

Prof. Dr. Annelie Keil (Bremen)

Vortrag „Hospizhilfe Bremen e. V°. 22.6. 22)

(unkorrigiertes Redemanuskript: die Hervorhebungen nur als Lesehilfe)

In Würde altern und sterben- worauf kommt es an?

Worauf es ankommt? Eine verführerische Frage an Referenten, auf diese Frage eine Antwort zu geben! Wer will das wie und woher wissen und schon gar vorab für jeden von uns.? Auf jeden Fall kommt es auf die an, also auf Sie hier im Saal, die jetzt noch leben, weiter in Würde älter werden wollen und den endgültigen Abschied von ihrem Leben noch vor sich haben. Was sind Ihre subjektiven Vorstellungen, Meinungen, Erwartungen und Ängste? Welches Lebenskonzept mit Herz und Verstand haben Sie? Auch zwei Grabsteine auf einem Friedhof denken darüber nach: Sagt der eine zum anderen: *Du, ich glaube, wir sind gar keine Grabsteine, sondern Meilensteine auf dem langen Weg derer, die gelebt haben und nun in der Erinnerung derer, die zu den Gräbern kommen, weiterleben.*

Keiner von uns ist schon einmal gestorben und könnte berichten, welche konkreten Erfahrungen sie oder er dabei gemacht haben und ob diese sich für eine Weiterempfehlung an andere eignen. In der **Begleitung von Sterbenden können wir manchmal wahrnehmen**, wie es anderen Menschen auf der Reise an die Grenze des Lebens geht. **Aber dazu braucht es die Kunst des Zuhörens, der stillen Beobachtung, des Mitfühlens üben zu lernen. Zwischen den Zeilen zu lesen, fällt uns üblicher Weise schwer.** Urteile und Vorurteile stellen sich dem Nachdenken wie Stolpersteine entgegen! **Überall liegen Bücher über das richtige, unterstützte, schmerzfreie, gesunde, zu erlernende Sterben.** Und ich wundere mich oft, woher diese ganzen Erkenntnisse und Ratschläge ihre Legitimation nehmen, um die noch Lebenden würdevoll auf den Tod vorbereiten zu können,

ohne deren konkretes, biografisches Leben in Augenschein zu nehmen.

Es gibt keine allgemein gültige Lebensregel, wie wir in Würde altern und sterben. Wir müssen offensichtlich selbst herausfinden und erfinden, worauf es für uns im Altern und im Sterben ankommt. **Jeder Mensch ist ein Original**, urheberrechtlich geschützt, wenn Sie so wollen. **Wir können die Einzigartigkeit unserer Existenz nicht ablegen**, auch wenn wir uns manchmal wünschen, das irgendeiner vorangeht und für uns die Probleme löst, die sich stellen.

In Würde älter werden. Sterben und überlegen, worauf es ankommt, war auch die Aufgabe, die Ben zu lösen hatte. **Ben war 10 Jahre alt, als bei ihm ein schnell wachsender, unheilbarer Gehirntumor diagnostiziert wurde.** Die Ärzte mussten den Eltern und Ben die schlimme Botschaft überbringen, dass es keine Chance gab, diese Erkrankung zu überleben **und dass sein Tod absehbar war.** Ihr Rat an die Familie war, **die verbleibende Zeit dem gemeinsamen Leben, Bedürfnissen und Wünschen und nicht irgendwelchen aussichtslosen Behandlungen zu widmen.** Die Verzweiflung war groß und die Suche nach einem gemeinsamen Plan, ein „Restleben“ mit Ben und seinen Wünschen aufzustellen, ungeheuer schwer. Der Vater wollte seine Arbeit kündigen und mit Ben eine Weltreise machen, auch die Mutter wollte mit Ben auf Entdeckungsreisen gehen. Ben selbst dachte darüber noch, was er mit seiner verbleibenden Lebenszeit am liebsten machen würde. **Und dann kam sein Plan.** Ben, der gerade vor einem **Schulwechsel** stand, **wollte bis zu seinem Ende gemeinsam mit seinen Freunden in die Schule gehen, den anstehenden Schulwechsel mitmachen.** Die Eltern akzeptierten seine Entscheidung und unternahmen alle Versuche, ihrem sterbenden Sohn gegen die Bedenken und Ängste der Schule, der anderen Eltern und der zuständigen Lehrerein den Wechsel zu ermöglichen.

„**Ich bin auch ein Entdecker**“, sagt Ben und zu seiner Lehrerin in der Schule, *man müsse etwas, was jedem Menschen irgendwann passieren wird, doch genau erforschen und das würde er gerade tun. Seinen*

Schulfreunden hatte Ben versprochen, ihnen die Forschungsergebnisse mitzuteilen. Als er nicht mehr in die Schule gehen konnte, verfasste er bis in seine letzten Stunden forschend seinen Bericht- hier das Ergebnis

1. *Jeder Mensch stirbt. Ich bin also dort, wo ich dann hinkomme, nicht alleine (Oma und Opa Loren sind schon da, Tante Lina auch und Katharina aus meiner alten Klasse, außerdem Jack unser Hund- und noch Millionen andere). Das reicht, um mich sicherer zu fühlen.*
2. *Das Sterben wir nicht mehr wehtun. Wenn die Schmerzen kommen, bekomme ich einen Schmerztropf und kann selbst entscheiden, wenn ich Medikamente brauche- wenn meine Freunde mich besuchen, brauche ich weniger, weil ich dann die Schmerzen nicht so merke.*
3. *Sterben ist wie Einschlafen. Erst werde ich immer müder und dann schlafe ich ganz weg.*
4. *Am schlimmsten ist das Sterben für meine Eltern und für Oma und Opa.- Und für mich wegen denen. Aber ich kann nichts dagegen tun, dass sie so traurig sind. Und das muss ich auch nicht. Das müssen sie selbst, wenn ich dann gestorben bin. Ich bin ja auch traurig, ich würde auch am liebsten bei ihnen bleiben.*
5. *Herr T, sagt, weil man das Fremde nicht kennt, möchte man da bleiben, wo man sich auskennt und wo man denkt, dass es nicht so gefährlich ist. Aber letztlich kann es überall lebensgefährlich sein. Nur wenn ich tot bin, besteht keine Lebensgefahr mehr- logisch. Er sagt, deshalb ist er ein bisschen neugierig auf den Tod. Weil er auch ein Entdecker ist- ich bin auch ein Entdecker.*

*Manchmal höre ich das Leben singen, in mir, ganz tief in mir drin. Bald werde ich selbst dieser Gesang, dann kannst du mich hören, wenn du in dich hineinhörst. Das ist schön und das tröstet mich- **sagt ein sterbendes Mädchen, 12 Jahre alt, und versucht ihre Mutter zu trösten und auf den Abschied von ihrer Tochter vorzubereiten.***

(Texte aus: Sabine Rachl, Ich wohne bald im Zeitlosraum- **Mutgeschichten vom Sterben und vom Leben.** Kinder und ihre Familien erzählen, Patmos Verlag ,2017

Wer leben will, muss älter werden!“ Das gilt auch umgekehrt: wer älter geworden und jetzt ein bestimmtes Alter hat, hat den Beweis angetreten, dass er gelebt hat, wie einverstanden oder nicht einverstanden, glücklich oder unglücklich er mit seinem Leben auch sein mag! Sie alle hier sind seit ihrer Geburt Zeitzeugen des Lebens, lebendige Beweise dafür, dass man älter werden muss, aber auch mit entsprechenden Veränderungen alt sein kann, wenn man denn leben will und darf.

Kinder beobachten uns beim Älterwerden und ziehen daraus Konsequenzen

Meine Oma ist schon achtzig, aber bis hundert hält sie es bestimmt noch aus.

Rentner wäre ich auch gern. Nur das ewige Spazierengehen würde mich nerven.

Opa kann sich freuen. Der ist jetzt achtzig Jahre alte und weiß, dass er lange gelebt hat.

Schön, dass Oma und Opa zusammen im Grab liegen. Da können sie sich wenigstens mal unterhalten

Ich will später nicht heiraten, ich will lieber Witwe werden

Omi kann froh sein, dass sie mich hat. Wenn sie nicht meine Oma wäre, wäre sie nur `ne alte Frau

Heiraten sollte man erst, wenn man alt und Rentner ist. Dann muss man nämlich nicht mehr arbeiten und kann den ganzen Tag zusammen sein

Ob das tägliche Zusammensein immer erfüllend ist, muss sich herausstellen. Eine Witwe steht mit einem kleinen Blumenstrauß am Grab ihres Ehemannes, **erinnert sich an das tägliche Zusammensein uns sagt freundlich: Otto, seitdem du tot bist, ist unsere Beziehung viel besser geworden.**

Das **Potenzial** an subjektiven individuellen, gesellschaftlichen, kulturellen wie politischen **Erlebnissen und Erfahrungen, ihre bis heute offenen Fragen und versuchten Antworten**, ihre Siege und Niederlagen, ihre Lieben und Enttäuschungen, ihr Können und Wollen, all das,, was in diesem Raum heute versammelt ist, bilden den Hintergrund, sind das Potential und Material ihres bisher gelebten und ungelebten Lebens , **nicht messbar, aber ein großer, zum Teil auch für Sie selbst verborgener Schatz**, den ich mit meiner Fragestellung ein wenig **sichtbarer machen möchte**.

In Würde altern und sterben, worauf kommt es an? Auf Sie, könnte ich verkürzt antworten. Wer in Würde alt werden und am Ende auch sterben möchte, **muss sich selbst würdigen. Würde lebt vom würdigen, einer Tätigkeit und wird nicht lebendig dadurch, dass wir ihr einen Gesetzestext widmen.** Die Liebe lebt vom lieben, die Hoffnung vom hoffen, der Glaube vom Vertrauen an etwas, das uns schützt und übergreift.

Niemand kann ersatzweise für sie leben, älter werden, alt sein und am Ende sterben. Sie müssen es selbst tun, sind zunächst selbst gemeint, auch wenn Sie Hilfe brauchen, müssen **Stellung beziehen, erfahren, erleben, reflektieren und entscheiden**, worauf es für Sie selbst bisher angekommen ist, gegenwärtig ankommt und in Zukunft bis zum unbekanntem letzten Atemzug ankommen wird. Die Vergangenheit schleust uns durch die Gegenwart in eine weitgehend unbekanntes Zukunft.

*Eine Witwe besucht mit Rollator und übergewichtigem Dackel die Gräber ihrer drei verstorbenen Ehemänner Paul, Karl und Heinrichdenkt an das Glück und die Mühen dieser Ehen nach und sagt dann zu ihrem Dackel: **Einer geht noch**. Sie hat für sich entschieden, dass sie auf keinen Fall alleine leben will, egal was anderen darüber denken.*

Wir sprechen viel über dies und das, über Gott und die Welt, aber relativ selten über unsere eigenen Ideen, wie wir in Würde älter werden wollen und das bis zum Ende unseres Lebens. Die oft leidenschaftlich geführte Diskussion über **selbstbestimmtes Sterben braucht ein ebenso leidenschaftlich geführtes Gespräch über die**

Erfahrungen und Bedingungen eines selbstbestimmten Lebens.

Woher sollten wir sonst wissen, worauf es für uns persönlich ankommt, wenn wir vom Leben Abschied nehmen müssen?

Seit Menschen auf diesem Planeten leben, denken und philosophieren sie über die Frage, wie Leben lebt und worauf es eigentlich ankommt, diese schwierige Aufgabe zu meistern.

Christian Morgenstern hatte eine Idee, worauf es ankommen könnte, um am Ball zu bleiben

Begeistere dich!

Glaube mir,

dass eine Stunde der Begeisterung

mehr gilt

als ein Jahr

gleichmäßig und einförmig

dahinziehenden Lebens.

Die Ruhe ist Dein Feind,

er ist mein Feind,

ist der aller Menschen

- ich meine die Ruhe

der untätigen Behaglichkeit.

Ohne Streben kein Erfolg,

ohne Feuer kein Brand!

Leben lebt mit und vom Älterwerden, es ist seine Existenzweise, eine biologische Tatsache mit all den Folgen, die Sie selbst im Gepäck all ihrer Lebensjahre haben. Niemand hier im Saal wusste bei der Geburt, was ihn in seinem Leben erwarten würde, wusste nicht, wie es verlaufen würde und weiß im Augenblick auch nicht,

wann und wie das Ende seines Lebens sein wird. **Dieses Nichtwissen ist nicht als ständige Bedrohung unseres Lebens**, also als dauerhafte Katastrophendidaktik gemeint, sondern **steht als offener Raum, als unbekannte Zeit und als Angebot zur Verfügung**: Leben ist nur eine **Möglichkeit, leben müssen wir es selbst. Es braucht in jedem Augenblick unsere Entscheidungen, unseren Willen weiterzuleben**, vom ersten bis zum letzten Atemzug **die Entwicklung und Gestaltung des eigenen Lebens in die Hand zu nehmen.**

Am Ende sind wir alle anders, aber darin gleich- **Überraschungseier der Schöpfung, der Evolution.** Wie immer es läuft, das Leben selbst interessiert sich in seiner biologischen Struktur nicht für unsere Kommentare, hat nichts versprochen, bleibt in gewisser Weise unplanbar und unverfügbar, aber gibt uns – wie meine indianischen Freunde sagen – **jeden Tag 24 neue Stunden, um das aus unserem Leben zu machen, was wir müssen (z.B. essen, trinken und atmen) können, wollen und natürlich auch das, was realistisch im Augenblick möglich ist.** Genau das meint auch der „Buten u. Binnen“ Moderator, wenn er uns am Ende der Sendung jeweils einen guten Abend wünscht und ergänzt: „Machen sie was draus!“

Nochmals: Leben hat **nichts versprochen, aber es hält viel**, nämlich das, was wir zusammen mit anderen Menschen unter den jeweiligen historischen und uns zugemuteten gesellschaftlichen Verhältnissen in den uns zur Verfügung stehenden Räumen und Zeiten gestalten. **In diesem Sinne ist Leben unschuldig und nicht gerecht.** Es macht keinen Sinn und hat auch keinen Zweck, unserem Leben als solchem vorzuwerfen, dass es so ist, wie es ist, dass wir es gerne anders hätten, dass wir **eine riesige Mängelliste in der Schublade haben, wozu wir auch selbst gehören.** „Ich bin schon wieder älter geworden, sagen manche klagend“, aber wissen auch nicht, was das Leben sonst mit ihnen machen könnte, ohne sich selbst aufzugeben.

In unserem **konkreten Leben** geht es **natürlich darum**, dass wir das, was uns zugemutet wird oder was wir „in den Sand setzen“, was unsere Kräfte manchmal überschreitet und ein anderes Mal

unterfordert, **selbstkritisch, begeistert oder auch ärgerlich anschauen, nach Gründen, Fehlern und Strukturen suchen, die uns ungewollte oder selbst inszenierte Lebenskrisen verstehen lernen lassen. Aber diese Erkenntnisse und Reflexionen müssen wir dazu nutzen**, das veränderbare vom unveränderbaren Geschehen unterscheiden zu lernen. Nur dann können wir die aktuelle biografische Situation einschätzen und die nötigen Kräfte wie Einsichten entwickeln, um eine Krise zu bewältigen oder nach entsprechender Hilfe zu suchen.

Wer krank wird, macht in erster Linie eine menschliche Grunderfahrung: dass Menschen verletzbare und endliche Wesen sind! Darin wird eine Grundstruktur des Lebens sichtbar: es ist auf allen Ebenen polar, nicht auf entweder/ oder ausgerichtet, sondern auf Wandel und Veränderung. Lust **und** Angst, Gesundheit **und** Krankheit, Hingabe *und* Abgrenzung, Himmel und Erde, Kälte und Wärme, Wissen und Unwissen **stehen in einem ständigen Wechselspiel, widersprechen und ergänzen sich, erzeugen Freude und Leid! Jede Idee, dass wir garantiert von irgendetwas verschont bleiben**, dass uns nicht treffen kann, was dem Nachbarn geschieht, ist eine **Allmachtsfantasie u führt auf Dauer statt zu Sicherheit zu Enttäuschung, Hoffnungslosigkeit und Resignation.**

Natürlich sind wir **immer auf der Suche nach dem Machbaren, und es ist eine Erfolgsgeschichte der Menschheit**, was dabei herausgekommen ist. Aber die **Krisenhaftigkeit und Fragilität** des Lebens **zwingt uns immer wieder neu in die Demut dem Unverfügbaren gegenüber**. Gleichzeitig aber lässt uns das Leben wissen, dass die **Hoffnung, etwas zu tun, etwas auszuprobieren, etwas zu verändern nicht gestorben ist, wenn wir auf scheinbar unlösbare Probleme stoßen**. Es geht immer auch darum, zu erkennen, zwischen dem Tun und dem Lassen, dem Möglichen und dem Unmöglichen, dem Wann und dem Wie zu unterscheiden.

Älter werden heißt **unterwegs** sein. Auf **geraden und ungeraden Wegen, auf Umwegen. in Sackgassen und in Einbahnstraßen**, auf **persönlichen Trampelfaden**, die man für Alleen hält oder

subjektiven Autobahnen, auf denen **man unbemerkt ständig im Stau steht**, weil man die Abfahrten und Ziele verpasst. Eher gesund als krank oder krank als gesund, **normal verrückt oder verrückt normal**, mit guter oder Rente am Existenzminimum, auf Spielplätzen mit eigenen Enkelkindern oder als Vorleser und Musiklehrerin für andere Kinder in einer KITA, auf **Mallorca-Reise** und Shoppingtour ,in **Wohn- und Pflegegemeinschaften** für Menschen mit Demenz oder in der barrierefreien Einzimmerwohnung, in **einer Stadt**, die sich um „neues Altern“ kümmert, **auf dem Land**, wo der letzte Tante Emma Laden gerade dicht macht, als älterer Mitarbeiter in einer Werft, **als pensionierter Professor, der nichts mit sich anzufangen weiß und zivilgesellschaftliches Engagement und soziale Praxis als Pflicht nur für junge Menschen** einklagt oder als **Obdachloser** auf der Straße, der älter werdend immer mehr Mühe hat, seinen Schlafplatz gegen die jüngeren zu verteidigen. **Im Sterben mitten** in der Familie zu Hause oder mit Glück als Gast in einem Hospiz oder auf einer Palliativstation, das alles ist Älterwerden in Deutschland zwischen Selbstbestimmung, Konsum und Enteignung.

Ob man will oder nicht, es mag oder nicht, Leben lässt uns solange wir leben keine Wahl. Es fordert, drängelt, unterbricht, schiebt und schuftet, bahnt Wege, stellt sich in den Weg, bricht auf, ab und immer wieder ein, genießt und entspannt sich, um im nächsten Augenblick alles auf den Kopf zu stellen, ohne dass es sich dabei um eine Yoga-Übung handelt!

Unterwegs sein ist das zentrale Handlungsperspektive und gleichzeitig jene vielfältige wie ambivalente Herausforderung, um deren Bewältigung es hier und heute geht. **Älterwerden ist die immanente Logik des Lebens**, sein Inhalt, seine Form und seine Arbeitsweise. **Niemand wird ohne irgendeine Aktivität und Gesundheit älter, auch wenn wir viel „Passivität“, „Resignation“, „Vereinsamung“, „Handlungsarmut“ oder nur noch eine Art „Restgesundheit“ sehen**, die aber letztlich zum „Überleben“ reicht. Zumindest muss der Mensch bis ins hohe Alter trinken, essen, verdauen, atmen, ein wenig denken, fühlen, sich irgendwie mit sich

selbst beschäftigen und notwendigerweise auch handeln. **Auf diese Weise ist jeder Mensch, der lebt, noch „fit und gesund“, lebt irgendwie seine „Qualität“ und versucht sich mit sich selbst und den Verhältnissen zu arrangieren.**

Und genau in diesem „Irgendwie“ steckt ganz offensichtlich die Herausforderung, der sich jeder von uns stellen muss. **Nicht „irgendwer“ wird „irgendwo“, „irgendwann“ und „irgendwie“ gesund, in Würde und aktiv älter, sondern wir selbst, so wie wir sind und nicht so bleiben müssen, also die konkreten historischen Subjekte, die für die Gestaltung ihres Lebens zuständig sind. Als Professionelle, Ärzte, Pflegende, Lehrer, Wissenschaftler, Bildungs- und Gesundheitspolitiker, die die Gesundheit anderer Menschen fördern wollen, machen wir uns zusammen mit jenen anderen Menschen in unterschiedlichen Lebenslagen, als Frauen und Männer, bildungsnahe und bildungsferne Klienten, als Menschen bei guter Gesundheit und andere mit schwerer Krankheit unsere subjektiven wie öffentlichen Gedanken, wie man denn nun vielleicht auf eine andere als die bisher erprobte, nicht so für Leib und Seele ungesunde, vor allem aber würdige und selbst- oder mitverantwortliche Weise besser älter werden kann und vor allem auch dann durchhält, wenn bedeutende Voraussetzungen des bisherigen Lebenskonzepts wegfallen.**

Wenn das Ende der Erwerbsarbeit, der Tod des Partners, finanzielle Einbußen, Krankheit uns konkrete Veränderungen abverlangen und das Leben erneut offenlegt, worauf es seit unserer Geburt bereits angewiesen ist: **dass der kreative wie spielerische Umgang mit Ungewissheit, Unvorhersagbarkeit, überraschenden Lebensereignissen, aber auch mit der eigenen Persönlichkeit und ihren Verhaltensweisen die Schlüsselqualifikation für Gesundheit als einer Lebenskompetenz ist.** Gesundheit ist keine Salami, von der man sich täglich eine Scheibe abschneidet bis man am Ende des Lebens auch am Ende der Wurst angekommen ist. **Identität ist immer eine Identität im Werden und auf Anpassung und Veränderungen angewiesen.**

In Würde, würdevoll und gewürdigt Älterwerden ist insbesondere dann, wenn vieles beendet wird oder aufgegeben werden muss, was das Leben bisher ausgemacht, gefesselt, beglückt, befriedigt oder erträglich gemacht hat, **auf mutige Akzeptanz zur Selbstüberschreitung, spielerische Phantasie und die Entdeckung von Potentialen angewiesen, die bisher nicht entdeckt wurden oder nicht mitspielen durften, weil sie unnötig, ineffektiv oder für das jeweilige Alter unangemessen schienen.** Zu diesen Potentialen gehören Spielen, Wundern, Hilfe in Anspruch nehmen, das Fremde wagen, mit geliebten Gewohnheiten brechen und andere beibehalten, auch wenn sie neuen Lebens- und Gesundheitsregeln widersprechen.

Dazu zählen auch Veränderungen von **Essgewohnheiten, Arten des Geldausgebens, der Umgang mit Kleidersitten, die Art und Weise des Liebens und es gilt auch für die Lust oder Unlust auf Bewegung, für den Umgang mit Ärger in Gemeinschaften oder noch schwieriger für den Kampf um Ruhe, Entspannung oder meditative Geduld.** Letztere kommen uns besonders im Alter vor allem dann abhanden, wenn wir statt Auto fahren und einfach losrennen plötzlich langsam mit dem Rollator gehen müssen, die eigene Familie wegen ihrer Bevormundung und Ungeduld manchmal schwer ertragen können oder abhängig und unruhig auf etwas warten müssen, was wir früher schnell selbst erledigt haben.

Älterwerden ist ein nachhaltiger Prozess der Veränderung, sagen uns die Enkel:

Erst kriegt man im Mund eine Glatze, dann wachsen die zweitzähne.

Mein Opa ist am Kopf barfuß.

Wenn Oma Zahnschmerzen hat, legt sie ihre Zähne einfach ins Glas.

Je älter ein Mensch wird, umso teurer werden seine Zähne.

Omas geben keine Milch mehr.

Oma ist so dick, weil sie so voller Liebe steckt.

Meine Oma ist von innen jung.

Omas kann man besser überreden.

Sie unternimmt viel mit mir, aber sie kann auch nerv tötend sein.

Ich kann gar nicht so schnell hören wie Oma redet.

Omas wollen immer küssen.

Eine Oma erkennst du daran, dass sie noch Frühjahrsputz macht

Eine Oma ist eine Mutter, die noch mal eine Chance gekriecht hat.

Oma ist der kostbarste Teil der Familie. Die hat schon Altertumswert.

Oma ist jetzt sehr wertvoll. Früher waren ihre Haare schwarz, jetzt sind sie Silber!

Oma hat mir gelehrt, dass ich nicht in ein fremdes Auto steigen soll und Aufräumen

(aus der Reihe Kinderwitz im Subito Verlag)

„Man muss das Allgemeinste persönlich darstellen“ zitiert Arno Geiger als Leitsatz zu seinem wunderbaren Buch „Der alte König in seinem Exil“ (Hanser 2011), in dem es um seinen Umgang mit dem an Demenz erkrankten Vater geht, den japanischen Künstler Hakusai. Dieser Satz gibt uns auf, **was es zu beachten gilt, wenn es um die ungeheure Vielfalt von Formen des Älterwerdens, um Familie und Verortung, um Heimat, ihren Verlust und neue Formen der Beheimatung, um Krankheit und Gesundheit des Menschen, seine spezifischen Leidens- und Genesungswege geht.** Was ist wichtig? Was macht unser Leben lebenswert, was macht es mühsamer? Welche Aktivitäten braucht das Leben, welche sind zu unterlassen? Was ist **das Allgemeinste**, das wir persönlich darstellen müssen, um mitdenkend und mitfühlend verstehen zu lernen?

„**Königin Würde**“, nennt der Kulturladen Huchting in Bremen ein Projekt, in dem es darum geht, **den Begriff der Würde im Kontext der Lebenserfahrungen von Menschen auszuleuchten**, die als Frauen auf unterschiedliche Weise die Missachtung ihrer Würde erlebt haben, die die Flucht vor Terror, Erniedrigung und Würdelosigkeit aus ihren Heimatländern als einzige Möglichkeit sahen, sich auf den Weg in eine total unsichere Zukunft zu machen, um in Würde zu

leben. In Würde zu leben, alt zu werden und zu sterben ist nicht nur unter solchen dramatischen Umständen ein Wagnis, auf das wir uns selbst einlassen müssen.

Würde ist ein Begriff für etwas, das auf seine Erfüllung angewiesen ist. So wie die Liebe davon lebt, dass wir lieben. So wie die Hoffnung davon lebt, dass wir hoffen. Und der Glaube davon, dass wir an etwas glauben, das uns einen Horizont bietet, der uns als Einzelwesen übergreift und uns tätig, denkend und fühlend in die Zukunft lockt. **Die Würde lebt also von der Praxis des würdigen,** will und muss im Streit mit der Wirklichkeit, die sie umstellt, **verwirklicht** werden, kann **nur als individuelle und gesellschaftliche Praxis ihre lebendige Bedeutung zeigen.** Würde ist letztlich nicht einklagbar- sie lebt von der Fähigkeit, ein Mensch im aufrechten Gang zu sein.

Die Würde steht in einem komplexen Beziehungsfeld von Werten, die wie Freiheit, Selbstbestimmung und Autonomie, Respekt und Anerkennung des anderen und im Kontext der umfassenden Menschenrechte beschreiben, was als **ein menschenwürdiges Leben angedacht worden ist.** Mit Albert Schweitzer gedacht geht es um die radikale „**Ehrfurcht vor dem Leben**“ und um die Einsicht: **Wir sind Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will.**
(Schweitzer)

Der Mensch kommt mit der **Bestimmung, Aufgabe und Herausforderung auf die Welt, aus dem, was er biologisch als Mensch schon ist und an Werkzeugen mitbringt,** sein Leben zwischen Geburt und Tod in dem Wissen zu gestalten, dass er auf eine **unbekannte belebte Welt und andere Menschen** stößt, die ebenfalls ein Leben leben und gestalten wollen und müssen, **das man aber nur dann würdevoll nennen kann, wenn man gemeinsam die Bedingungen schafft,** die es jedem Einzelnen wie den Gemeinschaften., Ethnien und Völkern, ermöglichen, ihre spezifischen, kulturellen, politischen und religiös bestimmten Leben zu erfinden.

Die Würde ist dem Menschen als Wissen wie als Sehnsucht einverleibt. Sie ist ein lebenslanger Kompass! Kinder üben bereits im Mutterleib, miteinander in Würde auszukommen. **Als Babys zunächst ohne Sprache wissen sie, was ihnen gut bekommt,** lernen Schritt für Schritt die Körpersprache von Geben und Nehmen, von Geborgenheit und Autonomie. Wir haben das Wissen eines „dem Menschen gerecht werdenden Lebens“ in uns- so stumm und leise diese Stimme im Laufe des Lebens im Umgang mit uns selbst und mit anderen auch werden kann.

Um nun dieses Wissen und die Sehnsucht nach Anerkennung und Geborgenheit umzusetzen, müssen wir eine innere Ordnung und Orientierung aufbauen. Wir müssen lernen, einen würdigenden Umgang mit uns selbst zu entwickeln. **Wenn es einem Menschen nicht gelingt, ein inneres Bild davon zu entwickeln, wer er sein will, sein kann, auch sein muss um seiner selbst willen, fehlt ihm diese innere Ordnung,** an der er sich letztlich immer wieder neu aufrichten kann, wenn er seine Würde zu verlieren droht oder von anderen entwürdigt wird. **Die Würde des Menschen ist unantastbar-** aber dazu gehört auch die **unabdingbare Voraussetzung, sich seiner eignen Würde im Leben und Sterben bewusst zu werden.**

- **Würde** ist für mich die **Ehrfurcht vor dem Leben** und der **Mut, der Verfolgung des Lebendigen** entgegenzutreten so gut ich kann. Sich zu zeigen und dafür zu sorgen, dass wir das würdigen, berühren und anerkennen täglich praktizieren
- **Würde** braucht die **Erfahrung wirklicher Verbundenheit mit anderen Menschen** (mit Natur und anderen Lebewesen) **wie die Erfahrung eigenen Wachstums,** auch und gerade im Abschied vom Leben.
- **Würdevoll leben und sterben heißt Veränderung,** die Widrigkeiten des Altseins bei zunehmender Gebrechlichkeit zu akzeptieren, um Hilfe zu bitten und die eigene Autonomie zu bewahren

Was wir Müssen, Sollen, Wollen, Können und Dürfen?

Mit den pathischen Kategorien hat der Arzt Viktor v. Weizsäcker ein Denkmodell vorgelegt, worauf es ankommt, um ein Leben wissend und verantwortungsvoll und im aufrechten Gang zwischen Himmel und Erde hinzubekommen, zumindest zu üben..

Unsere biologische Existenz ist mehr als ein »Fakt«, nicht nur etwas, das da ist, sondern ein **Dasein und Mitsein, das immer im Werden begriffen ist**. Dieser **Werde Prozess des Lebens** ist uns einerseits als **Arbeitsauftrag** zur Entscheidung aufgegeben und erwartet andererseits, dass wir **Vorgegebenes akzeptieren**. Viktor v.

Weizsäcker spricht deshalb von der menschlichen Existenz als einer »**pathischen Existenz**«, **in dem Erleiden und Entscheiden Hand in Hand gehen**. Der Mensch gestaltet sein Leben über das **Müssen, Sollen, Wollen, Können und Dürfen** und jede dieser fünf Dimensionen steht im Diskurs mit den anderen. **Selbstreflexion, Abwägen und Entscheiden ist verlangt**. Was ich muss, will ich und kann ich vielleicht nicht. Was ich kann, soll und darf ich nicht. Was ich darf, muss und sollte ich möglicherweise nicht. Was in uns steckt, vorantreibt oder behindert, ist vor allem uns selbst unbekannt und mehr als wir im Voraus wissen. Das individuelle Potenzial muss entdeckt, entwickelt und auch dann ausprobiert werden, wenn ein Mensch unsicher ist. Bei aller notwendigen Vorsicht **bleibt Leben ein Experiment und ein lebenslanges Abenteuer**, das mit jedem Sonnenaufgang neu beginnt.

Zwischen **Erleiden und Entscheiden** bestimmen wir also einen Teil unseres Lebens selbst. Wir legen fest, ob wir morgen oder übermorgen ins Kino gehen, zur Menschenkette nach Hamburg oder Tokio fahren, ein Haus bauen, heiraten, anonym beerdigt werden wollen oder nach unserem Ableben eine Wohngemeinschaft in einem Friedwald gründen, einem Bettler etwas geben, ein fremdes Kind durch die Schulzeit begleiten, dies oder das tun oder es unterlassen. Über diesen Teil **stehen wir in der freien Entscheidung, wir gestalten aktiv und**

können tun, was wir wollen. Die pathischen Kategorien des »Wollen« und »Müssen« treiben den Menschen voran. Das Sollen vertritt den Aspekt der Zukunft des Lebens und macht auf die freie Wahl der Entscheidung im Spektrum zwischen Freiheit und Notwendigkeit aufmerksam.

Ein anderer Teil unseres Lebens wurde bestimmt, bevor wir Einspruch erheben oder Mitsprache üben konnten, gehört in ein Grundverhältnis, das sich dem überprüfbaren Beweis entzieht. Dieser Teil unserer Lebensbedingungen wie Eltern, Zeitpunkt und Ort der Geburt, liegt mit dem Geschenk der nackten Geburt sozusagen als Zugabe auf dem Tisch. Manche nennen es Schicksal, wer immer es abgeschickt hat. Was aber unterliegt nach der Geburt jenseits des Faktischen, das wir nicht ändern können, unserem Müssen, Wollen, Sollen, Können oder Dürfen und wie? **Im ständigen Lebenskampf zwischen Freiheit und Notwendigkeit,** Wollen und Müssen, mischen sich »Können« und »Dürfen« ein! Manchmal blüht im Müssen ein Dürfen auf. Was bedeuten die uns auferlegten Zeitpunkte und Orte unserer Geburt für unser weiteres Leben? Was wollen und können wir daraus machen? Was sollen uns die Eltern, an die wir geraten oder zu denen wir gehören dürfen? Was bekommen wir mit dem Heimatland zu tun, in das wir hineingeboren werden, wie wird es unser Leben einfärben? Was müssen wir fürchten, wenn wir nach Krieg, Folter und Flucht in das alte Heimatland ausgewiesen werden? Weizsäcker spricht vom »Karfreitag« des Müssens, der Krönung des Leids.

In jeder Krise, jedem Lebensabschnitt, jeder freiwilligen oder erzwungenen Veränderung wird im Angesicht der Spannungsbeziehung zwischen Erleiden und Entscheiden das innere Vermögen herausgefordert, vermehrt, auf die Probe gestellt, gestört oder massiv behindert Die Folgen und Auswirkungen unserer Lebensentscheidungen, Handlungen und unseres Verhaltens »erleben« wir hautnah und leibhaftig, indem wir ihre Angemessenheit oder Unangemessenheit zu spüren bekommen. Man muss die Folgen tragen, sagten uns schon früh Eltern und Lehrer. **Wer sich den als**

notwendig erkannten körperlichen, seelischen, geistigen oder sozialen **Veränderungen widersetzt, muss die Folgen der Blockade seiner eigenen Lebendigkeit und Potenziale in Kauf nehmen**, auch wenn sie zunächst unsichtbar bleiben und unerkannt über Symptome verschiedener Art zum Ausdruck bringen, was dem Leben geschehen ist. **Wenn Körper und Seele streiken, ausbrennen oder verhungern, ruft das Leben mit Symptomen um Hilfe. Jede Wortmeldung des Leibes ist eine Mitteilung an den ganzen Menschen, an seine Gefühle, sein Bewusstsein, seine soziale Eingebundenheit und je nach Inhalt der Mitteilung auch ein Appell an seine politischen, religiösen oder ethischen Anschauungen wie seine Haltung zur Welt.**

Ist unsere Liebe mehr ein Müssen, Wollen, Sollen, Können oder Dürfen oder in welcher Art und Weise lieben wir unsere Partner, Kinder, Eltern oder die Natur? Wie erleben wir unsere Arbeit? Will ich arbeiten? Oder muss ich? Darf ich arbeiten? Soll ich? Kann ich arbeiten? Jedes Mal ist es das gleiche Tun: ich arbeite. Jedes Mal ist es ein anderes Tun, ich arbeite anders. Vor welcher neuen Konstellation des Wollens, Müssens oder Könnens stehen wir, wenn wir die fristlose Kündigung am Arbeitsplatz in Händen halten? Wo bleiben unser Wollen und Können in der Freundschaft, wenn diese mit Kränkung, Intrige oder Verrat aufgekündigt wird? Muss, soll, kann, will oder darf ich mich wie auf meine eigene schwere Krankheit oder die eines anderen Menschen einlassen oder verweigern? Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg! Aber darf und kann ich den Weg gehen, den das Wollen anbietet? Das »Yes we can« aus Amerika hat ein Stück politische und zivilgesellschaftliche Wiederbelebung erzeugt, die sich aber als erlebte Hoffnung vom Erfolg unabhängig machen muss, um zu zeigen, dass man hoffen kann und darf. Wie erleben wir das »Ja zum Können« in der Jahrhundertkrise, die wir in Japan erleben? Wie erleben wir die sozialen Freiheitsbewegungen im benachbarten Afrika? Wer muss und soll, wer will und kann, wer darf hier etwas tun und eingreifen?

Allen pathischen Kategorien ist gemein, dass sie nicht Tat sind, keine objektivierbare Größe enthalten, sondern Spielarten und Ausdruck für die Gestaltungskraft des Subjekts. »Sie sind ein Spazierstock, nicht die Wanderschaft selbst.« (Weizsäcker 1951, S. 67) Sie helfen uns auf unserem Weg, färben die Realität ein, machen sie erträglicher oder zeigen uns an, wann und warum wir mit dem Rücken zur Wand stehen, das Licht am Ende des Tunnels sehen, den Höhepunkt der Krise hinter uns haben und auf dem Weg der Besserung sind. Viele Menschen formulieren das so: »Ich kann jetzt wieder nach vorne schauen«, »Ich muss und will wieder hoffen«, »Ich darf Hilfe in Anspruch nehmen«, »Ich sollte mich von meinem Partner trennen, um mir selbst noch in die Augen sehen zu können.«

Die pathischen Kategorien verweisen auf die Dynamik des Lebendigen, wenden sich gegen statisch-statistische Befunde und verweisen auf Entscheidungsspielräume in einer Realität, die als solche unbeirrbar erscheint. Wir werden nicht als liebende, arbeitsame, mutige oder feige, tatkräftige oder passive Wesen geboren, sondern müssen, sollen, können, wollen und dürfen es werden. Wir sind nicht krank, sondern wir werden es. Auch Gesundheit ist ein ständiges Werden und kann jeden Augenblick verloren gehen. Vergangenes und Zukünftiges gehen in der Krise des Wandels und der Transformation Hand in Hand. **Die Gegenwart hat so etwas wie eine Brückenfunktion. Das in die Krise geratene Sein wendet sich an das »Potential« in uns und hofft, dass sich das Blatt wieder wendet.**

Wenn der Boden brüchig wird, erleben wir in besonderer Weise die drängende Kraft des **»ungelebten Lebens«**, die das bisher Unmögliche verwirklichen will. Den nächsten Atemzug zum Beispiel, wenn uns die Luft ausgeht, einen neuen Gedanken, der uns bisher unangenehm war, eine Arbeit nach längerer Arbeitslosigkeit, eine neue Liebe, die nach dem Tod des Partners undenkbar schien. Der Philosoph Ernst Bloch spricht von einem **»Prinzip Hoffnung«**, das **alles Leben durchdringt, ins Gelingen verliebt ist und kein Hundeleben ertragen will.** Diese drängende Lebenskraft erleben wir

mit Hilfe spezifischer Modi, jenen »pathischen Kategorien«, die die unterschiedlichen Ausdrucksformen umschreiben, Lebenswillen und aktive Lebenslust zu bekunden. Mit Sätzen wie: »Ich bestehe nur noch aus Müssen«, »Ich will ja, aber ich kann nicht«, »Ich darf nicht zur Ruhe kommen, sonst drehe ich ab«, drücken viele Menschen aus, woran sie leiden und wie nahe sich leidenschaftliches Pathos und das Pathologische, das Krankmachende sind. **Die »pathischen Kategorien« verleihen unserem Leben und Erleben, unserer Hoffnung und unserem Handeln eine spezifische Qualität und jeder Mensch spürt den Unterschied, der im Müssen, Wollen, Sollen, Können und Dürfen steckt.** In der Melodie der fünf pathischen Kategorien wird die Bestimmung und Gestimmtheit der menschlichen Existenz »hörbar«, sie färben die persönliche Lebensmelodie des Subjekts ein, sind von ihm abhängig, können wahrgenommen, aber müssen auch bewusst entschlüsselt und mit Bedeutung und Sinn versehen werden, um als Instrumente der Lebenskunst dienen zu können. **Müssen, Wollen, Sollen, Können und Dürfen sind Erlebensmöglichkeiten unserer Subjektivität,** bringen uns in Beziehung zu uns selbst, zu unserer Gestimmtheit wie zu jener Bestimmung, die uns als Individuum überschreitet.

In den pathischen Kategorien geht es also um die »Modi des Erlebens« eines Lebens, das man nicht einfach an sich vorüberziehen lässt, nicht nur aussitzt, durchsteht, sondern das man auch leben will, kann und darf. **»Wir sind Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will!«**, heißt es bei Albert Schweitzer. Es geht um die Leidenschaft und um das »Erleiden« von Freude und Schmerz, Liebe und Hass, Hingabe und Abgrenzung. Dazu bedarf es der Kraft entschlossener Menschen. **»Man entdeckt keine neuen Weltteile, ohne den Mut zu haben, alle Küsten aus den Augen zu verlieren«**, dieser Satz von André Gide gilt auch für die Entdeckungsreisen im Leben.

»Das Müssen ist der Karfreitag des menschlichen Daseins« (Weizsäcker 1951, S. 68), es ist die Krönung des Leids, in seiner

reinen Form unbedingt und zwingend. Aber das Müssen bleibt auch das Müssen des Menschen, zwingt ihn in die Auseinandersetzung mit sich selbst. Wenn ein Mensch immer Recht und das letzte Wort haben muss, morgens seinen Kaffee und abends seine Tagesthemen, wenn ein Mensch in der Vielfalt seines Müssens nicht mehr unterscheiden kann, was er lebensnotwendig muss und hinter welchem Müssen er sein Können und Dürfen verborgen hat, dann sehen wir die Dynamik des Subjekthaften, auf das uns das Pathische aufmerksam macht.

Im **Wollen** zeigt sich mehr als in den anderen Kategorien **das »Ich«**, **das auf Durchsetzung dringt. Hier kann sich das Subjekt zum Tun bekennen:** »Ich will, und wenn es sein muss, mit dem Kopf durch die Wand.« Das **Wollen ist der Aktivist** gegen das Passive im Pathischen, das wir erleiden müssen. Mit dem Wollen stellt sich der Mensch dem Gegebenen entgegen. »Ich will Erfolg haben« setzt Ziele und den brennenden Wunsch voraus, sie zu erreichen. »Ich muss Erfolg haben«, zeigt, wie sich die begonnene Aktivität und leidenschaftliche Bewegung in Getriebensein verwandelt und die Freiheit des Wollens in die Abhängigkeit des Müssens geht.

Das Sollen enthält einen Imperativ. »Du sollst« ist der Beginn aller zehn Gebote. Das Sollen ist grundsätzlich kein Müssen, basiert auf der freien Entscheidung, eine Option, die dem Menschen als dem mit Bewusstsein ausgestattetes Wesen vorbehalten und aufgegeben ist. Die Würde des Menschen soll unantastbar sein, der Mensch eine Arbeit haben, Schutz erfahren. **Die Menschenrechte sind das große Sollen, Imperative, die das friedliche Zusammenleben der Menschen garantieren sollen, und es macht sie nicht hilflos, nur weil sie dies in der Realität nicht garantieren können.** Im alltäglichen Umgang mit dem Sollen, im »Du solltest« ist schon die Drohung des Müssens enthalten. In der Aufforderung gesund zu werden, ist das Sollen in ambivalenter Weise aufgetragen: für wen oder was soll ich gesund werden? Muss ich es, um der kleinen Kinder willen, fragt sich die junge an Brustkrebs erkrankte Mutter? **Es ist an**

uns zu erleben oder zu erleiden, ob das Sollen es gut oder schlecht mit uns meint.

Das Können ist eine der wichtigsten Sozialisationsanforderungen. Vieles im Leben entscheidet sich am »Können« und das Vertrauen in mich, in die anderen Menschen und in die Welt, in der wir leben, wächst mit dem Erleben: Ich kann etwas! Als emotionale und soziale Kompetenz erlebt das Kind das in der Anerkennung seiner Leistung, im Lob. Zu erfahren und zu erleben, was man kann, aber eben auch nicht kann und beides zu akzeptieren, gehört zur wichtigen Begegnung mit den Potenzialen, die in uns stecken. **Das Können ist Potenz, der Mensch ahnt, dass im Können Zukunft liegt, dass etwas möglich wird, was noch nicht Gegenwart ist.** »Das Mögliche übertrifft das Erlaubte, das Gemusste, das Gewollte und das Gesollte bei weitem und versetzt uns jetzt sozusagen in einen Teich, in dem der Fisch nach allen Richtungen schwimmen kann.« (Weizsäcker 1951, S. 83)

Das Dürfen ist für Weizsäcker der »Ostermorgen« des menschlichen Daseins, der dem Karfreitag des Müssens folgt. Morgenröte, Geburt, Wiedergeburt, Transformation sind angesagt. Im Dürfen wird ein Wegweiser sichtbar. Endlich darf ich zur Ruhe kommen, zur Schule gehen, auf eigenen Füßen stehen, vielleicht auch sterben, weil ich Erlösung erfahren darf. **»Ich darf!« hinaus in die Welt, wie »Hänschen klein«, der allein in die Welt ging, mit Stock und Hut und beides stand ihm gut.** Leider Gottes weinet oft wer, wenn wir aufbrechen, dann muss das Dürfen sich noch einmal umsehen. »Du darfst!« ist die befreiende Erlaubnis für das Kind, einer eigenen leidenschaftlichen Bewegung zu folgen und nach den »Zuckertöpfen« des Lebens zu greifen. Der Kranke, der nach wochenlangem Liegen endlich aufstehen darf, spiegelt die befreiende Freude des Dürfens im Gesicht. **Das Dürfen kennt seinen Schatten, das Unerlaubte, die Grenzen, die Verbote!** Aber das Recht, leben zu dürfen und gegen alle Widerstände ein freier Mensch werden zu

wollen und zu dürfen, ist im Prinzip eine grenzenlose Aufforderung. **Wenn sich das Dürfen mit dem Wollen und Können verbündet und auch noch das ist, was wir müssen und sollten, dann ist das Leben kaum auszuhalten.**

Ich fasse zusammen: In Würde leben und sterben- worauf kommt es an.

1. Älter werden ist die Grundstruktur und Arbeit allen Lebens vom ersten bis zum letzten Atemzug. Wir bekommen nur die Möglichkeit zu leben, leben müssen wir selbst Mit jedem Atemzug, Herzschlag, mit jedem Gedanken, jedem Gefühl und jeder Handlung folgt der Mensch dieser Hausforderung und ist auf diese Weise gezwungen, durch alle Lebensphasen hindurch, sein eigenes Leben zu erfinden und zu gestalten.

2. Mit der Geburt tritt der Mensch eine Lebensreise an, deren Ziel und Zeit unbekannt ist. Wir kommen ungefragt zur Welt, können Familie, Geburtsdatum und Geburtsland nicht aussuchen, sondern müssen zunächst einfach hinnehmen, dass Leben uns individuell und gesellschaftlich etwas zumutet, uns in eine Welt einbindet, die schon da ist und uns im Übrigen nichts versprochen hat. Verletzbar, als Mängelwesen geboren und mit der Endlichkeit konfrontiert, machen wir uns auf den Weg.

3. Mitten durch gelebtes, ungelebtes und erhofftes Leben hindurch entsteht in der täglichen Übung des „aufrechten Gangs“ durch Gestaltung, Bewegung, Erfindungsreichtum, durch Erfahrungen, durch Eingriffe von außen und Selbstverantwortung, aber auch in **Tälern von Verzweiflung, Rückzug und Resignation eine einzigartige wie sehr spezifische Biografie**, die alle Merkmale der Gesellschaft und der Kultur in sich trägt, in der sie entstanden ist. **Im Älterwerden sind und bleiben wir Kinder der Evolution, der**

Zivilisations- und Zeitgeschichte, der Lebensgeschichte anderer Menschen- sozusagen Kulturerbe in Einzelausgaben.

4. Im Biografischen treten sich „Ereignis und Erlebnis“ gegenüber. Wir erkennen die Geschichte des Einzelnen im Spiegel seiner individuellen und gesellschaftlichen Bezugfelder und müssen, um ihn und sein Leben zu verstehen, die Daten und Ereignisse, das Objektivierbare in seinem Leben von der Bedeutung und dem Erleben, dem Subjektiven unterscheiden lernen. Die medizinische Diagnose „Krebs oder Demenz“ oder die soziale Diagnose Armut stellen ein faktisches Ereignis, einen objektiven Befund dar, ein Ereignis, das das den Menschen unverhofft oder erwartet trifft, sozusagen wie aus heiterem Himmel trifft. Was diese Diagnose aber für uns bedeuten werden, welche Auswirkungen sie haben, wie wir die Krankheit erleben, ist das Erlebnis und das Erleben rund um diese Diagnosen.

5. Leben ist immer Koexistenz, immer Stoffwechsel und Auseinandersetzung mit der Welt und den Menschen, die uns umgeben. „Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will.“ (Albert Schweitzer) Der aufrechte Gang ist der gemeinsame Gang der Menschheit und braucht eine aufrechte Seele, einen aufrechten Geist, eine aufrichtige und widerständige soziale Gemeinschaft und anderes.

Im Gespräch über ihren bevorstehenden Tod (aus Rachl,a.a.O)

sagt:

Micha, 7 Jahre alt

Ich bin ja nicht weg, Mama.

Ich wohn bloß bald im Zeitlosraum.

Da kannst Du mich besuchen,

immer, wenn du willst, und ich dich auch.

Und wenn wir uns treffen,

reden wir nicht mehr,

wir haben ja keinen Mund mehr.

Wir wissen einfach so,

was wir uns sagen wollen.

Im Zeitlosraum kannst du immer überall sein,

wie wenn du Luft wärst.

Da ist es sehr schön

Ein sterbendes Mädchen, 15 Jahre alt, für die kleine Schwester

Ich bleibe deine Schwester, immer. Du kannst mich spüren. Wenn du die Sterne am Himmel anschaust, weißt du: Ich bin da. Wenn dir der Wind die Haare zaust, spürst du: Ich bin da. Wenn du dir wünschst, dass dir jemand die Hand gibt: Erinnere dich an meine. Ich habe dann keine Hände mehr, aber ich bin da. Ich bin immer in deiner Nähe.

Ein sterbender Junge, 14 Jahre alt

Also, ich glaube ja, dass Energie nicht so einfach verschwinden kann. Das hatten wir vor einiger Zeit auch in Physik. Die kann sich nur verwandeln, verschwinden kann die nicht. Du kannst dich also praktisch auflösen, wenn du stirbst, und deine Energie materialisiert sich irgendwo und irgendwie auf eine Art, von der du jetzt noch keine Ahnung hast. Und das Wort „materialisiert“ stimmt auch nicht, weil Energie ja nicht unbedingt Materie ist.- Woher kommen denn unsere Vorstellungen von Zeitreisen und vom Beamen, die Vorstellungen, die du so in Filmen siehst? Vielleicht sind das ja nicht einfach nur Wünsche und Träume, vielleicht ist das ja eine Art Wissen, ein Unwissen, das wir einfach auf diese Weise, ich meine in Form von Wunsch- und Filmbildern, in unsere Welt zu transportieren versuchen.

Ich habe jedenfalls keine Angst vor der Auflösung. Mit ist ein bisschen mulmig, das ja, aber Angst habe ich nicht. Ich bin gespannt auf meine neue Form und darauf, ob es dann überhaupt noch eine Art „Ich“ gibt, die sie fühlen kann. Vielleicht sind dann einfach Funken von mir in vielem. Das fände ich auch schön.

Es ist nie zu spät, ein Funken des Lebens, ein Stern am Abendhimmel zu werden, für sich selbst und für andere Menschen und auch für die Welt, in der wir leben. Am Abend mit solchen Gedanken zum Sternenhimmel zu schauen, finde ich eine schöne Vorstellung von Auferstehung.

Literatur zum Weiterdenken:

www.anneliekeil.de