

# Memento mori

## Von der Bedeutung einer zeitgemässen *ars moriendi*

---

erschienen in: Christiane Burbach/Friedrich Heckmann (Hg.), Übergänge. Annäherungen an das eigene Sterben. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 2011, S. 191-200

*Heinz Rüegger*

### 1. Eine persönliche Vorbemerkung

Was jemand glaubt und theologisch vertritt, hängt stark mit der eigenen Lebenserfahrung zusammen. Diese Lebenserfahrung ist es, die darüber entscheidet, ob man eine – z. B. theologische oder philosophische – Überlegung hilfreich findet oder nicht, ob sie einem einleuchtet oder nicht. Ich will darum kurz transparent machen, auf welchem biografischen Hintergrund meine nachfolgenden Ausführungen stehen.

Manche Männer zwischen vierzig und fünfzig erleben so etwas wie eine *midlife crisis*. Im günstigsten Fall verhilft sie ihnen zu einem Zwischenhalt, zu einer Standortbestimmung oder gar zu einer Neuausrichtung im Blick auf die zweite Lebenshälfte, die vor ihnen liegt. Ich kann nicht sagen, dass ich selbst in eine solche Krise im üblichen Sinn geraten wäre. Oder wenn schon, verlief sie eher atypisch, kurz und bündig: Mit vierundvierzig bekam ich eine schwere Lungenentzündung und wurde hospitalisiert. Ich wurde also ganz unerwartet aus einem intensiven beruflichen Verkehr gezogen und fand mich *contre coeur* in einer Auszeit wieder. Die paar Tage Spitalaufenthalt – inkl. einiger schlafloser Nächte – liessen in mir völlig unerwartet zwei Einsichten aufsteigen, die sich mir mit grosser Evidenz aufdrängten: Erstens, dass ich, bis dahin mit Leidenschaft auf nationaler und internationaler Ebene als Berufsökumeniker tätig, mein Leben stärker ‚erden‘ müsse, und zwar so, dass ich in hautnahe Tuchfühlung mit der ‚Unterseite des Lebens‘, mit menschlichem Leiden, komme; und zweitens, dass fortan Sterben und Tod zu den zentralen Themen meines Lebens und Nachdenkens werden sollten. Mit diesen zwei überraschenden Einsichten ging die Genesung rasch voran. Einige Zeit später ergab es sich, dass ich meine Stelle wechselte und in einem Diakoniewerk ein neues Tätigkeitsfeld fand. Mein neues Büro befand sich gleich neben den Zimmern eines Pflegeheims, in dem sich hochbetagte Menschen und die sie Unterstützenden Tag für Tag mit der Wirklichkeit von Leiden, Schwäche und Sterben auseinandersetzen. Als Heimseelsorger bin ich nun Teil dieser Gemeinschaft von Men-

schen, die in besonderer existenzieller Nähe zu Sterben und Tod leben bzw. arbeiten.

Daneben gehört zu meinen Aufgaben die wissenschaftliche und Praxisbezogene Bearbeitung von Fragen medizinischer und gerontologischer Ethik. Als *das* zentrale Thema ergab sich dabei wie von selbst das Sterben, das im letzten Jahrzehnt auch zum thematischen roten Faden in vielen meiner Publikationen wurde.<sup>1</sup> Der institutionelle Kontext meines Denkens und Lebens ist ein Diakoniewerk, zu dem ein Spital, eine Seniorenresidenz, ein Alterszentrum und zwei Pflegeheime gehören, alles Institutionen, in denen viele hochbetagte Menschen leben und in denen deshalb immer wieder gestorben wird.

Das Erstaunliche ist: Ich habe für mein Empfinden noch nie so intensiv, so frei und lustvoll, so nahe am Wesentlichen des Lebens gelebt wie seit ich – geleitet von den Einsichten jenes Spitalaufenthalts – mein berufliches Leben umorientiert und die Thematik von Alter(n), Sterben und Tod zu zentralen Themen meines Lebens gemacht habe. Ich habe durch ganz praktische Erfahrung entdeckt, was eine lange philosophische und theologische Tradition des Abendlandes einmal wusste, was in neuerer Zeit aber weithin fremd geworden ist: dass an Lebensintensität und Lebensqualität gewinnt, wer sich bewusst darauf einlässt, sein Leben im Angesicht des unausweichlichen Todes zu leben, als ein „Sein zum Tode“, wie MARTIN HEIDEGGER es ausdrückte.<sup>2</sup> Wie auch umgekehrt stimmen dürfte, worauf MANFRED LÜTZ besonders pointiert hingewiesen hat: „Wer den Tod verdrängt, verpasst das Leben!“<sup>3</sup>

## 2. Ars moriendi

Schon in der griechischen und römischen Antike galt die bewusste Auseinandersetzung mit der Endlichkeit, also der Sterblichkeit menschlichen Lebens als Kennzeichen einer weisen, philosophischen Lebenseinstellung. Das Todesgedenken (*memento mori*) stand dabei im Dienst eines guten, wahrhaft menschlichen Lebens. Die Kunst, ein gutes Leben zu führen (*ars vivendi*), und die Kunst eines guten Sterbens bzw. eines Lebens im Lichte (nicht im Schatten!) des bevorstehenden Sterbens (*ars moriendi*) wurden als die beiden Kehrseiten ein und derselben Medaille verstanden. Das eine ist ohne das andere nicht zu haben. Für CICERO ist darum „das ganze Leben

---

<sup>1</sup> Vgl. z.B. *Sterben in Würde; Das eigene Sterben*; KNELLWOLF/RÜEGGER, *Leiden und Sterben*.

<sup>2</sup> *Sein und Zeit*, §§ 52f.

<sup>3</sup> *Gesundheitswahn*, 52.

der Philosophen ein ständiges Nachdenken über den Tod.“<sup>4</sup> Und für MICHEL DE MONTAIGNE, den Philosophen des 16. Jahrhunderts, stand fest, dass Philosophieren soviel bedeutet wie sterben lernen,<sup>5</sup> eine Perspektive, die dann auch wieder im Existenzialismus des 20. Jahrhunderts eine wichtige Rolle spielte.

Wenn auch die biblische Tradition keine eigentliche Praxis des Todesgedenkens kennt, so entwickelte sich doch auch in der Kirche und Theologie seit der Zeit der Kirchenväter eine Spiritualität der *ars (bene) moriendi* – gespiesen aus Einsichten der Bibel und der zeitgenössischen Philosophie. Gerade im Mönchtum wurde sie ernsthaft gepflegt. Und im ausgehenden Mittelalter entwickelte sich diese *ars moriendi* zu einer breiten volkstümlichen Literaturgattung. Einem Grossteil dieser Schriften ging es darum, Sterbende anzuleiten, wie sie den mit dem physischen Sterben verbundenen inneren Prozess geistlich heilsam bestehen konnten. Das war Anleitung zu einem guten Sterben im engeren Sinn des Begriffs. Abgesehen davon, dass die konkreten Vorstellungen, die mit jenem Verständnis eines guten, Gott wohlgefälligen Sterbens verbunden waren, ganz der Welt (und den Ängsten!) des Mittelalters verbunden waren und für uns heute nicht mehr massgebend sein können, liegt mir ohnehin mehr an einer Kultur des Todesgedenkens im weiteren Sinn: also an einer Haltung, die sich mitten im Leben der Endlichkeit und Sterblichkeit bewusst wird, um daraus Anregung zu gewinnen, das Leben im Hier und Jetzt sinnvoll zu führen. Etwa im Sinn der Bitte in Ps 90,12: „Herr, lehre uns, unsere Tage zu zählen, damit wir ein weises Herz gewinnen.“ Das Bewusstsein der Endlichkeit, der begrenzten Frist, die uns im Leben noch vergönnt ist, soll demnach zu einer weisen, d.h. lebensförderlichen, dem Gelingen des Lebens dienenden Haltung führen; einer Haltung, die uns weniger oberflächlich, dafür wesentlicher und achtsamer leben und uns am Leben satt werden lässt, so dass wir nicht immer nach noch mehr verlangen müssen, sondern zu gegebener Zeit vielleicht einmal „alt und lebenssatt“ sterben können, wie es das Alte Testament von den grossen Patriarchen Israels erzählt (etwa Gen 25,8 im Blick auf Abraham und 1Chr 23,1 im Blick auf David).

Ich habe im Wiederentdecken dieser Tradition der *ars moriendi* im weiteren Sinn einer das ganze Leben bestimmenden Spiritualität des *memento mori* eine befreiende Perspektive gefunden, die das Leben reich und kostbar werden lässt. Denn im Vorausblick auf das eigene Ende wird manches relativiert, anderes – oft Unscheinbares! - umso wichtiger, man wird etwas

---

<sup>4</sup> *Gespräche*, 32f.

<sup>5</sup> *Essais*, 124 (Buch I, Kapitel 19).

bescheidener und lernt zugleich die alltäglichen Freuden des irdischen Lebens intensiv und dankbar zu geniessen. Es ist mir jedenfalls zu einer tiefen Gewissheit geworden, dass „das Leben tiefer (wird), die Existenz sich gewisser angesichts des Todes.“<sup>6</sup>

Ich kann heute nachvollziehen, warum der mit 35 Jahren früh verstorbene WOLFGANG AMADEUS MOZART eine solche Spiritualität des *memento mori* als „Schlüssel zu unserer wahren Glückseligkeit“ bezeichnet hat. Viereinhalb Jahre vor seinem Tod schrieb er seinem Vater: „Ich lege mich nie zu Bette ohne zu bedenken, dass ich vielleicht (so jung als ich bin) den andern Tag nicht mehr sein werde.“<sup>7</sup>

Eine solche Haltung zum Leben und Sterben, eine solche *ars vivendi et moriendi*, will eingeübt sein, soll sie denn tatsächlich als befreiende Perspektive erfahrbar werden. Als blosser theoretischer Einsicht bewirkt sie wenig, wie alle Glaubenssätze wenig bewirken, die nicht Teil einer persönlichen Spiritualität werden. In der christlichen Tradition gibt es viele Abendgebete und Abendlieder, die an die Analogie zwischen dem Sich-zu-Bette-Legen und dem eigenen Sterben erinnern. Ich denke etwa an das bekannte Abendlied von PAUL GERHARDT „Nun ruhen alle Wälder“, in dem es heisst: „Nun geht, ihr matten Glieder, / geht hin und legt euch nieder, / der Betten ihr begehrt. / Es kommen Stund und Zeiten, / da man euch wird bereiten / zur Ruh ein Bettlein in der Erd.“<sup>8</sup> Nicht umsonst gelten schon im ältesten Zeugnis epischer Dichtung des Abendlands, in HOMERS Ilias, *hypnos* (Schlaf) und *thanatos* (Tod) als Söhne der *nyx* (Nacht) und damit als Brüderpaar!

Meine Frau und ich haben uns seit einigen Jahren angewöhnt, ganz in MOZARTS Sinn vor dem Einschlafen ein altes Abendgebet zu sprechen, das mit dem Ausblick auf Tod und Vollendung schliesst. Für uns ist es eine gute Erfahrung geworden, den Tag in der Haltung des *memento mori* zu beschliessen und so bereit zu werden für den Schlaf und das, was auf ihn folgen mag – und sei es das eigene Ende.<sup>9</sup>

---

<sup>6</sup> JASPERS, *Philosophie II*, 227.

<sup>7</sup> *Briefe*, 332.

<sup>8</sup> *Gesangbuch*, Nr. 594.

<sup>9</sup> Für weitere Anregungen zu konkreten Möglichkeiten einer Spiritualität des *memento mori* vgl. RÜEGGER, *Das eigene Sterben*, 58-113.

### 3. Das problematische Todesverständnis der christlichen Lehrtradition

Neben diesem positiven Erbe der Tradition kann ich allerdings nicht verhehlen, dass mir der christliche Glaube in seiner herkömmlichen Lehrgestalt auch Hypotheken für einen guten Umgang mit dem eigenen Sterben zu vermitteln scheint. Ich sehe sie vor allem darin, dass die offizielle kirchliche Lehrtradition quer durch alle Konfessionen hindurch ihr Verständnis des Todes bzw. der menschlichen Sterblichkeit im Wesentlichen auf nur gerade zwei paulinische Aussagen stützte: zum einen die, der Tod sei dem Menschen von Gott nicht ursprünglich zgedacht gewesen, sondern erst im Nachhinein als Strafe für die Versündigung Adams über die Menschen verhängt worden (Rö 5,12; 6,23) und deswegen „das schlechthin Nichtseinsollende“;<sup>10</sup> zum andern die, der Tod sei der letzte Feind des Menschen (1Kor 15,26). Dass diese einseitig negativ gefärbte Sicht des Todes in weitgehender ökumenischer Übereinstimmung bis heute als *das* christliche Verständnis gilt, scheint mir verhängnisvoll. Es verdrängt eine Fülle anders gearteter, positiver gefärbter biblischer Todesvorstellungen, die das Zugehen von Christen auf ihr eigenes Sterben sehr viel leichter machen könnten: die Vorstellung etwa, dass der Mensch (hebr. *adam*) schon im Anfang aus Ackererde (hebr. *adamah*) geschaffen wurde und als endliches Wesen dazu bestimmt ist, wieder zur Erde zu werden (Gen 2,7; 3,19); oder die Vorstellung, im Sterben gehe der Mensch in unauflösbarem Eingebundensein in das Ganze der Schöpfung „den Weg aller Welt“ (1Kö 2,2; Koh 3,19f.); oder das Bild aus Hi 5,26, dass der Mensch hochbetagt ins Grab geht wie man in der Ernte vollreife Garben in die Scheune einbringt; oder – um eine sprichwörtlich gewordene Redewendung der hebräischen Bibel aufzugreifen – die Vorstellung, der Mensch könne in einem langen Leben seinen Lebenshunger stillen und dann „alt und lebenssatt“ sterben (Gen 25,8; 35,29; 1Chr 23,1; 2Chr 24,15; Hi 42,17). All diese positiv konnotierten biblischen Todesvorstellungen konnten sich in der theologischen Lehrbildung gegenüber den beiden genannten, fundamental negativen Aussagen des Paulus über den Tod leider nicht durchsetzen. Nach klassischer christlicher Lehre gilt: „De facto ist der Tod widernatürlich. De facto ist er ein Fluch.“<sup>11</sup>

Es ist erstaunlich, dass selbst im Protestantismus, in dem es kaum ein zentrales dogmatisches Lehrstück gibt, das nicht schon heftig kritisiert und in Frage gestellt worden wäre, dieses negative Todesverständnis bisher so unkritisch weiter tradiert wurde. Man kann GOTTHOLD EPHRAIM LESSING

---

<sup>10</sup> WEBER, *Dogmatik*, 692, 694.

<sup>11</sup> JÜNGEL, *Tod*, 94.

die Berechtigung seiner Behauptung kaum absprechen, „dass diejenige Religion, welche dem Menschen zuerst entdeckte, dass auch der natürliche Tod die Frucht und der Sold der Sünde sei, die Schrecken des Todes unendlich vermehren musste.“<sup>12</sup> Tod und Sterben sind in der christlichen Lehrtradition theologisch, spirituell und existenziell in einem ganz fundamentalen Sinne negativ bestimmt. Man kann sie allenfalls hinnehmen, sich ihnen unterwerfen, wie man sich zähneknirschend einem Feind unterwirft, den zu besiegen man die Kraft nicht hat. Aber letztlich kann man sie nur ablehnen. Eine positive Einstellung ihnen gegenüber zu entwickeln, ist unmöglich. Und es ist zweifelhaft, ob die christliche Auferstehungshoffnung genügend Gewicht besitzt, um diese in sehr düsterem Ton gehaltene Einstellung zum Sterben so weit aufzuhellen, dass Menschen ermutigt werden, in einer gestrosten, ja lebensförderlichen Haltung auf das eigenen Sterben zuzugehen.

Zudem scheint mir einiges dafür zu sprechen, dass diese negative Einstellung zu Sterben und Tod im abendländischen Christentum mit dazu geführt hat, dass die in diesem Kulturraum entstandene moderne wissenschaftliche Schulmedizin den Tod auf weite Strecken auch nur als mit allen Mitteln zu bekämpfenden Erzfeind wahrgenommen hat<sup>13</sup> und sich auch heute noch nicht immer leicht tut mit der Aufgabe, das Zulassen des Sterbens, ja das Ermöglichen eines möglichst friedlichen Sterbens als etwas anzuerkennen, das genauso wie das Verhindern eines vorzeitigen Todes zu ihren zentralen Aufgaben gehört.

Für mich gehört es jedenfalls zu den dringlichen Aufgaben, diese traditionelle Lehrgestalt des christlichen Glaubens zu kritisieren und von den oben angedeuteten positiveren biblischen Deutungen des Todes her zu überwinden. Einer, der das in jüngster Zeit auf hilfreiche Weise unternommen hat, ist KLAUS-PETER JÖRNS. Er zeigt auf, wie die Rede vom Tod als Strafe für die Sünde nicht nur „eine fatale Sicht unserer Sterblichkeit,“ sondern „zugleich ein höchst problematisches Gottesverständnis“ verbreitet.<sup>14</sup> Demgegenüber plädiert er für ein Einüben des Umgangs mit der eigenen Sterblichkeit „bis wir gelernt haben, dass die Kunst zu leben in die Kunst zu sterben, die *ars moriendi*, führt. Der Tod ist ein Tor, weil er der Abschluss der grossen Transformation (1. Kor 15,52b) auf der uns erkenn-

---

<sup>12</sup> *Wie die Alten*, 778.

<sup>13</sup> FRANK NAGER spricht davon, dass der Tod „von Berufs wegen unser Feind ist, um nicht zu sagen – unser Todfeind. Vor allem in *modernen Spitalzentren*, die so inbrünstig auf Heilung von Krankheit und auf Verlängerung des Lebens eingeschworen sind, ist der Tod ein Scandalon“ (*Gesundheit*, 61).

<sup>14</sup> *Abschiede*, 275.

baren Seite ist und zugleich eine Öffnung darstellt, durch die wir hindurchgehen.“<sup>15</sup>

#### 4. Quellen der Hoffnung

Welche Vorstellungen sind es denn nun, die mich im Zuleben auf das Sterben und den Tod hin wirklich trösten und ermutigen, so dass die Ermutigung nicht nur ein theologisches Postulat ist, sondern mich tatsächlich auf einer existenziellen Ebene berührt und trägt? Es sind wohl drei Vorstellungen, die mich wirklich berühren: im theologischen Fachjargon gesprochen eine schöpfungstheologische, eine soteriologische und eine im strengen Sinne theo-logische Vorstellung.

Unter *schöpfungstheologischem* Gesichtspunkt finde ich hilfreich, dass gleich die ersten Seiten der Bibel den Menschen als Adam, als vergänglichen „Erdling“ beschreiben, der aus Ackererde (*adamah*) gebildet ist und – wie es sein Name schon andeutet – wieder zur Erde werden wird. Erdling zu sein neben allen anderen Geschöpfen auf Erden, die auch Erdlinge sind (Koh 3,19f), und deshalb irgendwann einmal den „Weg aller Welt“ (1Kö 2,2) zu gehen, das ist eine Berufung, die einen an der solidarischen Schicksalsgemeinschaft der ganzen Welt teilhaben lässt, am ewigen Kreislauf des Werdens und Vergehens, der uns im Vegetationszyklus der Natur jedes Jahr wieder vor Augen geführt wird. In der Gemeinschaft alles Lebendigen an diesem Kreislauf teilhaben zu dürfen, das ist für mich an und für sich schon ein wunderbarer, ein überaus tröstlicher Gedanke – selbst wenn es keine Auferstehung über den Tod hinaus geben würde. Ich teile darum mit vielen – auch nichtreligiösen – Menschen die elementare Erfahrung, dass einen intensive Naturerlebnisse, z.B. auf einer Wanderung im Gebirge, oder in einem sich verfärbenden Laubwald im Herbst, oder an einem Meeresstrand mit tiefer Zuversicht und einem Gefühl des Aufgehobenseins inmitten alles Vergänglichen erfüllen können.

Unter dem *soteriologischen* Gesichtspunkt dessen, was man traditionellerweise ‚Erlösung‘ nannte, ist mir der oben bereits von JÖRNS genannte Aspekt der Verwandlung besonders einleuchtend. Er stellt für mich eine Hoffnung dar, die mir in hohem Masse plausibel erscheint. Paulus spricht in 1Kor 15,52 von der Auferstehung als von einem Verwandeltwerden und deutet dies in 2Kor 5,4 so, dass in diesem Verwandlungsprozess „das Sterbliche vom Leben verschlungen wird.“ Sterben bedeutet von daher nicht einfach das Verschlungenwerden des Lebens durch den Tod, was es irdisch

---

<sup>15</sup> Ebd., 284.

gesehen gewiss auch ist, sondern auf einer existenziell-spirituellen Ebene genau das Gegenteil: das Leben in der Qualität des ‚ewigen Lebens‘ wird das Sterbliche absorbieren. Sterbend sollen wir in ein Leben verwandelt werden, von dem unser irdisches Leben erst ein schwacher Abglanz ist. Diese Perspektive fasziniert mich tief und erfüllt mich mit grosser Hoffnung im Blick auf mein eigenes Sterben und den im bevorstehenden Tod erwarteten Verwandlungsprozess. Diese Hoffnung lässt mich jetzt schon mit einer gewissen Spannung und Neugier dem entgegen leben, was mich im Transformationsprozess von Sterben und Tod erwarten wird – wohl wissend, dass es sich dabei, wie Paulus sagt, um ein Geheimnis handelt (1Kor 15,51), das sich jedem Versuch einer inhaltlichen Festschreibung entzieht.

Unter dem im strengen Sinne *theo-logischen* Gesichtspunkt, also im Blick auf mein Gottesverständnis, finde ich eine Quelle der Ermutigung in dem Vertrauen, dass Gott mir zugewandte, verlässliche Liebe ist – Liebe, von der mich weder Tod noch Leben, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges, weder Hohes noch Tiefes, kurz: gar nichts zu trennen vermag (Rö 8,38f.). Oder in den räumlichen Kategorien von Ps 139,8-12 ausgedrückt: Wohin auch immer ich existenziell geraten mag, ich vertraue darauf, dass Gott dort als mir liebevoll zugewandtes Gegenüber da sein wird – im Himmel wie im Totenreich, zuhause wie an fremden Orten, in der Finsternis wie im hellen Licht. Darauf vertraue ich jetzt schon, mitten im Leben. Darauf hoffe ich vertrauen zu können, wenn es einmal ans Sterben geht. Mehr brauche ich nicht.

## **5. Menschenwürdiges Sterben zwischen Schicksal und Machsals**

Es ist nicht zu übersehen, dass sich der Kontext des Sterbens und die menschlichen Möglichkeiten, dabei zu intervenieren, in den letzten hundert Jahren markant verändert haben. Erlebten Menschen das Sterben früher meist als Geschick, das es zu akzeptieren galt und in das man sich zu schicken hatte, erleben wir heute lebensgefährliche Erkrankungen primär als Situationen, in denen medizinische Hilfe gefordert und alles Mögliche unternommen wird, um den Tod zu verhindern. Das hat dazu geführt, dass angesichts der heute zur Verfügung stehenden medizinischen Möglichkeiten der Lebensverlängerung eine Gegenbewegung eingesetzt hat, die mit grossem Pathos das ‚Recht auf den eigenen Tod‘ oder das Recht auf ein ‚selbstbestimmtes Sterben‘ einfordert. Dieser Trend geht oft sogar so weit, dass ein ‚mensenwürdiges Sterben‘ eben gerade darin gesehen wird, dass es selbstbestimmt vollzogen wird. Was früher als Widerfahrnis des Schicksals galt, wird unter den Bedingungen der Gegenwart zunehmend zu einem



selbst zu verantwortenden ‚Machsals‘, wie es ODO MARQUARD als charakteristisch für den Weg der nachaufklärerischen Moderne beschrieben hat.<sup>16</sup>

Mir liegt viel an der Möglichkeit und an dem mir aufgrund der Menschenwürde zustehenden Anspruch, selbst über mein Leben zu bestimmen. Das gilt auch für das Sterben als den abschliessenden Prozess meines Lebens. Sollte ich dabei die Fähigkeit verlieren, selbst für mich zu entscheiden, hoffe ich, dass sich die stellvertretend für mich Entscheidenden aus meinem privaten Umfeld und aus dem Kreis der mich medizinisch-pflegerisch Betreuenden ernsthaft bemühen, meinen mutmasslichen Willen zu eruieren und dass sie ihm Folge leisten. Vor allem liegt mir daran, alle möglichen Vorkehrungen zu treffen, um mein Leben dann beschliessen zu können, wenn mir die Zeit dafür gekommen zu sein scheint, und nicht durch das Verfügen von Fremden zum Objekt unerwünschter Lebensverlängerung gemacht zu werden. In den vergangenen 57 Jahren habe ich ein – im menschheitsgeschichtlichen und weltweiten Massstab gemessen – unerhört gutes, reiches und spannendes Leben führen können. Das Schicksal war mir gut gesonnen und gab mir ein reiches Mass an Möglichkeiten zur Lebensättigung. Meine Befürchtungen gehen darum eher dahin, dass mich mein Umfeld nur ja nicht zu lange künstlich am Leben erhält und mein Eintreten in den im Sterben erwarteten Prozess der Verwandlung verunmöglicht. Die entgegengesetzte Angst, man könnte mich zu früh sterben lassen, liegt mir fern. Sollten andere für mich über Leben oder Tod entscheiden müssen, wäre meine Maxime deshalb klar: im Zweifelsfalle mich lieber sterben lassen! Denn der Tod ist für mich kein Feind, er ist nicht einfach das ‚Aus!‘, sondern der Durchgang in eine Dimension von Wirklichkeit und Wahrheit, der ich erwartungsvoll entgegen lebe.

Ob mein Sterben einmal menschenwürdig sein wird, hängt allerdings nicht davon ab, wieweit ich seinen Verlauf und Zeitpunkt bis ins Letzte selbst bestimmen kann. Ich teile vielmehr die Meinung von GUNDA SCHNEIDER-FLUME: „Die Beziehungen, in denen es geschieht, entscheiden über das Sterben. Nicht Sterben an sich ist menschenunwürdig [...] Aber ohne Beistand, allein und verlassen zu sterben, das macht Sterben menschenunwürdig und trostlos.“<sup>17</sup> Darum wünsche ich mir als wichtigste Form der Hilfe zu einem guten Sterben verständnisvolle Menschen, die mich begleiten, die den Tod nicht bekämpfen oder verdrängen, sondern bereit sind, sich mit Empathie auf mein Sterben einzulassen. Und natürlich wünsche ich mir dabei eine fachlich gute Palliation bis hin zur Möglichkeit, bei

---

<sup>16</sup> *Ende des Schicksals*, 67.

<sup>17</sup> *Alter*, 132.

anders nicht auf ein ertragbares Mass zu lindernden Schmerzen mein Sterben durch eine entsprechende Sedierung zu erleichtern.

## 6. Das Leben beenden als Fragment

Es gibt die Vorstellung, das Leben müsse sich im Alter bzw. im Sterben zu einem vollen Ganzen runden und so gleich einem vollendeten Kunstwerk zum reifen Abschluss kommen. Ich halte diese Vorstellung für nicht sehr hilfreich, denke vielmehr, dass sie in den meisten Fällen ein unrealistisches Idealbild darstellt, das all diejenigen unter Druck setzt, die ihr Sterben nicht als letzte Abrundung eines sich vollendenden Ganzen erfahren. Menschliches Leben bleibt grundsätzlich unvollendet, unabgeschlossen – und darf es auch bleiben!

Mir ist darum auch im Blick auf das eigene Sterben hilfreich und ermutigend, was DIETRICH BONHOEFFER im Blick auf den fragmentarischen Charakter des Lebens sagt:

Unsere geistige Existenz bleibt ein Torso. Es kommt wohl nur darauf an, ob man dem Fragment unsres Lebens noch ansieht, wie das Ganze eigentlich angelegt und gedacht war und aus welchem Material es besteht. Es gibt schliesslich Fragmente, [...] die bedeutsam sind auf Jahrhunderte hinaus, weil ihre Vollendung nur eine göttliche Sache sein kann [...] Wenn unser Leben auch nur ein entferntester Abglanz eines solchen Fragmentes ist, in dem wenigstens eine kurze Zeit lang die sich immer stärker häufenden, verschiedenen Themata zusammenstimmen und in dem der grosse Kontrapunkt vom Anfang bis zum Ende durchgehalten wird, so dass schliesslich nach dem Abbruch höchstens noch der Choral: „Vor Deinen Thron tret' ich allhier“ intoniert werden kann, dann wollen wir uns auch über unser fragmentarisches Leben nicht beklagen, sondern daran sogar froh werden.<sup>18</sup>

Diese Einsicht gehört für mich zentral zu jeder evangelisch zu nennenden Spiritualität des *memento mori*. Unser Mass ist das Imperfectum, nicht das Perfectum. Darin, dass dies so sein darf, ist die Zuversicht des Glaubens etwas zutiefst Humanes und Humanisierendes, das schon mitten im Leben dazu anleitet, das Unvollkommene zu würdigen und in ihm den Vorschein einer Vollendung zu erkennen, die nicht mehr unsere Sache zu sein braucht, sondern die uns durch die Transformation von Sterben und Tod hindurch in Aussicht gestellt ist.

---

<sup>18</sup> *Widerstand und Ergebung*, 336.

### Literaturverzeichnis

- BONHOEFFER DIETRICH: *Widerstand und Ergebung*. Briefe und Aufzeichnungen aus der Haft (Dietrich Bonhoeffer Werke, Bd. 8), München 1998.
- CICERO MARCUS TULLIUS: *Gespräche in Tusculum*, in: J. Laager (Hg.), *Ars moriendi. Die Kunst, gut zu leben und gut zu sterben. Texte von Cicero bis Luther*, Zürich 1996, 31-43.
- Gesangbuch* der Evangelisch-reformierten Kirchen der deutschsprachigen Schweiz, Basel 1998.
- HEIDEGGER MARTIN: *Sein und Zeit*, Tübingen <sup>18</sup>2001.
- JASPERS KARL: *Philosophie II: Existenzerhellung*, Berlin <sup>4</sup>1973.
- JÖRNS KLAUS-PETER: *Notwendige Abschiede. Auf dem Weg zu einem glaubwürdigen Christentum*, Gütersloh <sup>3</sup>2004.
- JÜNGEL EBERHARD: *Tod* (GTB Siebenstern, Bd. 1295), Gütersloh <sup>5</sup>1993.
- KNELLWOLF ULRICH / RÜEGGER HEINZ: *In Leiden und Sterben begleiten. Kleine Geschichten – Ethische Impulse*, Zürich <sup>2</sup>2005.
- LESSING GOTTHOLD EPHRAIM: *Wie die Alten den Tod gebildet: eine Untersuchung*, in: ders., *Werke 1767–1769* (Gotthold Ephraim Lessing Werke und Briefe in zwölf Bänden, Bd. 6), Frankfurt a.M. 1985, 715–778.
- LÜTZ MANFRED: *Vom Gesundheitswahn zur Lebenslust*, in: S.J. Lederhilger (Hg.), *Gott, Glück und Gesundheit. Erwartungen an ein gelungenes Leben* (Linzer Philosophisch-Theologische Beiträge, Bd. 11), Bern 2005, 32-54.
- MARQUARD ODO: *Ende des Schicksals? Einige Bemerkungen über die Unvermeidlichkeit des Unverfügbaren*, in: ders., *Abschied vom Prinzipiellen. Philosophische Studien* (Reclam Universal-Bibliothek, Bd. 7724), Stuttgart 1981, 67-90.
- DE MONTAIGNE MICHEL: *Essais* (Classiques Modernes/La Pochothèque), o.O. 2001.
- MOZART WOLFGANG AMADEUS: *Briefe*, Zürich 1948.
- NAGER FRANK: *Gesundheit, Krankheit, Heilung, Tod. Betrachtungen eines Arztes*, Luzern <sup>3</sup>1998.
- RÜEGGER HEINZ: *Sterben in Würde? Nachdenken über ein differenziertes Würdeverständnis*, Zürich <sup>2</sup>2004.

—: *Das eigene Sterben*. Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst, Göttingen 2006.

SCHNEIDER-FLUME GUNDA: *Alter – Schicksal oder Gnade?* Theologische Überlegungen zum demographischen Wandel und zum Alter(n), Göttingen 2008.

WEBER OTTO: *Grundlagen der Dogmatik*. Erster Band, Neukirchen-Vluyn<sup>6</sup>1983.

---

HEINZ RÜEGGER, geboren 1953, Dr. theol. MAE, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut Neumünster, CH-Zollikerberg, und Heimseelsorger. Forschungsschwerpunkte: Sterben, Ars moriendi, gerontologische Ethik, Anti-Aging, Lebenskunst des Alterns. Neuere Veröffentlichungen: *Sterben in Würde?* (<sup>2</sup>2004); *Das eigene Sterben* (2006); *Alter(n) als Herausforderung* (2009). Anschrift: Institut Neumünster, Neuweg 12, CH-8125 Zollikerberg; E-Mail: [heinz.rueegger@institut-neumuenster.ch](mailto:heinz.rueegger@institut-neumuenster.ch)