

Kunst im Karner

 Kunst im Karner eine Idee stellt sich vor	Die Pantaleonskapelle, später Karner genannt, ist Mödlings ältestes und geheimnisvollstes Bauwerk.		Das eindrucksvolle romanische Portal mit seinen Knotensäulen zählt zu den bedeutendsten sakralen Kunstdenkmälern Österreichs.
Dieser besondere Ort soll den Rahmen für die Präsentation christlich religiöser Kunst bieten		Vernissage am 4. Juni um 15Uhr Herwig ZENS "Totentanz" Der Tod und der Kaufmann & Zyklus Lübecker Totentanz	
	Rahmenprogramme, wie z.B. Vorträge, Meditationen, musikalische Veranstaltungen und Workshops werden zur Intensivierung und ...		Auseinandersetzung mit den Themen jede Aus- stellung begleiten, um möglichst viele Alters- gruppen anzusprechen und die Kirchenszene zu beleben.
Bitte unterstützen Sie uns bei der Einrichtung dieses Zentrums und der Wiederbelebung des Karners. Mag. Lore Schanzer Mag. Doris Frass Andrea Schubert		Spendenkonto für "Kunst im Karner" RAIKA Guntramsdorf KtoNr. 707000 BLZ: 32250	

Vortrag von Prof. Dr. Philipp Harnoncourt
 zum Thema
 Sterben und Tod aus christlicher Sicht



Herr Professor Harnoncourt hielt im Oktober 2003 in Moskau Vorträge zu den hier behandelten Themen. Freundlicherweise stellt er die Manuskripte zur Verfügung, wofür wir sehr herzlich danken.

<http://www.othmar.at/kik>

„Nun lässt Du, Herr, Deinen Knecht in Frieden scheiden!“ (Lk 2,29)

Die Vorbereitung auf das eigene Sterben – ein verlorenes Kapitel der christlich-spirituellen Bildung

Dieses Thema habe ich selbst gewählt, und zwar aus mehreren Gründen:

- a) Als Priester in der Seelsorge und als Professor der Liturgiewissenschaft wurde ich immer wieder zu Kursen und Vorträgen eingeladen, die sich mit dem Themenkreis *Tod und Leben, Sterblichkeit des Menschen, Begleitung von Sterbenden* und *Vorbereitung auf das eigene Sterben* befassen.
- b) Als Christ und als Seelsorger habe ich immer wieder einzelne Menschen auf der letzten Strecke ihres Lebensweges begleiten dürfen.
- c) Als Kind habe ich im Kreis einer sehr großen Familie das Sterben meiner Großeltern ganz nahe erlebt und schon im ersten Religionsunterricht einiges über den Tod, das christliche Sterben und die Vorbereitung auf das eigene Sterben erfahren.

Das alles ist mir überaus wertvoll, ich bin dafür sehr dankbar!¹

Was ich heute hier sagen werde ist daher einerseits Ergebnis aus Studium und Meditation und andererseits Bericht aus eigener Erfahrung. Ich habe dabei vor allem die Christenheit des Abendlandes im Blick; über den Tod und das Sterben in der spirituellen Tradition der Ostkirchen werden andere Referenten sprechen.

Ich lege meine Gedanken in vier Schritten vor:

- A. Geschichtlicher Rückblick,
- B. Die gegenwärtige Situation in der aufgeklärten Gesellschaft,
- C. Konzept einer Neu-Orientierung,
- D. Einige Vorschläge für die Lebenspraxis.

A. Geschichtlicher Rückblick

Viele Jahrhunderte hindurch war das *Wissen um die Sterblichkeit des Menschen* und in Verbindung damit das *Wissen um das eigene Todesschicksal* und als Konsequenz daraus die sorgfältige *Vorbereitung auf das eigene Sterben* in die christliche Anthropologie und Spiritualität integriert. Dieser Bereich gehörte zu den zentralen Elementen der christlichen Frömmigkeit und darum auch der spirituellen Bildung. Tod und Sterben waren in das Leben integriert und haben im Glauben der Christen eine spezielle Deutung erfahren mit Konsequenzen für die persönliche Lebensführung. Dem ständigen Imperativ „Memento mori!“ („Gedenke des Sterbens!“), der das ganze Leben begleitet hat, entsprach die beständige Sorge um die „Ars bene moriendi“ (die Kunst des

¹ Ph. HARNONCOURT : Die Vorbereitung auf das eigene Sterben. In: Hj. BECKER / B. EINIG / P.-O. ULLRICH (Hgg.): Im Angesicht des Todes. Ein interdisziplinäres Kompendium, Bd. II, St.Otilien 1987, S. 1371-1389.

guten Sterbens) und die Vorbereitung auf das eigene Sterben. Das galt grundsätzlich für alle Christen, das heißt für Kleriker, für Ordensleute und für Laien.

Jeder Christ sollte sein Leben lang – entsprechend seinem Alter, seinem Stand, seinem Beruf und seinem Vermögen – dem eigenen Sterben bewusst entgegen gehen. Das musste *gelernt* und darum auch *gelehrt* werden.

Da der Mensch nicht weiß, *wann* er sterben wird, und deshalb leicht vergisst, *dass* er sterben wird, muss er immer wieder daran erinnert werden, dass der Tod und das Sterben zum Leben gehören, und dass daraus auch Konsequenzen für die Lebensführung gezogen werden sollten. Das regelmäßige Sich-vertraut-machen mit dem eigenen Sterben sollte dem Tod das erschreckend Ängstigende nehmen. Vor allem aber sollte eine Lebensführung eingeübt werden, die vor dem Gericht Gottes jederzeit verantwortet werden kann.

Die intensive Beschäftigung mit dem Todesschicksal des Menschen – vor allem im Mittelalter, aber vielfach bis in das beginnende 20. Jahrhundert – ist offenkundig:

a) *In häufigen Verweisen auf die Heilige Schrift,*

b) *in der Liturgie:*

durch die sehr häufige Feier der Messe und des Offiziums *pro defunctis* (für die Verstorbenen) sowie in deren Texten,

im täglichen Abendgebet der Kirche werden rezitiert: die Worte Jesu am Kreuz: „In deine Hände, o Herr, lege ich meinen Geist.“ (Lk 23,46 / vgl. Ps 31,6) und das Canticum des Simeon: „Nun lässt du, Herr, deinen Knecht in Frieden scheiden, denn meine Augen haben das Heil gesehen,...“ (Lk 2,29-32);

c) *in weit verbreiteten Gebeten, Liedern und Gedichten:*

dazu ein Beispiel, das geistliche Lied **Herr, ich bin dein Eigentum.**:

1. Herr, ich bin Dein Eigentum,
Dein ist ja mein Leben.
Mir zum Heil und Dir zum Ruhm
hast Du mir's gegeben.
Väterlich
führst Du mich
auf des Lebens Wegen
meinem Ziel entgegen.

2. Bald kommst Du mit großer Kraft
zum Gericht auf Erden,
denn ich soll zur Rechenschaft
dargestellt werden.
Dein Gericht
schonet nicht,
Richter aller Welten,
denn Du willst vergelten!

3. Lehre mich gewissenhaft
meine Tage zählen,
jeden Tag zur Rechenschaft
mich mit Vorsicht wählen.
Gib, dass ich
ernstlich mich
jeden Tag, auch heute,
auf sie vorbereite.

4. Gib auch, dass ich wachend sei,
Herr, an Deinem Tage
und das Licht der Gnade treu
durch mein Leben trage,
dass ich dann
fröhlich kann
Dir am End der Zeiten,
Herr, entgegenschreiten!

Text: Balthasar Münster (1735-1793)

d) *in Texten und bildlichen Darstellungen auf Grabmälern,*

dazu ein Beispiel: *Quod fui estis, quod sum fueritis!* - „Was ich war, seid ihr; was ich bin, werdet ihr sein!“ (Das ist in vielen Sprachen und vielen Varianten überliefert.);

e) *in vielen Traditionen des christlichen Brauchtums der verschiedenen Völker,*

f) *in einer entfalteten speziellen Ikonografie zur Ars moriendi und als Memento mori!*

darüber werde ich in meinem zweiten Beitrag Bilder zeigen und sprechen lassen;

g) *in geistlichen Dramen:*

dazu ein Beispiel: Seit dem Beginn der Salzburger Festspiele im Jahr 1928 wird alle Jahre „Jedermann. Ein Spiel vom Sterben des reichen Mannes“ von Hugo v. Hoffmannsthal aufgeführt.

Wie sehr die Beschäftigung mit dem eigenen Sterben die Lebensweise vieler Christen tatsächlich geprägt hat, kann durch viele Beispiele belegt werden. Eines davon möchte ich herausgreifen:

° Wolfgang Amadeus MOZART hat als 31-jähriger am 4. April 1787 in Wien in einem Brief an seinen kranken Vater, Leopold MOZART, geschrieben:

Da der Tod der wahre Endzweck unseres Lebens ist, habe ich mich seit ein paar Jahren mit diesem wahren Freunde des Menschen so bekannt gemacht, dass sein Bild nicht allein nichts Schreckendes mehr für mich hat, sondern recht viel Beruhigendes und Tröstendes! Und ich danke meinem Gott, dass er mir das Glück gegönnt hat, mir die Gelegenheit zu verschaffen, ihn als den Schlüssel zu unserer wahren Glückseligkeit kennen zu lernen. Ich lege mich nie zu Bette ohne zu bedenken, dass ich vielleicht – so jung als ich bin – den anderen Tag nicht mehr sein werde. Und es wird doch kein Mensch von allen, die mich kennen, sagen können, dass ich mürrisch oder traurig wäre. ...

In den letzten 40 Jahren ist dieser Bereich der christlichen Frömmigkeit stillschweigend ausgetrocknet. Aus den Gesangbüchern wurden entsprechende Lieder und Strophen gestrichen oder verändert, und sogar aus Programmen der spirituellen und asketischen Bildung ist das traditionelle *Memento mori!* („Gedenke des Sterbens!“) weitgehend verschwunden². Über die Ursachen dieses Verlustes, werde ich im zweiten Teil sprechen.

Das entstandene fatale Defizit macht sich heute mehrfach bemerkbar:

- ° Zunächst in allgemeiner Ratlosigkeit bei plötzlicher Konfrontation mit dem Tod, der sich ja doch nur vorübergehend verdrängen lässt,
- ° weiters in einer zunehmenden Zahl von Publikationen zum Thema Sterben und Tod, Sterbebeistand und Sterbehilfe usw., die ein wachsendes Interesse an diesen Fragen signalisiert,
- ° sowie in der Ausbreitung der Hospizbewegung in vielen Ländern der sogenannten westlichen Kultur.

Die spirituelle Durchdringung der *certa moriendi conditio* (Gewissheit des Sterbens), wie der lateinische Text der Präfation aus der Totenmesse zutreffend feststellt, das heißt die geistliche Bewältigung der je *eigenen* Todes-Gewissheit – das ist die Gewissheit, dass auch *ich* sterben werde –, bleibt jedoch in diesen Publikationen wie auch in vielen Tagungen und Diskussionen zu diesem Thema und ebenso in der Hospizarbeit weitgehend ausgeklammert. Gerade darauf möchte ich hier und jetzt meine Aufmerksamkeit richten.

² Geschichte und Theologie christlicher Spiritualität, Innsbruck 1983, ist dieser Bereich vollständig ausgeblendet; im beachtenswerten Sammelband: Angesichts des Todes leben, herausgegeben von Robert SCHERER, Freiburg i.Br. 1983 (CGG 36), der das Todes-Schicksal des Menschen und dessen verschiedene Interpretationen umfassend darstellen will, bleibt die Frage nach der Vorbereitung auf das *eigene* Sterben gänzlich unberührt.

2. Die gegenwärtige Situation in der aufgeklärten Gesellschaft: Täuschung und Ent-Täuschung

Wie konnte es geschehen, dass das Todes-Schicksal, das doch auf jeden Menschen unentrinnbar zukommt, gerade heute aus dem Bewusstsein verdrängt erscheint, also paradoxerweise in einer Zeit, in der in den Massenmedien täglich vom tausendfachen Sterben irgendwo auf dem Erdkreis berichtet wird. Noch nie in der Weltgeschichte, war der Mensch täglich mit dem Massensterben konfrontiert. Aber das ist eben immer das Sterben der „anderen“, nicht aber *mein* Sterben. Und überdies wird hier das sehr individuelle Sterben als Sensation dargeboten, nicht aber als existentielles Schicksal.

Die gegenwärtige Lage zeigt sich mir in drei Phasen: der Phase der großen Täuschung (1.) muss die Phase der Ent-Täuschung (2.) folgen, die schließlich zur Suche nach neuem und tieferem Lebens-Sinn (3.) führt.

1. Die große Täuschung

Die allgemeine *Säkularisierung* – als Ideologie des atheistischen Materialismus oder als tatsächliche soziokulturelle Gegebenheit – in Verbindung mit der fast explosionsartigen Entwicklung der *Naturwissenschaften* und der *Technik* hat in den Jahrzehnten nach dem Zweiten Weltkrieg Perspektiven der Zukunft eröffnet, die alle Aufmerksamkeit und alle Hoffnungen auf diese konkrete, aber vergängliche Welt fixiert haben.

Dem Menschen erscheint jetzt alles als *selbst machbar*. Er tritt seine absolute und schrankenlose Herrschaft über die Welt und – darüber hinausgreifend – sogar über „das All“ an. Alle Rätsel scheinen lösbar zu sein, alle Hindernisse überwindbar, alle Grenzen aufhebbar und alle Pläne realisierbar, und das immer schneller und immer radikaler.

Vor allem die Entwicklung der *Medizin* führt zu einer bis dahin unvorstellbaren Erhöhung der Lebens-Erwartung und zur Ausrottung fast aller Krankheiten und Seuchen, die bisher tödlich waren. *Biologie* und *Genetik* bringen bis heute rasant fortschreitende Erkenntnisse mit sich, als wäre es nur noch eine Frage der Zeit, das Leben, den genetischen Status und die Gesundheit jedes Menschen vollständig durchschauen, beherrschen und auch bestimmen zu können.

Beeindruckt von diesen Möglichkeiten setzt der Mensch und die aufgeklärte, säkularisierte Gesellschaft alles Hoffen auf das eigene Können und auf die selbstherrlich gestaltete Zukunft. Die Bedeutung von Transzendenz verblasst zusehends, und religiöser Glaube ist nur noch als kulturelle oder ästhetische Tradition und als Mittel der Erziehung für Kinder und Jugendliche gefragt, existenzbestimmende Kraft wird ihm kaum mehr zugestanden. Er ist eigentlich überflüssig geworden. Noch nie in der ganzen Menschheitsgeschichte, hat es ein solches Ausmaß an Religionslosigkeit gegeben in einer großen Kulturregion gegeben.

In dieser Situation ist das Sterben ein unerträglicher Störfaktor und muss daher verdrängt werden, sei es durch die Zuweisung an die Medizin, die ihn überwinden soll, sei es durch Wegschieben aus dem Gesichtsfeld. Tödliche Krankheit und Sterben werden in spezielle Anstalten abgeschoben, und vor dem *eigenen* Sterben verschließt man einfach die Augen, es hat im neuen Lebens- und Weltkonzept keinen Platz.

Diese große Täuschung zeigt sich im Hinblick auf unser Thema in folgenden symptomatischen Haltungen:

- Der Mensch hat das Leben eigenmächtig in die Hand genommen.
- Die Medizin bzw. der Arzt hat das Leben zu erhalten.
- Das Sterben ist ein überwindbares Versagen der Medizin.

2. Die große Ent-Täuschung

Auf jede Täuschung muss früher oder später die Ent-Täuschung folgen. Und je intensiver die Täuschung war, desto bitterer wird die nachfolgende Ent-Täuschung sein.

Die großen Erwartungen und die grenzenlosen Hoffnungen haben sich nicht erfüllt, ja sie können sich gar nicht erfüllen, jedenfalls niemals für alle Menschen und erst recht nicht für alle Zeit. Vielfach haben die ständigen Fortschritte sogar zunehmende Ängste hervorgerufen: Die angemäßte Herrschaft über die Welt zeigt sich mehr und mehr als Gefahr der Zerstörung für das Leben, für die Natur und schließlich für den gesamten Kosmos.

Der Preis für ein scheinbares Glück ist zu hoch: Der Mensch hat sein Menschsein preisgegeben. Er hat sich selbst zum Objekt degradiert. Vor allem das Verdrängen von tödlicher Krankheit und Sterben hat sich als zutiefst sinnlos und als unmenschlich erwiesen:

- für die Schwerstkranken und Sterbenden, die erbarmungslos alleingelassen werden,
- für die Ärzte, denen unerfüllbare Forderungen entgegengebracht werden und eine nicht zutreffende Verantwortung auferlegt wird,
- für den christlichen Glauben und das christliche Leben, die als Annahme und Weitergabe von Erlösung voraussetzen, dass Leid, Schuld und Tod der Menschen ernstgenommen werden.

3. Neues Suchen nach Lebens-Sinn

Um der großen Enttäuschung zu entkommen, versuchen viele, eine neue Einstellung zu gewinnen. Mit alternativen Lebensmodellen und mit der Zuflucht zu anderen Religionen werden wir uns hier nicht befassen. Wir wenden unsere Aufmerksamkeit zunächst dem Wieder-Entdecken eines *humanen* Verhaltens gegenüber den Schwerstkranken und Sterbenden zu und schließlich der *christlichen* Deutung von Sterben und Tod.

Das „Objekt“ Patient, der Krankheits-Fall, wird wieder als autonomes „Subjekt“ wahrgenommen, als Mensch mit unverlierbarer Menschenwürde, der vor allem menschliche Zuwendung braucht und erwartet. Man spricht vom „Recht auf ein humanes und natürliches Sterben“ – die Vorstellungen davon, was das ist, sind allerdings sehr verschieden:

- Einig ist man sich darin, dass es unmenschlich ist, einen Sterbenden ganz allein zu lassen oder ihn auf Ge-
deih und Verderb der medizinischen Technik auszuliefern. Folgende Grundforderungen werden erhoben und auch wieder zunehmend erfüllt:
 - dem Sterbenden muss beigegeben werden, damit er in seiner Todesnot Geborgenheit erfahren kann,
 - seine Person-Würde muss respektiert werden, denn er ist keine Sache, über die andere verfügen dürfen.

- Uneinigkeit herrscht hingegen nach wie vor im Hinblick auf die sogenannte *Wahrheit am Krankenbett*: Ist diese das Recht des Patienten, die „ganze bittere Wahrheit“ zu erfahren, oder die Verpflichtung der Betreuenden, dem Kranken diese mitzuteilen.
- Uneinigkeit herrscht auch im Hinblick auf Fragen der *Euthanasie*: So unbestritten es ist, dass kein Staat das Recht, hat scheinbar „wertloses“ Leben zu beseitigen, so umstritten scheint es heute zu sein, ob der Kranke ein Recht darauf hat, aktive Sterbehilfe zu fordern und zu bekommen, „um in Würde sterben zu können“, wie das in einigen Staaten legitimiert ist.

Zahlreich sind die angebotenen Ratschläge und Hilfen, um *Sterbe-Beistand* zu lernen. Und doch werden auch gerade hier immer wieder Grenzen wahrgenommen, die unüberwindlich zu sein scheinen. Oft bleibt die Hilfe auf den humanen Bereich beschränkt: Not lindern, Schmerzen erleichtern, Nähe schenken, Hilfen anbieten, ... und ablenken!? Nicht selten werden Lügengebäude aufgerichtet, um den Sterbenden – und zugleich auch den Beistehenden!? – das unabwendbare Schicksal zu verbergen. Hektische Geschäftigkeit wird eingesetzt, wo nichts anderes als Ruhe geboten wäre.

Hier macht sich das gravierendste Defizit bemerkbar. Die Verdrängung des Sterbens wird zwar nach und nach überwunden, und dem Sterben der *anderen* wird wieder Aufmerksamkeit geschenkt, aber die Einstellung zum *eigenen* Sterben – das heißt immer zu *meinem* Sterben – bleibt noch unverändert die eines Blinden. Die Notwendigkeit, dass ich mich mit *meinem* Sterben vertraut machen muss, und die bewusste Vorbereitung auf *meinen* Tod werden noch nicht hinreichend erkannt und ernstgenommen. Hier dauert die Verdrängung noch an. Verlorenes aus der spirituellen Tradition, auf die oben hingewiesen worden ist, muss wiedergewonnen werden. Und bis das nicht geschehen ist, wird auch der Beistand, der Sterbenden geboten wird, in letzter Tiefe nicht möglich sein.

Ich beschäftige mich darum im folgenden Teil vor allem mit *meiner eigenen Sterblichkeit*, das heißt konkret: mit dem mir selbst bevorstehenden Sterben. Das muss aber nicht in erster Linie deshalb geschehen, damit ich anderen besser beistehen kann, sondern um das verhängnisvolle Defizit meiner christlichen Frömmigkeit auszugleichen und auf diese Weise zur Beantwortung der bedrängenden Fragen nach dem *Sinn des Lebens* und nach dem *Sinn des Glaubens* beizutragen.

C. Konzept einer Neu-Orientierung: „Ich bin ein sterblicher Mensch!“

Gezeugt-werden und Geboren-werden als Beginn meines Lebens wie auch Sterben-müssen als Ende meines irdischen Lebens weisen mich unerbittlich auf das Bedingt-sein und auf das Begrenzt-sein meines Lebens hin: Ich *habe* mein Leben nicht, das heißt: ich verfüge nicht frei über mein Leben wie über mein Eigentum, sondern es ist mir *gegeben*, das heißt *anvertraut*, und es wird mir *genommen*, ob ich das nun will oder nicht.

Diese Tatsache gehört wesentlich zu dem, was in der Anthropologie als *conditio humana* bezeichnet wird. Ich kann ihr bewusst zustimmen, ich kann mich aber auch dagegen auflehnen oder ich kann versuchen, sie zu ignorieren. Dieser letztere Versuch scheint gegenwärtig in der säkularisierten abendländischen (Un-)Kultur

immer noch die Regel zu sein, obwohl jahrhundertealte christliche Tradition gelehrt hat, sich selbst als Geschöpf eines Schöpfers zu verstehen und zu bejahen.

Der Mensch – also auch ich! – muss wieder lernen, sein eigenes *Gegeben-sein* bedenkend und bedankend anzunehmen, und schlussendlich das *Genommen-werden* als bewusste Selbst-Hingabe zu vollbringen. Dank und Selbst-Hingabe waren und sind bleibende Konstituenten christlicher Existenz, und sie sind in die sogenannten göttlichen Tugenden *Glauben*, *Hoffen* und *Lieben* integriert, wie im letzten Teil noch gezeigt wird. Bevor ich aber auf verschiedene Weisen der Vorbereitung auf ein gutes Sterben aufmerksam machen kann, muss ich Möglichkeiten darlegen, das Sterben und den Tod des Menschen – genauer gesagt: *mein Sterben* und *meinen Tod* – bewusst anzunehmen und positiv zu interpretieren. Das ist die Voraussetzung für jede Form einer Einübung, denn nur positive Interpretationen des Sterbens und des Todes können aus Verzweiflung und Angst befreien und Auswege aus dem Labyrinth der Verdrängungen zeigen.

Für religiöse Agnostiker und Atheisten mag die aus der Evolutions-Biologie abgeleitete Interpretation hinreichen, dass jedes Sterben und daher auch *mein Sterben* eine notwendige Voraussetzung für die weitere Evolution des Lebens ist. Ich muss sterben, damit neues und immer besseres Leben sich entfalten kann. Damit das gelingen kann, muss ich aber von meinem Wunschtraum Abschied nehmen, dass mein persönliches, individuelles Leben einen bleibenden Eigenwert in sich selbst besitzt.

Für Christen war und ist eine andere Interpretation möglich und geboten: Es gibt einen unauflösbaren Zusammenhang zwischen dem Sterben des Menschen – auch *meinem Sterben!* – und dem *Sterben Jesu Christi*. Das gilt in einem dreifachen Sinn:

- Das Sterben Jesu ist *Annahme* meines Sterbens,
- es ist daher auch *Vorbild* für mein Sterben, und das heißt schließlich:
- mein Sterben ist in seinem Sterben schon ein-für-allemal vollbracht.

Als Christen dürfen wir den Tod Christi mitsterben. Wir sterben in seinen Tod hinein.

Das Sterben Christi ist zugleich ein ganz und gar *menschliches* Sterben und doch auch etwas radikal anderes: Es ist die endgültige Entmachtung des Todes in der Vollmacht Gottes. Das ist das Grundgeheimnis unseres Erlösungsglaubens! – *mysterium fidei* und *mysterium salutis!* – Geheimnis des Glaubens und Geheimnis des Heiles!

Der Apostel Paulus beschreibt das in seinem ersten Brief an die Gemeinde von Korinth so:

Christus ist von den Toten auferweckt worden als der Erste der Entschlafenen. Da durch einen Menschen der Tod gekommen ist, kommt durch einen Menschen auch die Auferstehung von den Toten. Denn wie in Adam alle sterben, so werden in Christus alle lebendig gemacht.

(1Kor 15, 20-22)

Und in seinem Brief an die Römer ist dieses Erlösungsgeheimnis als Grunddatum der Erlösung formuliert:

Sind wir mit Christus gestorben, so glauben wir, dass wir auch mit ihm leben werden!

(Röm 6,8).

Wie es die Auferstehung Christi nicht gibt ohne seinen Tod, so muss auch der Auferstehung des Christen – auch *meiner* Auferstehung! – das Mit-Sterben mit Christus vorangehen. Darüber ist folgendes zu sagen:

- ° Sterben ist nicht mehr ein endgültiges Im-Stich-gelassen-sein (Allein-sein), sondern das Finden der Geborgenheit im sterbenden und auferstehenden Jesus: Ich darf mit ihm seinen Tod sterben! Ich darf mit ihm klagen: *Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?* (Mk 15,34; Ps 51,2), und ich darf mit ihm bekennen: *Es ist vollbracht!* (Joh 19,30), *Vater, in deine Hände lege ich meinen Geist!* (Lk 23,46), und ich darf mit ihm auferstehen!
- ° Sterben ist nicht mehr die unwiderrufliche Zerstörung meines Lebens, sondern eigenes Vollbringen: *actio in passione* (Tun im Erleiden): Wenn Gott mich ruft, um mein Leben zu vollenden, kann ich zustimmen und mein Leben ihm übergeben, um es vollendet neu zu empfangen; auch das bruchstückhafte, ja sogar das schuldhaft verpatzte Leben kann ich getrost ihm überlassen, der jeden retten will, der sich retten lässt.
- ° Tod ist nicht mehr endgültige Gefangenschaft, sondern Lösung aller Ketten und Schritt in die Freiheit.
- ° Tod ist nicht mehr Finsternis, sondern Aufnahme in das ewige Licht, in die Klarheit des Erkennens der Wahrheit und der Herrlichkeit Gottes.

Dieser christlichen Erkenntnis von Sterben und Tod stellen sich allerdings heute mehr Hindernisse in den Weg als jemals in vergangenen Jahrhunderten, weil nicht nur das Leben des Menschen, sondern auch sein Sterben vorwiegend aus naturwissenschaftlicher Perspektive betrachtet und als biologische Gegebenheiten gesehen werden.

Wie soll das Sterben im Glauben vollbracht werden, wenn es zugleich als vorläufiges und noch zu überwindendes Versagen der Medizin oder gar als selbstverantwortete Entscheidung des Arztes erlebt wird? – Diese veränderte Situation macht es nur noch wichtiger, die ganze Tiefe des Geschehens und seine spirituelle Dimension nicht aus den Augen zu verlieren, oder sie wieder neu zu gewinnen.

D. Einige Vorschläge für die Lebenspraxis.

In diesem letzten Teil habe ich vor, einige praktische Vorschläge darzulegen, wie es bereits im Alltag des Lebens gelingen kann und auch eingeübt werden soll,

1. die eigene *Sterblichkeit* – das heißt: *mein Todesschicksal* – ausdrücklich und bewusst anzunehmen, und
2. sich auf ein ruhiges und gutes *Sterben* – das heißt: auf *mein Sterben* – vorzubereiten.

Einige dieser Überlegungen gelten für alle Menschen, unabhängig von ihrer religiösen Einstellung, andere sind für Christen bestimmt, jedoch unabhängig davon, welcher Konfession sie angehören. Mit diesen Gedanken sollte sich jeder so früh als möglich im Leben und auch regelmäßig vertraut machen, nicht erst dann, wenn das Leben durch Alter oder Krankheit in äußerster Gefahr geraten ist.

Erfahrungsgemäß – das kann ich selbst bestätigen! – haben diese Gedanken auch für Kinder nichts Er-schreckendes an sich. Ich erinnere mich daran, schon in der ersten Klasse der Volksschule gelernt zu haben:

Was wissen wir vom Tod? – Wir wissen, das wir alle sterben müssen, aber wir wissen nicht wann, wir wissen nicht wo und wir wissen nicht wie.

(Kleiner katholischer Katechismus für alle Diözesen Österreichs, Wien, Aufl. 1935)

Hier und jetzt in meinem Vortrag kann ich nur einen zusammenfassenden Überblick vorlegen. Eine ausführliche Darlegung erfolgt in der schriftlichen Dokumentation

1. Sich vertraut machen mit der eigenen Sterblichkeit

- a) *Wahrnehmen der Vergänglichkeit alles Lebendigen.*
- b) *Wahrnehmen von Zeit-Zyklen mit Aufgang und Untergang, mit Anfang und Ende:*
 - Tageskreis: Tag und Nacht, Morgen und Abend;
 - Monatskreis: zunehmender und abnehmender Mond;
 - Jahreskreis: Jahreszeiten = Frühling - Wachsen, Sommer - Reifen, Herbst - Ernten und Winter – Ruhen und Kräfte Sammeln für den neuen Anfang;
 - Wochenkreis: Schöpfungsgedächtnis und Erlösungsgedächtnis, Erster und Achter Tag, Freitag;
- c) *Wahrnehmen bestimmter Daten im Kalender:*
 - Passion und Ostern;
 - Advent und Weihnachten;
 - Heiligenfeste;
 - Geburtstag und Jahreswechsel;
 - Gedenktage von Verwandten und Bekannten.
- d) *Konfrontation mit Gefahren und Katastrophen:*
 - eigene Erlebnisse und Erfahrungen,
 - empfangene Nachrichten und Informationen.

2. Die Vorbereitung auf das eigene Sterben und Einübungen

- a) Die Grundvollzüge der christlichen Existenz – *Glaube, Hoffnung und Liebe* – sind in je verschiedener Akzentuierung ein ständiges „Sich-verlassen auf Gott“ und in der Überwindung des tödlichen Egoismus ein Weggehen aus dem Ich-Gefängnis, ein radikales Abschied-nehmen.
- b) Die allen Christen ständig aufgetragene *Buße* – als *Metanoia* (Umkehr) verstanden, nicht als *Poenitentia* (Strafe) – hat dieselbe Bedeutung und Wirkung, zeigt aber, dass die Neigung zum Egoismus stark ist.
- c) *Hineinwachsen in Christus*
 - Distanz zu sich selbst gewinnen und wahren,
 - Distanz zu Besitz und Eigentum gewinnen und wahren.
- d) *Erfahrungen auf Reisen*
 - Abschied, Aufbrechen, etwas verlassen, ein Ziel erreichen
 - Vieles zurücklassen, nur das Notwendigste mitnehmen,
 - Überschreiten von Grenzen und Brücken,
 - Wegweisung, Wegzehrung, Wegbegleiter annehmen,
 - Heimat, Fremde und Gastfreundschaft erfahren.
- e) *Um Versöhnung und Frieden mit den Mitmenschen und in der Gesellschaft besorgt sein.*
- f) *Werke der Barmherzigkeit tun.*
- g) *Sich ganz bewusst und absichtlich mit dem Sterben vertraut machen.*
 - Krankenbesuche,
 - Sterbebegleitung,
 - Mitarbeit in der Hospiz-Bewegung,
 - Teilnahme an Begräbnissen,
 - Sorgen für verlassene Angehörige,

- Kondolenzbriefe schreiben,
 - Pflege von Gräbern.
- h) *Erfahrung in eigener schwerer Krankheit*
- Erstes Erschrecken,
 - Verdrängen oder Annehmen der „letzten Wahrheit“,
 - Kampf gegen das Sterben,
 - Einwilligung.

Wir müssen uns darüber im Klaren sein, dass auch bei bewusster Akzeptanz der eigenen Sterblichkeit und bei der besten Vorbereitung auf das eigene Sterben, mein Sterben immer ein ganz und gar singuläres und überraschendes Ereignis bleiben wird, das nicht eingeübt werden kann. Hier versagt jene Routine. Jedes Sterben – auch mein Sterben – ist und bleibt ein abgrundtiefes Geheimnis.

Für viele Menschen wird der Tod von nahen Angehörigen als eine Katastrophe erlebt, die bis an die äußerste Grenze des Todes blicken lässt. Und das eigene Sterben wird vielleicht mit schrecklichen Ängsten verbunden sein, denn wir sind nun einmal nicht für den Tod sondern für das Leben geschaffen. – Auch für den Gottessohn und Menschensohn Jesus Christus war das Sterben schrecklich, wahrscheinlich sogar ganz besonders schrecklich, denn er war „das Leben“.

Ein guter Tod wird nicht als sicheres Ergebnis einer sorgfältigen Vorbereitung gelingen, so wichtig diese auch ist. Ein guter Tod kann nur als kostbares Gnaden-Geschenk Gottes angenommen und mit seiner Hilfe auch vollbracht werden.

Um diese Gnade müssen wir und dürfen wir auch beten!