

Sind wir einsam angesichts des nahenden Todes? Von der Kunst, sich zu verlassen

Prof. Dr. E. Dirscherl

1. Können wir mit dem Tod etwas anfangen?

Sie kennen sicher fast alle die Geschichte vom Brandner Kaspar. Der Tod kommt dort in der Gestalt des Boankramers, einer menschlichen Figur, die den Auftrag des Himmels auszuführen hat: Es ist dir aufgesetzt! Jetzt ist die Zeit des Endes. Das Ende wird verfügt. Der Mensch hat keine Wahl mehr, - bis auf den Brandner Kaspar, der den Tod zunächst überlistet, aber dem Tod nicht dauerhaft ausweichen kann und will. Denn plötzlich muss seine Tochter auf tragische Weise sterben und da sieht das Leben für ihn anders aus. Der Brandner Kaspar fühlt sich endgültig verlassen, dieser Verlust ist zu viel für ihn.

Sind wir im Tod von allen verlassen, werden wir wie ein Strohfeuer verlöschen? Oder werden wir schon vorher verlassen von den Menschen, die nichts mehr mit uns anfangen können und sich nicht mit dem Tod konfrontieren lassen wollen? Können wir, wenn wir älter werden und das unwiderrufliche Ende naht, noch etwas mit uns und Anderen anfangen? Passen Anfang und Ende zusammen?

Zwischen Anfang und Ende vollzieht sich unser Leben. Etwas anzufangen bedeutet, aufzubrechen, loszugehen, sich auf den Weg zu machen, sich zu verlassen, in eine unbekanntere Zukunft hineinzugehen. Und der Tod fordert uns auch ein Sich-verlassen ab, sich loslassen zu können, die Welt und die geliebten Menschen los lassen zu können, weil der Sterbende nun einen anderen Weg gehen wird als die noch Lebenden.

2. Sicherheit oder Wagnis? Sich verlassen können

Sich verlassen können – diese Formulierung birgt eine spannende Doppeldeutigkeit in sich:

1) Sie bedeutet, *von sich weg zu gehen*, Abstand zu finden zu sich selbst. Hinauszuziehen in das Leben, ohne zu wissen, was kommen wird. Die Bibel spricht vom Exodus des Volkes Israel auf eine Verheißung Gottes hin. Das Volk bricht auf und geht in eine unbekanntere Zukunft. So ist es auch im Leben. Wir glauben zwar zu wissen, was alles geschehen wird, wir haben ja alles geplant, wir haben einen vollen Terminkalender, ein Smartphone mit Planer, wir glauben, uns kann nichts dazwischenkommen. Alles klar, alles sicher? Und dann kommen uns Menschen dazwischen, Liebe, Enttäuschung, Glück und Pech, Krankheit und Tod, Geburt und Überraschungen, die wir nicht auf der Rechnung hatten. Im Mittelalter galt der Satz: *Vita incerta, mors certa est*. Das Leben ist unsicher, der Tod ist sicher. Gilt das heute noch? Können wir die Fragilität des Lebens akzeptieren? Oder wollen wir Sicherheit?

Das Leben ist voller Überraschungen, so sagt es auch Papst Franziskus. Nicht alles in unserem Leben wird von uns entschieden und gemacht. Vieles empfangen wir von Anderen. Wir wissen nicht genau, was wir in unserem Leben uns und was wir Anderen verdanken, denn

in Beziehungen hängt alles mit allem zusammen. Das wertvollste was wir haben, unser Leben, haben wir nicht gemacht, wir haben es empfangen. Es verdankt sich nicht unserer Aktivität, es kommt aus einer Passivität des Uns-gegeben seins. Das Leben ist uns vorgegeben wie der Tod, über beide können wir nicht einfach verfügen. Können wir uns dem Leben überlassen mit all den Überraschungen und dem Unplanbaren, das es für uns bereit hält? Können wir uns verlassen?

2) Hier kommt die zweite Bedeutung ins Spiel: Kann ich mich in der Ungewissheit des Lebens *auf jemanden verlassen*? Kann ich mich auf mich verlassen? Auf Andere? Auf Gott? Das fordert unser Vertrauen heraus. Vertrauen können wir nicht über unser Wissen alleine erlangen, über empirische Untersuchungen oder Erhebungen, die mir erst mal belegen sollen, ob ich jemandem vertrauen kann oder nicht. So lange kann ich nicht warten. Ich weiß erst im Nachhinein, ob jemand vertrauenswürdig ist, denn das erweist sich in der Zeit. Wir vertrauen aber schon vorher, bevor wir im Sinne eines Beweises sicher sein können. *Wir geben uns und Anderen einen Vertrauensvorschuss und leben in dem Risiko, uns zu täuschen und enttäuscht zu werden. Wir vertrauen uns zunächst, das ist eine Intuition, ein Gespür. Vertrauen ist eine körperliche Angelegenheit, die wir fühlen, so wie wir eine Enttäuschung fühlen.* Wir setzen uns dem Leben und dem Anderen aus, wir können uns nicht gegen alles rückversichern, wir wagen unser Leben, wenn wir uns auf jene Beziehungen einlassen, die unser Leben ausmachen.

Denn zu unserem Leben gehört neben der Beziehung zu uns auch die Beziehung zum anderen Menschen, zur ganzen Welt in ihrer evolutiven Entwicklung, und zu Gott. Diese Beziehungen machen unser komplexes Leben aus. Wir verdanken unser beziehungsreiches Leben Anderen, Gott, der das Leben geschaffen hat, unseren Eltern und den Generationen davor. Unser Leben beginnt vor unserer Zeit, in der Zeit der Anderen, in jenem, der die Zeit geschaffen hat. Können wir dem vertrauen, mit dem alles begann und dem wir unser Leben verdanken? Auch wenn wir an den Tod denken?

3. Was bedeutet uns der Tod?

Der Tod ist keine eigenständige Größe, er ist ein Übergang, eine Verwandlung. Der Tod bedeutet, in die Liebe Gottes hinein zu sterben. In jene Liebe, die hier in der Zeit schon gegenwärtig ist, in der wir jetzt schon leben, aber unter den Vorzeichen begrenzter Zeit und begrenzten Raumes. Im Tod werden wir unendlich geöffnet. Die Grenzen des Körpers werden überschritten und wir werden Gott sehen, wie er ist. Das Antlitz des Todes ist das Antlitz Gottes, das wir hier auf Erden noch nicht sehen können. Aber im Antlitz Jesu blickt uns die grenzenlose Barmherzigkeit Gottes schon an, er ist zum Richter eingesetzt und so werden wir im Tod auch sein Antlitz sehen. Gerichtet werden bedeutet, so Joseph Ratzinger, auf Gott hin ausgerichtet zu werden. Es geht nicht um ein Strafgericht, Gott will jedem Menschen gerecht werden. Der Tod trägt das Antlitz der Güte Gottes. Und dieses Antlitz sehen wir auch im anderen Menschen aufleuchten. Gott, Leben und Tod lassen sich nicht trennen. Wenn man den Tod als unwiderrufliches Ende sieht, in dem all unserer Beziehungen enden, kann er uns

Angst machen, wenn er als Übergang in die grenzenlose Liebe Gottes gesehen wird, kann er uns Hoffnung und Trost spenden.

Die Ars moriendi bedeutete im Mittelalter, sich in die Kunst des Sterbens einzuüben. In die Kunst sich lassen, sich verlassen zu können, in die Kunst des A-Dieu sagens, hin zu Gott. *Die Kunst, sich zu verlassen üben wir dort ein, wo wir Freunde haben und Menschen lieben, nicht nur dort, wo wir Menschen oder Dinge verlieren.* Denn wenn wir uns auf Beziehungen einlassen geht es nicht nur um uns, auch um den Anderen. Das Für mich und Für Andere wechseln sich ab wie das Einatmen und Ausatmen, wie die Systole und Diastole des Herzens, das Anspannen und das Entspannen. Auch wenn wir schlafen atmet es in uns und unser Herz hört nicht auf zu schlagen. Wir müssen nicht alles kontrollieren und leben doch weiter!

4. Gott und den Menschen vertrauen? Vom Wagnis einer Liebe ohne Kontrolle

Wenn wir uns auf uns oder Andere verlassen, dann vertrauen wir nicht nur, dann lieben wir uns und die Anderen auch in einem ganz tiefen Sinn des Wortes. *Denn Liebe bedeutet auch, sich auf den Anderen hin zu verlassen, bis dahin, sich selbst zu vergessen und ganz für den Anderen da zu sein. Solche Momente sind von einer großen Unmittelbarkeit gekennzeichnet. Ich bin beim Anderen ohne Hintergedanken, ohne Zweck und Interesse oder Ziel.* Was zwischen uns passiert ist in solchen Momenten offen, keiner hat den Masterplan, den er durchsetzen will. Diese Interessellosigkeit gibt es in Freundschaften und Liebesbeziehungen, in denen der eine dem Anderen Raum gibt und nicht auf seine Interessen aus ist. Wo es gut tut, dass einfach jemand da ist und die Nähe wohltuend wirkt in Berührungen, Sprechen oder Schweigen. Das setzt eine Offenheit voraus, die bereit ist, das was geschehen wird, zu empfangen und nicht selber herzustellen. Können wir darauf verzichten, Kontrolle über unser Leben oder den Anderen auszuüben? Können wir uns dem Anderen, Unbekannten und Fremden stellen?

Gerade in einer Zeit, wo alle, aufgrund terroristischer Bedrohungen natürlich mit guten Gründen, nach Überwachungskameras rufen, nichts ungesehen und unkontrolliert passieren soll, sind wir in der Gefahr, Vertrauen und Offenheit aus Angst zu vernichten. Das Vertrauen, ohne das wir nicht leben können, geht uns mehr und mehr verloren. Das ist das, was die Terroristen wollen, denn wo auf infame Weise Leben vernichtet wird, werden Vertrauen und Liebe zerstört. Wo Liebe und Vertrauen zerstört werden, wird das Leben zerstört. *Eine Gesellschaft unter permanenter Kontrolle kann kein freies und lebenswertes Leben mehr entfalten. Es muss uns bewusst sein, was auf dem Spiel steht! Wir suchen nach einer Balance zwischen Vorsicht und Wagnis, zwischen Sicherheit, um Leben zu schützen, und Risiko, um das Leben nicht erstarren zu lassen.*

Angst bedeutet Enge, wenn wir ängstlich sind schotten wir uns ab, sind in Gefahr uns zu isolieren und wollen unseren Schutzort nicht mehr verlassen. Wir wollen uns nicht mehr verlassen, denn da draußen ist es zu gefährlich. Das Sich-Verlassen geht nicht ohne Mut und Vertrauen, auch das Älterwerden braucht Mut. Joachim Fuchsberger hat einmal gesagt: Älter werden ist nichts für Feiglinge! Und Päpste wie Johannes Paul II., Benedikt XVI. und Franziskus haben uns immer wieder zugerufen: *Lasst Euch nicht entmutigen! Fürchtet Euch*

nicht! Denn sie wussten und wissen: Alles Fremde und Unbekannte, der Tod, der fremde Mensch, das Unbekannte in mir, vermögen uns Angst zu machen und zu verunsichern. Aber das Unbekannte und Fremde gehört zu unserem Leben wie der unbekannte Tod. Nur ein Vertrauen in mich selbst, in Andere, in das Leben und, für den glaubenden Menschen, in Gott kann mir Festigkeit im Wandel des unsicheren Lebens geben. Die Sicherheit, die wir suchen, ist in uns selbst zu finden, denn Gott ist auch in uns gegenwärtig als Quelle unseres Lebens, die mit uns durch die Zeit geht. In uns können wir Ruhe und Vertrauen finden und das vermag auszustrahlen auf die Welt, wenn wir voller Zuversicht und Liebe dem Fremden gastfreundlich entgegenreten und ihm nicht die Türe zu unserem Inneren verschließen. Der Brandner Kaspar freundet sich sogar mit seinem Tod an, mit dieser befremdlichen Gestalt, die er doch auch selber ist, denn es ist ja sein Tod, dem er begegnet. Das Fremde gehört zu unserem Leben! Wir setzen uns aus, wir exponieren uns, wenn wir uns auf Begegnungen mit dem Fremden einlassen, wir werden verletzbar ohne angelegten Schutzpanzer. Das ist das Risiko. Aber mit dem Schutzpanzer könnte uns nichts mehr innerlich berühren, könnte uns nichts mehr unter die Haut gehen, keine Beziehung, keine Liebe, nicht einmal wir selbst würden uns noch trauen, wir würden uns nichts mehr zutrauen. Denn Panzer schützen zwar, aber sie machen unbeweglich, weshalb schon mancher Ritter einfach umkippte, wie das berühmte Texelschaf, das andere wieder aufstellen müssen, wenn es auf dem Deich umgekippt ist, weil es sonst liegen bleibt.

Lassen wir uns also nicht entmutigen, den Menschen um seiner selbst willen zu lieben, nicht um seines Aussehens, seiner Leistung seines Könnens wegen, lassen wir uns nicht entmutigen, auch dem Fremden gegenüber gastfreundlich zu sein – diese biblische Herausforderung bleibt hoch aktuell, auch wenn sie als Naivität belächelt werden mag. Und wer von Ihnen, meine Damen und Herren, war sich nicht selbst schon einmal fremd?

Den Menschen auch lieben, wenn er für viele scheinbar nutzlos oder befremdlich geworden ist, weil man mit ihm nicht mehr anfangen kann – Geht das? Kann man einen Menschen einfach um seiner selbst willen lieben? Ohne etwas davon zu haben? *Man kann immer und zu jedem Zeitpunkt mit Menschen etwas anfangen. Bis zur letzten Sekunde vor dem Tod und – das ist das Verrückte, auch danach noch. Wenn man bereit ist, sich auf das Offene und Unbekannte des Lebens einzulassen, dann wird man es finden. Wenn man es festhalten und fixieren will, wird man es verlieren. Die Liebe ist stärker als der Tod.*

Ich brauche in diesem Kreis nicht zu betonen, dass die Begleitung alter und sterbender Menschen jeden Alters nicht nur voller leidvoller, sondern auch voller bereichernder Eindrücke ist, dass man vieles von dem zurückbekommt, was man gibt. Aber schon diese Formulierung ist nicht unproblematisch. Darum geht es nicht. Es geht darum, sich leer zu machen, bevor wir in ein Krankenzimmer gehen, ganz offen zu sein für den oder das, was auf mich zukommen wird. Ich weiß nicht, was passieren wird. So hat es die Palliativmedizinerin Gustava Everding einmal formuliert.

5. Beziehungen spürbar pflegen – über den Tod hinaus

Sich auf Andere zu verlassen gehört zu der Kunst, im Alter nicht einsam zu sein. Denn wer Freunde und liebende Menschen gefunden und in seiner Nähe hat, darf hoffen, nicht einsam

zu werden. Und wenn diese Menschen vor einem sterben und man in diesem Sinne einsamer wird, dann darf man hoffen, dass Menschen, die als Pflegerinnen und Pfleger, Ärzte und Ärztinnen, auch als Verwaltungsangestellte oder Beschäftigte in den Kantinen einem in Liebe begegnen, d.h. es gut mit einem meinen. Wir können ein Leben lang lernen, den Anderen um seiner selbst zu lieben, ohne Interessen. *Wir können versuchen eine Haltung einzuüben, die sich dem Andern je neu öffnet, an ihm selbst interessiert ist und ihm unsere Wertschätzung spürbar ausdrückt.* Und wer sich einsam fühlt, der darf hoffen, mit sich etwas anfangen zu können. Phasen des allein seins gehören zu jedem Leben, aber eine letzte Einsamkeit ohne lebendige Beziehungen führt in die Isolation, vor der wir uns gegenseitig bewahren können.

Wir sind Körperwesen, wir denken nicht nur, wir spüren auch. Wir spüren, was in der Nähe zwischen uns passiert, wenn wir dafür offen sind. Wenn wir diese Wertschätzung aussprechen, durch Worte oder durch Gesten den Menschen in unserer Nähe unsere Sympathie zeigen, sind wir vor Einsamkeit geschützt. *Wer ein Leben lang Beziehungen gepflegt hat, der darf auch in seiner Pflegebedürftigkeit hoffen, nicht allein gelassen zu werden. Die Pflege von Beziehungen ist eine lebenslange Aufgabe.* Und auch die Toten werden nicht vergessen. Wir bleiben mit ihnen verbunden, auf eine unaussprechliche Weise. Sie gehen uns und Gott nicht verloren! Diese Verbundenheit können wir spüren, wenn wir offen dafür sind. Die Kirche betet für Verstorbene, denn sie gehören weiter zur Kirche, die Lebende und Tote umfasst. Hier in der Zeit ist der Körper unser Präsenzraum, in Gott wird dieser Präsenzraum unendlich geöffnet, der Schöpfer der Welt wird uns im Tod einen neuen Präsenzraum schaffen, er pflegt die Beziehungen zu allen Menschen auch im Himmel weiter.

Sind wir fähig, uns in den unendlichen Gott und seine Liebe hineinfallen zu lassen? Mit den Menschen und mit Gott bis zum letzten Atemzug etwas anzufangen? Wenn das gelingt, dann sterben wir einen Tod voller Trost für uns und die, die uns begleitet haben. Ob uns das gelingt ist unsicher, aber nicht unmöglich. Und auch im vollendeten Leben bei Gott wird uns ein Beziehungsreichtum erwarten, den wir uns nicht ausdenken können, der Dynamik und nicht Stillstand bedeuten wird. *Im Hause des Herrn gibt es viele Wohnungen, keine Wohnungsnot, wer hier in der Welt gelernt hat, nicht einsam zu sein, der wird es auch dort nicht sein. Nicht Verschlossenheit, Angst, Misstrauen und Enge sondern Offenheit, Mut, vertrauende Liebe und Gelassenheit gegenüber dem Anderen charakterisieren die Haltung, die der Tod uns abverlangt, weil er zu unserem Leben gehört, zu einem Leben, das auf Gott und seine Barmherzigkeit hin angelegt ist:*

A-Dieu