworden ist, stoßen wir in der Begegnung mit Sterbenden oft an die Grenzen unserer eigenen Handlungsmöglichkeiten.
- Ursache für die Verdrängung und Tabuisierung von Sterben und Tod: es ist die Technisierung unserer Welt, die immer schneller fortschreitet – im Fortschritts-Denken kann und darf es den Gedanken an ein Ende, den Gedanken an den Tod nicht geben.
- Ein theologisches Motiv für die Technisierung unserer Welt: das Streben nach Unsterblichkeit.

- Die Humanität einer Gesellschaft muss sich daran messen lassen, wie sie mit ihren Alten und Sterbenden umgeht.

- Wenn wir den Tod ins Leben einbeziehen und diesen nicht verdrängen, erfährt unser Leben eine neue Qualität: wir leben bewusster und achtsamer!

- Leben und Sterben hat in unserer Gesellschaft in dreierlei Hinsicht neue Dimensionen angenommen:

  - Aufgrund der Fortschritte in der hochtechnisierten Medizin und der damit verbundenen Folgeprobleme.

  - Aufgrund des Verlustes der Glaubensgewissheit. Dies hat zur Folge, dass das Todesbewusstheit einen neuen Status annimmt: es wird zum Bewusstsein der totalen Endlichkeit und Vergänglichkeit.

  - Aufgrund der noch nie dagewesenen radikalen Tabuisierung und Verdrängung des persönlichen, je eigenen Todes

2 Michel de Montaigne

2.1 Welchen Bedeutungsgehalt hat sein Diktum „Philosophieren heißt Sterben lernen“? und inwieweit gilt auch die Umkehrung: „Philosophieren heißt Leben lernen“?

„Cicero sagt: Philosophieren sei nichts anderes als sich auf den Tod vorzubereiten; das heißt eben so viel als: Studieren und tiefe Betrachtungen versetzen gewissermaßen die Seele in eine höhere Sphäre, und geben ihr eine unkörperliche Pflege, welches eine Art von Schule und Ähnlichkeit des Todes ist: oder es heißt auch soviel, dass alles Nachdenken, alle Weisheit dieser Welt sich endlich in dem einen Punkte auflöst, uns zu lehren, den Tod nicht zu fürchten.“

Michel de Montaigne, Philosophieren heißt...,.a.a.O., S. 7

„Benehmen wir ihm das Fremde, machen wir seine Bekanntschaft, halten wir mit ihm Umgang..... . Halten wir ihn alle Augenblicke unserer Einbildung vor, und zwar unter allen seinen Gestalten.“

Michel de Montaigne, Ebenda, S. 15

„Es ist ungewiss, wo uns der Tod erwartet; erwarten wir ihn also allenthalben! Sinnen auf den Tod ist Sinnen auf Freiheit. Wer sterben gelernt hat, versteht das Dienen nicht mehr. Für den hat das Leben kein Übel mehr, der die Wahrheit einsieht; das Leben aufgeben ist kein Übel. Zu sterben wissen, das befreit uns von aller Lehnspflicht und von jedem Zwange.“

Michel de Montaigne, Ebenda, S. 16

- „Das Vorbedenken des Todes ist Vorbedenken der Freiheit“ (Ebenda, S. 16), schreibt Michel de Montaigne, denn
  - man lernt anders zu gewichten, nämlich Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden;
  - man lernt Loslassen;
  - Man lernt, sein Leben in die eigene Hand zu nehmen.

- Das Diktum von Montaigne, „Philosophieren heißt Sterben lernen“ ist nicht als eine düstere Todessehnsucht zu verstehen, sondern ist vielmehr eine realistische und nachdenkliche Bereitschaft, uns mitten im Leben mit dem Unvermeidlichen abzufinden, um auf diese Weise frei von Furcht und Sorge zum richtigen Umgang der eigenen kurzen Lebenszeit und zur angemessenen Form der Rücksichtnahme auf das kostbare Leben der anderen zu nehmen.

- Montaigne widerlegt Epikur, der den Tod schlicht leugnet. Bei Montaigne bezeichnet der Tod nicht nur den Stillstand aller Lebensfunktionen, er ist nicht nur der Name für das Lebensende, sondern auch eine fundamentale Lebensmacht, die das Dasein ein Leben lang bestimmt und strukturiert.

  Die Todesgewissheit ist heute, ist jetzt, ist jederzeit da. Wir sind daher mitten im Leben vom Tod gezeichnet. Dies besagt, dass der Tod nicht nur jener ferne Punkt am Ende des Lebens, sondern als Möglichkeit stets anwesend ist.

- Montaigne verweist auf insgesamt vier Argumente, die uns die Einsicht in die Notwendigkeit aus verschiedenen Richtungen noch erleichtern sollen:

1. Das hedonistische Argument

Angesichts der Abnahme unserer Kräfte und unserer Gesundheit, würde es uns von selbst leichter, den Tod zu akzeptieren. Ein ewiges Leben wäre dem Menschen weit unerträglicher und beschwerlicher als das endliche.

Ich finde, so sagt Montaigne, dass mir der Entschluss zu sterben weit schwerer fällt, wenn ich gesund bin als wenn ich Fieber habe.
(Vgl. Ebenda, S.21)

Wenn man mit zunehmenden Alter immer mehr Einbuße an Gesundheit und Gebrechen zu ertragen hat, verliert der Tod das Schreckliche

2. Das erkenntnistheoretische Argument

Da für den, der stirbt, nichts mehr ist, die Welt, die immer Welt für uns, für ein existierendes Wesen ist, zu existieren aufhört, gibt es nichts, was noch zu beklagen wäre.

Montaigne schreibt hierzu:

„Wie unsere Geburt die Geburt aller Dinge für uns ward, so wird der Tod aller Dinge für uns unser Tod sein. Deswegen ist es die gleiche Torheit, darüber zu weinen, dass wir über hundert Jahre nicht mehr leben werden, als darüber, dass wir vor hundert Jahren noch nicht lebten. .....

Lange Zeit leben und kurze Zeit leben wird durch den Tod ganz einerlei. Denn lang und kurz misst keine Dinge, die nicht mehr sind.“

(Ebenda, S. 23 f.)1111

3. Das kosmologisch-metaphysische Argument

Der Tod ist nach Auffassung von Montaigne mit in der Ordnung der Natur begriffen und ist ein Stück von der Ordnung der Welt. Der Tod ist sozusagen Teil des Lebens:

„Der Tod ist Bedingung eurer Schöpfung; ist Teil eures eigenen Wesens; ihr flieht vor euch selbst. Das Dasein, das ihr genießt, ist ein gemeinschaftliches Eigentum des Todes und des Lebens; der Augenblick eurer Geburt ist der Anfang eures Weges, der sowohl zum Sterben leitet als zum Leben. …….

Das Werk eures Lebens ist, euren Tod zu bauen. Ihr seid im Tode, während dass ihr im Leben seid; oder, wenn ihr‘s lieber so wollt, ihr seid tot nach dem Leben. Während des Lebens aber seid ihr im Sterben begriffen; ……..

Habt ihr euer Leben genutzt, so seid ihr gesättigt: steht zufrieden auf und wandelt heim!“

(Ebenda, S. 20)

4. Das moralische Argument

Das vierte Argument ist ein moralisches Argument, ein Gerechtigkeitsargument, das im Grunde auf etwas abzielt, was man einen impliziten Generationenvertrag der Menschheit nennen könnte:

„Macht auch ihr anderen Platz, wie andere euch Platz gemacht haben!“ (Ebenda, S.27)

Die Gleichheit ist für Montaigne ein wesentliches Stück der Billigkeit. Damit ist gesagt, dass die Bedingungen des Lebens immer Bedingungen der Verteilung knapper Güter sind.

Montaigne drückt dies in der Metaphorik des Raumes aus: Die Welt würde zu eng für alle Individuen, wenn die Generationen sich nicht ablösten, wenn alle von Anfang an dablieben und immer noch neue hinzukämen.

Da sich dann die Bedingungen für alle verschlechtern würden, läge darin eine Ungerechtigkeit für die nachfolgenden, die jetzt nicht mehr wie die früheren in den Genuss kämen, dass die Alten ihnen den Platz räumen.

Montaigne wird nicht müde, uns immer wieder zu ermahnen, den Tod ins Leben zu integrieren:

„Die Nützlichkeit des Lebens liegt nicht in seiner Länge, sondern in seiner Anwendung. Mancher zählt viele Jahre und hat doch nur kurz gelebt. Darauf seid achtsam, solange ihr da seid! Es liegt in eurem Willen, nicht in der Anzahl der Jahre, dass ihr hinlänglich gelebt habt. Dachtet ihr denn, ihr würdet nie da ankommen, worauf ihr beständig zugingt? Wisst ihr einen Weg, der nicht irgendwo hinführte? Und, wenn euch Gesellschaft behagt, geht die ganze Welt nicht eben den Gang, den ihr geht?“

(Ebenda, S. 28 f.)

3 Seneca – Über die Kürze des Lebens und die Äquivalenz von Leben und Tod

„Zu leben aber muss man das ganze Leben über lernen und – worüber du dich vielleicht noch mehr wundern wirst - das ganze Leben über muss man sterben lernen.“

„Wozu beklagen wir uns über die Natur? Sie hat sich doch gütig gezeigt: Das Leben ist lang, wenn du es zu nutzen verstehst. Doch den einen hält unersättliche Habgier gefangen, den anderen seine geschäftige Betriebsamkeit mit völlig überflüssiger Plackerei. Der wieder ertrinkt im Wein, der andere dämmert im Nichtstun dahin, wieder einen anderen zermürbt sein Ehrgeiz, mit dem er sich stets von der Meinung der anderen abhängig macht.

Den nächsten führt die rastlose Begierde, Geschäfte zu machen, durch alle Länder, über alle Meere, in der Hoffnung auf Profit. Manche treibt die Begeisterung für den Kriegsdienst um: Ständig sind sie darauf aus, entweder andere in Gefahr zu bringen, oder sie bangen wegen Gefahren für sich selbst. Wieder andere reiben sich auf in freiwilliger Knechtschaft .....“

4 Philosophiegeschichtliche Interventionen: Max Weber - Karl Jaspers – Jean Baudrillard – Victor E. Frankl – Norberto Bobbio u.a. über die Untrennbarkeit von Leben und Tod

„Aufgeworfen findet sich diese Frage am prinzipiellsten in den Werken Leo Tolstojs. Auf einem eigentümlichen Weg kam er dazu. Das ganze Problem seines Grübelns drehte sich zunehmend um die Frage: ob der Tod eine sinnvolle Erscheinung sei oder nicht. Und die Antwort lautet bei ihm: für den Kulturmenschen – nein.

Und zwar deshalb nicht, weil ja das zivilisierte, in den ‚Fortschritt', in das Unendliche hinein gestellte einzelne Leben seinem eigenen immanenten Sinn nach kein Ende haben dürfte. Denn es liegt ja immer noch ein weiterer Fortschritt vor dem, der darin steht; niemand, der stirbt, steht auf der Höhe, welche in der Unendlichkeit liegt.

Abraham oder irgend ein Bauer der alten Zeit starb ‚alt und lebensgesättigt', weil er im organischen Kreislauf des Lebens stand, weil sein Leben auch seinem Sinn nach ihm am Abend seiner Tage gebracht hatte, was es bieten konnte, weil für ihn keine Rätsel, die er zu lösen wünschte, übrig blieben und er deshalb ‚genug' daran haben konnte.

Ein Kulturmensch aber, hineingestellt in die fortwährende Anreicherung der Zivilisation mit Gedanken, Wissen, Problemen, der kann ‚lebensmüde' werden, aber nicht: lebensgesättigt. Denn er erhascht von dem, was das Leben des Geistes stets neu gebiert, nur den winzigsten Teil, und immer nur etwas Vorläufiges, nichts Endgültiges, und deshalb ist der Tod für ihn eine sinnlose Begebenheit.

Und weil der Tod sinnlos ist, ist es auch das Kulturleben als solches, welches ja eben durch seine sinnlose ‚Fortschrittlichkeit' den Tod zur Sinnlosigkeit stempelt. Überall in seinen späten Romanen findet sich dieser Gedanke als Grundton der Tolstojschen Kunst."

(Max Weber, Der Beruf zur Wissenschaft, in: Ders., Soziologie. Universalgeschichtliche Analysen. Politik, Stuttgart 1973, S. 311 – 339, hier: S. 318)

„Vergewissern wir uns unserer menschlichen Lage. Wir sind immer in Situationen. Die Situationen wandeln sich, Gelegenheiten treten auf. Wenn sie versäumt werden, kehren sie nicht wieder. Ich kann selber an der Veränderung der Situation arbeiten.

Aber es gibt Situationen, die in ihrem Wesen bleiben, auch wenn ihre augenblickliche Erscheinung anders wird und ihre überwältigende Macht sich in Schleier hüllt: ich muss sterben, ich muss leiden, ich muss kämpfen, ich bin dem Zufall unterworfen, ich verstricke mich unausweichlich in Schuld. Diese Grundsituationen unseres Daseins nennen wir Grenzsituationen.

Das heißt, es sind Situationen, über die wir nicht hinaus können, die wir nicht ändern können. Das Bewusstwerden dieser Grenzsituationen ist nach dem Staunen und dem Zweifel der tiefere Ursprung der Philosophie.

Im bloßen Dasein weichen wir oft vor ihnen aus, indem wir die Augen schließen und leben, als ob sie nicht wären. Wir vergessen, dass wir sterben müssen, vergessen unser Schuldigsein und unser Preisgegebensein an den Zufall. Wir haben es dann nur mit den konkreten Situationen zu tun, die wir meistern zu unseren Gunsten und auf die wir reagieren durch Plan und Handeln in der Welt, getrieben von unseren Daseinsinteressen.

Auf Grenzsituationen aber reagieren wir entweder durch Verschleierung oder, wenn wir sie wirklich erfassen, durch Verzweiflung und durch Wiederherstellung: wir werden wir selbst in einer Verwandlung unseres Selbstbewusstseins.“

(Karl Jaspers, Einführung in die Philosophie, München 1973, S. 18)

„Entgegen der verrückten Illusion der Lebenden, sich durch den Ausschluß der Toten für lebendig zu halten, entgegen der Illusion, das Leben durch die Unterdrückung des Todes auf einen absoluten Mehrwert zu reduzieren, setzt die unzerstörbare Logik des symbolischen Tausches die Äquivalenz von Leben und Tod wieder ein, und zwar in der gleichgültigen Fatalität des Überlebens. Ist der Tod ins Überleben verdrängt, so ist das Leben selbst, infolge einer wohlbekannten Rückläufigkeit, nur noch ein durch den Tod determiniertes Überleben.“

(Jean Baudrillard, Der symbolische Tausch und der Tod, München 1982, S. 200)

„Die absolute Regel ist es, zurückzugeben, was man bekommen hat. Niemals weniger, immer mehr. Die absolute Regel des Denkens ist es, die Welt so zurückzugeben, wie wir sie bekommen haben – unbegreiflich – und wenn möglich noch etwas unbegreiflicher.“

(Ders., Das perfekte Verbrechen, München 1996, S. 164)

„Man kann sich nicht früh genug und man kann sich nicht oft genug mit dem Tod konfrontieren. Denn wenn sie das Beste aus Ihrem Leben herausschlagen wollen, dann müssen Sie die Tatsache des Todes, die Tatsache der Sterblichkeit, die Tatsache der Vergänglichkeit des menschlichen Daseins ununterbrochen in Rechnung stellen. Denn wenn der Tod nicht wäre, könnten wir ja unendlich lang leben und alles aufschieben – nichts müsste heute geschehen, alles könnte morgen, könnte in einem Jahr, in hundert Jahren geschehen. Nur die Tatsache der zeitlichen Begrenzung unseres Daseins ist der Ansporn, die Zeit und jede Stunde und jeden Tag zu nützen. .....

Denn was heißt das: Alles ist vergänglich? Das heißt, dass wir es ins Vergangensein hineinretten, wo es nicht unwiederbringlich verloren, sondern unverlierbar geborgen bleibt. Was wir tun, was wir schaffen, was wir erleben, was wir erleiden, tapfer und anständig, das haben wir ja ein für allemal getan. Wenn ich eine Sinnmöglichkeit sehe und diese Sinnmöglichkeit verwirkliche, indem ich den Sinn erfülle, dann habe ich sie ins Vergangensein hineingerettet. Auch Vergangensein ist noch eine Art von Sein, vielleicht die sicherste Form, denn nichts und niemand kann uns dessen berauben, was wir im Vergangensein deponiert haben.“

(Viktor E. Frankl /Franz Kreuzer, Im Anfang war der Sinn. Von der Psychoanalyse zur Logotherapie. Ein Gespräch, München 1994 (1982), S. 56f.)

„Vielleicht sollte man noch offener und klarer über den Tod sprechen, sei es auch dadurch, dass man aufhört, ihn als Geheimnis hinzustellen. Der Tod verbirgt kein Geheimnis. Er öffnet keine Tür. Er ist das Ende eines Menschen. Was von ihm überlebt, ist das, was er anderen Menschen gegeben hat, was in ihrer Erinnerung bleibt.

Das Ethos des „homo clausus“, des sich allein fühlenden Menschen, wird schnell hinfällig, wenn man das Sterben nicht mehr verdrängt, wenn man es als einen integralen Bestandteil des Lebens in das Bild des Menschen mit einbezieht. Wenn die Menschheit untergeht, wird alles, was je ein Mensch getan, alles, wofür Menschen je miteinander gekämpft haben, werden auch alle weltlichen und übermenschlichen Glaubenssysteme sinnlos.“

(Norbert Elias, Über die Einsamkeit der Sterbenden in unseren Tagen, Frankfurt 1982 S. 100)

„Das Aufhören der Tätigkeit, Stillstehen der Triebe und der Vorstellungen – der Tod - ist kein Übel. Denn wie ist es mit den verschiedenen Stufen des Lebens, mit der Kindheit, der Jugend, dem Mannes- und Greisenalter? Ist nicht ihr Wechsel – der Tod? Und ist das etwas Schlimmes? Nicht anders der Wechsel der Zeiten. Die Zeiten der Vorväter hören auf mit dem Zeitalter der Väter usf. Ist bei allen diesen Veränderungen etwas Schlimmes? Also auch nicht, wenn das Leben wechselt, stillsteht und aufhört.“

(Marc Aurel, Weg zu sich selbst, Hamburg 1965, S. 21)

„So ist also der Tod, das schrecklichste der Übel, für uns ein Nichts: Solange wir da sind, ist er nicht da, und wenn er da ist, sind wir nicht mehr. Folglich betrifft er weder die Lebenden noch die Gestorbenen, denn wo jene sind, ist er nicht, und diese sind ja überhaupt nicht mehr da.

Freilich, die große Masse meidet den Tod als das größte der Übel. Der Weise dagegen lehnt weder das Leben ab, noch fürchtet er sich vor dem Nichtmehrleben, denn ihn widert das Leben nicht an, und er betrachtet das Nichtmehrleben nicht als ein Übel.“

(Epikur, Philosophie der Freude, Stuttgart 1973, S. 40 ff.)

„Das Leben kann nicht ohne den Tod gedacht werden. Die Menschen werden nicht zufällig die „Sterblichen“ genannt: auch die größten Zyniker, die skrupellosesten und sorglosesten Menschen, die Hochmütigsten und Gleichgültigsten nehmen wenigstens einmal im Leben den Tod ernst, und wenn nicht den der anderen, so doch den eigenen.

Die einzig mögliche Weise, den Tod ernst zu nehmen, ist, ihn so zu vergegenwärtigen, wie er Dir erscheint, wenn Du vor der Unbeweglichkeit eines zum Leichnam gewordenen menschlichen Körpers stehst: das Gegenteil des Lebens, das Bewegung ist.
Wird der Tod ernst genommen, bedeutet er das Ende des Lebens, das definitive Ende, ein Ende, nach dem es keinen neuen Anfang gibt.

Das Leben achtet, wer den Tod achtet. Wer den Tod ernst nimmt, nimmt auch das Leben ernst, dieses Leben, mein Leben, das einzige Leben, das mir gewährt wurde, auch wenn ich nicht weiß, von wem, und den Grund nicht kenne.

Das Leben ernst nehmen bedeutet, uneingeschränkt, ausdrücklich und so gelassen wie möglich zu akzeptieren, dass es endlich ist. Es bedeutet, ganz sicher, mit absoluter Gewissheit zu wissen, dass Du sterben musst, dass dieses Leben sich ganz und gar innerhalb der Zeit abspielt, in keinem seiner Teile außerhalb der Zeit steht und dass es deshalb wie alles, was in der Zeit existiert, dazu bestimmt ist, zu vergehen.

Cannetti schrieb: Wieviele Menschen würden noch entdecken, dass es sich lohnt zu leben, wenn wir einmal nicht mehr sterben müssten?“

(Norberto Bobbio, Vom Alter – De senectute, Berlin 1997, S. 49 f.)

Stufen
(Hermann Hesse)

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
in andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
an keinem wie an einer Heimat hängen,
der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
er will uns Stuf‘ um Stufe heben, weiten.

Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen;
nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
mag lähmender Gewöhnung sich entraffen.
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
uns neuen Räumen jung entgegen senden,
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden,
wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde!

5 Abschied vom Leben – drei Fragen an Susanne Fleer

5.1 Was bedeutet der Tod heute für Sie?

„Ich werde sicherlich nicht alt werden, das ist auch ziemlich klar. Und zusätzlich noch ist das eine Erfahrung, die ich irgendwie auch nicht vergessen möchte. Weil mir das eine neue Sichtweise gegeben hat. Das ist nicht nur negativ. Es ist auch sehr viel Schönes passiert. Und für mich ist das wie eine ständige Erinnerung oder wie jemand, der neben mir steht und mich ermahnt, wenn ich mich irgendwie wieder in Dinge verliere, wo ich gemerkt habe, dass die eigentlich nicht wesentlich sind im Leben für mich.“

Sie sagen „Schönes passiert“ ..... Was meinen Sie damit?

„Ja, einfach so zu sehen, was wesentlich ist. Ich habe das Gefühl, ich genieße jeden Tag. Das ist wie ein Geschenk für mich. Und das ist schön. Also ich nehme nichts mehr für selbstverständlich hin.
Ich kann viel intensiver meine Umgebung wahrnehmen, Menschen, Begegnungen sind ja ganz anders für mich wie vorher. Und es ist alles ruhiger geworden, habe ich das Gefühl. Und wesentlicher.“

(Werner Filmer, Susanne Fleer: Abschied vom Leben. Gespräche mit einer Sterbenden, München 1991, S. 18 f.)

5.2 Würden Sie etwas in Ihrem Leben anders machen, wenn es ein Zurück geben würde?

„Etwas, was ich so im Moment manchmal habe, was ich auch schon mal jemandem gesagt habe, ist, dass ich denke, die Zeit, die man mit sich

selbst verbringt, alleine, wo nichts passiert, wo kein Programm ist, wo Man einfach mit sich ist in Muße oder wie man das nennen will, dass das eigentlich die intensivste Zeit ist. Und dass das so - wenn ich jetzt so zurückgucke – die Momente waren, wo ich das Gefühl hatte, da habe ich richtig gelebt, also da war ich richtig da. Wo nichts von außen war, kein Programm, keine Handlung, kein Tun, sondern einfach ein Da-sein.

Wenn ich jetzt noch einmal Zeit hätte oder noch so ein Leben vor mir mit dem Wissen, das wäre für mich das Wichtigste. Einfach mir selber Raum zu geben, eine Stunde am Tag oder zwei – oder immer so Phasen, wo einfach nichts ist, wo ich einfach – mit mir sein kann und dem, was um mich herum ist, oder was auch immer.

Das ist das, was mir im Moment sehr wichtig ist. Auch jetzt hier zu sein. Ich möchte, dass wenig passiert, kein Aktionismus oder Tun oder noch mal irgendwo hin fahren oder ans Meer fahren oder was so an Vorschlägen von anderen auch kommt.
Ich habe das Gefühl, ich möchte einfach nur hier sitzen und da sein. Und sonst gar nichts. Das ist das wertvollste. Was ich so spüre – einfach da sein und schauen und so was Schönes sehen können. Sehen dass draußen Frühling ist und dass die Bäume blühen und der Himmel blau ist."

(Ebenda., S. 51 f.)

5.3. Hat sich für Sie die Welt verändert, seitdem Sie in die Sterbephase eingetreten sind?

„Ja, ganz deutlich. Ich habe eher das Gefühl, auch bei diesem Grün, das jetzt draußen ist, in mich aufzunehmen und gar nicht so eine Trennung zu verspüren zwischen mir und dem, was außen ist. Sondern das geht ineinander über. Wie ein Auflösung empfinde ich das. Und das nimmt mir ganz viel Angst weg. Es ist so, als ob ich das Gefühl habe wie: Ich löse mich auf in dem, was um mich herum ist. Und das ist auch was Schönes, das ist auch eine große Befreiung."

(Ebenda, S. 55)

Wenn Sie heute, kurz vor dem Eintritt in die Unendlichkeit, Ihre Situation beschreiben, was ist für Sie dann das Wesen des Todes? Was verbinden Sie damit?

„Eine Tür – ein Übergang. Ich empfinde das so, als ob es den Tod als Etwas, was man personifizieren kann, nicht gibt, auch nicht als Zustand. Das ist nicht etwas, was ich glaube, sondern das ist etwas, wo ich reinspüren kann und wo ich in dem Sinne Erfahrung habe, als ich Erfahrung mit Meditation habe, was für mich dasselbe ist.
Also einfach in eine innere Welt gehen, und die ist für mich jetzt fast Realer als das, was um mich herum passiert. Es kommt mir fast wie ein Traum vor manchmal. Als was Irreales. Auch wenn so auf die Sraße schaue und die Autos sehe, dann denke ich, mein Gott, wie absurd. Also dieses Absurde im Leben wird immer deutlicher. Und mein Empfinden von Farben oder Stimmungen oder von inneren Bildern, das wird immer stärker. Und das hätte ich selber nicht gedacht, dass das so sein würde.“

(Ebenda, S. 55 f.)

Literaturverzeichnis

Améry, Jean, Über das Altern. Revolte und Resignation, Stuttgart 1977 (1968)

Ders., Hand an sich legen. Diskurs über den Freitod, Stuttgart 1979 (1976)

Aurel, Marc, Wege zu sich selbst, Hamburg 1965,

Baudrillard, Jean, Die politische Ökonomie und der Tod, in: Ders., Der symbolische Tausch und der Tod, München 1982 (frz. 1976), S.193 – 295

Bobbio, Norberto, Vom Alter – De senectute, Berlin 1997, (ital. 1996)

Cicero, De senectute – Über das Alter, Stuttgart 1998

de Montaigne, Michel, Philosophieren heißt sterben lernen, in: Ders., Essais, Frankfurt 1976, S. 7 – 31

Epikur, Philosophie der Freude, Stuttgart 1973

Filmer, Werner, Susanne Fleer: Abschied vom Leben. Gespräche mit einer Sterbenden, München 1991

Frankl, Viktor E. / Kreuzer, Franz, Im Anfang war der Sinn. Von der Psychoanalyse zur Logotherapie. Ein Gespräch, München 1994 (1982)

Jaspers, Karl, Einführung in die Philosophie, München 1973

Ders., Was ist Philosophie?, München 1980

Kast, Verena, Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses, Stuttgart 1982

Kübler-Ross, Eisabeth, Interviews mit Sterbenden, Gütersloh 1996 (amerik. 1969)

Dies., Was können wir noch tun? Antworten auf Fragen nach Sterben und Tod, Gütersloh ´94

Saunders, Cicely, Hospiz und Begleitung im Schmerz. Wie wir sinnlose Apparatemedizin und einsames Sterben vermeiden können, Freiburg im Breisgau 1993

Dies., Brücke in eine andere Welt. Was hinter der Hospizidee steht, Freiburg im Breisgau 1999

Seneca, Das Leben ist kurz!, Stuttgart 2007

Weber, Max, Der Beruf zur Wissenschaft, in: Ders., Soziologie. Universal-geschichtliche Analysen. Politik, Stuttgart 1973, S. 311 – 339