



## VOM LEBEN UND STERBEN

Wer das Leben gelebt hat,  
wird das Sterben annehmen,  
wie den Abstieg nach einer Bergtour.



Über Leben und Sterben zu schreiben, heißt über alles zu schreiben. Mir drängt sich dieses Thema schon länger auf; denn die besten Freunde hatten ihre Lebenskerze an beiden Enden angezündet und mich früher als erwartet und nachdenklicher zurückgelassen. Meine Groß(e)Mutter hat uns schon länger und mit einem Lächeln auf den Lippen verlassen. Sie hatte mir oft gedroht, nicht sterben zu können, weil ich meinen Doktor nicht machte. Entspannt hatte ich entgegnet, sie sowieso noch lange behalten zu wollen. Als ich dann die Dissertation doch abschloss, rief ich sie am Morgen der Pro-Forma-Prüfung an, um ihr die freudige Nachricht zu übermitteln. Oma Änne aber sagte, ich solle erst mal wirklich hingehen und alles sicher bestehen, sie war schließlich einiges mit mir gewohnt. Als ich ihr zwei Stunden später

den Vollzug melden wollte, hob sie nicht ab, und ich wunderte mich sehr, denn es war ihr doch so wichtig gewesen. Etwas später rief mich mein Vater an und teilte mir mit, dass seine Mutter, meine Groß(e) Mutter, vor einer Stunde lächelnd in ihrem Lehnstuhl für immer eingeschlafen sei. Sie hatte genau bis zum Ende meiner „Prüfung“ gewartet. Und ich blieb mit einem eigenartigen Gefühl zurück, mit ihr eher mehr verbunden als zuvor. Ihr Sohn, mein Vater, ist ihr einige Jahre später auf seine nüchterne „naturwissenschaftliche“ Art gefolgt und wollte selbst diesen letzten Übergang empirisch erforschen.

Während ich dieses Buch schreibe, verabschiedet sich Michaela, mein Schwiegertiger, auf ihre ebenso typische wie rührende Art von uns mit Anekdoten, die noch lange lebendig bleiben und von einem besonderen Leben zeugen werden. So bin ich dankbar, mich mit Hilfe und angeregt durch meine „Vorgänger“ diesem letzten großen Thema gedanklich widmen zu dürfen.

Zum Verständnis des Daseins muss man die Regeln kennen, um erfolgreich am Spiel des Lebens teilzunehmen. Wer die „Schicksalsgesetze“ erkennt und den Spielcharakter des Lebens durchschaut, ist mit der Kenntnis des Polaritäts- und des Resonanzgesetzes auf gutem Weg. Ihm wird notwendigerweise auch das „Schattenprinzip“ begegnen und als Gegenpol zum Leben das Sterben, die Schattenseite unserer Welt. Wer das von vornherein akzeptiert, hat auch für diese andere Seite unserer Existenz gute Aussichten.

Eine der besten Vorbereitungen auf Sterben und Leben zugleich erscheint mir die Auseinandersetzung mit der Schattenwelt bereits im Leben, wie es die Helden der Antike vorgelebt haben, die allesamt in die Unterwelt des Hades abstiegen, um sich anschließend in der Oberwelt besser zurechtzufinden. Ob wir Odysseus nehmen, der im Orkus dem blinden Seher Teiresias begegnen musste, oder Herakles, der zuerst noch den Höllenhund Cerberus, heute so respektlos „innerer Schweinehund“ genannt, zu besiegen hatte, bevor er Hades konfrontieren konnte. Das „Schat-

tenprinzip“ wird so zur Ergänzung der „Schicksals-gesetze“ und zum Leitfaden in die Welt der eigenen Schatten. Es stellt, wie jede Sterbebegleitung, mehr Lichtarbeit dar als süßliches Licht-Getue.

Unser Problem mit dem Sterben lässt sich gut am Leben und Sterben der diesbezüglich bedeutendsten Spezialistin, Elisabeth Kübler-Ross, erkennen. Wohl keine Ärztin hat in diesem Jahrhundert so viel Bewusstheit im Hinblick auf den Tod erweckt. Begonnen hat sie ihren ärztlichen Weg als Landärztin in der Schweiz. Erst später, in den USA, machte sie die Sterbeforschung salonfähig und erlangte dadurch wissenschaftlichen Weltruf. Im Alter – angetrieben von ihrem unstillbaren Bedürfnis zu helfen und der unbeugsamen Ehrlichkeit gegenüber ihren Forschungsergebnissen – hat sie den Bogen noch weiter gespannt, bis in Bereiche jenseits des Sterbens und des Todes. Damit aber hatte sie für viele Wissenschaftler den Bogen überspannt. Weil nicht sein kann, was nicht sein darf, mochte man ihr nicht mehr folgen und verwarf zum Teil dann auch Dinge,

die vorher schon längst akzeptiert waren. So war sie immer unbequem für ihre wissenschaftlichen Kollegen, und manchmal konnte man sich des Eindrucks nicht erwehren, sie setzten ihr Ehrendoktorhüte (ca. 20!) auf, um ihr anschließend nicht folgen zu müssen. Wohl kaum ein Forscher hat so viel Anerkennung erhalten bei so konsequenter Ignorierung seiner Ergebnisse in der alltäglichen Klinikpraxis des Sterbens. Dass viele ihr nicht folgen konnten auf ihren weiten Ausflügen in jene unheimlichen Bereiche jenseits der Schwelle des Todes, ist eine Sache, die mehr über die Vielen als über die Autorin sagt. Die Vielgeehrte wurde manchmal gar als verrückt abgestempelt, was wohl der einfachste Weg war, um sich nicht mit ihren Forschungsergebnissen auseinandersetzen zu müssen. Besonders für die zumeist ängstlichen Gemüter im medizinischen Wissenschaftszirkel war das jener verlockende Ausweg, auf dem man schon versucht hatte, so große Geister wie Ignatz Semmelweis und Wilhelm Reich loszuwerden. Bis heute hat das Gerichtsurteil Gültigkeit, dass jede Forschung im

Bereich der von Reich entdeckten Orgon-Energie in den USA unter Strafe stellt. Das ist die Methode der Angst, die sich gern hinter Paragraphen verschanzt.

Als Sterbeforscherin machte Elisabeth Kübler-Ross aber nicht nur durch ihr Forschungsgebiet, sondern vor allem auch durch ihre radikale Menschlichkeit und Lebendigkeit Angst. Mit ihrem Versuch, aids-kranken und damals todgeweihten Kindern jedweder Hautfarbe in ihrem eigenen Heim ein Zuhause zu schaffen, hat sie ihre Nachbarn in der amerikanischen Provinz so verängstigt, dass sie ihr das Haus niederbrannten. Wissenschaftler wissen ihre Angst subtiler zu bemänteln, und manchmal hängte man ihr auch das Mäntelchen einer Heiligen um, die so weit über anderen stand, dass es gar keinen Zweck hatte, ihr nachzueifern. Oder man schob ihre Vorstellungen in die Ecke idealistischer Versponnenheit, gut gemeint, aber nicht zu realisieren. Dabei hat sie beeindruckend vorgelebt, wie so Vieles sogleich zu verwirklichen war. Ihre Wissenschaft hatte immer sehr schnell praktische Konsequenzen und war nie in jenem eli-



tären Elfenbeinturm angesiedelt, den manche ihrer Kollegen, die die Praxis in den Universitätskliniken bestimmen, zeitlebens nicht verlassen.

So kam es, dass Elisabeth Kübler-Ross – wie übrigens auch der andere große Geist auf diesem Gebiet, Raymond Moody – die Mehrheit ihrer Anhänger schließlich außerhalb wissenschaftlicher Kreise hatte. Ihr Wirken, das im Bewusstsein der Wissenschaftler ganz um Sterbende kreiste, hatte vor allem Auswirkungen auf die Lebenden. Das Forschungsgebiet des Todes mit Gefühlen zu verbinden, verletzte wesentliche Tabus der herrschenden Universitätsmedizin. Zum Schluss war sie so dem Buddhismus näher als der Zunft jener Wissenschaftler, die peinlich bemüht sind, alle Gefühle und Emotionen aus ihrer Arbeit zu verbannen, um objektive Ergebnisse zu erzielen, die meist wenig mit den fühlenden Wesen zu tun haben, sondern mehr auf Patente und wissenschaftliche Anerkennung zielen.

Wir verdanken es Frau Kübler-Ross, dass Sterben überhaupt wieder zum Thema der Wissenschaft wur-

de. Laut Umfrage glaubt die große Mehrheit der Deutschen schon gar nicht mehr daran, sterben zu müssen. Auf die Frage, ob sie lieber zu Hause oder in der Klinik sterben wollen, antworteten nämlich 93% der Befragten Deutschen sinngemäß: „Wenn schon, dann zu Hause!“ Dieses „Wenn schon, dann....“ muss wohl als Zeichen erheblicher kollektiver Verdrängung gedeutet werden, will man nicht von Verblödung ausgehen. Fast überflüssig zu erwähnen, dass über 90% der Großstädter – entgegen ihrem in der Umfrage erklärten Willen – in Kliniken sterben.

Elisabeth Kübler-Ross trat leidenschaftlich dafür ein, den Wunsch nach Sterben im eigenen Heim zu erfüllen, vor allem den Sterbenden, aber auch ihren Angehörigen zuliebe. Sie selbst erlebte – bei allem wissenschaftlichen Engagement – die Begleitung von Sterbenden als zutiefst beglückend. Dass diese Möglichkeit sich trotz allen Engagements nur so schleppend durchsetzen lässt, hat nicht nur mit der Angst der Angehörigen zu tun, sondern auch mit jener der niedergelassenen Mediziner. Sterben muss denjeni-

gen, die angetreten waren, es zu verhindern, als Niederlage erscheinen. In dieser Hinsicht zu klassischen Verlierern erzogen, vermeiden sie es in der Regel lieber, Zeugen der eigenen Niederlage zu werden, und weisen die Patienten „rechtzeitig“ in Kliniken ein, wo die Niederlage wenigstens hinter verschlossenen Türen stattfindet. Die dortigen Mediziner schützen sich in der Regel durch Abwesenheit im entscheidenden Moment vor der Erkenntnis der Niederlage und der Erinnerung an die eigene Sterblichkeit.

Sterben ist in deutschen Krankenhäusern im Allgemeinen noch immer eine schreckliche Erfahrung. Was sich im Gefolge der Arbeit von Elisabeth Kübler-Ross und der Hospiz-Bewegung als Alternative zum Abgeschobenwerden ins Badezimmer und auf den Gang entwickelt hat, ist zwar wundervoll, aber doch nur ein Tropfen (hoffentlich der erste und nicht der letzte!) auf den berühmten heißen Stein. Die Mehrheit der Patienten landet in Klinik-Mehrbettzimmern, wo schon die anderen Patienten dafür sorgen, dass sie zum Sterben hinausgeschoben werden.

Der Schlusspunkt unter dem beeindruckenden Leben der großen Sterbeforscherin zeigt, wie schwer diese ganze Thematik zu bewältigen ist. Elisabeth Kübler-Ross konnte ihre Erkenntnisse auf ihren eigenen Tod kaum anwenden und geriet zum Lebensende, nach einem Schlaganfall, in eine schreckliche Situation des Widerstandes, die ihren vielen Anhängern schwer zu schaffen machte und natürlich Wasser auf die Mühlen ihrer Gegner war. Aber anstatt dieses persönliche Scheitern am eigenen Anspruch zu nutzen, um ihre Arbeit rückwirkend zu entwerten, könnten wir daran vielmehr sehen, wie schwer die Thematik für westliche Menschen ist. Elisabeth Kübler-Ross' Werk bleibt ein wundervoller Schritt in die richtige Richtung, das Sterben mit dem Leben zu versöhnen.