

SWR2 Wissen: Aula

## **Ein Ende ohne Gott**

Sterben und Tod in der modernen Gesellschaft

Von Franz Josef Wetz

Sendung: Karfreitag, 2. April 2021, 8.30 Uhr

Erst-Sendung: Sonntag, 1. November 2020, 8.30 Uhr

Redaktion: Ralf Caspary

Produktion: SWR 2020

---

**Zu allen Zeiten und in allen Kulturen findet sich der Wunsch, dem Tod ein Schnippchen zu schlagen. Und wie geht der moderne Mensch mit Sterben und Tod um?**

---

**Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

SWR2 können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter [www.SWR2.de](http://www.SWR2.de) und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören

---

**Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?**

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert. Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder [swr2.de](http://swr2.de)

**Die SWR2 App für Android und iOS**

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...  
Kostenlos herunterladen: [www.swr2.de/app](http://www.swr2.de/app)

## MANUSKRIFT

### Anmoderation:

Mit dem Thema: „Ein Ende ohne Gott – Sterben und Tod in der modernen Gesellschaft“. Am Mikrofon: Ralf Caspary.

Zu allen Zeiten und in allen Kulturen findet sich der Wunsch, dem Tod ein Schnippchen zu schlagen. Und die meisten Religionen reagieren auf diese Furcht mit dem Konzept eines ewigen Lebens im Jenseits. So verlieren Tod und Sterben ihren Schrecken. Doch wie geht der moderne Mensch, für den religiöse Metaphysik lediglich ein Gedankenspiel ist, damit um? Antworten gibt Professor Franz Josef Wetz, Philosoph und Ethiker an der PH Schwäbisch Gmünd.

### Franz Josef Wetz:

Jedes Jahr feiern wir unseren Geburtstag. Warum eigentlich? Immerhin rücken wir mit jedem neuen Lebensjahr doch dem Tod ein Stück näher. Nun mag es Menschen geben, die das wirklich gut finden, weil für sie das Leben nicht schön, einfach zu anstrengend ist. „Ach, wie wäre alles gut, hätte Gott am sechsten Tag geruht. Er wär´ nur kommen bis zum Affen. Die Menschen blieben unerschaffen“, dichtet Eugen Roth. Aber so denken die meisten von uns nicht. Wir hängen am Leben, und darum scheint es widersinnig zu sein, das Älterwerden zu feiern.

Tatsächlich feiern wir ja gar nicht unseren Geburtstag, weil wir dem Tod ein Stück näher rücken. Trotzdem hat eine Geburtstagsfeier etwas mit dem Tod zu tun: Ehrlich gemeint und nicht bloß konventionell vollzogen, wird ein Geburtstag aus Freude darüber gefeiert, dass es einen Menschen gibt – und das heißt: noch gibt. Wäre es selbstverständlich zu existieren, würde ein Geburtstag vermutlich nicht festlich begangen werden. So aber feiern wir diesen Tag, weil die Geburtstagsperson, die auch nicht und schon nicht mehr sein könnte, dennoch und noch immer existiert.

Eine Geburtstagsfeier bringt also idealerweise unsere Freude zum Ausdruck, dass der gefeierte Mensch überhaupt und noch immer unter uns weilt, obgleich er nicht und bereits nicht mehr leben könnte. So verstanden zelebriert eine Geburtstagsfeier das Leben vor dem Hintergrund des Todes. Wer dem Leben nur tief genug ins Auge blickt, der stößt zwangsläufig auf den Tod, mit dem wir alle fertig werden müssen.

Zwei Phänomene sind für den gegenwärtigen Umgang mit dem Tod charakteristisch: Erstens behaupten auffällig viele Menschen, dass sie nur Furcht vorm Sterben, aber keine Angst vorm Tod haben. Sie sagen, dass ihnen der Tod nichts ausmache, dass sie sich aber vor der letzten Lebensphase ängstigten: der Apparatedizin, dem Siechtum, der Agonie, dem letzten Moment des Lebens. Zweitens scheint in der Gegenwart der Tod nicht mehr so stark wie in früheren Zeiten verdrängt zu werden. Für die wachsende gesellschaftliche Präsenz des Todes sprechen die vielfältigen Diskussionen über humanes Sterben, Gesundheitsvorsorge, Sterbehilfe,

Palliativmedizin, Hospiz, Vorsorgevollmachten, Patienten- wie Betreuungsverfügungen und Ähnliches mehr.

Aber so auffällig die beiden gesellschaftlichen Phänomene sind. Es gibt doch genug Indizien, die sie wieder relativieren. So mag in der heutigen Gesellschaft auch öfter über den Sensesmann diskutiert werden, dem Lebensende im persönlichen Nahbereich wird allen Vorsorgemaßnahmen zum Trotz weiterhin nur wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Jeder weiß, dass er eines Tages sterben wird. Dennoch verhalten sich die meisten Menschen so, als ob ihr Leben immer weitergehen würde. Der Tod ist ein Missgeschick, das erst einmal die anderen betrifft. Es ist die Ungewissheit der Todesstunde, die uns in der Illusion irdischer Unsterblichkeit wiegt. Denn irgendwann zu sterben heißt: niemals zu sterben. Selbst rüstige Greise wollen nicht in das Alter kommen, wo sie reif zum Sterben wären. Sie vertrauen auf die Nachgiebigkeit der Zeit zu ihren Gunsten. Obwohl es hinlänglich bekannt ist, dass man eines Tages an die Reihe kommt, sind die meisten überrascht, wenn es so weit ist. Dabei kann einem doch jederzeit etwas zustoßen. Solange man lebt, ist man gerade noch einmal mit dem Leben davongekommen. Das wissen alle und übersehen die meisten. So hofft auch die rüstige Greisin auf Aufschub – eine Galgenfrist: jetzt noch nicht.

Und was die Todesangst betrifft: Natürlich gibt es sie nicht weniger als die Sterbensangst. Stellen Sie sich doch nur einmal vor, Sie wären in drei Wochen bereits bestattet, was ja durchaus möglich ist. Freilich würde viele von Ihnen eine starke Todesangst befallen. Oder wenn bei fortgeschrittenem Lebensalter die Vorsorgeuntersuchungen ohne Befund bleiben, lässt bereits die Freude hierüber erahnen, wie sehr wir Menschen doch den Tod verachten. Am stärksten jedoch lässt die tollkühne Hoffnung von Milliarden Menschen auf persönliche Unsterblichkeit und Auferstehung die unausrottbare Todesangst hervortreten.

Wie groß muss die Todesangst sein, dass Menschen eine solche Glaubenskraft bezüglich des ewigen Lebens entwickeln können, dem von so vielen Tatsachen aufs Heftigste widersprochen wird. Die fromme Zuversicht auf ein ewiges Leben ist die vornehmste Form der Todesangst, gleichsam deren Tarnkappe. Aber auch religiöse Menschen, für die der Tod ein Sprungbrett in eine bessere Welt bedeutet, verspüren im Ernstfall die Todesangst genauso unerbittlich hart wie alle anderen auch. Wer am Leben hängt, den kann selbst die rosige Aussicht auf einen schönen Himmel nicht ohne weiteres über den Tod hinwegtrösten. Dabei muss man das Leben nicht einmal übermäßig lieben, um vor dem Tod ein starkes Grauen zu empfinden. Erst recht aber scheint die Todesangst dort berechtigt zu sein, wo der religiöse Kahlschlag der säkularen Moderne den Betriebsablauf der Natur nach oben gänzlich abgeschottet hat.

Wer am Leben hängt, wird sich wohl nie mit dem Tod so richtig anfreunden können. Niemand hakt sein Leben einfach ab. Denn der Tod ist ungeheuerlich, unsere Rückkehr ins Nichts die größte Zumutung ans Leben.

### **Quellen der Todesangst**

Nachdenkliche Gemüter ängstigen sich vor dem Tod als etwas Geheimnisvollem, Dunklem, Unbekanntem, weil es ihnen schlicht unmöglich ist, sich das eigene Nichtsein vorzustellen. Davon abgesehen verbinden viele mit dem Tod den traurigen

Verlust liebgewonnener Lebensgüter. Es erfasst sie ein Grauen bei der Vorstellung, von den eigenen Leidenschaften und Interessen, der Familie, den Freunden, dem Eigenheim mit Garten, der Natur und Ähnlichem mehr Abschied nehmen zu müssen. Todesangst ist auch und vor allem Trennungsschmerz.

Dennoch ist Todesangst durchaus sinnvoll. Biologisch betrachtet leistet sie einen wesentlichen Beitrag zum menschlichen Überleben, setzt sie doch die Vorsicht vor das Wagnis und dient so der Gefahrenabwehr. Von Natur aus hängt der Mensch am Leben und richtet geradezu automatisch seine Kräfte auf die eigene Erhaltung. Evolutionsbiologisch formuliert sind wir aufs Leben-Wollen programmiert. Darum halten wir im Alltag unser Dasein auch mit großer Selbstverständlichkeit für die Mühen wert, die es uns und anderen bereitet. Das biologisch erklärbare Selbsterhaltungsstreben lässt den Einzelnen sich sogar verzweifelt an sein Dasein klammern, solange sein Leid nicht ein bestimmtes Maß überschreitet. Unser Lebenswille sträubt sich gegen die Zerstörung des Organismus´.

Eine augenfällige Bestätigung des elementaren Erhaltungsdrangs gibt die Beobachtung, wie sich fast alle Lebewesen gegen den Tod wehren. Mit aller Macht stemmt sich ihr Organismus gegen die Gefahr seines Untergangs. In lebensbedrohlichen Situationen gerät der Körper regelmäßig in Panik.

Mag der Tod objektiv gesehen auch nicht mehr als nichts sein, subjektiv für jeden Einzelnen ist er nicht weniger als alles: Er bedeutet größtmöglichen Verlust, eine Beraubung des Lebens und aller damit verbundenen Lebensgüter. So liefert also das natürliche Selbsterhaltungsstreben die letzte Erklärung für die Todesangst. Sie ist gewissermaßen die Kehrseite der Todesangst. Darum können wir nicht der Frage entinnen, ob und wie uns angesichts der unausrottbaren Todesangst die Zustimmung zum eigenen Ende abgerungen werden kann. Gibt es etwas, das uns über die eigene Endlichkeit hinwegzutrusten vermag?

### **Trost**

Der Tod ist eine Herausforderung für das Leben. Hierbei muss unterschieden werden zwischen dem eigenen Tod, dem unserer Nächsten, dem Tod fremder Menschen sowie der Vergänglichkeit des Menschen allgemein. Je mehr es um den persönlichen Tod und den unserer Angehörigen und Freunde geht, umso trostbedürftiger sind wir. Erfreulicherweise ist der Mensch darauf spezialisiert, sich selbst dort noch helfen zu können, wo ihm nicht mehr geholfen werden kann. Ratlosigkeit war nie seine Stärke, andernfalls hätte er nicht bis heute überlebt. Zu der Fähigkeit, Probleme zu meistern, gesellt sich das Talent, sich in hoffnungslosen Lebenslagen trösten lassen zu können. Nun sind aber Tröstungen, die sich auf schwere Schicksalsschläge beziehen, etwas zutiefst Zweideutiges. Denn sie helfen mit etwas fertig zu werden, mit dem man eigentlich nicht fertig wird.

Jeder Trost angesichts unumstößlicher Lebenshärten, ob religiös oder nicht, bietet keine echte Problemlösung, sondern ist nur ein Ersatz dafür. Gelungener Trost ist bestenfalls eine als Problemlösung getarnte Problembeschwichtigung. Im Angesicht des Todes sind wir gerade deshalb des Trostes bedürftig, weil uns nicht mehr geholfen werden kann. Könnte uns wirklich geholfen werden, wären wir nicht mehr des Trostes bedürftig. Aber eine Lösung der mit dem Tod verbundenen Probleme gibt es für Trostsuchende nicht. Sie haben es mit Unabänderlichem zu tun, das ihnen

die eigene Ohnmacht und Hilflosigkeit vor Augen führt: der eigenen Sterblichkeit oder dem Tod eines Nächsten. Gespendeter Trost vermag diese traurige Situation nicht zu ändern, aber die Betroffenen hiervon ein wenig zu entlasten. Besänftigende Sprüche, offene Ohren für tränenreiche Klagen, jede Art emotionaler Beistand im beschwerlichen Alltag schaffen die bitteren Widerfahrnisse zwar nicht aus der Welt, sie können aber die Last abmildern und ein Stück auf Abstand bringen.

### **Letzte-Hilfe-Koffer**

In der griechischen Antike gab es fast ein Jahrtausend lang eine lebendige Trostliteratur philosophischer Art, „Letzte-Hilfe-Koffer“. Die nach der Etablierung des Christentums von geistlichen Erbauungsschriften verdrängt wurde.

Die traditionelle Trostliteratur fordert zur fortwährenden Arbeit an sich selbst auf. Wie man die Heil- und Handwerkskunst erst durch wiederholte Ausübung erwerbe, so gelte es, mithilfe eines Ensembles von Übungen seinem Dasein einen Stil einzuprägen, der es befähige, sich mithilfe der angeeigneten Weisheiten und einzelner Techniken dem unausweichlichen Ende gewachsen zu zeigen. Aber wie kann das Projekt einer lebenslangen Einübung ins Sterben überhaupt gelingen? Sterben bedeutet doch, das letzte Mal etwas zum ersten und einzigen Male zu tun. Darum kann man das Sterben gar nicht trainieren. Trotzdem gibt es eine Menge von Anleitungen und Trostschriften für Sterbliche und Hinterbliebene mit zahlreichen Ratschlägen, Tröstungen und Übungen.

Unter den antiken Philosophen war der intellektuelle Optimismus weit verbreitet, dass sich durch wiederholte Vergegenwärtigung der eigenen Endlichkeit sich die Todesangst bannen ließe. Memento mori! Bedenke deine Sterblichkeit! Näher betrachtet verfolgte diese Aufforderung gleich drei Ziele:

Erstens sollte im religiösen Zusammenhang die Erinnerung an die Begrenztheit der Lebenszeit die Gläubigen zur Umkehr bewegen: Nicht im irdisch Vergänglichen liege das Heil des Menschen, sondern im Jenseits, dem man sich stärker zuwenden solle. Zweitens sollte mit dem Hinweis auf die Kürze des Lebens der Einzelne zu einer bewussteren Lebensweise bewegt werden: Da die Lebenszeit begrenzt ist, sollte man sie nicht sinnlos verplempern, sondern vielmehr im Hier und Jetzt leben – gemäß der Devise: „Carpe diem!“ – pflücke den Tag. Oder wie es in der heutigen Jugendkultur heißt: „Yolo!“ – die Abkürzung für: You only live once! Du lebst nur einmal.

Seit wenigen Jahren erregt eine amerikanische App mit dem Titel „We croak“, was soviel heißt wie „Wir werden alle dahingerafft“, einiges Aufsehen. Diese App erinnert den Nutzer fünf Mal täglich an die eigene Sterblichkeit, damit der Angesprochene nicht auf den ausgetretenen Wegen seiner Gewohnheiten vergisst, bewusst und intensiv zu leben, nicht alles so verbissen zu nehmen, mehr darüber nachzudenken, was ihm wirklich wertvoll und wichtig ist. Dem Bewusstsein der eigenen Vergänglichkeit soll ein existenzieller Mehrwert entlockt werden. Drittens schließlich soll die Mahnung, das eigene Ende regelmäßig zu bedenken, auch dazu dienen, sich an den bevorstehenden Tod bereits zu Lebzeiten zu gewöhnen, um auf diese Weise besser mit ihm fertig werden zu können.

Einen zusätzlichen, wichtigen Beitrag zur Erreichung dieses Ziel kann nach philosophischem Trostverständnis eine Reihe geistreicher Reflexionen leisten, welche die existenzielle Harmlosigkeit des Todes nachzuweisen suchen. Die meisten dieser klugen Tröstungen gehen davon aus, dass alle düsteren Affekte im Zusammenhang mit Sterben und Tod auf bloßen Fehltrüben beruhen, deren Korrektur eine Überwindung dieser Gefühle bewirken könne. Alles komme auf die rechte Einsicht an. Dahinter steckt die aufklärerische Zuversicht, dass sich mithilfe rationaler Argumente vernunftwidrige Gefühlszustände mildern, ja sogar aufheben ließen. Hierfür zwei Beispiele

### **Symmetrie und Empfindung**

Seit jeher erfreut sich das sogenannte Symmetrieargument größter Beliebtheit. Alle Gewährspersonen des Symmetriearguments von Seneca bis Schopenhauer stellen die Zeit vor unserer Geburt mit der Ewigkeit nach unserem Tod gleich. Da uns das Nichtsein vor unserer Geburt nicht belastet, soll uns der Zustand nach dem Tod auch nicht weiter quälen, ist dieser doch nur sein Spiegelbild. Die unendlichen Zeiträume davor und danach verhalten sich also symmetrisch zueinander.

Noch populärer als dieses verblüffende Argument ist eine brillante Einsicht Epikurs, die gleichfalls viele Anhänger bis Ludwig Wittgenstein fand. Epikur weist darauf hin, dass alles Gute und Schlimme für uns Menschen auf Empfindungen beruhe, der Tod aber das Ende aller Empfindungen sei, weshalb es mit ihm auch nichts auf sich habe. Denn solange wir noch existierten, sei der Tod ja nicht da; stelle sich aber der Tod ein, so seien wir schon nicht mehr da. Mit Büchners *Woyzeck* gesprochen: Man kann nicht mehr frieren, wenn man erst einmal kalt geworden ist.

Genauer betrachtet bieten das Symmetrie- und Empfindungsargument aber keinen Trost, sondern tilgen das Todesproblem einfach, wie es auf ganze andere Weise die großen Religionen mit ihren Unsterblichkeitsversprechen tun. Alles läuft auf die Erkenntnis hinaus: Der Tod ist nichts. Deshalb bedarf es weder Tröstungen noch Vertröstungen, um damit fertig zu werden, sondern – sofern religiöse Zuversicht keine existenzielle Anschlusskraft mehr hervorruft - lediglich rationaler Argumente, die den Tod als Scheinproblem entlarven. Hierdurch versucht man ihm jeglichen Aufregungswert zu nehmen. Aber so groß der Beifall für solche Argumente ist, ganz so einfach liegen die Dinge leider nicht.

Bei erstem Zuhören klingt das Symmetrieargument überzeugend. Doch sind Anfang und Ende, Geburt und Tod weder austauschbar noch symmetrisch.

Verständlicherweise schauern wir nicht vor dem Nichts, aus dem wir hervorgingen, aber vor dem Nichts, in das wir für immer verschwinden werden. Das Nichtsein vor der Geburt ist schon deshalb kein Problem, weil man ja jetzt lebt. Aus demselben Grund, nämlich jetzt zu leben, ist aber die Vorstellung, dass das Leben eines Tages zu Ende gehen wird, ein Problem. In erster Linie ist es das Selbsterhaltungsstreben, verbunden mit unseren Wünschen und Interessen, das uns am Leben hängen lässt. Wir möchten überleben, weiterleben, noch das Morgen erleben, selbst wenn uns das Nichtsein nach unserem Tod gleichgültig sein sollte.

Der biologische Mechanismus der Selbsterhaltung, der Verlust aller Lebensgüter sowie die Angst vor dem letzten Moment geben dem postletalen Nichtsein ein existenzielles Gewicht, das dem pränatalen Nichtsein fehlt.

Aus demselben Grund vermag auch Epikurs verblüffende Einsicht, dass man den Tod nicht zu fürchten brauche, weil man ja nichts mehr empfinde, wenn der Tod gekommen sei, nicht das Schaudern vor dem Tod gänzlich zu besiegen. Das menschliche Selbsterhaltungsstreben ist für gewöhnlich so stark, dass sich die Todesangst nicht ohne weiteres durch rationale Argumente beseitigen lässt. Der Tod bleibt ein existenzielles Übel, weil er einem das Leben nimmt, das man bei durchschnittlicher Vitalität gerne fortgeführt hätte.

Alle Versuche, das existenzielle Problem des Todes mithilfe rationaler Argumente aus dem Wege zu räumen, können den Schmerz der Endlichkeit nicht gänzlich aufheben, mit dem zu leben wir gezwungen sind. Diese Argumente können uns aber zusammen mit allen sonstigen philosophischen Zusprüchen über unser eigenes Dahinscheiden und das unserer Nächsten ein wenig hinwegtrösten, vorausgesetzt, wir verfügen über eine diesen Tröstungen angemessene Grundhaltung dem Leben gegenüber.

### **Kosmische Bescheidenheit**

Unser Dasein ist von allen Seiten her begrenzt. Wer die Erde von einer fernen Galaxie aus betrachtet, der wird automatisch des geringen Platzes gewahr, den er im Weltraum einnimmt, und der kurzen Zeit, die er darin verweilt. In räumlicher Hinsicht marginal und in zeitlicher Beziehung ephemer – so offenbart der Kosmos unsere Nichtigkeit. Hierbei wird unmissverständlich deutlich, dass es auf niemanden darin ankommt. Aus kosmischer Perspektive erscheint alles Menschliche als winzig, was den Einzelnen davor schützen kann, sich über seine wahre Größe zu täuschen.

Solch desillusionierende Sicht auf den Menschen kann – religiös formuliert – demütig machen. Diese Demut, kosmische Bescheidenheit, ist bereits die gesuchte Grundhaltung, weil sie zu einer Zurücknahme überzogener Lebenserwartungen führt. So kann schon unsere kosmische Eingliederung einen wichtigen Beitrag zur Absenkung unserer Todesangst leisten. Denn die Erkenntnis, ein flüchtiges Pünktchen im unermesslichen Weltall zu sein, lehrt den Himmels- und Selbstbetrachter, sich nicht mehr so wichtig zu nehmen und von sich selbst abzusehen. Wer solch adäquates Selbstverständnis besitzt und die eigene Geringfügigkeit verinnerlicht, dem wird es vermutlich leichter fallen, sich ins Unausweichliche zu fügen, weil er über die hierfür notwendige Bescheidenheit verfügt. Jetzt kann jene Gemütsruhe entstehen, die den Einzelnen zumindest teilweise befähigt, sein Leben loszulassen und sein Ende mit stiller Wehmut gelassen zu ertragen.

Erst nachdem solch demütige Erfahrung der kosmischen Nichtigkeit des eigenen Lebens ins Selbstbild übergegangen ist, können die rationalen Argumente zur Überwindung der Todesangst ihre tröstliche Kraft entfalten. Jetzt bekommen die maßvollen Tröstungen der Philosophie existenzielle Wirkkraft. Tröstungen wie das Symmetrieargument und die epikureische Erkenntnis, dass Tod soviel wie Empfindungslosigkeit bedeutet, können deshalb wirksam werden, weil sie bloße Auslegungen des existenziell angeeigneten Grundsatzes sind: Der Mensch ist winzig und flüchtig im unermesslichen Universum. Ist dieser Grundsatz kosmischer Bescheidenheit durch kontinuierliche Arbeit an sich selbst verinnerlicht, bildet er den

Rahmen, innerhalb dessen alle Todesweisheiten ihre Wirksamkeit entwickeln können.

### **Eine schwierige Balance**

Nun können wechselseitiger Beistand, maßvolle Tröstungen und die ihnen angemessene Grundhaltung zwar die Not lindern, in die uns der Tod stürzt, doch gänzlich beseitigen lässt sich mit diesem Rüstzeug die Todesangst auch nicht. Denn durch das tief eingeprägte Bewusstsein eigener Geringfügigkeit wird ja nicht unser Lebenswille ausgeschaltet, der auch gar nicht aufgehoben werden darf, wenn wir unseren Alltag und unser Dasein weiter erfolgreich meistern möchten. Solange aber das Selbsterhaltungsstreben intakt bleibt, ist die Todesangst nicht vollständig gebannt.

Darum ist auch fraglich, ob eine lebenslange Beschäftigung mit dem Tod, wie oben empfohlen, das Sterben wirklich leichter macht. Die bloße Gewöhnung an die persönliche Sterblichkeit kann dieser traurigen Wahrheit nicht ohne weiteres den Stachel ziehen. Das allem Leben zugrundeliegende Selbsterhaltungsstreben vereitelt nämlich oftmals, dass sich die Menschen an ihre Endlichkeit gewöhnen können. Mancher zeigt angesichts des bodenlosen Abgrunds eine Stärke, derer er sich selbst nicht für fähig gehalten hätte, während andere, die ständig über ihre Endlichkeit grübeln, zuletzt doch in Angst und Panik verfallen. Auch Religiosität kann hier keine Garantien geben. So haben selbst Gläubige nicht selten wahnsinnige Angst vor dem Ende, wohingegen geduldige Atheisten dem Tod still ergeben unter die Augen treten können. Alles in allem fällt es uns Menschen schwer, sich an die eigene Sterblichkeit zu gewöhnen. Aus diesem Grund gilt es, die richtige Balance zwischen komischer Bescheidenheit und starkem Lebenswillen, verständiger Selbstentsagung und entschlossener Selbstbehauptung zu finden. Leider gibt es keine praktikable Regel, mit der sich die erstrebte Ausgewogenheit, das gesuchte Gleichgewicht zwischen Lebensbejahung und Lebenspreisgabe herstellen lässt.

Bei alledem sollten wir aber niemals verkennen, wie leidensanfällig und trostbedürftig wir Menschen in Anbetracht unserer Sterblichkeit sind. Es ist überaus menschlich, den Tod für ungeheuerlich zu halten, wenn man das Leben aus ganzem Herzen liebt und bejaht.

Der Tod ist groß, wie Rilke dichtet, gerade weil er das Ende des Lebens bedeutet. Dies ist schlimm für bewusste Lebewesen mit starkem Überlebensdrang. Zu Abschied verurteilt und zu Verzicht gezwungen, ist darum auch nicht jeder zu freiwilliger Entsagung bereit.

Heftige Gefühlsstürme sind bei schweren Schicksalsschlägen zutiefst menschlich, mögen sie auch noch so sinnlos sein, weil sich durch sie ja nichts ändern lässt und der Tod nun einmal zum Leben dazugehört. Aber tränenreiche Verzweiflung kann uns alle auf schonungslose Weise lehren: Auch das ist das Leben, in dem es keine dauerhafte Ruhe gibt und sich Gefühle nicht beliebig zum Schweigen bringen lassen. Erst wenn der übersteigerte Gefühlsüberschwang nachlässt, die Traurigkeit langsam zurückgeht, wird sich der Leidtragende und Trostsuchende für freundlichen Zuspruch und Beistand öffnen können. Zur Bewältigung solcher Krisen mit ihren unterschiedlichen Reaktionsmustern steht eine ganze Reihe sozialer Hilfsdienste zur Verfügung: auf „Spiritual Care“ spezialisierte Seelsorger wie professionelle Betreuer,

Trauerbegleiter, Trauer Selbsthilfegruppen, Grabredner, Psychologen etc. Diese können zwar das Unabänderliche nicht beheben, dafür aber dazu beitragen, dass der Betroffene mit seiner schwierigen Situation so zurechtkommt, dass er nicht daran zerbricht.

Am Ende läuft alles auf Improvisation und Kompromiss hinaus. Die meisten Konflikte im Zusammenhang mit Sterben und Tod lassen sich nicht lösen, sondern allenfalls schlichten, und einen Konflikt schlichten heißt: Man arrangiert sich irgendwie. Es ist ein schwerer Irrtum anzunehmen, dass die eigentliche Aufgabe unseres Lebens in der befriedigenden Beantwortung aller Fragen liegt, die mit dem Tod verbunden sind. Stattdessen kommt es vielmehr darauf an, auf welche Weise man mit dem Tod nicht fertig wird, ob gelassen, wehmütig, heiter, resignativ, anklagend, rebellierend oder sonst irgendwie, nachdem nun einmal feststeht, dass es unmöglich ist, ihn so zu bewältigen, dass nichts mehr zu wünschen übrigbleibt. Natürlich ist eine versöhnliche Einwilligung ins Unabänderliche wünschenswert, nur wie weit uns eine solche gelingen wird, das kann uns bloß der individuelle Ernstfall zeigen, wenn es so weit ist.

\*\*\*\*\*

Buchhinweis: Franz Josef Wetz: Tot ohne Gott. Eine neue Kultur des Abschieds, Alibri: Aschaffenburg 2020, 315 Seiten, 20 €