

Loge In Labore Virtus im Or. v. Zürich

Meisterbauriss von Br. F. K. vom 30.11.2009

Euthelie, Die Kunst des schönen Sterbens

Einleitung

Es sei gleich gesagt: In diesem Bauriss geht es um ein sehr *kontroverses Thema* um die Freiheit zum Sterben in Würde, zu einem selbst gewählten Zeitpunkt. Ich kann nicht nur mit Zustimmung rechnen, auf Toleranz zähle ich gerne.

2008 habe ich einen Bauriss über die *praktische* Vorbereitung der Reise in den Ewigen Osten gehalten. Darin kommentierte ich Checklisten einerseits zur Vorbereitung des Ganges ins Alterheim, andererseits zur Erleichterung der administrativen Arbeit für unsere Hinterbliebenen. Er ist auch in dieser Sammlung von Baurissen zu finden unter dem Titel „Be Prepared“.

Diesmal (2009) beschäftige ich mich mit der spirituellen Seite der letzten Etappe unseres diesseitigen Daseins. Es geht um die geistige Vorbereitung unseres Ablebens, die auch einen durchaus konkreten, praktischen Aspekt hat.

Als Freimaurer befassen wir uns immer wieder mit dem Tod – im Allgemeinen und im Besonderen. Er ist uns gegenwärtig; in der Kammer des Stillen Nachdenkens, in unseren Ritualen, in unseren Gedanken. Einem Freimaurer ist der Tod kein unbekanntes Wesen.

Aber, Hand aufs Herz: Wie viele von uns haben sich nur mit dem Tod beschäftigt als einem Phänomen, das den *anderen* zustossen kann? Hier geht es darum, einen Anstoss zu geben, sich mit dem *eigenen* Tod zu beschäftigen, bzw. mit dessen Vorbereitung.

Mitten im Leben sind wir vom Tod umgeben. Wir alle kennen den Gemeinplatz. Akzeptieren wir ihn als Tatsache? Sind wir geistig-organisatorisch darauf vorbereitet?

Mitten im Leben können wir einen Unfalltod erleiden. Von dem soll hier nicht die Rede sein. Zwar sind auch hier gewisse Vorbereitungen angezeigt. Erstens: Führe ich mein Leben so, dass es plötzlich zu Ende sein könnte, oder bedrückt mich zuviel Unerledigtes? Zweitens: Habe ich die administrativen Vorkehrungen getroffen für den Fall, dass ich plötzlich nicht mehr da bin, für meinen Austritt aus dem Familien- und Berufsleben? (Siehe Bauriss „Be Prepared“.)

Es geht in diesem Bauriss um unsere geistige Vorbereitung auf unser langsames Erlöschen, mit dem Tod als Endpunkt. Sicher hat diese letzte Phase neben vielen Schmerzen körperlicher und seelischer Natur auch ihre schönen Seiten: Besuche von Angehörigen, z. B. Enkelkindern, Lektüre, Musik Hören, aber auch Naturerlebnisse in kleiner Form, z.B. die Betrachtung einer Blume oder des sich stetig wandelnden Himmels kurz: ein beschaulicheres Leben.

Aber einmal ist Schluss, unser Flämmchen erlischt. Soll dieses Erlöschen uns und unsere Angehörigen und Freunde unvorbereitet treffen? Soll unser Leben ein Ende finden im Koma, in Demenz, im Morphin-Delirium schmerzstillender Mittel? Sollen wir den „letzten“ Besuch unserer Angehörigen nicht mehr wahrnehmen? Sollen wir einfach abkratzen?

Mit dieser Frage möchte ich mich im Folgenden auseinandersetzen, d.h. mit einer Möglichkeit, so zu sterben, wie man - vielleicht - versucht hat zu leben, nämlich würdig.

Das Thema „Sterbehilfe“ ist momentan in den Medien ziemlich gut vertreten, umso mehr, als der Bundesrat die gegenwärtige Regelung erneuern (verbessern/verschärfen) will. Meist werden aber in kurzen Artikeln nur irgendwelche Teilaspekte behandelt. Ich möchte aber einen – notgedrungen unsharp - Gesamtüberblick vermitteln.

Den Anstoss zu diesen Überlegungen hat mir die Schrift eines amerikanischen Pharmakologen ungarischen Ursprungs namens László Bitó gegeben mit dem Titel „Die Kunst des schönen Sterbens“.

Als ich meinen Bauriss quasi fertig geschrieben hatte, kam mir ein weiteres Buch in die Hände, das meine Gedanken wunderbar ergänzt, vertieft und unterstreicht. Es heisst „Menschenwürdig Sterben“, geschrieben von Walter Jens und keinem Geringeren als den katholischen Theologen Hans Küng. Es erschien erstmals 1995. Eine Neuauflage in diesem Jahr trägt der Tatsache Rechnung, dass Walter Jens, wie Küng ein Tübinger Professor, seither in der Demenz versunken ist. Seine Frau schildert eindrücklich ihr Fühlen und Denken angesichts des geistigen Verdämmerns ihres Mannes.

Zurück zu Bitó. Die Menschheit, zumindest die der so genannt zivilisierten Länder, wird immer älter, nicht zuletzt „dank“ Fortschritten der modernen Medizin auf dem Gebiet der künstlichen Lebensverlängerung. Getreu ihrem hippokratischen Eid tun die Ärzte alles, Leben zu erhalten, auch um den Preis, dass das „Leben“ menschenunwürdig wird. Altersheime und Spitäler sind voll von „Fällen“, die dement oder gar bewusstlos dahinvegetieren.

Der emeritierte Professor der Columbia University plädiert deshalb für ein *Recht des Menschen, seinem Leben zu einem in Würde gewählten Zeitpunkt und nach gebührender Vorbereitung ein Ende zu setzen.*

Nun sind viele der Ansicht, der Mensch dürfe nicht über sein von Gott ver- und geliehenes Leben verfügen. Selbstmord ist ein Wort, Euthanasie ein anderes, Sterbehilfe ein drittes. Auch der Gesetzgeber mischt sich hier ein.

Bitó plädiert also für die Freiheit des Menschen, den Zeitpunkt seines Todes selbst zu wählen, d.h. vor der Phase der grossen Schmerzen und des Vegetierens. Er ist sich bewusst, dass die Verwirklichung dieses Grundsatzes weltweit ein langer und mühsamer Weg ist. Bitó erweist sich als sehr bibelfest. Sein Plädoyer, die Gesetze zu ändern, ist zwar stringent, dürfte aber allgemein (noch) wenig Widerhall finden. Eigenartigerweise ist die Entwicklung auf dem Gebiet der Beendigung von *ungeborenem Leben* weiter fortgeschritten. Die Schweiz hat übrigens, wie man vom Thema „Sterbetourismus“ her weiss, eine der liberalsten Gesetzgebungen bezüglich Sterbehilfe. Und den Freitod kann kein Gesetz verbieten – wenn auch die Ethik bezüglich des Vorgehens Grenzen setzt. Beispiel: sich vor einen Zug werfen.

Definition

Was ist nun Euthelie? Jede Abhandlung, die etwas auf sich hält, beginnt mit Definitionen, oft auch mit neu kreierten Begriffen. Dies ist nötig, damit wir alle wissen, wovon wir reden. Bitó nennt also den hier zu behandelnden Problembereich „Euthelie“, die Kunst des schönen Sterbens.

Das Wort „Euthelie“ ist ein Neologismus in Altgriechisch, erfunden von Lazlo Bitó, dem „Vater“ dieses Baurisses. Die genaue Etymologie ist nicht wichtig, Bitó fügt denn auch stets den neusprachlichen Begriff der „Kunst des schönen Sterbens“ bei, was mir aber zu lang erscheint. Ich verwende deshalb im Folgenden den Begriff „Euthelie“.

Auf eine Kurzform gebracht, besteht sie aus drei Elementen:

Euthelie, die Kunst des schönen Sterbens

- geistige Vorbereitung auf den Tod
- bewusstes Abschiednehmen von den Seinen
- autonom bestimmte Wahl des Todeszeitpunkts in Würde

Die Vorbereitung auf den Tod ist eine primär innerliche, geistige Arbeit. Untrennbar zur freien Wahl des Zeitpunkts des Todes in Würde gehört das bewusste Abschiednehmen von seinen Angehörigen. Der Freitod sollte in Absprache mit der Familie erfolgen. Ich weiss, das ist eine sehr schwer zu

erfüllende Forderung. Aber nur so erhält die ganze „Übung“ ihren Sinn. Es wird sehr schwer sein, seine Liebsten, die meist noch mitten im Leben stehen, davon zu überzeugen, dass Abschied genommen werden muss, dass der auf den Tod Zugehende das Recht auf Selbstbestimmung hat. Ist das Verständnis einmal da, eröffnen sich ungeahnte Gesprächsmöglichkeiten. Wie viel wertvoller ist ein solches Abschiednehmen als ein Wegsterben ohne die Gelegenheit, ungelöste Lebensfragen zu lösen, Fehler zuzugeben, Vergebung zu erhalten und zu leisten. Wie wichtig ist uns das Bild, das unsere Nachfahren von uns bewahren?

In diesem Zusammenhang ist kürzlich ein Buch erschienen mit dem Titel „Ausgang“. Der Autor Ueli Oswald beschäftigt sich darin mit dem „letzten Jahr mit meinem Vater“, so der Untertitel. Heinrich Oswald, der seinerzeit bekannte Schöpfer einer Militärreform, langjähriger Leiter des Ringier-Verlags und eine Zeitlang mein Chef, beschloss mit 90 Jahren, seinem Leben ein Ende zu setzen. Ein autonomer Entschluss, gefasst nicht etwa aus Lebensmüdigkeit, sondern aus Lebenssattheit, wie er betonte. Trotzdem, der körperliche Zerfall machte in den letzten Jahren auch nicht Halt vor dem einst mächtigen Medienzar mit noch im hohen Alter blendendem Auftreten. Die Schilderung durch seinen Sohn, etwa der unordentlichen Kleidung, ist sehr anrührend.

Zusammenfassend: Euthelie verkürzt den *Todeskampf*, nicht das Leben, im Gegensatz zum Suizid. Die Kunst des schönen Sterbens strebt ein „schönes“ Lebensende in Würde an. Es geht nicht allein um die Art und Weise, wie wir aus dem Leben scheiden (dafür kann eine Sterbehilfeorganisation engagiert werden), sondern darum, dass wir *uns* und unsere Nächsten auf unseren Tod vorbereiten.

Abgrenzungen

Wahrscheinlich schwirren nun Begriffe herum wie: Selbstmord, Selbsttötung, Suizid, Freitod, Euthanasie, Morphinspritzen, Pfliegerterror, Hippokratischer Eid, Dignitas, Exit usw. Es gilt also, einige Abgrenzungen vorzunehmen.

Selbstmord, *Suizid*, *Freitod* sind sinnverwandte Wörter. „Selbsttötung“ tönt weniger „verbrecherisch“ als Selbstmord. Suizid ist neutraler, Freitod noch etwas euphemistischer. Es stimmt, Euthelie ist ein frei gewählter Tod. Der wichtige Unterschied besteht darin, dass Suizide in der Regel ohne Rücksichtnahme auf Angehörige und weiteres soziales Umfeld verübt (!) werden, ja sie sollen in vielen Fällen die Hinterbliebenen „strafen“, z. B. dafür, dass diese die seelischen Leiden des „Täters“ nicht Ernst nahmen. Vor allem Suizid *versuche* sind meist verzweifelte Hilferufe. Euthelie ihrerseits nimmt auf die Hinterbliebenen Rücksicht.

Euthanasie ist bekanntlich ein sehr negativ besetzter Begriff. Ich brauche darauf nicht einzugehen. Euthanasie (griechisch „schöner Tod“) ist die *fremdbestimmte* Beendigung des Lebens, z. B. mittels Spritze durch den Willen

des Arztes. Euthelie ihrerseits ist *selbstbestimmt*, sie gründet auf dem freien Willen, dem Selbstbestimmungsrecht des Menschen.

Dignitas, Exit und andere *Sterbehilfeorganisationen* können bei der Euthelie Hilfe leisten. Trotz allen Negativschlagzeilen erfüllen sie m. E. eine wichtige Rolle in der Gesellschaft. Stichwort Selbstbestimmungsrecht. Auf die gesetzgeberischen Subtilitäten bezüglich der Beihilfe zur Selbsttötung möchte ich hier nicht eingehen. Es geht mir um Wichtigeres: Um des Menschen Freiheit zur Wahl des Todeszeitpunktes. Zunächst unter dem Aspekt des christlichen Glaubens.

Euthelie und christlicher Glaube

Es geht dabei primär um die Frage: Ist der Allmächtige allein der Herr über Leben und Tod oder hat der Mensch da mitzureden? Lange stand auch für mich fest: Du darfst das von Gott gegebene Leben nicht fortwerfen. „Der Herr hat's geben, der Herr hat's genommen, der Name des Herrn sei gelobt“. Ich beschäftigte mich nicht näher mit dem Problem; die Todesfälle in der engeren Familie gingen „glatt über die Bühne“ – mit oder ohne kurze Krankheit. Meine 90jährige Mutter verschied eines Abends ohne Todeskampf, nachdem sie Vater noch das Mittagessen gekocht hatte, mein 91jähriger Vater lag drei Tage im Spital, nachdem er der Pflegerin beim Eintritt gesagt hatte „jetz tuets es aber“.

Dann aber wurde ich mit schwierigeren Fällen konfrontiert, wenn auch nicht ganz aus der Nähe: Ein Verwandter kapitulierte nach jahrzehntelangem Kampf gegen die sich verschlechternden Folgen einer Kinderlähmung und verliess uns mit Hilfe von „Exit“. - Ein Bekannter war, weil unheilbar gelähmt, nicht mehr in der Lage, das erlösende Gift selber einzunehmen. Er versuchte sich durch Verdursten das Leben zu nehmen, doch die Schmerzen waren zu höllisch, so hungerte er sich in wochenlangem Kampf zu Tode. Euch allen sind sicher solche Fälle bekannt, nicht zuletzt auch die Stories in den Medien von teils jahrelang dahinvegetierenden Todkranken.

Verlangt der Allmächtige diese Opfer? Bitó setzt sich ausführlich mit den Lehren der Bibel in Sachen Leben und Tod auseinander. Einige seiner Gedanken seien im Folgenden genannt, vermischt mit eigenen, durch ihn angeregten Überlegungen.

Also: Gott hat uns das Leben gegeben, sicher nicht, dass wir es leichtfertig fortwerfen. Aber: Wir pfuschen dem Herrgott sicher nicht ins Handwerk, wenn wir eine Schmerztablette nehmen. Ja wir können im Extremfall gezwungen und berechtigt sein, aus Selbstschutzgründen das Leben eines anderen Gottesgeschöpfes zu beenden.

Oder: Gott hat unsere Wissenschaftler befähigt, lebensverlängernde Mittel und Methoden zu entwickeln. Andererseits hat uns sein unerschöpflicher

Ratschluss auch die Mittel gegeben, das Leben, das eigene oder das anderer, *zu verkürzen*. (Ja, in extremis kann man sich die Frage stellen: Ist Gott überhaupt Herr über Leben und Tod? Nach all den Kriegen, Seuchen und Katastrophen, die die Menschheitsgeschichte seit biblischen Zeiten begleiten. Da hat offensichtlich der Teufel seine Hand im Spiel. Ich will diesen Gedankengang nicht weiterführen.)

Ähnlich formuliert Bitó: Gott lässt zu, dass täglich ungezählte Menschen durch Feindeshand umkommen, warum sollte er etwas dagegen haben, wenn ein Mensch durch Freundeshand seinem Leben im Sinne der Menschenwürde ein Ende setzen will?

Gott hat uns unser Leben geschenkt. Nach allgemeiner Auffassung ist ein Geschenk nur ein solches, wenn der Beschenkte frei darüber verfügen kann. Und dazu hat uns Gott unseren freien Willen gegeben.

Gott bleibt aber Herr über den Tod, denn er hat uns sterblich gemacht. So sehr wir uns ans Leben klammern, irgendeinmal ist es zu Ende. Dem freien Willen sind Grenzen gesetzt, wie dem Gehirn, in dem er wohnt, das biologisch endlich ist.

Nebenbei gesagt ist dieses sich ans Leben klammern zutiefst egoistisch und damit unchristlich: Wir strapazieren unsere Pfleger über Gebühr, wir belasten das öffentliche Gesundheitswesen, wir zehren unser Vermögen auf, statt es zu vererben, wir muten unseren Angehörigen zu, zuzuschauen, wie wir geistig und/oder körperlich verfallen. Kann Gott wollen, dass wir unsere Menschenwürde verlieren? Denn, wenn wir nicht eines plötzlichen Todes sterben oder sanft hinüberschlummern, so ist uns ein längerer oder kürzerer Toteskampf gewiss.

Bitó widmet viele Dutzend Seiten seines Buches der Ergründung des göttlichen Willens in Sachen Sterben. Ich will Eure Geduld nicht überbeanspruchen, möchte Euch aber ans Herz legen, das Buch zu lesen. Es ist immer anregend und nie langweilig.

Und noch ein Gedanke: Der Mensch besteht aus Körper und Seele – beide müssen nicht gleichzeitig sterben! *Wenn unsere Seele unsterblich ist, kommt es dann darauf an, wie lange der Körper lebt?*

Hier ist auch der Ort, die Ansichten Hans Küngs zu zitieren, auf den ich persönlich grosse Stücke halte. Für Küng ist grundsätzlich klar: Sterbehilfe nicht an Gesunde, sondern nur an unheilbar Kranke. Nach diesem etwas einengenden (Apo)diktum ist er dann so liberal, wie wir es von ihm gewohnt sind. Ich zitiere sinngemäss ein paar Kernsätze: Das Leben ist Gottes Gabe, aber Gott will einen freien, verantwortlichen Partner. Mit der Freiheit hat Gott dem Menschen auch das Recht zur vollen Selbstbestimmung gegeben. -

Selbstbestimmung meint nicht Willkür, sondern Gewissensentscheidung. Der Untertitel seines Buches lautet denn auch: „Ein Plädoyer für Selbstverantwortung“. - Der Mensch hat ein Recht auf ein würdiges Sterben und Abschiednehmen. Das Recht auf Weiterleben ist keine Pflicht zum Weiterleben. Dazu möchte ich anmerken, dass das Recht, weiterzuleben, wie erwähnt, durch die Allmacht Gottes (oder der Natur) beschränkt ist.

Euthelie und Medizin

Lebensverlängernde Massnahmen haben einen oft übersehenen Nebeneffekt: Der dem Rachen des Todes entrissene Patient muss später einem zweiten Tod ins Auge schauen. (Vielleicht veranlasst ihn dies, sich mit der Euthelie zu befassen.)

Der Hippokratische Eid in Ehren, aber die Ärzte sollten die Verantwortung nicht scheuen, Herr über Leben *und* Tod zu sein – Gottes Prärogative wird dadurch nicht geschmälert. Auch Tiere sind Geschöpfe Gottes, ein Haustier schläfert man ohne weiters ein, um ihm Leiden zu ersparen.

Schliesslich hat jeder Mensch das nicht nur von Gott gewährte, sondern auch verfassungsmässig verbrieftete Recht zur Selbstbestimmung

Die grässliche Fratze des Todes

Wir Freimaurer beschäftigen uns immer wieder mit dem Tod. Er sollte uns vertraut sein. – Wir beobachten, wie sich Mitmenschen an das Leben klammern, allen Unzulänglichkeiten des Lebens, allen Schmerzen zum Trotz. Und uns selber, wenigstens die Älteren unter uns, befällt, besonders in schlaflosen Nächten, die Angst.

Angst wovor? Im Zusammenhang mit unserem Tod unterscheide ich vier Problemkreise, davon drei Ängste: 1. die Angst vor Demenz, 2. die Angst vor todbringenden Krankheiten und den damit verbundenen Schmerzen, 3. die Angst vor dem was nach dem Tode kommt. Dazu kommt 4. das Unbehagen, dass die eigene irdische Existenz einmal unausbleiblich zu Ende sein wird, dass wir endgültig von der Bildfläche verschwinden.

Gegen die Demenz sind wir weitgehend machtlos – wenn auch geistiges Training gewisse Resultate bringen mag. Was nach dem Tod kommt, ist eine Sache des Glaubens und entzieht sich menschlicher Planung. Für die zwei anderen Problemkreise aber bietet die Euthelie Hilfe an:

Erstens verliert unsere Agonie ihren Schrecken, wenn wir Vorkehrungen getroffen haben, diese *Welt in Würde zu verlassen*, bevor wir uns nur noch in den unerträglichen Schmerzen einer unheilbaren Krankheit winden, bevor wir

den Verstand einbüßen und die Menschenwürde verspielen. Dann erleichtert die Aussicht auf einen schönen Tod unser Leben. Und der Tod ist – so auch Künig - Teil unseres Lebens, unser Leben ist der Weg zum Tod. Nun sind die Qualen der letzten Leiden gerade wegen ihrer Sinnlosigkeit so unerträglich. Mit der Euthelie können wir sie vermeiden. Und die Angst vor dem Todeskampf bringt absolut nichts. Nochmals: Euthelie verkürzt den Todeskampf, nicht das Leben!

Zweitens ist unser Weggehen nicht ein Verschwinden, sondern ein Weiterleben, so paradox dies tönt. Dies vor allem, wenn wir Vorkehrungen getroffen haben, von *dieser Welt und von unseren Angehörigen in Würde Abschied zu nehmen*. Wir müssen uns in den unvermeidlichen Tod schicken. „Die Angst vor der endgültigen Vergänglichkeit verursacht im Todeskampf oft grösseres Leiden als die mit dem Endstadium verbundenen körperlichen Schmerzen“ meint Bitó. Und weiter: Das Akzeptieren des Todes nimmt uns die Todesangst. „Wir können zwar nichts mitnehmen, aber alles hinterlassen“.

Der Sinn der Euthelie – für uns selbst

Die Euthelie meint, wir sollen jeden Augenblick unseres Lebens voll auskosten. Auch und vor allem die letzten, schwierigen Jahre. Wir wissen ja (meist!) nicht, wie viele uns noch vergönnt sind.

Die Euthelie meint, wir sollen nicht unter Schmerzen hilflos verrecken, sondern das Ende des irdischen Lebens bewusst annehmen und autonom bestimmen. Der bewusste Abschied vom Leben ist sicher moralisch akzeptabler als ein sich Sträuben. Der Abschied ist dann nicht abrupt, sondern bewusst gestaltet. Die letzten Jahre werden verschönert oder zumindest erleichtert durch den Wegfall der Angst vor dem Tod und dem Todeskampf.

Oft droht in den letzten Lebensjahren die Vereinsamung. Der Kommunikationstod geht dem biologischen Tod voran. Hat ein Sterbender wirklich keine nahen Verwandten und Bekannten mehr, dann fällt das Abschiednehmen von ihnen ausser Betracht. In vielen Fällen aber erfolgt eine Vereinsamung, weil der alte Mensch sich bewusst abkapselt, aus Scham wegen seines Zerfalls oder aus Desinteresse, weil es ihm „zu nichts mehr drum ist“. Gegen diese Vereinsamung sollten wir ankämpfen, Initiativen ergreifen. Freilich fällt dies den einen leichter als den anderen.

In der Loge In Labore Virtus gibt es die Einrichtung der Pflegerschaft, d.h. zwei Brüder gehen ein engeres Verhältnis ein, bei dem der eine (sinnvollerweise der Jüngere) dem anderen verspricht, ihm (und auch seinen Angehörigen) in Zeiten der Not beizustehen. Natürlich wird allgemein in den Logen ein wachsames Auge auf die Brüder geworfen („oder hat einer der Brüder Kenntnis von einem Bruder, der in Krankheit oder Not geraten ist?“), aber die

Einrichtung der Pflegschaft sorgt dafür, dass ein bestimmter Maurer, der seinen Bruder gut kennt, sich um ihn kümmert.

Eigentlich sollte es in jedem Falle möglich sein, sein eigenes Lebensende bewusst anzunehmen und zu gestalten. Den Menschen, die gelernt haben, sich mit den letzten Dingen auseinanderzusetzen, fällt dies natürlich leichter. Man kann diese Aufgabe auch mit dem Spruch ausdrücken, der in der Freimaurerei eine grosse Rolle spielt: „Memento mori“. Küng sagt dazu: Memento mori soll keine Drohung sein, sondern eine serene Grundhaltung zum Leben ermöglichen. Anders lebt der Mensch, der den Tod nicht verdrängt.

Ein letzter Gedanke zum Sinn der Euthelie: Im Laufe des Lebens verfällt unser Körper, die Seele entwickelt sich – oder sollte es wenigstens. Vielleicht erreicht die Entwicklung ihren Höhepunkt, wenn wir unsere Endlichkeit, unsere Sterblichkeit als Teil unseres Menschseins verinnerlicht haben. Daraus ergibt sich dann ein würdevolles Zugehen auf den Tod.

Der Sinn der Euthelie – für unsere Angehörigen

Euthelie meint, dass unsere Liebe, die sich entsprechend unserer Natur von Geburt an auf immer weitere Kreise erstreckt, auch angesichts des Todes noch wirksam ist. Bitó: „Als letzte Erfüllung seiner Liebe hilft der Sterbende den Zurückbleibenden, ihnen die Furcht vor dem Tode zu nehmen, damit sie ein erfülltes und glückliches Leben haben können.“

Darum verlangt Bitó: „Führen wir uns, und möglichst bald auch unsere Nachkommen, zu der Erkenntnis, dass wir mit dem Tod nicht zu existieren aufhören, sondern in all dem, was wir hinterlassen, fortleben.“

Euthelie bedeutet also auch: Freitod in Absprache mit der Familie. Es ist wichtig, unsere Liebsten in unser Ableben einzubeziehen. Es ist wichtig, dass sie (und auch unsere medizinischen Betreuer) unser Selbstbestimmungsrecht achten.

Dies sollte geschehen, bevor wir hilflos werden, allerspätestens im Moment, da wir nicht mehr wählen können zwischen Leben und Tod, sondern nur noch zwischen einem schönen und einem hässlichen Tod. Wer dem Tod ins Angesicht sieht, braucht das Bewusstsein, dass die Angehörigen akzeptieren, dass man nun gehen muss.

Diejenigen, die den Sterbewilligen oder Sterbenden in seinen letzten Tagen nicht loslassen können, können dies auch nach dessen Tod nur schwer. Dann herrscht bei ihnen Selbstmitleid statt Trauerarbeit.

Grundsätzlich ist es unser Bestreben, unseren Liebsten mit unserem „Weggang“ möglichst wenig Leid und Schmerz zu bescheren. Ihre

Trauerarbeit wollen wir unterstützen und erleichtern. Ein plötzlicher Tod ohne Schmerzen mag uns als schönster Tod erscheinen. Aber er verlängert die Trauer unserer Nachkommen. Denn, und das scheint mir so wichtig, dass ich mich wiederhole: Er verwehrt uns die Gelegenheit, Unausgesprochenes auszusprechen, Verzeihbares zu verzeihen, unregelmäßige Angelegenheiten abzuschliessen.

Ich weiss, solche Aussprachen sind sehr schwierig, besonders, wenn man auch zu Lebzeiten wenig über Grundsätzliches miteinander gesprochen hat. Aber, auch ein warmer Händedruck ist ein Brückenschlag, ein Verzeihen Suchen, ein selber Verzeihen. Das letzte Abendmahl Jesu ist eine schöne Metapher für die letzte Versammlung des moriturus, des Todgeweihten.

Wie gesagt, nicht nur der Sterbende, auch die Angehörigen können seelisch dazugewinnen. Unser Tod in Euthelie soll die Nachkommen sich sagen lassen „so möchte ich dereinst auch sterben.“

Ich verweise nochmals auf das Buch von Oswald, das das Erleben der Söhne, deren Verhältnis zum vielbeschäftigten Vater kein einfaches war, eindrücklich darstellt.

Ein weiteres schwerwiegendes Problem ist zu lösen, die Frage:

Wie lange müssen wir leben wollen?

Sicher ist es unheimlich schwierig, seinen eigenen Todeszeitpunkt festzulegen, auch darum wird die Euthelie noch selten praktiziert. Sie war vielleicht nur ganz grossen Geistern vorbehalten, etwa Sokrates. Vielleicht auch Jesus, dessen Ängste und Zweifel uns aus dem Neuen Testament bekannt sind. Theoretisch (und freigeistig) ist der Zeitpunkt einfach zu bestimmen: Wenn wir ausgedient haben. Wenn wir niemandem mehr zu Diensten sein können und Gefahr laufen, nur mehr zur Last zu fallen. Aber, wie stellt man fest, wann die Zeit gekommen ist, wo man - vielleicht bereits als Pflegebedürftiger - seinen Mitmenschen nichts mehr zu bieten hat? Eine äusserst schwierige Frage, auf die es keine generelle Antwort gibt und die wir nur nach ernsthaften Überlegungen beantworten können. Dazu müssen wir schliesslich auch noch geistig voll bei Kräften sein. Schön wäre es, wenn wir Gottes Worte hören könnten, der uns ruft. Vielleicht war das beim meinem Vater, einem nicht besonders frommen Menschen, der Fall, als er fand „es tägs jetz“.

Hilfe beim Sterben

Suizidale sterben meist einen versteckten, einsamen Tod. Euthelie-Sterbewillige sollten die Hilfe von Mitmenschen in Anspruch nehmen können. In den meisten Fällen ist der alte Mensch für sein Vorhaben auf fremde Hilfe

angewiesen. Nochmals: Sterbehilfe ist nicht Mord, der Sterbende *will* ja sterben. Einen Autostopper mitnehmen ist auch keine Entführung.

Sterbehilfe, Sterbebegleitung sind ein sehr vornehmer, tiefer Akt der Nächstenliebe. Wer aber soll sie leisten?

Bekanntlich ist in der Schweiz die nicht kommerzielle Sterbehilfe straffrei. In anderen Staaten ist teilweise nur die aktive Sterbehilfe verboten. Was aber ist passiv, was aktiv. Die Beatmungsmaschine abstellen: Eine aktive Handlung?

Eine Hilfeleistung durch Verwandte ist äusserst heikel. Erstens sind diese emotional oft nicht dazu in der Lage; sie möchten den lieben Menschen nicht gehen lassen. Andererseits darf nicht der Verdacht aufkommen, die Sterbehilfe geschehe nicht nur aus Mitgefühl.

Ein professioneller Beistand ist sicher die beste Lösung. Ein gut ausgebildeter Berater bringt einerseits das nötige Feingefühl mit, andererseits weiss er aus Erfahrung, was alles innerfamiliär zu tun ist und nur ein solcher weiss alle gesetzlichen Klippen zu umschiffen. Diese ganze Problematik wird in dem Buch von Oswald hautnah geschildert. Leider gibt es m. W. noch keinen Ausbildungsgang zur Begleitung eines Sterbe*willigen*. Auf die Schwierigkeiten von Exit und Dignitas mit der veröffentlichten Meinung will ich hier nicht eingehen. Ob es noch weitere Sterbehilfeorganisationen gibt, entzieht sich meiner Kenntnis.

Es ist eine ideale Lösung, wenn der Fachmann durch einen geeigneten Freund assistiert wird, der den Sterbewilligen gut kennt und dem dieser vertraut, Hier kann die Loge, insbesondere der Pflugschaftspartner, gute Dienste leisten.

Der Abschied braucht also neben den seelischen auch allerlei administrative Vorbereitungen u. a. die Wahl der Hilfsorganisation. Diese wird alles Nötige vorkehren, sodass sich hier eine Checklist erübrigt. Die Beschäftigung mit all diesen Fragen kann dem Tod von seinem Schrecken nehmen.

Vorbereitet sein will auch

Die letzte Versammlung

Diese in die Wege zu leiten fällt gewiss nicht leicht, aber ich erinnere daran, welche positiven Wirkungen davon ausgehen können. So ein Anlass im kleinen oder grösseren Kreise ist allemal besser als ein Leichenschmaus, bei dem die Hauptperson abwesend ist. Leichenschmäuse enden oft in heiterer Geselligkeit, warum sollte die „letzte Versammlung“ nicht auch in herzlicher Frohmüt stattfinden? Ein früherer Kollege von mir hat bei seiner Abdankung einen selbst geschriebenen Lebenslauf verlesen lassen. Der erste Satz hiess:

Ich hoffe, Ihr seid zusammengekommen, nicht weil ich gestorben bin, sondern weil ich gelebt habe!

Wenn jemand auswandert oder seinen Lebensabend in Spanien verbringen will, gibt es vielleicht auch eine Farewell Party. Warum nicht in unserem Fall? Zugegeben, die Idee erscheint noch ungewohnt, weil dieser Abschied leider definitiv ist. Aber ich weiss von einem Fall, wo eine solche Feier im Freundeskreis gut gelungen ist. Allerdings war der „Gastgeber“ ein Junggeselle ohne engere Familie. Bitó meint dazu: Das Leben hört nicht einfach auf, wir sollen Abschied nehmen. Eine Geburt feiern wir auch.

In diesem Zusammenhang möchte ich auf einen Beitrag im NZZ-Folio „Der Tod“ vom Januar 2010 hinweisen. Dort wird der Fall einer krebskranken Frau geschildert, die sich (sowie ihren Mann und ihre Freundinnen) systematisch auf ihren Tod vorbereitet. Die ganzen Peripetien des schweren Weges werden dort sehr einfühlsam beschrieben.

Ein Abschiedsbrief an die weitere Familie und Bekannte mit der Begründung unseres autonomen Schrittes ist in Betracht zu ziehen. Allerdings dürfte ein solcher erst „ex post“ versandt werden, damit man keinen wohlmeinenden Machenschaften ausgesetzt wird.

Selbstverständlich sollte sein, alle administrativen Vorkehren für nach dem Tod im Sinne der Checklisten in meinem erwähnten Bauriss „Be prepared“ getroffen wurden.

Schluss

Der schwierigste Entscheid muss auch noch erwähnt werden: Die Festlegung des genauen Zeitpunktes des Ganges ins Jenseits und – vor allem - der Entscheid, wer dabei sein, das Hinscheiden mitansehen, erleben, erleichtern soll. Diese Problematik wird von Oswald ebenfalls anrührend geschildert.

Ganz wichtig ist, dass der – freiwillig oder unfreiwillig – Sterbende im Moment des Hinübergehens die Hand eines nahen Menschen in seiner Hand spürt. - Auch wenn er dann nicht so „vergnügt und froh an Freundeshand ins bess're Land“ wandelt wie in der Zauberflöte.

Ich fasse meinen Bauriss in drei Sätzen zusammen

1. In der Euthelie geht es weniger darum, wie wir diese Welt verlassen, hier kann die Sterbehilfe nützlich sein, sondern darum, wie wir uns darauf vorbereiten, von der Welt und unseren Lieben Abschied zu nehmen, - und wie die Zurückbleibenden den Weggehenden ziehen lassen.

2. Die Euthelie soll all das hervorheben, was die letzte Phase unseres Lebens leichter, beschaulicher, versöhnlicher, zufriedener und glücklicher machen kann, letztendlich den Abschied vom Leben, die Aussöhnung mit dem Tod.

3. Der Freitod bedeutet: ich bin dem Schicksal überlegen: Ich habe Würde, Stolz, Autonomie, und der Allmächtige gibt mir die Freiheit dazu.

Ein persönliches Nachwort

In einer Affenhorde sitzen die Ältesten zuoberst und schauen nach möglichen Feinden aus. Ihre Altersweitsichtigkeit kommt ihnen dabei zustatten. Auch wir sollten unseren Blick am Ende des Lebens auf fernere Horizonte richten.

Schön gesagt. Ich selber bin auch noch nicht so weit. Der Sinn meiner Arbeit ist, einige Probleme unsers Ablebens aufzuzeigen, die mit Hilfe der Euthelie, des Schönen Sterbens, der ars moriendi besser lösbar sind – oder wären. Vielleicht gibt uns der ABAW die Kraft – und auch die Lebenszeit dazu, sie anzugehen.

Literatur

Bitó, Laszló: Die Kunst des schönen Sterbens, 2008,
ISBN 978-3-86703-630-6

Jens, Walter, Küng, Hans: Menschenwürdig sterben, 2009,
ISBN 978-3-492-05276-4

Oswald, Ueli: Ausgang, 2009,
ISBN 978-3-905513-47-9

Schneider, Reto U, Bea geht, NZZ-Folio 1/2010, S. 24ff