

## Einleitung

Jedes Jahr feiern wir unseren Geburtstag. Warum eigentlich? Die meisten gewohnheitsmäßig, andere der Geschenke halber und wieder andere, weil sie sich gerne amüsieren. Mit Freude nehmen wir Glückwünsche entgegen, weil sie uns guttun und der eigenen Existenz ein wenig Bedeutsamkeit verleihen. Sogar bei genügsamen Zeitgenossen wächst mit der Anzahl der geschüttelten Hände, der Telefonanrufe, SMS, Mails und Postkarten das Selbstwertgefühl, obwohl sich die Glückwünsche doch fast alle gleichen.

Allerdings spielt es fast keine Rolle, ob das Gewünschte ehrlich geäußert wird. Dass es oft gar nicht so wörtlich gemeint ist, darauf sollte man vorbereitet sein. Jedenfalls fühlen sich nüchterne Zeitgenossen von überschwänglichen Glückwünschen nicht betrogen. In wissentlicher Selbsttäuschung nehmen sie die herzlichen Worte freundlich entgegen. Offenbar ist das menschliche Glücksverlangen so groß, dass fast jede Unterstützung begrüßt wird, selbst wenn sie aus ein paar abgedroschenen Floskeln besteht, solange sie nur die Lebensfreude zu heben vermag.

Jedoch ist damit keineswegs erklärt, warum sich Menschen überhaupt zum Geburtstag gratulieren. Genauer betrachtet ist die feierliche Begehung eines solchen Tages doch nur dann sinnvoll, wenn es wünschenswert wäre, bald zu sterben. Wer zu dieser Auffassung neigt, der darf sich über jeden Geburtstag freuen. Denn mit jedem neuen Lebensjahr rückt man dem ersehnten Tod ein Stück näher. Hängt man aber am Leben, so ist es widersinnig, das Älterwerden zu feiern. Tatsächlich wird wohl nur in Ausnahmefällen ein Geburtstag aus diesem Grund festlich begangen. Trotzdem ist es richtig, dass Geburtstagsparties mit dem Tod zusammenhängen.

So banal es klingt: Der Tod ist eingenäht in das Leben. Geradezu gespenstisch mutet die Vorstellung an, dass man Jahr für Jahr genau an dem Tag, der Stunde, Minute und Sekunde vorbeikommt, an denen man in absehbarer Zeit – ob in 12, 23 oder 34 Jahren – dahingerafft wird. Die Unheimlichkeit nimmt noch zu, wenn man jetzt – das heißt in dem Augenblick, an dem man in genau 12, 23 oder 34 Jahren aus der Welt scheiden muss – sich langweilt oder ärgert. Vielleicht regt man sich gerade über Kleinigkeiten auf, putzt mürrisch die Wohnung, streitet mit dem Mitarbeiter oder Partner. Unter Umständen wird man auf die Minute genau in zwei Jahren seinen letzten Seufzer ausstoßen. Sieht man in der gegenwärtigen Lebensminute den künftigen Todeszeitpunkt, so verlieren mit einem Schlag sogenannte Wichtigkeiten an Bedeutung. Man bekommt ein Gefühl für den Wert der Lebenszeit.

Um dieses Empfinden zu behalten, ist es möglicherweise sinnvoll, statt des Geburtstags seinen künftigen Todestag mit Freunden zu verbringen. Da dieses Datum glücklicherweise unbekannt ist, müsste es fiktiv festgelegt werden. Solch jährliche Zusammenkunft zum Gedenken an die eigene Endlichkeit wäre keineswegs eine Trauerfeier, in der makabre Todessehnsüchte gestillt würden. Im Gegenteil, die kleine Totenfeier wäre ein Fest des Lebens, auf dem die Einmaligkeit des eigenen Daseins begossen würde. Verständlicherweise möchte aber niemand schon zu Lebzeiten alljährlich seinen unbekanntem Todestag zelebrieren. Die meisten kauen lieber süße Zerstreungen, die ihnen den bitteren Geschmack der Endlichkeit ersparen. Daher feiern sie auch gerne ihren Geburtstag, der vom künftigen Todestag abzulenken scheint. Allerdings ist eine Geburtstagsfete, schaut man nur genauer hin, bereits eine verkappte Totenfeier, auf der sich das Leben selbst imponiert in Anbetracht seines erstaunlichen Erdendaseins. In letzter Beziehung 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 Jubilarin oder der Jubilar, die auch nicht oder schon nicht mehr sein könnten, dennoch und noch immer existieren. Eine Geburtstagsparty bringt unsere Freude zum Ausdruck, dass dieser Mensch überhaupt und noch immer unter uns weilt, obgleich er nicht und bereits nicht mehr leben müsste.

Menschliches Leben ist nämlich ausgesprochen unwahrscheinlich, äußerst zerbrechlich und stets gefährdet. Schon ein Anschwellen der Flüsse, das Abrutschen eines Berghangs, eine kleine Unachtsamkeit im Straßenverkehr können es beenden. Doch auch wer alle Gefahren umschiffet oder meistert, blickt irgendwann dem Sensenmann ins kalte Auge und muss ernüchtert feststellen: Es war verdammt kurz. Aber gerade darum möchten viele ihre Lesezeit nicht mit Gedanken über Sterben und Tod verbringen. Ist ihr Dasein auf helle Töne gestimmt, so werden sie erst recht fragen: Wozu soll es gut sein, sich mit dem Ende zu befassen? Der letzte Tag kommt schon früh genug. Wird der Tod nicht aus übertriebener Pietät und religiösem Aberglauben überschätzt? In der berühmten Comicserie *Peanuts* grübelt Charlie Brown: „Eines Tages werden wir alle sterben.“ Darauf Snoopy: „Ja, das stimmt. Aber an allen anderen Tagen nicht.“ Der Tod ist nur ein Tag im ganzen Leben, seine Bedeutung möglicherweise gering. Darum sollte man sich vielleicht lieber auf das Hier und Jetzt konzentrieren, anstatt sich zu sehr mit seinem Ende zu beschäftigen.

Hierauf entgegnete schon Seneca im 1. Jahrhundert: „Der Tod gehört zu den Dingen, die zwar nicht schlecht sind, aber dennoch das Aussehen eines Übels haben; die Liebe zu sich selbst und der Wille, weiterzuleben und sich zu bewahren, sind uns eingepflanzt, ebenso der Abscheu vor Auflösung, weil sie den Eindruck erweckt, uns viele Güter zu entreißen und uns aus der Fülle der Dinge, an die wir uns gewöhnt haben, hinwegzuführen. ... Naturgegeben ist uns außerdem die Furcht vor dem Dunkel, in das uns der Tod führen wird, wie man glaubt. Daher, auch wenn gleichgültig der Tod ist, ist er dennoch nichts, was leicht vernachlässigt werden kann.“<sup>41</sup>

In der heutigen Gesellschaft werden Sterben und Tod nicht mehr verdrängt. Es wird über Sterbehilfe, Hospiz, Palliativmedizin, Vorsorgevollmachten, Bestattungskultur und Ähnliches öffentlich diskutiert. Der Einzelne jedoch verdrängt seine Sterblichkeit nach wie vor. Hier von handelt der *Erste Hauptabschnitt*. In der säkularen Moderne behaupten viele Bürger, nur Angst vorm Sterben, aber keine Angst vor dem Tod zu haben. In diesem Punkt stimmen gläubige Menschen mit religiös gleichgültigen Zeitgenossen, Atheisten und Naturalisten überein. Für Letztere ist der Tod eine natürliche Tatsache, die niemand zu

fürchten braucht. Fest davon überzeugt, dass man sich an die eigene Vergänglichkeit gewöhnen könne, vertreten gottlose Naturalisten die Auffassung, dass sich jede Todesangst mit rationalen Reflexionen besiegen lasse. Gegen diese Position erhebt das Buch nachdrücklich Einspruch, ohne Zuflucht bei religiösen Tröstungen zu suchen und die Natürlichkeit des Todes zu bestreiten. Aber wie man Annette heißen kann, ohne deshalb nett zu sein, so kann der Tod natürlich und trotzdem schrecklich sein. Ein natürlicher Vorbote des Todes ist das Altern. Des- sen unerbittlicher Ernst liegt im allmählichen Verfall, der sich vielleicht verdrängen, beschönigen oder aufschieben, nicht aber aufhalten lässt. Doch obwohl alle zu wissen glauben, was ein Toter ist, erweist sich der Ausdruck als überaus komplex und mehrdeutig.

Die Freude über jede Vorsorgeuntersuchung ohne Befund manifestiert, wie sehr die Menschen den Tod verabscheuen und sich ein endloses Leben wünschen. Milliarden Menschen glauben hieran. Bis heute gewinnen die Weltreligionen den Sorgerechtsstreit um den Tod. Im *Zweiten Hauptabschnitt* stehen Nahtoderfahrungen, die Ideen der Wiedergeburt, Unsterblichkeit und Auferstehung auf dem Prüfstand. Obwohl für das heutige Leben ein starker Diesseitsbezug ohne genauere Vorstellungen vom Jenseits charakteristisch ist, glauben selbst kirchenferne Menschen häufig an etwas Diffuses. Alle Hoffnungen vom Leben nach dem Tod werden einer verständigen, fairen und zeitgemäßen Kritik unterzogen. Es bleiben verstörende Wahrheiten von trostloser Banalität übrig. Die Hoffnungen auf ein Jenseits oder eine Wiedergeburt entspringen einer überregten Fantasie. Ihre scheinbare Sachlichkeit verdeckt den haltlosen Unsinn, der sich dahinter verbirgt. „Das mit dem Himmel ist wie mit dem Weihnachtsmann. Das stimmt doch auch nicht! Warum lügen die Erwachsenen immer?“, fragt die todkranke Anna mit sieben Jahren.<sup>2</sup> Aber wo die Wahrheit schwer zu verkraften ist, dort lässt man sich gerne mal tröstliche Illusionen gefallen. Jedoch ist der Tod nicht die bloß abgekehrte, unerleuchtete Seite des Lebens. Die kühnen Spekulationen über Unsterblichkeit und Auferstehung beruhen auf einer intellektuellen Extravaganz, die bizarre Traumdelirien, Sehnsüchte und Ängste begrifflich fixiert. Nach dem Endspiel gibt es kein Nachspiel mehr. Nichts bleibt. Milliarden Gläubige irren. Zweifellos klingt eine solche Behauptung extrem überheblich. Doch welche An-

maßung ist größer: der fromme Glaube ans persönliche ewige Leben oder die freche Mutmaßung, dass es damit nichts ist? Ohne Aufschrei oder Verbitterung, aber ebensowenig mit olympischer Ruhe und kalt-schnäuziger Abgeklärtheit sehen wir die verheißungsvollen Farben des angebeteten Himmels ausbleichen. Alte Ruinen singen das wehmütige Lied von der Vergänglichkeit alles Menschlichen, dessen sterbliche Schönheit vor dem Hintergrund lebensfeindlicher Eisfächen, tobender Meere und kosmischer Weiten anrührend aufschwimmt.

Der Tod ist ungeheuerlich, unsere Rückkehr ins Nichts die größte Zumutung ans Leben, mit der sich viele nicht abfinden mögen. Darum gibt es Ersatz für individuelle Unsterblichkeit. Hiermit befasst sich der *Dritte Hauptabschnitt*. Während die einen darauf vertrauen, nach dem Tod in einer harmonischen All-Natur aufzugehen, setzen die anderen ihre ganze Hoffnung auf die modernen Wissenschaften, die den Tod mit technischen Mitteln vielleicht in absehbarer Zeit überwinden könnten. Abgesehen davon, dass diese Vorstellungen überaus naiv sind, bieten sie keineswegs einen gleichwertigen Ersatz für religiöse Unsterblichkeit. Sie sind kein Äquivalent hierfür, sondern lediglich ein Surrogat. Zur Veranschaulichung: *Tchibo* ist ein Äquivalent für *Eduscho*; beides ist Bohnenkaffee. *Lindes* oder *Caro* ist nur ein Surrogat für Bohnenkaffee. Ein Surrogat ist gegenüber dem, was es ersetzt, nicht gleichwertig, eben kein Äquivalent, sondern weniger wert oder anspruchsvoll. Es ist der zweit- oder drittbeste Stellvertreter. Im Folgenden wird gezeigt, dass die Ersatzformen für religiöse Unsterblichkeit weder über den Tod hinwegkommen noch hinwegtrösten, weil sie lediglich Surrogate sind.

Eine Alternative hierzu stellen alle Versuche dar, dem unausweichlichen Ende einen existenziellen Mehrwert zu entlocken, der uns mit ihm versöhnen soll. So sei es erstens gar nicht wünschenswert, endlos auf der Erde zu verweilen, weil dann das Leben schon bald jeden Sinn verlieren würde. Zweitens sensibilisiere gerade die Vergegenwärtigung der Endlichkeit für die Einzigartigkeit unseres Daseins und motiviere jeden zu einer bewussteren Lebensweise – gemäß dem Motto: Man lebt nur einmal. Drittens könne das Leben manchmal so grausam sein, dass man aus verständlichen Gründen den Tod dem Leben vorziehe. Alle drei Bemühungen, dem Tod ein besseres Image zu verschaffen, als ihm gewöhnlich zugebilligt wird, überzeugen bloß teilweise. Es ist kaum

möglich, ihn in ein günstiges Licht zu stellen und die latente oder manifeste Angst vor ihm zu vertreiben. Der Tod bleibt eine kalte Lektion. Zur Erklärung dieser unleugbaren Tatsache wird die Biologie zu Rate gezogen, in welcher sich der letzte Grund unserer grenzenlosen Todesangst ausmachen lässt.

Wie sehr wir am Leben hängen und nicht nur Angst vorm Sterben haben, sondern auch Angst vor dem Tod, dessen Aufschub die meisten erhoffen, macht der Verlauf tödlicher Krankheiten deutlich, dem sich das *Vierte Hauptkapitel* widmet. Wenn der Ernstfall eintritt und durch hoffnungslose Prognose der Tod zum Leben wird, dann ist der Alltag oft kaum noch zu meistern. Wie soll man ein Dasein ertragen, das eigentlich schon vorüber ist und sich nicht mehr vom Glanz schöner Versprechen blenden lässt? Hoffen und Bangen bestimmen nun den Takt der Zeit, in der nicht nur Wahrheiten, sondern auch Lügen ihre Berechtigung haben. Auffälligerweise entstanden in den letzten Jahren zahlreiche Bücher über persönliche Krankengeschichten, verfasst hauptsächlich von berühmten Künstlern und anderen Prominenten. Inhaltlich gleichen sich diese Publikationen alle. Warum treten so viele bekannte Persönlichkeiten mit ihrem traurigen Los an die breite Öffentlichkeit?

Eine intensive Beschäftigung mit dem Tod befriedigt niemals nur unsere theoretische Neugierde, sie besitzt insbesondere praktische Relevanz. Wie lässt sich mit dem Schmerz der Sterblichkeit leben, mit dem alle zurechtkommen müssen? Wie hält man es aus, demnächst endgültig zur „horizontalen Daseinsform“<sup>43</sup> überzugehen? Gibt es zur Bewältigung der Todesangst eine säkulare Notfallmedizin, durch die sie auf ein erträgliches Maß reduziert werden kann? Der Anteil von Menschen, die sich mit religiösen Werten identifizieren, ist in den letzten Jahrzehnten deutlich gesunken. Welche Auswirkungen hat die schwindende Nachfrage nach kirchlichen Trostangeboten auf die heutige Bestattungskultur? Diese befindet sich mitten in einem dramatischen Umbruch. Damit einhergehend wandelt sich auch die Trauerkultur von Grund auf. Im *Fünften Hauptabschnitt* geht es daher um Bestattungsmoden, Trauerarbeit und die Frage nach einem zeitgemäßen Geleitschutz auf dem Weg ins Nirgendwo.

Wenn man schon den Tod weder abstellen noch abbestellen kann, dann können vielleicht philosophische Weisheiten helfen, mit dem

Unausweichlichen zurande zu kommen. Doch wie sollen wir sterben lernen, wenn jeder der erste ist, der stirbt?<sup>4</sup> Zu sterben bedeutet nicht nur, das letzte Mal etwas zum ersten Male tun, sondern auch das letzte Mal etwas zum einzigen Male tun. Darum kann man das Sterben auch nicht trainieren. Trotzdem gibt es eine Menge säkularer Anleitungen und Trostschriften für Sterbliche und Hinterbliebene, die an ihrer Trauer manchmal zu zerbrechen drohen. Diese enthalten Ratschläge, Tröstungen und Übungen, die das Beste aus dem Tod zu machen versuchen. Doch so wertvoll solche sind, ihre Wirksamkeit ist begrenzt. Woran liegt das? Ohne eine den Empfehlungen angemessene Grundhaltung müssen sie vermutlich sogar wirkungslos bleiben. Doch wie sieht eine solche Grundhaltung aus? Mit deren Hilfe sollen sich die maßvollen Tröstungen leichter verinnerlichen und die dazugehörigen Anleitungen besser umsetzen lassen. Aber solange man des Lebens nicht müde ist, bleibt es selbst mit der gesuchten Grundhaltung schwierig, das eigene Ende anzunehmen. Denn objektiv gesehen ist der Tod zwar nicht mehr als nichts, subjektiv für jeden Einzelnen aber nicht weniger als alles. Deshalb läuft am Ende die Beschäftigung mit der eigenen Sterblichkeit auf ein Arrangement oder einen Kompromiss hinaus, der zwar nicht mit dem Tod versöhnt, aber im besten Sinne des Wortes menschlich ist. Das Individuum verschafft sich allergrößten Respekt vor dem eigenen Dasein durch das Geständnis seiner Vergänglichkeit. Wir verflüchtigen, atmen uns aus und schwinden unaufhaltsam dahin, heißt es in Rainer Rilkes *II. Duineser Elegie*. —

Aufs Ganze gesehen ist das vorliegende Buch eine zeitgemäße Aufklärungs- und Trostschrift mit hoher lebenspraktischer Relevanz.