

«Ich will bei meinem Sterben dabei sein»
– Gedanken zu meinem Sterben

Arvenharz

Arven harzen
Golden
Süssherb

Heidelbeeren duften blau
Weidenröschen pink
Arnika gelb
Soldanellen lila
Leben als lilagelbpinkblauer Duft

Und wie riecht der Tod?
Schwarz, weiss, golden?
Oder lilagelbpinkblau?

Jedem sein Parfum
Jedem seinen Tod
Mir Arvenharz

«Ich habe keine Angst vor dem Sterben, ich möchte nur nicht dabei sein, wenn's passiert», soll der Regisseur Woody Allen (*1946) gesagt haben. In dieser witzigen Aussage kommt ein verbreitetes Unbehagen zum Ausdruck. Um Leiden zu vermeiden, wählen immer mehr Menschen die Abkürzung durch Suizidbeihilfe. Als kranker Mensch habe ich Verständnis und gleichzeitig ein paar kritische Einwände.

Sterben mit ALS kann schrecklich sein. Ich kann mich verschlucken und ersticken, oder stürzen und den Kopf verletzen. Aber schon vorher werde ich mit gelähmten Beinen, Armen und Händen auf eine Rundumbetreuung angewiesen sein, Zähne- oder Hinternputzen wird zum Trauerspiel. Wenn das Schlucken kaum mehr möglich ist, werde ich mittels Magensonde ernährt, und ein Atemgerät gibt mir Sauerstoff. Heute kann ich mir das kaum vorstellen, noch bin ich weitgehend selbständig. Vollständig von anderen abhängig zu sein, ist schwer vorstellbar.

Ein Bekannter mit ALS starb in Begleitung der Schweizer Suizidbeihilfe-Organisation «Exit». Auch in mir drängt sich die Frage auf, wie mein Ende aussehen wird. Einen Suizid mit oder ohne Suizidbeihilfe-Organisation schliesse ich nicht aus. Trotzdem stimmt mich das Sterben mit assistiertem Suizid skeptisch. Ich habe in meiner Arbeit als Trauerredner schon einige Male Angehörige von Menschen erlebt, die sich so das Leben genommen hatten. Fast durchgängig lautete die Kritik, die planmässige Durchführung des Sterbens habe kaum Platz für den Abschied gelassen. Die genau bestimmte Uhrzeit am Tag X zerstöre das Geheimnis des Sterbens und degradiere es zu einem bürokratischen Verwaltungsakt.

Ich verurteile niemanden, der dieses Sterben wählt. Ich masse mir nicht an, den Leidensdruck beurteilen zu können, der jemand diesen Weg gehen lässt. Aber assistierter Suizid ist für mich ein

Ausdruck von Todesverdrängung, von Sterbe- und Todesangst. Der Tod und noch mehr das Leiden im Sterben darf nicht sein. Das Sterben soll möglichst schnell, sauber und diskret veranstaltet werden. Mit Suizidbeihilfe wird das Unverfügbare des Sterbens verfügbar gemacht. Der eigene Tod wird zu einem minutiös geplanten Projekt mit einer klar definierten Agenda. Wer diesen Weg wählt, will die Kontrolle behalten und nichts dem Zufall überlassen.

Ich sehe darin die konsequente Weiterführung der weit verbreiteten Selbstoptimierungskultur. Lebenslang muss ich lernen und mich verbessern. Täglich 10'000 Schritte gehen, den Körper trainieren und das Gesicht faltenfrei halten, damit ich in Beruf und Liebe Erfolg habe. Wenn mein Körper trotz allen Bemühungen Defizite zeigt und nicht mehr einwandfrei funktioniert, muss ich schnell und möglichst anonym verschwinden. Dahinter steckt eine lange Geschichte der Tabuisierung des Todes, das sich im neoliberalen Menschenbild zugespitzt hat. Demnach ist jede und jeder für seinen Marktwert und sein Sterben selber verantwortlich. Assistierter Suizid sehe ich als der letzte Akt der Todesverdrängung und Selbstoptimierung.

Für Überraschungen und Abenteuer im Leben bleibt kein Platz. Begründet wird das assistierte Sterben meist damit, dass man schweres Leiden vermeiden will. Ich möchte auch nicht (unmässig) leiden. Aber Schmerzen und Leiden gehören

nun mal zum Leben. Die medizinischen Möglichkeiten, Leiden und Schmerzen erträglich zu machen, geben mir die Chance von neuen Erfahrungen, die ich vielleicht erst am Ende meines Lebens machen kann. Mit Suizidbeihilfe würde ich dies verhindern, denn das Sterben ist auf einen technokratischen Prozess reduziert und gewalttätig. Man zieht den Stecker, das Licht geht aus. Es ist ein Sterben ohne Geheimnis und Poesie. Aus juristischen Gründen stehen unverzüglich Polizist, Staatsanwältin, Kantonsarzt und Bestatterin am Bett. Auch wenn sich alle Beteiligten Mühe geben – dem Sterben wird die Intimität genommen. Meine Bedenken gegenüber Suizidbeihilfe haben keine theologischen Gründe. Ein Gott der Liebe steht zu mir, wofür ich mich auch immer entscheide.

Am meisten erschreckt mich, dass das Sterben beziehungslos wird. Zwar kann auch das Sterben mit Suizidbeihilfe von Angehörigen begleitet werden, aber die organisatorischen Bedingungen wirken erschwerend. Sterben sollte doch in einem Netz von Beziehungen mit viel Zeit und Raum geschehen dürfen, auch wenn ich letztlich alleine sterbe. Ein Sterbewilliger kann alles mit seinen Lieben besprechen, und diese können der Suizidbeihilfe zustimmen. Dennoch: Der Vollzug geschieht durchorchestriert mit den notwendigen Personen all inclusive in zwei Stunden. Die Angehörigen sind gezwungen, mitzuspielen und zu funktionieren. Da bleibt weder Raum noch Zeit

für die eigenen Gefühle: weinen oder beten, schreien oder verstummen oder die Zeit vergessen und sich vom Geheimnis des Sterbens berühren zu lassen.

Assistierter Suizid ist ein Ausdruck unserer Zeit, in der Freiheit ein wichtiger Wert ist. Wir vergessen gerne, dass Freiheit immer Teil eines Beziehungsnetzes ist. Mit meinem Entscheid, meinem Leben ein Ende zu setzen, stelle ich meine Angehörigen vor vollendete Tatsachen und erschwere ihren Abschiedsprozess. Nicht nur die Folgen für die Angehörigen werden negiert, auch die gesellschaftliche Wirkung geht vergessen. Wird Suizidbeihilfe zu einer Selbstverständlichkeit, könnten hilfsbedürftige alte Menschen unter Druck geraten, sich das Leben zu nehmen. Es könnte eine Stimmung entstehen, in der kranke und schwache Menschen eine soziale und finanzielle Last und unerwünscht sind.

Wie anders sieht es in einem Sterbe-Hospiz aus. Mit meiner Krankheit kann ich mir Sterbefasten vorstellen. Ich esse nichts mehr, bis mein Körper geschwächt ist und am Schluss trinke ich auch nichts mehr. Ich weiss, dass das sehr qualitativ sein kann und ein friedlicher Übergang keineswegs garantiert ist. Als Sterbender habe ich alle Zeit, die ich brauche, meine Lieben können bei mir sein, ich kann Musik hören oder jemand liest mir ein Gedicht vor, wie es mir beliebt. Ich bin medizinisch betreut, so dass ich möglichst wenig Schmerzen habe. Ich kann den Sterbepro-

zess bewusst miterleben und vielleicht noch wertvolle Erfahrungen machen. Es geht in keiner Weise darum, das Sterben zu verherrlichen und zu romantisieren. Auch in einem Hospiz kann ich alle möglichen Regungen zeigen, Angst, Wut, Verbitterung, Verzweiflung oder Ruhe und Gelassenheit. Im Idealfall bin ich aber begleitet von Menschen, die mich so nehmen wie ich bin. Ja zum Leben, auch im Sterben.

Suizidbeihilfe betont ein selbstbestimmtes, würdevolles Sterben. Das ist meiner Ansicht nach eine Verkehrung des Würdebegriffs. Meist geht man davon aus, dass Würde durch Schmerz, Angst und Abhängigkeit verlorengehen kann. Würde hat viel mit Selbstbestimmung zu tun. Auf Hilfe angewiesen zu sein, ist jedoch urmenschlich und die Grundlage einer humanen Gesellschaft. Deshalb ist mir diese Definition wichtig: Würde ist unabhängig von Geschlecht, Rasse, Herkunft, Gesundheit, Bewusstsein oder Zurechnungsfähigkeit. Würde kann also nicht abnehmen. Mich fasziniert die Idee, dass ich mich bis zum letzten Atemzug entwickle, auch wenn es von aussen nach Abbau von Körper und Geist aussieht. Ein Leben mit grossen Einschränkungen und schwerem Leiden ist eine Herausforderung. Bei aller Kritik respektiere ich jeden Entscheid für Suizidbeihilfe. Ich kann heute nicht sagen, ob es nicht eines Tages doch mein Weg sein wird. Sterben bleibt ein Geheimnis und ein Abenteuer, bei dem ich dabei sein möchte.