

## BASISARTIKEL

# Kunst des Sterbens

## Fragmentarische Erinnerungen, Fragen und Deutungen

Franz-Josef Nocke

### Erinnerungen

In den Jahren meiner Kindheit gehörte der Totenwagen fast selbstverständlich zum Stadtbild: Ein schwarzer, fast kutschenartig aufgebauter Wagen, von Pferden gezogen, die, mit schwarzen Tüchern bedeckt, etwas Majestätisches ausstrahlten, gelenkt von einem Kutscher in schwarzem Gewand, und auf der Fläche des Wagens stand, wiederum ganz schwarz bedeckt, und eingerahmt von vier Laternen, der Sarg. Wer dem Wagen begegnete, hielt ein, zog schweigend den Hut oder schaute verlegen zur Seite. Uns Kinder befahl manchmal eine Mischung von Neugier über das Geheimnis unter den schwarzen Tüchern, von Schauer über den unheimlichen Tod und von schlechtem Gewissen, weil wir uns nicht angemessen verhielten. Aber auch Neugier: Was war das: der Tod?

\*

Wann habe ich zum ersten Mal eine Tote gesehen? Ich war vielleicht sieben Jahre alt.

Frau F. war gestorben. Sie hatte uns gegenüber gewohnt und gehörte zur Kundschaft in unserer Omas Laden. War es deshalb, dass meine Großmutter mich zu einem kurzen Besuch hinüber schickte? Jedenfalls war ich neugierig. Frau F. war in ihrer Wohnung aufgebahrt. Sie lag in ihrem Bett, die Hände über der weißen Decke gefaltet, ein merkwürdiger Duft von welkenden Blumen füllte das Zimmer. Habe ich die Hände gefaltet und für Frau F. gebetet? Ich weiß es nicht mehr.

\*

Am Aschermittwoch bekamen wir das Aschenkreuz. Der Priester zeichnete uns mit Asche ein Kreuz auf die Stirn und sagte dazu: „Memento, homo, quia pulvis es et in pulverem reverteris.“ Wir kannten die Übersetzung: „Gedenke, o Mensch, dass du Staub bist und zum Staub zurückkehrst.“ Das Wort „Memento“ verwies auf den Tod.

Das tat auch, wohl noch eindrücklicher, das Missionskreuz, dem wir jedes Mal begegneten, wenn wir die Kirche betraten: ein großes Kreuz mit dem lebensgroßen Leib des gekreuzigten Christus. „Rette deine Seele!“ stand auf dem Kreuz. Der Ruf sollte an die wichtigste Stunde meines Lebens erinnern: die Todesstunde. Dann würde es um alles oder nichts gehen: Leben oder Untergang, Seligkeit oder Verdammnis. Die „Volksmission“, an die das Missionskreuz erinnern wollte, galt in vielen Gemeinden als der Höhepunkt der Seelsorge. Und für manche fromme Menschen, an die ich mich erinnere, schien dies das wichtigste Thema ihres Lebens zu sein: „Rette deine Seele!“

\*

Mich persönlich hat diese spannende Aussicht allerdings nie nachhaltig geprägt. Ich weiß nicht, warum: Lag es daran, dass unsere Eltern uns vor einer angstmotivierten Pastoral schützen wollten? Spürten sie, dass ein anderer, mehr weltoffener Akzent aufkam? Oder lag es gar daran, dass der Tod für uns Kinder fast alltäglich wurde? Während des Krieges habe ich als Ministrant an ungezählten Beerdigungen teilgenommen; aber nur selten war ich davon persönlich berührt.

\*

Der schlimmste Gedanke war: Mein Vater, Soldat in Russland, würde dort umkommen – oder irgendwo in der Gefangenschaft. Wir hatten ja keinerlei Nachricht. Sechs Monate nach Kriegsende kam er plötzlich heim. Gezeichnet vom Hungertypus. Aber lebend. Um das Überleben kämpfte in den Folgemonaten unsere Mutter. Dem dienten nun alle Anstrengungen. Dass der Vater am Leben bliebe, das war jetzt das Wichtigste. „Rette deine Seele?“ – der Satz auf dem Volksmissionskreuz schien dagegen blass.

Aber über ein Jahr später, als der Vater wieder auf die Beine gekommen war und wir wieder ins Ruhrgebiet zurückgekehrt

waren, machten wir – Vater, Mutter, mein Bruder und ich – uns zusammen auf eine Fußwallfahrt nach Neviges: das hatte unser Vater gelobt – für den Fall, dass er uns nach dem Krieg noch einmal lebend träfe.

\*

Viele Jahre später – ich war inzwischen zum Studium in München – hörte ich vom Sterben von Onkel Ernst in Erlangen, dessen Familie mir zeitweilig fast eine zweite Heimat geworden war. Das Krankenhaus hatte seiner Familie ein eigenes Sterbezimmer zur Verfügung gestellt. Eines Abends sah er sie alle in großer Runde dazusitzen: seine Frau, seine vier Kinder, deren Freundinnen und Freunde – sie waren für diesen Abend aus dem Urlaub hergekommen. Onkel Ernst war in dieser Stunde ganz konzentriert: Er schaute sie alle einzeln an – und erzählte der Reihe nach jedem eine persönliche Geschichte: eine wichtige Erinnerung, die er mit gerade ihnen verband. Da trieb es Claus, den ältesten Sohn, hinunterzulaufen zu seinem Auto: Er war ja gerade aus Frankreich gekommen und hatte den guten Burgunder im Kofferraum. Ein Zahnputzglas genügte: der Burgunder machte die Runde, auch der sterbende Vater trank einen guten Schluck. Das war der letzte Abend mit Onkel Ernst. „Letztes Abendmahl?“ fragte ich Claus, als er mir das später erzählte. „Der Vater könnte sich so was dabei gedacht haben“, meinte Claus – und hielt sich damit bedeckt, ließ aber den Gedanken zu.

Noch etwas hat mir zu denken gegeben: Als bald danach die Kinder aufgebrochen waren – sie hatten wohl bemerkt, wie das alles den Vater anstrenge – war nur noch seine Frau, meine Tante Grete, im Raum. „Wenn du willst“, sagte sie dann zu ihm (und erzählte es mir später) „wenn du willst, – du kannst jetzt gehen“. Tante Grete musste für kurze Zeit hinausgehen. Als sie wieder hereinkam, lag ihr Mann mit dem Gesicht zur Wand: er war gestor-

ben. Erst hatte sie das erschrocken: Nach all dem – hätte sie nicht dabei sein sollen, wenn ihr Mann „ging“? Aber die Krankenschwester hatte eine positive Deutung: Die meisten Sterbenden wollten den allerletzten Schritt allein gehen.

### Fragen

Helfen die kirchlichen Riten, das Sterben zu ertragen? Können sie den Hinterbliebenen helfen, weiter zu leben? Offenbar sind die Erfahrungen unterschiedlich.

Eine Studentin erzählte mir vom Sterben ihres Vaters. Den sportlichen, lebensstüchtigen Mann hatte ein tödlicher Krebs überfallen. Plötzlich sah er an seinem Bett im Krankenhaus einen Priester in liturgischem Gewand. Der war wohl von einer Ordensschwester schnell herbeigeholt worden, um das Sakrament der „letzten Ölung“ zu spenden. Der Priester wird in bester Absicht gekommen sein; aber für den Sterbenden erschien er wie ein schrecklicher Todesengel, der ihn fast in die Verzweiflung getrieben hätte. Nach dem Tod des Vaters erzählte mir seine Tochter davon, immer noch empört über solch grausame Rituale der Kirche. Nicht immer wirken unsere Riten aufrichtend oder tröstend.

\*

In unserer Gemeinde war ein junger Mann plötzlich verstorben: Als seine Freundin ihn zu einer gemeinsamen Reise abholen wollte, fand sie Michael tot in seiner Wohnung. Natürlich war das ein unbeschreiblicher Schock, ganz besonders für die Eltern. In die Eucharistiefeier zu Michaels Begräbnis aber brachte die Mutter ein Brot mit. Am Ende der Messe erzählte sie, was es damit auf sich hatte: Die Eltern von Michaels Freundin hatten dieses Brot gebacken und den jungen Leuten zu Ostern geschenkt. Michael hatte es vor dem Fest seinen Eltern gebracht mit der Bitte, es einzufrieren, damit es noch frisch wäre, wenn er mit der Freundin nach den Feiertagen von der Reise zurückkomme. Die Mutter legte jetzt das Brot auf den Altartisch. Sie brach es in Stücke und lud alle, die es mochten, ein, sich ein Stückchen davon zu nehmen. Da kamen nicht nur die Bekannten aus der Kirchengemeinde; auch die zum großen Teil kirchenfernen Mitschüler und Mitschülerinnen des Verstorbenen, die nur aus diesem besonderen Anlass einer Liturgie beiwohnten, kamen in Scharen nach vorn, empfingen aus

der Hand der Mutter ein Stück von „Michaels Brot“ und gingen bewegt an ihren Platz zurück. Niemand fragte: Was soll das? Alle verstanden diese Sprache.

\*

Claudia hatte auf grausige Art ihren Mann verloren. Er war im gemeinsamen Urlaub in Südfrankreich von einer einsamen Wanderung nicht lebend zurückgekehrt. Alles Suchen blieb über viele Monate erfolglos, bis man schließlich die Überreste fand ... Wir haben sie dann nach langen Überlegungen auf dem heimatlichen Friedhof beigesetzt – und danach den Gottesdienst in unserer Kirche gefeiert. Viele seiner Kollegen und Freunde haben dazu beigetragen: sie erzählten in großer Zahl, was sie mit dem Verstorbenen verband. Manche hatten ihre Erinnerungen aufgeschrieben, die Papiere wurden in der Feier verbrannt und die Asche Claudia übergeben, um sie an ihren Urlaubsort in Frankreich mitzunehmen. Was mich wohl am stärksten betroffen gemacht hat: Dreimal in dieser Feier ging Claudia selbst nach vorn ans Mikrofon und sprach persönliche Worte. Als ich diese zerbrechliche Frau so allein am Ambo stehen sah, hätte ich es nicht für möglich gehalten, dass sie die Kraft dazu gehabt hätte. Aber hinter sie war eine junge Frau getreten: Sie stützte ihr leicht den Rücken und legte ihr diskret die Hand auf die Schulter: Claudias Patenkind, Tochter einer Freundin aus Studententagen. Starkes Zeichen, das ich nicht vergessen werde.

### Deutungen

Was wissen wir vom Sterben?

Im Spätmittelalter war unter dem Eindruck von verheerenden Pest-Epidemien und verunsichernden gesellschaftlichen Veränderungen eine spezielle Frömmigkeitsform entstanden: die „Kunst des Sterbens“ („Ars moriendi“). Aber diese „Kunst“ setzte die Akzente anders als in dem gerade von mir erinnerten Beispiel: Man empfahl, Verwandte und Freunde vom sterbenden Menschen fernzuhalten, damit sie ihn nicht ablenkten von seiner eigentlichen Aufgabe: sich loszulösen von allem Irdischen. Er sollte alle Anhänglichkeit an die Welt hinter sich lassen, um sich ganz zu konzentrieren auf die „letzten Dinge“: Gericht, Läuterung, Eintritt in das Jenseits.

Dahinter stand oft ein dualistisches Bild der Wirklichkeit: hier die „Welt“, dort das „Jenseits“. Und dass der sterbende Mensch

aus dieser Welt in das Jenseits wechseln musste, dachte man mit der Sünde zusammen. Dies war fast die einzige dogmatische Aussage, welche die neuscholastische Theologie über den Tod machte: Der Tod galt als eine Folge der Sünde. Das sah man bestätigt in der Erzählung vom Sündenfall der ersten Menschen: Weil Adam und Eva gesündigt hatten, hatten sie das Paradies verloren und waren sterblich geworden.

Diese Sicht begünstigte nicht nur eine negative Einstellung zur Welt und zur Freiheitsgeschichte des Menschen, sie brachte auch denkerische Probleme mit sich: Sollte man sich vorstellen, im Fall einer Menschheitsgeschichte ohne Sünde lebten heute noch die vielen Milliarden von Menschen, die seit der Entstehung des Menschen auf unserem Planeten geboren wurden? Und wenn ja, – wäre das ein idealer Zustand? Und psychologisch: Wäre ein Leben ohne den Randdruck der Endlichkeit überhaupt wünschenswert?

In der neueren Theologie ist ein Wandel zu bemerken. Langsam kam zu einer anfänglich dürftigen Theologie des *Todes* eine existentiell hilfreiche Theologie des *Sterbens*. Ich versuche, das an zwei Akzentuierungen zu verdeutlichen.

### „Leibhaftige Auferstehung“

In der neueren Eschatologie wurde stärker darüber reflektiert, was unter der Leibhaftigkeit der Auferstehung zu verstehen sei. Man lernte, zwischen dem physikalisch zu beschreibenden „Körper“ und dem eher personal zu beschreibenden „Leib“ zu unterscheiden. „Leibhaftigkeit“ des Menschen meint dann die Zugehörigkeit des Menschen zur Welt, seine Verwobenheit in Geschichte und in soziale Beziehungen. Christliche Hoffnung über den Tod hinaus kann sich danach nicht darauf richten, aus dieser Welt erlöst zu werden, die eigene Geschichte und die Begegnungen in dieser Geschichte endgültig vergessen zu können, sondern im Gegenteil: Sie erhofft gerade die Vollenendung der Welt, der eigenen Lebensgeschichte und der in dieser Geschichte gewachsenen Beziehungen.

Da Sterben in christlichem Verständnis ein Prozess ist, der in die Auferstehung hinein führt, kann es also auch beim Sterben nicht darum gehen, aus Welt, Ge-

schichte und Beziehungen auszusteigen, sondern gerade darum, dass Weltbezug, Kommunikation und Geschichte intensiviert und vollendet werden. Diese Sicht hat Rückwirkungen auf das ganze Leben. Jede Stunde, jede Begegnung wird dadurch wichtig: sie sind der „Stoff“, aus dem das ewige Leben bestehen wird.

### Sterben als Lebensvollzug

Der meiner Meinung nach bis heute wohl bedeutendste Impuls zum theologischen Nachdenken über den Tod kam – vor sechzig Jahren – von Karl Rahner. Er fügte den tradierten dogmatischen Lehrsätzen eine wesentliche Aussage hinzu: Der Tod ist nicht nur ein Widerfahrnis, das von außen auf den Menschen zukommt und von ihm nur passiv erlitten werden kann, sondern er ist auch vom Menschen in Freiheit zu vollziehen:

*„Der Tod ist eine Tat. Gewiss ist er das äußerste Erleiden, das Geschehnis, in dem das Dunkle und Unverfügbare unentrinnbar über den Menschen verfügt, ihm ihn selbst nimmt und zwar ganz bis in die Tiefe des Daseins. Aber dennoch ist der Tod zugleich eine, nein, die Tat. Die Tat einer Freiheit.“*

Diese Tat der Freiheit allerdings ereignet sich für Karl Rahner nicht erst in der Sterbestunde, sondern sie durchzieht das ganze Leben:

*„... weil wir den Tod im Leben sterben, weil wir dauernd lassen, dauernd Abschied nehmen, ... dauernd enttäuscht werden, dauernd durch die tatsächlichen Entscheidungen und das wirklich Gelebte die Möglichkeiten des freien Lebens einengen, bis wir das Leben in die Enge getrieben und verbraucht haben, ... darum sterben wir durch das ganze Leben hindurch“ und darum „ist das, was wir Tod nennen, eigentlich das Ende des Todes, der Tod des Todes ...“ (K. Rahner, Zur Theologie des Todes, Freiburg 1958, 76 f.)*

Der Tod ist demnach beides, oder richtiger gesagt, der Tod soll beides sein: Schicksal und zugleich Tat, Erleiden und zugleich höchster Vollzug von Freiheit. Wie kann man das denken? Dass Sterben erlitten wird, braucht nicht erklärt zu werden. Was aber bedeutet es, dass es auch „getan“ werden, ja – paradox anzuhören! – ein Grundvollzug des Lebens, Vollzug menschlicher Freiheit sein soll?

Um Missverständnissen vorzubeugen, seien zwei Interpretationen von vornherein ausgeschrieben:

Nicht gemeint ist der sogenannte Freitod; es soll ja nicht das Erleiden durch das Tun ersetzt werden, sondern der *erlittene* Tod soll „getan“ werden. Auch nicht gemeint ist die in den sechziger Jahren von Ladislaus Boros entworfene und bis heute vielen Katholiken geläufige Hypothese einer „Endentscheidung“: Im Augenblick des Todes sei der Mensch zum ersten Mal fähig zu einer vollpersonalen Entscheidung.

Sterben als Erleiden und Tun in einem: Dabei ist also nicht an ein besonderes Geschehen *im* Tod, nicht einmal unbedingt in der zeitlichen Nachbarschaft des Todes zu denken, sondern an einen Grundvollzug menschlicher Freiheit, der mitten im Leben geschieht – und der doch mit dem notwendigen Sterben am Ende zusammenhängt.

### Liebend loslassen

Ein solcher Grundvollzug ist die Liebe. Die frei gewollte Zuwendung zum andern, mit der wir das eigene Schicksal mit dem Wohl eines anderen verbinden. Mit „Liebe“ meine ich sowohl die intime Partnerbeziehung als auch den Dienst am hilfsbedürftigen Nächsten und die politisch engagierte Solidarität.

Immer bedeutet Liebe einerseits vitalen Vollzug des Lebens: Nirgends sonst erfahren wir so sehr, dass wir lebendig sind, ja, vielleicht nirgends sonst erfahren wir so intensiv unsere schöpferische Freiheit. Andererseits aber setzt Liebe die Bereitschaft voraus, etwas mit uns geschehen zu lassen, uns hineinziehen zu lassen in die Lebensgeschichte von anderen – nicht nur in ihre Erfolge und Freuden, sondern auch in ihre Niederlagen, ihr Leid und ihr Versagen –, die Bereitschaft also, uns selbst loszulassen in ein Abenteuer hinein, das wir nicht überschauen.

In der Liebe wachsen wir über uns hinaus, aber eben darum werden wir auch herausgeholt aus dem Vertrauten. Wir gewinnen, aber nur indem wir uns aus der Hand geben. Wir werden lebendiger, aber eben darum auch stärker verwundbar.

Von daher auch die Angst vor der Liebe. Nicht selten meldet sie sich ganz nahe ne-

ben der Lust und der Freude an der Liebe. Die Lust zeigt, wie sehr das Lieben zum Leben gehört, die Angst ist ein Signal für den Risiko-Charakter ebendieser Liebe. Die Angst verweist auf die Verwandtschaft der Liebe mit dem Tod. Denn hier wie da, im Lieben wie im Sterben, geht es darum, uns loszulassen, uns wegzugeben ins Dunkle hinein.

Oft wird ja auch das Sterben mit der Geburt verglichen: Wir müssen es mit uns geschehen lassen, dass wir die vertraute Umgebung verlieren, um das größere Leben zu gewinnen. Könnte dies nicht auch ein Bild für die Liebe sein? Geboren wurden wir ohne unser Wollen, Lieben aber ist ein Akt der Freiheit, freiwilliges Sich-Loslassen um eines größeren Lebens willen.

Auch sterben *müssen* wir, ob wir wollen oder nicht. Aber vielleicht erinnert uns gerade die Unausweichlichkeit des Todes an den Grundakt des Lebens. Könnte es nicht sein, dass wir im Lieben (auch wenn wir weit davon entfernt sind, an den Tod zu denken) doch auch den Grundakt des Sterbens einüben: uns vertrauend-liebend loszulassen in ein unverfügbares Geheimnis hinein?

Ja, noch mehr: Könnte es nicht sein, dass wir diesen Grundakt des Sterbens im Lieben (mitten im Leben) schon vollziehen? Allerdings kann man so vom Sterben besser sprechen, wenn man den Tod „perspektivisch“ sieht: wenn Tod nicht das absolute Ende, sondern Durchgang bedeutet, nicht totale Zerstörung, sondern Verwandlung, mit christlichen Vokabeln: wenn man an Auferstehung aus dem Tod glaubt.

Aber auch für Christen ist der „Durchgang“ nicht überschaubar. Wenn wir sagen, der Tod sei eine „Tür“, durch die wir gehen, dann sagen wir nicht, was wir sehen, sondern wir sprechen eine Hoffnung aus. Unsere Erfahrung sagt uns eher, dass wir ins Dunkle gehen, ins Nichts fallen. Das Dunkle, das Nichts ängstigt. Glauben bedeutet nicht, die Angst für einen bloßen Irrtum, für im Grunde gegenstandslos und unsinnig zu erklären, sondern Glauben bedeutet Ermutigung angesichts des Ängstigen: Stärkung der Bereitschaft, sich in das Unüberschaubare, Dunkle hineinzuwagen, im Vertrauen darauf, dass dieser Weg ins Leben führt.

Und das gilt wiederum vom Lieben wie vom Sterben. Es ist ein Grundgesetz des Lebens, das die Erfahrung lehrt und das die Bibel wiederholt einschärft: Wer sich an sein Leben klammert, verliert es. Wer loslassen kann, gewinnt (vgl. Mt 10,39; 16,25; Mk 8,35; Lk 9,24; 17,33; Joh 12,25).

Und das nicht erst im Jenseits, es beginnt schon „jetzt in dieser Zeit“ (Mk 10,29 f.; vgl. Lk 18,29 f.).

Von hierher lässt sich auch ein Zusammenhang zwischen Tod und Sünde verstehen, ohne in Kategorien einer Vergeltungsjustiz zu denken. Sünde ist ja im Grunde Verweigerung von Liebe. In der Sünde versuchen wir, uns selbst festzuhalten, anstatt uns liebend zu verschenken. Wir klammern uns an uns selbst fest. Schließlich können wir uns gar nicht mehr loslassen. Die Erstarrung im Egoismus, die Ich-Verkrampfung, aus der wir nicht mehr herauskommen, das ist, in der Sprache der traditionellen Theologie gesagt, die „Strafe“ der Sünde.

Das Wort „Strafe“ wirkt allerdings leicht irreführend: Wir denken an die Justiz, an den Urteilsspruch des Richters und die von ihm verfügte Strafe. „Sündenstrafe“ dagegen ist nicht als etwas von außen (etwa von Gott) Verfügtes zu verstehen, sondern als die Leid schaffende Folge, die sich innerlich aus dem verkehrten Verhalten ergibt. So wie der Drogenkonsument sich selbst vergiftet und dann unter den Folgen seines Verhaltens leidet, so lähmt sich der Sünder selbst und leidet dann unter dieser Lähmung. Die Folgen der Liebesverweigerung tun uns weh mitten im Leben. Sie machen uns einsam, engen uns ein, hindern uns zu wachsen. Je mehr diese Ich-Verkrampfung zu unserer zweiten Natur geworden ist, um so mehr müssen wir dann auch den Tod fürchten, der uns unsere Existenz aus der Hand nimmt. Die Sünde macht den Tod zur Katastrophe: Wir wollen uns festhalten, und wir werden uns weggenommen.

Folge der Sünde ist also, genauer gesagt, nicht die Tatsache unserer Sterblichkeit, nicht das biologische Sterben-Müssen, sondern die *Erfahrung* dieses Sterbens als lebenswidrig, sinnzerstörend, katastrophal. Noch etwas genauer: Nicht jeder Tod ist in gleichem Maße „Strafe“, er ist es vielmehr in dem Maße, in dem wir von der

Weigerung, uns liebend loszulassen, geprägt sind.

### Die „Kunst des Sterbens“

Vor dieser Negativ-Folie können wir sagen, wie wir positiv mit unserer eigenen Endlichkeit, mit der Notwendigkeit, sterben zu müssen, umgehen könnten. Im Idealfall (wenn es erlaubt ist, so vom Tod zu reden) würden wir am Ende nur das vollenden, was im Laufe des Lebens zur Grundbewegung unserer Existenz geworden ist: uns loslassen, liebend abgeben, anvertrauen ins Dunkle. Wir würden uns schließlich ganz ausliefern in die Hände Gottes, dem wir uns in vielen einzelnen Akten der Nächstenliebe schon Stück für Stück übergeben haben.

Und wir könnten es tun im Vertrauen darauf, gerade darin das Leben zu gewinnen. In dem Maße, in dem wir das könnten, hätte der Tod seinen katastrophischen Charakter (Paulus sagt: seinen „Stachel“: 1 Kor 15, 55f) verloren.

Die „Kunst des Sterbens“ besteht also nicht in irgendeiner speziellen asketischen Technik. Christliches Sterben wird vielmehr mitten im Leben eingeübt, nicht an den Rändern des Lebens, sondern gerade dort, wo wir am intensivsten leben: in der Liebe. Die *Ars moriendi* (die Kunst des Sterbens) ist eigentlich nichts anderes als die *Ars vivendi* (die Kunst des Lebens), und diese ist wesentlich *Ars amandi* (die Kunst des Liebens).

### Loslassen bedeutet nicht Fallenlassen

Im Gespräch über diese Dinge traf ich gelegentlich auf zwei Missverständnisse, deshalb möchte ich hier noch etwas präzisieren.

Das erste betrifft den Begriff des Loslassens. Eine Gesprächspartnerin sagte mir, sie höre bei diesem Wort ein heute vielerorts angepriesenes Rezept für mehr Erfolg, mehr Freiheit, mehr Wohlbefinden: „*Lass los, was dich nicht glücklich macht!*“ Ich entdeckte dann tatsächlich in der Wellness-Ratgeber-Literatur solche und ähnliche Titel. Das klingt bisweilen so, als spielten die Opfer, das heißt: die Menschen, die hier losgelassen werden sollen, keine Rolle, auch wenn sie sich dann fallen gelassen fühlen „wie eine heiße Kartoffel“, an denen sich niemand seine Finger verbrennen möchte. Wir müssen tatsächlich mit solchen Einstellungen rech-

nen, und auch damit, dass sie heute von manchen Ratgebern zur Selbstfindung angepriesen werden.

Das ist dann aber weit entfernt von der Haltung, um die es mir geht. Um das zu verdeutlichen, versuche ich, sprachlich zu präzisieren: Die Kunst des Sterbens, die zugleich die Kunst des Lebens sein soll, meint nicht rücksichtsloses Fallenlassen, egoistische Rettung der eigenen Haut, sondern liebendes Abgeben. Es geht letztlich darum, das eigene Herz zu riskieren, sich selbst verschenken zu können. Dazu kann allerdings auch die Bereitschaft gehören, die eigene Anhänglichkeit zu überwinden, – wenn nämlich diese einen anderen Menschen unfrei macht.

Sogar in der Begleitung von nahestehenden Sterbenden kann eine liebende Nähe angebracht sein, die loslässt – und es gerade dadurch dem Sterbenden leichter macht, sich selbst loszulassen. Es gibt Situationen, in denen es einem Sterbenden hilft, zu wissen, dass der liebste Mensch ihn nicht klammernd festhält, sondern ihm die Erlaubnis gibt zu „gehen“. Das entscheidende Kriterium aber ist die Liebe, die auf das Wohl des Anderen schaut. Durch sie unterscheidet sich das *verzichtende Loslassen vom rücksichtslosen Fallenlassen*.

Das zweite Missverständnis, das sich manchmal einstellt, wenn man den Tod nicht nur negativ, sondern auch von seiner positiven Seite her bedenkt, ist ebenfalls von praktischer Bedeutung. Der Gedanke, dass etwas am Sterben, nämlich das liebende Sich-Loslassen, ein Grundvollzug des Lebens sein könnte, rechtfertigt natürlich nicht, das grausame Sterben, das Verhungern und die Ermordungen, denen heute Millionen von Menschen ausgeliefert sind, oder auch die von Menschen verursachten Beschädigungen des Lebens zu beschönigen. Von vielen anderen Argumenten, welche christliche Theologie hier zum Protest verpflichten, einmal ganz abgesehen: Wenn die Idee eines menschenwürdigen Sterbens ernst genommen wird, ergibt sich auch von ihr aus die Forderung, für ein menschenwürdiges *Leben* einzutreten. Denn liebend sich abgeben kann nur, wer die Chance hatte, sich in Wahrheit zu besitzen.

*Prof. Dr. Franz Josef Nocke lehrte als Professor für Systematische Theologie von 1981–1993 an der Universität Duisburg und von 1993–1998 an der Universität Essen.*