



**Die Kleider  
der Philosophie**

**Eine Anprobe**

**Axel Braig**

**Bibliografische Information der  
Deutschen Nationalbibliothek:**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese  
Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet  
über [dnb.dnb.de](http://dnb.dnb.de) abrufbar.

© 2020 Axel Braig

**Herstellung und Verlag:**

BoD – Books on Demand, Norderstedt

**Gestaltung:**

Kerstin Öchsler – Kommunikationsgestaltung  
[kerstin.oechsler@gmail.com](mailto:kerstin.oechsler@gmail.com)

**ISBN:** 978-3-750-47067-5

## 22 Sterben und Tod

Kurz nach dem Ende meiner Schulzeit verstarben innerhalb von nur wenigen Jahren meine sämtlichen Großeltern, meine Eltern und ein Bruder. All dies hat mich nie gänzlich aus der Bahn geworfen, aber meinem Lebensgefühl eine gewisse Färbung gegeben. Auch hat mir eine Herzerkrankung relativ früh noch einmal nahegelegt, mich mit dem Problem der Sterblichkeit auseinanderzusetzen.

Die Begriffe Sterben und Tod werden oft in einem Atemzug und häufig als quasi gleichbedeutend verwendet. In meiner Tätigkeit als Palliativmediziner hatte ich viele Gespräche mit Patienten, die diffuse Ängste vor dem Sterben äußerten. In dieser Situation war es regelmäßig hilfreich, nachzufragen, ob sie damit die Zeit vor oder nach dem Eintreten des Todes meinen. So konnten wir uns im weiteren Gespräch meistens darauf einigen, mit dem Begriff des Sterbens die letzte Zeit des Lebens und mit Tod die Zeit danach zu benennen. Damit bezeichnen diese beiden Wörter einen Gegensatz, der kaum größer sein könnte.

### **Sterben**

Die Betreuung von sterbenden Patienten war eine meiner befriedigendsten beruflichen Aufgaben. Diese professionelle Befriedigung hing oft zunächst damit zusammen, dass viele Patienten sehr dankbar waren, überhaupt einen Partner zu finden, der bereit war, das als bedrückend empfundene, aber meist verdrängte Thema des Sterbens mit ihnen offen zu besprechen.

Diese Gesprächsmöglichkeit war aber schon deshalb wertvoll, weil sie die Chance bot, zur Reduzierung von ganz konkreten und naheliegenden Ängsten beizutragen. So lässt sich oft die Furcht, im Sterben schreckliche Schmerzen zu erleiden oder jammervoll zu ersticken, dank der modernen therapeutischen Möglichkeiten mit guten Argumenten entkräften. Aber auch der Schock, anerkennen zu müssen, dass mit dem Ende des Lebens das gesamte Ich demnächst entgleitet, kann im Gespräch oft gemildert und sogar konstruktiv gewendet werden.

Mich hat immer wieder beeindruckt, wie unterschiedlich schicksalhafte und auf den ersten Blick sehr ähnliche Lebenssituationen von verschiedenen Schwerkranken gemeistert werden, und es hat mich befriedigt, wenn ich das Gefühl hatte, etwas zu einer besseren Bewältigung beitragen zu können.

Oft hatte ich den Eindruck, dass das Bewusstsein, bald sterben zu müssen, beim Blick auf das bisher gelebte Leben wie ein Vergrößerungsglas wirkt. Einerseits kann die Rückschau auf ein erfülltes Leben manchen sterbenden Menschen eine beneidenswerte Gelassenheit schenken. So erinnere ich mich, dass ich als ärztlicher Anfänger zu einer alten Dame geschickt wurde, um sie darauf vorzubereiten, dass sie bald sterben müsse. Doch schon nach wenigen Sätzen unterbrach sie mein verlegenes Gestotter mit den Worten: „Herr Doktor, halten Sie die Luft an! Ich habe ein wunderbares Leben gehabt und jetzt ist es Zeit abzukratzen.“

Umgekehrt musste ich manchmal mit ansehen, wie eine einzige tragische Episode oder ein seit

Jahrzehnten schwelender Streit Menschen im Sterben dazu führt, ihr ganzes Leben als missglückt anzusehen. Derartige Schmerzen können schlimmer als körperliche Tumorschmerzen sein. So erscheint es absolut realitätsnah, wenn Leo Tolstoj in der Erzählung „Der Tod des Iwan Ilijtsch“ davon spricht, dass das Bewusstsein seiner Erzählfigur, das falsche Leben gelebt zu haben, seine körperlichen Leiden verzehnfacht. Zum Glück konnte ich aber auch öfter erleben, dass es bei entsprechenden Patienten im weiteren Verlauf der Gespräche zu glücklichen Wendungen kam. Manchmal gelingt es im Sterben, sich einen dunklen Teil der Lebensgeschichte etwas verändert zu erzählen und damit in ein helleres Licht zu rücken. Als besonders bewegend erlebte ich, wenn Sterbende, die mit Angehörigen zerstritten waren, ihre letzten Lebenstage zur Versöhnung nutzten. So denke ich an einen Mann, der meine Frage, ob wir noch irgendwelche Angehörige über seinen Zustand informieren sollten, mit einem schroffen „Ich habe keine Kinder“ beantwortete. Umso erstaunlicher, ihn in den folgenden Tagen, Hände streichelnd, mit seinem Sohn anzutreffen. Beide waren offensichtlich überglücklich, dass sie nach Jahrzehnten des Kontaktabbruches doch noch einmal zueinander gefunden hatten.

Die Erfahrungen mit sterbenden Patienten haben mich nicht nur dazu gebracht, Berührungsängste abzubauen, sondern auch dazu motiviert, mir immer wieder aktiv mein baldiges Sterben vorzustellen, um dann genau das zu tun, was ich

vor meinem Tod auf jeden Fall noch machen oder erleben will. In einem Gedicht des brasilianischen Dichters Mario de Andrade, welches mir ein Freund zugesandt hat, wird dieser Gedanke auf eine wunderbare Art formuliert: „Wir haben zwei Leben und das zweite beginnt, wenn du erkennst, dass du nur eins hast.“ Aus diesem Satz folgere auch ich, wie der Titel dieses Gedichtes sagt: „Meine Seele hat es eilig“. Das bedeutet nicht, dass ich durch das Leben hetzen will, sondern, dass ich mich bei Dingen, die ich tun könnte, immer wieder frage, ob sie mir auch aus der Perspektive des Sterbenden noch wichtig wären oder mir eher als Zeitverschwendung erscheinen würden. Dann möchte ich entsprechend handeln.

Eine wichtige Lehre, die ich aus der Arbeit als Palliativmediziner in mein sonstiges Leben mitnehme, besteht darin, dass ich den drohenden Kontrollverlust, den das Sterben mit sich bringt, nicht zum Anlass für Resignation oder Fatalismus nehmen möchte. Gerade indem ich das Unveränderlich anerkenne, werden Wahlmöglichkeiten im Umgang mit dem Veränderlichen deutlicher. Sich einerseits von schicksalhaften Gegebenheiten bestimmen zu lassen und andererseits dem Bedürfnis nachzugehen, das eigene Leben aktiv und individuell zu gestalten – mit diesem schwierigen Balanceakt hatten sich schon die stoischen Philosophen des Altertums intensiv beschäftigt.

Sterben bedeutet, an die Grenze des Lebens zu gehen. Aber auch wenn schwere Erkrankungen oft einen unerbittlichen Rahmen vorgeben, erscheint

die Länge dieses Wegs meist unbestimmbar. Trotzdem beschäftigen sich viele Menschen damit, wie sie am liebsten aus der Welt gehen wollen. Manche wünschen sich einen plötzlichen Abschied. So schreibt Michel de Montaigne, der sich viele, zum Teil aber durchaus widersprüchliche Gedanken über das Sterben gemacht hat, in seinem Essay „Philosophieren heißt Sterben lernen“: „Ich will, dass der Tod mich beim Kohlpflanzen treffe – aber derart, dass ich mich weder um ihn noch gar über meinen unfertigen Garten gräme.“ Ich würde mir eher einen bewussten Abschied wünschen, der es mir erlaubt noch einmal, wie von einer Anhöhe, auf eine zurückgelegte Wegstrecke zurückzublicken. Wenn es mir gelänge anzuerkennen, dass mir nur noch eine sehr begrenzte Zeit bleibt, würde ich gerne die Chance nutzen, meinen Abschied vom Leben selbst zu gestalten. Ein derartiges Sterben würde ich dann als einen wichtigen Abschnitt meines Lebens sehen.

## **Tod**

Ganz anders der Tod. Jede Art von religiöser Erfahrung, die mich an ein Weiterleben nach dem Tod glauben ließe, ist mir fremd. Ich orientiere mich eher an Epikur, der schon vor über 2000 Jahren vermutet hat, dass sich die Seele aus Atomen zusammensetzt, die sich nach dem Tod voneinander trennen. Er schloss daraus, dass der Tod damit das Leben unwiederbringlich beendet. Der Satz „Ich bin tot“ wäre so gesehen ein Paradox, da dieses Ich dann, nach allem, was wir vermuten können, nicht mehr existieren wird. Dies

zu bedenken, ist zwar ein merkwürdiges Gefühl, das aber keine Angst vor dem Tod begründen muss. Mein Tod, so möchte ich in Anlehnung an Epikur sagen, geht mich nichts an.

Trotzdem kann ich aber auch mit folgender Anekdote etwas anfangen: „Meine Frau und ich haben verabredet, dass ich, wenn einer von uns beiden stirbt, in den Schwarzwald ziehe.“ Einfacher kann man das Paradox nicht ausdrücken. Dass wir alle sterblich sind, erscheint als eine Binsenweisheit. Der eigene Tod bleibt trotzdem unvorstellbar und alle denkbaren physikalischen, chemischen und biologischen Erklärungen, so plausibel sie auch vorkommen mögen, sind mir in Bezug auf mein eigenes Leben bisher fremd geblieben. Ich neige intellektuell zu der Ansicht, dass alle menschlichen Vorstellungen von einem Weiterleben nach dem Tod geniale Konstruktionen zur Verdrängung der unheimlichen Tatsache sind, dass unser Leben mit dem Sterben endgültig endet. In meinem Lebensgefühl findet dieser Gedanke allerdings nicht immer den entsprechenden Widerhall. Mir geht es ähnlich wie Krebspatienten, die an einem Tag offen darüber sprechen konnten, dass sie nur noch wenige Wochen leben werden und am nächsten Tag von den Reisen erzählten, die sie im nächsten Jahr unternehmen wollen. Man könnte das doppelte Buchführung nennen. Aber ich möchte das schon deshalb nicht kritisieren, weil ich es selbst vielleicht nicht anders machen werde.

Der Tod ist für mich, wie Emanuel Levinas bemerkt hat, vor allem der Tod des Anderen. Mein eigener Tod



sollte mich eigentlich nicht bekümmern. Der Tod des Anderen jedoch betrifft mich existentiell. Selbst bei Menschen, die mir nicht sehr nahestanden, berührt mich immer wieder dieser merkwürdige Augenblick, in dem das Leben aus dem Körper zu weichen scheint. Ein wechselseitiger Dialog, der vielleicht zum Schluss nur noch in einer Berührung bestand, bricht plötzlich und unwiederbringlich ab. Der Andere, auch wenn er vorher ein wichtiger Teil meines Lebens war, rückt mit einem Mal in eine unerreichbare Ferne. Das Wunder, mit anderen Menschen kommunizieren zu können, wird in dem Moment, wo es vorbei ist, am stärksten bewusst. Der Tod ist für mich etwas Metaphysisches, aber das bedeutet nicht, dass ich irgendwelche metaphysischen Geheimnisse in ihn hineininterpretieren möchte. Das Wort „metaphysisch“ drückt in diesem Zusammenhang lediglich aus, dass ich Tod als eine unbekannte Angelegenheit betrachte, über die ich weder von Natur- noch sonstigen Wissenschaften irgendwelche hilfreichen Erkenntnisse erwarte. Ich sehe ihn einfach als ein Jenseits meines Horizontes, über das ich nichts sagen kann. Allein diese Tatsache und der mit dem Tod verbundene Verlust eines anderen Menschen, der womöglich ein wichtiger Teil meines eigenen Lebens war, erschüttert mich. Aber es macht mir auch die Unwahrscheinlichkeit und Kostbarkeit des Lebens in einem unüberschaubaren Kosmos bewusst.