

ChrisCare

MAGAZIN FÜR SPIRITUALITÄT UND GESUNDHEIT

3/2023

DEN TAGEN *mehr Leben* GEBEN

KOMPETENT

Sterbehilfe – Von der gebrochenen Liebe zum Leben
S. 10

INSPIRIEREND

Manchmal flossen im Heilungsraum Tränen
S. 23

PRAXISNAH

Suizidalität erkennen und richtig handeln
S. 30



STERBEHILFE

VON DER GEBROCHENEN LIEBE ZUM LEBEN

Kennen Sie Begebenheiten wie die Folgenden? Ihr Nachbar oder Ihre Nachbarin erzählt Ihnen mit verschmitztem Lächeln auf den Lippen, dass er bzw. sie einen Weg gefunden hat, im Notfall mit Hilfe einer Sterbehilfeorganisation aus dem Leben zu scheiden. Oder: Jemand, rund 60 Jahre alt, fragt in der Arztpraxis oder im Altenheim, ob man „das mit dem Vater nicht etwas beschleunigen könnte“. Oder: Jemand hält rigoros fest: „Wenn ich die Diagnose Demenz erhalte, weiß ich, was ich tue“ (gemeint ist: Dann mache ich mit Hilfe einer Sterbehilfeorganisation mit meinem Leben Schluss). Oder: Ein 50-Jähriger bemerkt: Was da in den Heimen mit den alten Menschen getan wird, ist unfassbar. So etwas kommt für mich nicht in Frage. Gut, dass ich die Alternative kenne“. Oder: Eine muntere Dame mit 80 merkt mit fragendem Blick an: „Morgen bin ich zu einer Abschiedsparty einer ehemaligen Schulkameradin eingeladen. Am darauffolgenden Tag wird der längst vereinbarte Sterbetermin mit Hilfe einer Sterbehilfeorganisation sein. Würdest Du hingehen? Was denkst Du zu dieser Sache? Eigentlich hat sie angesichts ihres Zustandes ja recht.“

Im Moment tut sich bezüglich Sterbehilfe – besser: Assistierter Suizid – in unseren Ländern viel. In „meinem“ Kanton hat vergangenen Herbst die Legislative beschlossen, dass private Heime freie Wahl haben, den assistierten Suizid in ihrer Institution zuzulassen oder aber nicht zuzulassen. Knapp ein halbes Jahr später ist bereits eine Initiative zur Volksabstimmung eingereicht, die von sämtlichen Heimen verlangt, Sterbehilfeorganisationen Zutritt zu geben. Postulate, assistierten Suizid etwa für Ehepaare, Menschen mit Demenz oder Strafgefangene zu erleichtern, sind in fast wöchentlichem Rhythmus in der Presse zu lesen. Auch die Zahlen sprechen eine deutliche Sprache. Zwei Beispiele: In der Schweiz hatte im Jahr 2022 die grösste Sterbehilfeorganisation, nämlich Exit, 17'361 Neuanmeldungen (entspricht +15% im Vergleich zum Vorjahr). Und: 81% der Bevölkerung finden es anfangs 2023 „gut, dass man am Lebensende die Option Sterbehilfe hat“.

Im Folgenden versuche ich;

- acht Wahrnehmungen im Zusammenhang mit dem assistierten Suizid zu beschreiben,
- acht Prinzipien zu skizzieren, die uns zur Zeit hilfreich erscheinen,
- drei „To do's“ in Kirchen, Berufen und Gesellschaft zu benennen.

Ich weiß, dass sehr viele Fragen offen bleiben. Ich ermutige sehr, der Geschichte der Sterbehilfe nachzugehen, Ländervergleiche anzustellen, das viele Gute, das u.a. in Palliativ-Zentren geschieht zur Kenntnis zu nehmen, und nicht zuletzt statt in der Verurteilung von Sterbehilfe zu verharren, in allem die Liebe zum Leben neu zu entdecken, zu erlernen und unaufdringlich, klar und öffentlich zu leben.

ACHT WAHRNEHMUNGEN

WAHRNEHMUNG 1: In unserer westlichen Welt wurde mit den meisten Menschen während der zurückliegenden Jahre kaum je über Alter, Verlust, Schwäche und Tod geredet – und wenn, dann über die Frage, wie solches vermieden werden kann. Uns fehlt diesbezüglich ein angemessenes, von Wertschätzung geprägtes Gesprächs-Instrumentarium – einfacher ausgedrückt: Uns fehlt Sprache, sprich Worte und Begriffe, um über Lebensende, Schwäche, Verlust, Vergänglichkeit ermutigend und nachvollziehbar zu reden.

WAHRNEHMUNG 2: Wir haben im Zusammenhang mit den Gesprächen rund um den assistierten Suizid fast nur die körperlichen Grenzsituationen vor Augen. Dabei vergessen wir, dass die meisten Menschen ein tiefes, oft verschüttetes Bedürfnis haben, mindestens das Ergehen der Seele, das soziale Geflecht und die mentale Ausrichtung neben dem körperlichen (Un-)Wohlbefinden zur Sprache zu bringen. Dies allerdings bedarf etwas mehr Zeit – und Kompetenz.

WAHRNEHMUNG 3: Die Angst vor dem, was nach dem Tod kommt, wurde im Laufe der vergangenen Jahrzehnte abgelöst durch eine Angst vor dem Sterben, also den Ereignissen vor dem Tod. Diese Angst vor dem Sterben wird heute zunehmend abgelöst von einer Angst vor (zu) langem Leben. Dabei fehlt uns weitgehend die Fähigkeit, langes Leben – der Medizin sei Dank – sinnvoll zu gestalten.

WAHRNEHMUNG 4: Die Verhaftung im medizinischen Denken (Problem – Diagnose – Prognose – Therapie) stößt wie das klassisch diakonische Denken der Kirche im langen Leben auf Grenzen. Uns fehlen weitgehend taugliche Vorgehensweisen, durch die angesichts von Schwäche Hoffnung und Sinn gestiftet werden. Auch in christlich-kirchlichen Kreisen ist das biblische Verheißungspotential in Grenzsituationen weitgehend unbekannt.

WAHRNEHMUNG 5: Unsere Zeit hat Gegenwartsoptimierung inkl. Selbstoptimierung äußerst gut gelernt (das „besser, schneller, schöner“). Ziemlich ungeübt sind wir jedoch in der Frage, die uns Victor Frankl ins Stammbuch geschrieben hat, nämlich: Was wartet? Frankl wusste aus seinen KZ-Erfahrungen, dass dort, wo nichts mehr wartet und erwartet wird, ein Mensch tot ist. Uns fehlen fatalerweise Menschen, die die Zukunft lieben, die die Zukunft malen und die die Zukunft erzählen können, also Zukunftserzähler/-innen und Zukunftsmaler/-innen.

WAHRNEHMUNG 6: Wer den assistierten Suizid in Anspruch nimmt, gilt als mutig und tapfer. Solchen Menschen wird in der öffentlichen Meinung so etwas wie ein „Heldenstatus“ eingeräumt. Wo assistierter Suizid nicht in einen Mantel des Schweigens gehüllt wird, existieren nicht selten eine stille Bewunderung und ein Verdacht der

Unmündigkeit derer, die sich den „assistierten Suizid“ nicht als Option offenhalten. Beispiele derart glorifizierter Menschen sind u.a. David Goodall, australischer Professor, 104 Jahre alt, dann Marieke Vervoort, Rollstuhlathletin mit Olympiagold, This Jenni, schweizerischer Ständerat, und Noah Berge, Profi-Basketballer in Dresden, 23 Jahre alt.

WAHRNEHMUNG 7: Begriffe wie Würde oder Liebe werden umgedeutet. Wer den assistierten Suizid nicht hochachtet, entwürdigt angeblich Menschen, die den assistierten Suizid wünschen, und denkt bzw. handelt lieblos, wenn er assistierten Suizid nicht gutheißt. Dass Christen Begriffe wie Liebe oder Würde gelegentlich so eigenartig füllen, ist betrüblich.

WAHRNEHMUNG 8: Wir dokumentieren jene Menschen (leider) nicht, die ganz normal JA zum Leben sagen, auch wenn es notvoll ist.



„Weil Gott ein **JA** zu uns und dieser Welt hat und diese über alles wertschätzt, kann ich mich in dieses **JA** einklinken und mich von diesem **JA** mitnehmen lassen.“

Man veröffentlicht entsprechend kaum Erzählungen von Menschen, die das JA zum Leben in aller Verletzlichkeit, Begrenzung und Vergänglichkeit pflegen und bis ans Ende leben. Für sie ist das Leben auch im hohen Alter das Gegenteil von Abstieg, „Restlauf“, „Nicht-Mehr“ und Verlust. Vielmehr leuchtet unbändige Hoffnung in der Überzeugung auf, dass das Beste und Schönste noch kommt.

Was tun? Als Autor dieser Zeilen habe ich seit knapp 12 Jahren das Vorrecht, alte, sehr alte und sterbende Menschen in einer Institution mit rund 140 Personen begleiten zu dürfen. Vergänglichkeit, Verletzlichkeit, Schwäche, gesundheitliche Einbrüche, Sterben und Tod gehören zum Alltag. Die sich uns täglich stellende Frage ist schlicht: Was bewährt sich, um in dieser besonderen Lebensphase erfüllt, in Würde, das Leben liebend, hoffnungsvoll und sinngetragen zu bleiben und manchmal erst zu erlernen?

Ich fasse an dieser Stelle einige unserer Grundsätze oder Prinzipien zusammen. Das A und O ist dabei, die Liebe zum Leben entweder nicht zu verlieren oder sogar mehr als bisher zu gewinnen.

Auch wenn das Lesevergnügen durch das abgehackte Aufzählen etwas in Schach gehalten wird, wage ich es trotzdem, acht Prinzipien aneinander zu reihen.

GRUNDSATZ 1: Wir unterscheiden strikte zwischen dem ganz normalen Alterungsprozess, zu dem unwidersprochen eine erhöhte Verletzlichkeit gehört, und den Gebrechen und Krankheiten, mit denen Menschen umzugehen haben. Der alternde Mensch bleibt zuerst und zuletzt immer Mensch mit viel Lebenserfahrung, viel Prägungen und viel eingeübten, hilfreichen und weniger hilfreichen Lebensmustern. Genau darauf ist ausnahmslos jeder Mensch ansprechbar. Sie wertschätzend zu benennen, ist Bestandteil jeder Begleitung und betrifft immer auch die Dimension Vergänglichkeit und Sterben.

GRUNDSATZ 2: Jeder Mensch hat nicht nur eine Biographie generell, sondern immer auch eine spezielle Biographie des Umgangs mit Notvollem, mit Schwäche, mit Übergängen und mit Frustrierendem. Die einfachste Frage lautet: Ist dieser Mensch schon immer auf diese Weise mit Notlagen, Schwächen und Herausforderungen umgegangen? Fast immer – und deshalb scheint uns dieser Punkt an dieser Stelle wichtig – gehorcht der Umgang mit Sterbehilfe genau dieser Logik. Beispiel: Im Notfall finde ich, wie schon immer, eine Hintertür.

GRUNDSATZ 3: Es gibt bekanntlich ganz normale Phasen im Leben und speziell auch im Älterwerden. Hier unterscheiden wir fünf solcher Phasen. Die Letzte nennen wir „die Phase des Hinnehmens und sich Verschenkens“. In jeder Phase

dürfen und müssen Dinge gelernt werden. Die Fähigkeit des Hinnehmens und sich Verschenkens – als Gegenteil überhöhter Ansprüche und Forderungen – versuchen wir so früh wie möglich anzusprechen.

GRUNDSATZ 4: Wir halten den Satz, dass wir im Älterwerden immer mehr Vergangenheit und immer weniger Zukunft haben, für fatal und destruktiv. Er raubt – wie kaum andere Sätze – letzte Hoffnungen. Wir üben – wo immer möglich – der Zukunft mehr Gewicht zu geben als der Gegenwart und der Vergangenheit. Das Überraschungsmoment: Je sicherer jemand in der Frage nach der Zukunft ist, desto leichter tut er sich mit der Aufräumarbeit unangenehmer Dinge aus der Vergangenheit. Genau dies macht dann erfüllende Gegenwart möglich.

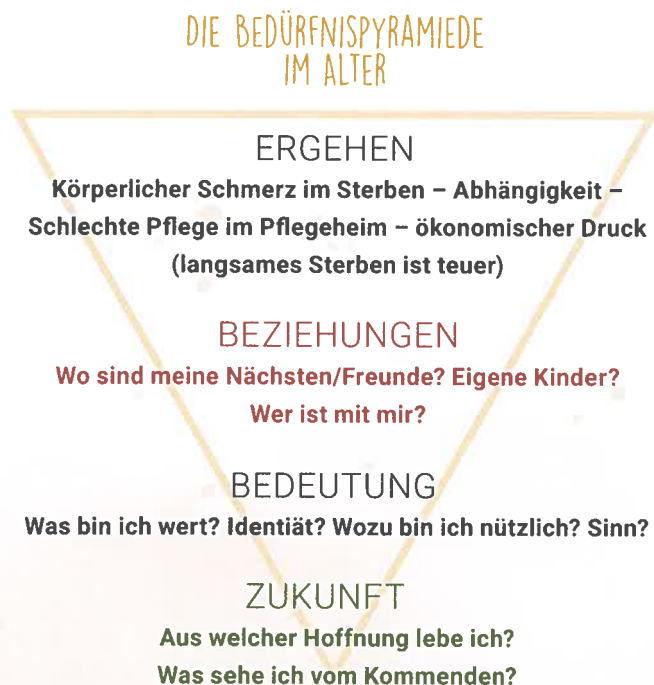
GRUNDSATZ 4: Weil im Zusammenhang mit Sterbehilfe der Begriff Selbstbestimmung sehr zentral ist, versuchen wir, Selbstbestimmung und alle damit zusammenhängenden Erfahrungen zum Thema zu machen („Biographie der Selbstbestimmung“). Dies beginnt beispielsweise mit der Frage, wie sich jemand fühlte, als er oder sie mit dem Auto im Stau stand, also in einem Zustand sehr begrenzter Selbstbestimmung.

GRUNDSATZ 5: Schlüssel der Begleitung von Menschen in hohem Alter scheint uns in der Wertschätzung zu liegen. An dieser Stelle findet sich oft das größte Defizit im Leben eines Menschen. Wertschätzung heißt, den Schatz (das Juwel, den Diamanten, die Perle, ...) im Gegenüber in Worte zu fassen. Wir glauben, dass in jedem Menschen ein Schatz verborgen liegt – bis zum letzten Atemzug seines Lebens. Genau dies müssen Menschen spüren, wenn wir ihnen begegnen. Christen vermitteln hier nicht immer das, was hilfreich ist.

GRUNDSATZ 6: Ohne Humor geht gar nichts, auch nicht, wenn es um das Sterben geht und wenn es gerade nichts zu lachen gibt. Drei Beispiele:

- Bewohnerin, 95, seit Jahren bettlägerig, freut sich über jeden Besuch. Kurz vor dem Tod nach einem Besuch: „Auf Wiedersehen. Es könnte sein, dass ich sterbe und morgen gestorben erwache“.
- Woody Allen: „Ich habe keine Angst vor dem Tod. Ich möchte nur nicht dabei sein, wenn’s passiert“.
- Snoopy’s Gefährte zu Snoopy: „Eines Tages werden wir alle sterben“. Snoopy: „Ja, das stimmt, aber an allen andern Tagen leben wir!“

GRUNDSATZ 7: Uns scheint, dass es speziell auch im Alter eine Art Bedürfnispyramide gibt. Im Bild:



Die Überzeugung: Wo die je tiefer liegende Ebene befriedigend beantwortet ist, relativiert dies die Wucht auf den je höheren Ebenen. Beispiel: Wer weiß, wer mit ihm auch in notvollen Situationen des Lebens ist, empfindet das körperliche Unwohlbefinden anders als derjenige, der sich allein gelassen fühlt.

GRUNDSATZ 8: Für uns möglicherweise am befreiendsten: Wir versuchen, in allen Unsicherheiten rund um assistierten Suizid nicht in die Moralfalle zu tappen. Uns scheint die Sterbehilfe und die Wucht, mit der sie in unserer Gesellschaft wirkt, vielmehr eine Frage der Logik zu sein. Wenn es uns gelingt, diese Logiken aufzudecken, glauben wir, den betreffenden Menschen am meisten zu helfen und die Liebe zum Leben am wirkungsvollsten zu entfachen.

JETZT SCANNEN UND DIESEN
BEITRAG ANHÖREN!



SCHLUSSFOLGERUNG

Die drei Schlüsselworte liegen auf der Hand. Es ist das schlichte Wörtchen JA, es ist Zukunft, und es ist Liebe zum Leben. Ich werde nicht müde, immer wieder bei diesen sehr schlichten, einfachen Worten Zuflucht zu nehmen.

In aller Begleitung von Menschen gerade in äußersten Not-situationen möchte ich mit meinem JA zu Gott, meinem JA zu Menschen und meinem JA zu dieser gebrochenen Welt anstecken. Im Tiefsten gilt: Mehr ist am Schluss nicht notwendig.

Und dann möchte ich ein Mensch der Zukunft sein. Ein Mensch also, der in der Zukunft, damit weder in der Gegenwart noch in der Vergangenheit, zuhause und verankert ist. Nur so, letztlich in dem, was Gott verheißt und zusagt, kann ich zum gewinnenden Zukunftserzähler und Zukunftsmaler werden.

Schließlich fragend: Was könnte werden, wenn wir in unseren Berufen genauso wie in unseren Kirchen und Gemeinden uns ganz neu im Hinblick auf ein gelingendes 21. Jahrhundert zur Liebe zum Leben anstacheln und herausfordern lassen? Ich glaube, wir sollten es tun, falls wir nicht einfach zuschauen wollen, wie Menschen ihrem Leben mit anscheinend guten Argumenten ein Ende setzen. ■

Im Folgenden einige Angaben zum Weiterdenken:

Drei lesenswerte Bücher unter dem Motto „Die Zukunft lieben“

- **Ein JA-Mensch werden – Lebensverändernder Aufbruch in einer unperfekten Welt.**
- **Die Champions League des Lebens – Warum Älterwerden das Beste ist, was uns passieren kann.**
- **Lebensplanung für Fortgeschrittene – Wie wir älter werden wollen (als E-Book erhältlich)**

Zwei Initiativen:

- www.initiative-pro-aging.ch
- www.perspektive-3d.com

*Markus Müller, Behindertenpädagoge,
Heimpfarrer im Zentrum Rämismühle
in der Nähe von Winterthur, engagiert
sich in der Initiative Pro Aging, ([https://
initiative-pro-aging.ch](https://initiative-pro-aging.ch))*

