

Sterben : Versuch einer Annäherung

Autor(en): **Fitze, Urs**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Saiten : Ostschweizer Kulturmagazin**

Band (Jahr): **24 (2017)**

Heft 266

PDF erstellt am: **08.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-884128>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

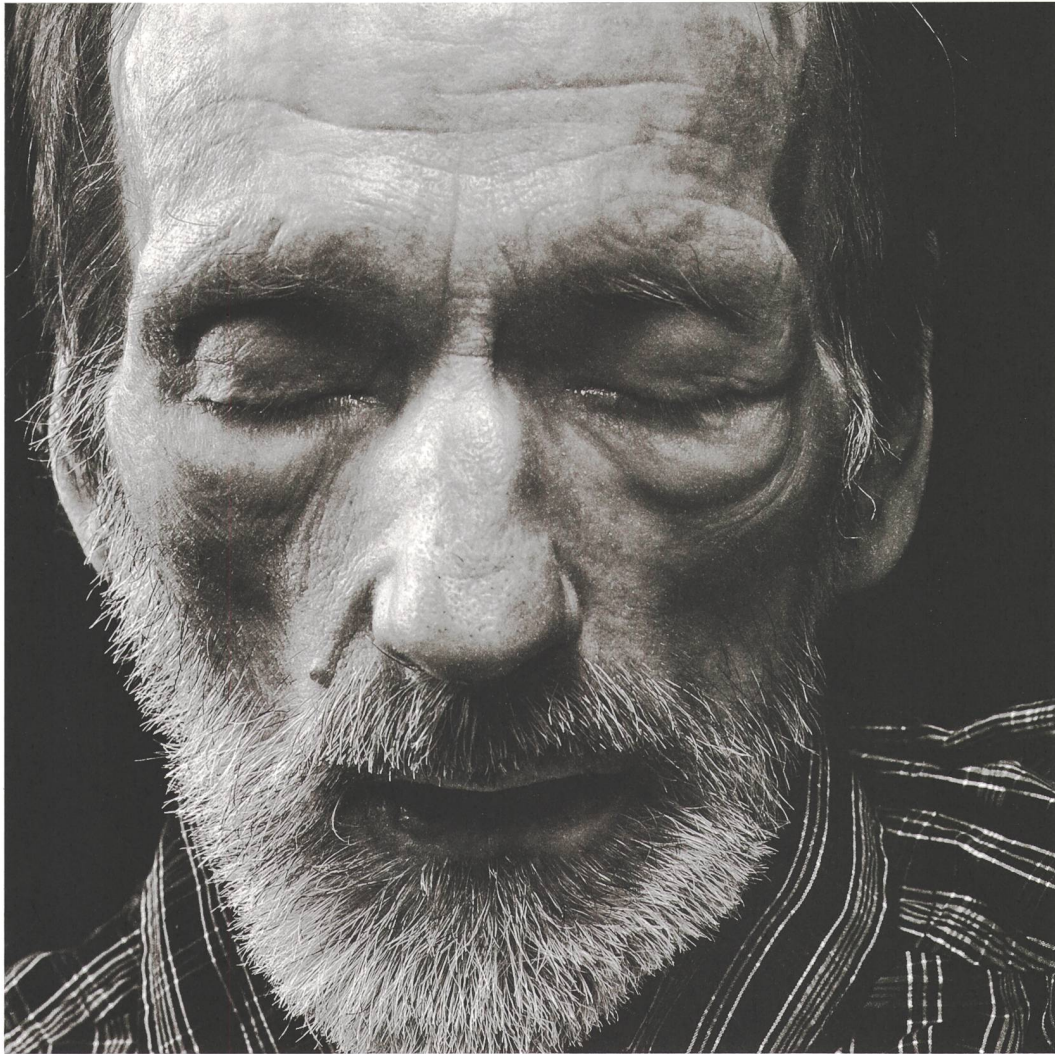
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Wolfgang Kotzahn, 15. Januar 2004 und 4. Februar 2004



Sterben: Versuch einer Annäherung

TEXT: URS FITZE

Als E. starb, war der Tod als Erlöser von den Qualen des Krebses gekommen. Er hatte ihren Körper von innen aufgefressen. So hatte sie ihren Todbringer selbst beschrieben. Sie wusste, dass es zu Ende ging. Ihr Abschied war würdig und traurig. Während ihr nahes Umfeld sich bis zuletzt dagegen sträubte, der Wahrheit ins Gesicht zu blicken und sie gehen zu lassen, gab es einen Menschen, der sie in den Tod entliess: ihre siebenjährige Tochter. Unser Kind. Die letzten Worte, die die beiden austauschten, waren eine Liebeserklärung. Heute, neun Jahre später, sagt sie, die längst kein Kind mehr ist, der Tod brauche uns Lebende nicht zu interessieren. Es sei dann noch früh genug, wenn er an die Tür klopft.

Die letzten Stunden von E. waren ein langsames, ihre Nächsten überwältigendes und überforderndes Verkümmern, in die Hilflosigkeit und Trauer mischte sich die Hoffnung, sie möge erlöst werden, man verstummte und klammerte sich an die vielen Kerzen, die durch die Nacht leuchteten, und innerlich an sein eigenes Leben. Sie starb still, umgeben von drei Freunden, die noch die Kraft hatten, bei ihr zu sein.

Die Schriftstellerin: Der Körper hat seinen eigenen Zeitplan

Die krebserkrankte australische Schriftstellerin Cory Taylor beschreibt in ihrem eben in deutscher Übersetzung erschienenen Buch *Sterben. Eine Erfahrung* (passender

und poetischer ist der englische Titel: *Dying. A Memoir*), wie sie sich ihren Tod vorstellt: «Wenn ich meine eigene Sterbeszene für einen Film schreiben würde, sähen meine allerletzten Momente ungefähr so aus: eine Montage. Verwackeltes, überbelichtetes Amateurfilmmaterial, ein Mädchen mit einem Hund in gesprenkeltem Sonnenlicht, ein Auto, das schnell eine staubige Strasse entlangfährt, dasselbe Mädchen an einem Strand mit Palmen, Arm in Arm mit seiner Mutter in einer Mondlandschaft irgendwo im Outback, auf dem Rollfeld eines Flughafens, im Hintergrund ein silberner Jet. Der Jet hebt ab. Ein Kookaburra sitzt lachend auf einem Ast. Ein Skink schleicht unentdeckt davon. Abblende.»

Es ist ihr Leben im Zeitraffer. Nur die Szene mit dem Kookaburra (einer australischen Vogelart) und dem Skink (einer Eidechse) hatte in ihrer frühen Kindheit ein anderes Ende gefunden. Der Kookaburra frass den Skink. Dieses Erlebnis habe sie «aus der Unbewusstheit gerissen», schreibt Taylor. «Das bin ich hier, dachte ich, und wo vorher ein Skink war, ist jetzt nichts... Die Dinge leben, bis sie sterben. Das Bewusstsein beginnt, und dann endet es.» Ihr Körper sei ein sterbendes Tier, hässlich und entstellt, eine Last, «die ich ablegen würde, wenn ich nur könnte. Doch was das Sterben betrifft, so hat der Körper seinen eigenen Zeitplan und seine eigenen Methoden, von denen ich nichts verstehe.» Cory Taylor starb am 5. Juli 2016, wenige Wochen nach der Veröffentlichung ihres letzten Buches.

Zu den Bildern

Die Dokumentation «Noch mal leben», aus der die hier publizierten Porträts stammen, hat der deutsche Fotograf Walter Schels zusammen mit seiner Frau, der Journalistin Beate Lakotta geschaffen. Er schreibt dazu: «Wir baten unheilbar Kranke in Hospizen, sie in ihren letzten Tagen und Wochen begleiten zu dürfen, mit Tonband und Kamera, um von ihnen etwas zu lernen über das Sterben. Alle waren einverstanden, sich kurz vor und unmittelbar nach dem Tod porträtieren zu lassen.» Die Bilder entstanden 2003/2004 in Berlin und Hamburg, das Begleitbuch *Noch mal leben vor dem Tod. Wenn Menschen sterben* ist bei DVA erschienen.

Die Psychoonkologin: Das Sterben verändert die Wahrnehmung

«Wie sterben wir? Was können die Lebenden für die Sterbenden tun, wenn es um die letzten Stunden geht?» Diesen Fragen geht die Musiktherapeutin, Psychologin und Theologin Monika Renz seit bald 20 Jahren nach, seit sie 1998 die Leitung der Psychoonkologie am Kantonsspital St.Gallen übernommen hat. Über 1000 Menschen hat sie in ihrem Sterben begleitet und beobachtet, mit Hunderten Gespräche geführt, um mehr zu erfahren, was in uns vorgeht, wenn wir auf die letzte Reise gehen. Sie hat mit aller Vorsicht und Zurückhaltung versucht, von jenen Antworten zu erhalten, die nicht mehr sprechen konnten oder wollten. Es ist eine mutige und innovative Forschungsarbeit an den Grenzen gesicherten und ungesicherten Wissens, die sie 2011 in ihrem Buch *Hinübergehen. Was beim Sterben geschieht. Annäherungen an letzte Wahrheiten unseres Lebens* einer breiten Öffentlichkeit präsentiert hat.

Sie lerne von den Sterbenden enorm viel für ihr Leben, sagt Renz, «sonst würde ich diese Arbeit kaum jeden Tag ertragen.» Im Sterben spiegle sich nicht nur das Leben, im Sterben verändere sich auch die Wahrnehmung vieler Menschen. «Sie werden auf tiefen Ebenen ihres Bewusstseins ansprechbar, für die uns oft die Sprache und das Verständnis fehlen». Die von manchen Medizinern vertretene These, 85 Prozent der Sterbenden seien in einem Delirium, also nicht bei klarem Verstand, sei geprägt von dieser Verständnislosigkeit. «Diese Haltung ist abwertend». Oft helfe die Musik, um Sterbende anzusprechen, etwa mit dem Monochord, einem seit der Antike verwendeten Instrument, das Obertöne hörbar macht.

Monika Renz beschreibt die Verschiebung der Wahrnehmung beim Sterben als ein «Davor, Hindurch und Danach». Das sind Begriffe, die an das Geschehen bei einer Geburt erinnern, und so hatten es meine Schwestern beschrieben, die den Vater beim Sterben begleitet hatten. «Der Vergleich hinkt in einer Hinsicht», sagt Renz. «Das Sterben folgt nicht linear diesem Schema, sondern die Sterbenden schlagen Haken, sie gehen voraus und kehren wieder zurück». Einige dieser Rückkehrer hätten ihr danach präzise geschildert, was sie auf dieser Reise an die Grenze zur Todesschwelle erlebt hätten. Aus diesen Gesprächen habe sie wesentliche Erkenntnisse gezogen, nicht nur über Nahtoderfahrungen, in denen von weissem Licht, grünen Wiesen und anderen paradisischen Verhältnissen die Rede ist, sondern auch von Ängsten, die das Vorstellbare zuweilen sprengen und im Buch über mehrere Seiten gelistet sind. Renz spricht von der «Urangst», die, so wie das «Urvertrauen», alle Menschen gleichermaßen betreffe. Und im Wissen um diese Urangst sei nicht nur Verständnis, sondern auch Stütze möglich. Wenn sie sterbenden, von Ängsten gepeinigten Patienten von den Prozessen anderer erzähle, etwa, dass sie immer wieder in Zustände ausserhalb von Angst, Schmerzen und Symptomen gekommen seien, dann könne dies sehr befreiend wirken und das Sterben erleichtern.

Monika Renz distanziert sich von allen Versuchen, das Beobachtete dahingehend zu interpretieren, dass sich darin Zeichen oder Beweise des Göttlichen oder Übersinnlichen zeigten, bis hin zum Okkultismus. «Was nach dem Tod kommt, wissen wir nicht. Und wir

werden auch nicht mehr darüber erfahren, wenn wir uns mit Sterbenden beschäftigen». Aber wenn es einem gläubigen oder ungläubigen Sterbenden helfe, mit einem Bild Gottes die Schwelle zum Danach zu überschreiten, so sei das ebenso in Ordnung, wie wenn Sterbende sich von jeder Sterbebegleitung und psychologischen Betreuung distanzieren, um ihre letzte Reise ganz alleine, auch ohne Angehörige, anzutreten.

Renz hat in der Fachwelt hierzulande einigen Widerspruch ausgelöst, findet aber vor allem im englischen Sprachraum und in Deutschland viel Zustimmung. Die Argumente ihrer Kritiker, die ihr vorhalten, sie setze ihre Patienten unter Druck, einen «guten Tod» zu sterben, ja sie manipulierte sie gar, haben wohl auch mit den von Renz verwendeten Begriffen zu tun: «Schwingungshaft», «Seelenschicht» oder «letztliches Bezogen-Sein». Man könnte sie als den Versuch verstehen, eine Sprache zu finden für die Grenzen menschlicher Existenz, dort, wo die meisten Menschen, ob Lebende oder Sterbende, sprachlos sind. Renz hat auf die Kritiken reagiert und in der zweiten Auflage ihres Buches, das inzwischen auch in einem US-amerikanischen Verlag für wissenschaftliche Publikationen erschienen ist, den spirituellen Teil der Begleitung näher erklärt und jene Begriffe präzisiert, die sie in die Nähe der Esoterik rücken könnten.

Die Sterbebegleiterin: «Das Sterben ist ein wichtiger Teil des Lebens»

Als Bruder und Freund beschreibt Monika Keist den Tod. Sie spricht von Liebe, Licht und vom ewigen Lächeln. Keist ist freie Theaterschaffende, Geschichtenerzählerin – und Sterbebegleiterin. Als Künstlerin nennt sie sich Mo Keist, als Sterbebegleiterin Monika Keist. Zu dieser Berufung fand sie durch langjährige Arbeit als Nachtwache im Altersheim, die ihr als sicheres Standbein nebst ihrer künstlerischen Tätigkeit diene. Dabei sei das Bedürfnis entstanden, sich vertieft mit dem Sterben auseinanderzusetzen. So hat sie sich mit einem Lehrgang für Palliative Care weitergebildet und wirkt seit elf Jahren als Begleitende im Hospizdienst St.Gallen und Rheintal.

Besonders liegt ihr am Herzen, Sterbende und ihre Angehörigen zuhause zu begleiten. Mit acompanis.ch hat sie ein erweitertes Hospizprojekt entwickelt, das die Familien bei Bedarf bis zur Abdankung mit Rat und Tat begleitet. Oft werde der Hospizdienst erst spät gerufen, wenn die Angehörigen schon am Rande ihrer Kräfte seien. Und doch sei es wichtig, sich in Zurückhaltung zu üben: «Diese Arbeit ist das Gegenteil einer Bühnenpräsenz.» Als Begleitende führe sie nicht, sie sei «die Seilhilfe auf dem Weg zum Gipfel», das Seil, an dem man sich dann festhalten könne, wenn es nötig sei. «Ich bin aber auch der Ruhepol, der den Angehörigen in diesen schweren Stunden etwas Sicherheit gibt». Und so liessen sich, etwa bei einer Tasse Kaffee nach einer Nachtschicht, Dinge ansprechen, an die viele Angehörige im Strudel der Gefühle oft gar nicht dächten: die Stunden und Tage nach dem Tod, von der Aufbahrung und Totenwache bis zur Bestattung. «Das Sterben ist Teil des Lebens. Sterben heisst Abschied und Zurücklassen, und wenn es gelingt, diesen Abschied in Würde und mit Respekt zu zelebrieren, auch für jene, die zu-

rückbleiben, vom Ehegatten bis zum Enkelkind, dann erfüllt mich dies mit einer tiefen Befriedigung und einem Gefühl des Glücks».

Der Ethiker: Alles ist relativ

«Wenn jemand stirbt, das nicht allein ist Tod. Tod ist, wenn einer lebt und es nicht weiss.» (Rainer Maria Rilke, aus: *Die weisse Fürstin*). Der Intensiv-Pfleger und Ethiker Arnd Zettler zitiert Rilke auf die Frage, was er unter «gutem Sterben» verstehe. «Es geht beim Sterben ganz wesentlich um das Leben, um das gute Leben, und wer das von sich sagen kann, wird sich mit dem Sterben leichter tun.» Doch so etwas könne man guten Gewissens allenfalls in der Mitte des Lebens sagen. Aber wenn er an seinen leukämiekranken Sohn denke, den er und seine Frau im Alter von 14 Jahren nach drei Jahren des Kampfes hätten verabschieden müssen, dann gebe es schlicht keine Antwort auf die Frage nach dem guten Sterben und auch nicht nach dem guten Leben: «Es geht nur darum, diesen Schock und die ganze Absurdität eines solchen Todes zu ertragen, als Sterbender und als Angehöriger». Er sei heute, nach Jahren, wieder fähig, auch die guten Zeiten mit seinem Kind in Erinnerung zu rufen.

Sterben und Tod beschäftigen die Menschen seit Anbeginn der Zeit, es gibt keine Religion ohne Glauben ans Jenseits, und es gibt in der Philosophie ein breites Spektrum von Antworten auf die Frage nach dem Sinn und der Bedeutung des Sterbens. Arnd Zettler zitiert Immanuel Kant, der dem Sterben im intellektuellen Höhenflug gar nichts abgewinnen konnte: «Gerade wenn man soweit ist, anfangen zu können, muss man sterben», und als Gegenpol Michel de Montaigne: «Alle Tage sind zum Tode unterwegs, der letzte – er langt an.» Zumindest in unseren Breitengraden hat der Tod seine allgegenwärtige Präsenz eingebüsst. Kinder- und Müttersterblichkeit, Seuchen, Epidemien, unheilbare Krankheiten oder Kriege spielen heute eine weit geringere Rolle.

Das Sterben wird damit bis weit ins hohe Alter hinausgezögert, die heutige Lebenserwartung sprengt alle historischen Massstäbe um Jahrzehnte. Das rückt den Tod gefühlt in weitere Fernen denn je. Die moderne Medizin ermöglicht zudem gewissermassen ein Weiterleben nach einem Tod, wie er noch vor ein, zwei Generationen unausweichlich geworden wäre: Für einen dem Tod geweihten Säugling mit einem angeborenen Herzfehler, der dank mikroinvasiver Chirurgie ein normales Leben mit normaler Lebenserwartung führt; für an Brustkrebs leidende Frauen, die als chronisch Kranke mit steter Behandlung noch über Jahrzehnte weiterleben, für AIDS-Infizierte, noch vor 20 Jahren dem sicheren Tod ins Auge blickend, die mit einem Medikamenten-Cocktail weitgehend beschwerdefrei leben.

Als Pfleger in der Intensiv-Medizin sei das Sterben dennoch allgegenwärtig gewesen, sagt Arnd Zettler. «Patienten, Pflegende und Angehörige müssen sich dabei Fragen stellen, auf die es nie eine leichte Antwort gibt, auch Richtlinien oder Verhaltensempfehlungen können nur bedingt weiterhelfen». Es sind Fragen nach den Grenzen einer Behandlung, nach dem Zulassen des Sterbens, nach Lebensqualität, nach der Beziehung, die Todkranke und Angehörige haben, nach Würde und nach medizinischer Ethik. Es sei ein grosser Fortschritt, dass diese Fragen heute zum selbstverständlichen Teil

jeder medizinischen Behandlung und Pflege geworden seien, sagt Zettler. So, wie Ärztinnen und Pfleger den hippokratischen Eid nicht mehr im absoluten Sinne verständen, alles zu tun, um Kranke am Leben zu erhalten, so stellten sich auch Patientinnen und Patienten der Frage, wie weit sie gehen wollen im Leid, um ihr Leben zu verlängern. «Das sind die Fragen, auf die es keine allgemein gültige Antwort gibt. Jeder Mensch ist anders. Er hat seine Krankheit, seine Geschichte, seine Überzeugungen und sein Umfeld.»

Die Ökonomisierung der Medizin habe in den letzten Jahren auch dazu geführt, dass Fragen zum Sterben und Lebensende auch unter Aspekten der Kosten betrachtet würden. «Das macht die Sache nicht einfacher. Natürlich kann man sich fragen, ob es Sinn macht, im Endstadium einer Krankheit noch eine extrem teure Behandlung zu machen, die das Leben vielleicht um einige Wochen verlängern kann. Aber es gibt keine Antwort darauf, ausser wir würden ernsthaft damit beginnen, den einen das Recht auf Leben abzuspochen, den anderen aber nicht.» Und so gelte es, in jedem Einzelfall abzuwägen, zuzuhören, zu respektieren, die Würde des Menschen zu achten und zu wahren. Kein leichter Weg. Aber der einzige.

Urs Fitze, 1962, ist freier Journalist beim Pressebüro Seegrund in St.Gallen.

Cory Taylor: *Dying. A Memoir* (dt. *Sterben. Eine Erfahrung*). Canongate Books Ltd, Edinburgh 2016.

Monika Renz: *Hinübergehen. Was beim Sterben geschieht. Annäherungen an letzte Wahrheiten unseres Lebens* (überarbeitete Neuauflage), Kreuz Verlag, Freiburg in Breisgau, 2015. (engl. *Dying. A Transition*, 2015)