

ANDREAS SALCHER

MEINE LETZTE STUNDE

Ein Tag hat viele Leben



ecowin

Angst vor dem Kontrollverlust hindert Menschen am Schlafen und am „kleinen Tod“. Auch der wirkliche Tod verlangt diesen Prozess, sich hineinfallen zu lassen. Der „echte Tod“ ist ein Verwandter des Schlafes und des „kleinen Todes“, mehr als uns das vielleicht bewusst ist.

Natürlich gibt es auch viele andere Phänomene, die „zum Sterben schön“ sind, weil sie uns erlauben, in andere Bewusstseinsformen einzutauchen: Meditation, Gebet, die Ekstase des Tanzes und vieles mehr. Durch Drogen können wir ebenfalls unserem Tagesbewusstsein entfliehen. Das Problem ist aber, dass wir uns selbst trotzdem nie dauerhaft entkommen, nur der Tod ist endgültig.

„Viele Menschen sagen, dass wir den Sinn des Lebens suchen. Ich glaube nicht, dass es das ist, was wir wirklich suchen. Ich glaube, wir suchen persönliche Erfahrung der Lebendigkeit, damit wir den Reiz des Gefühls, wirklich am Leben zu sein, voll auskosten können“, meint Joseph Campbell.

Die zwei wichtigsten Tage im Leben jedes Menschen

*Nicht den Tod sollte man fürchten,
sondern dass man nie beginnen wird, zu leben.*

Marc Aurel

Richard Leider ist seit 30 Jahren erfolgreicher Lebensberater für ältere Menschen und US-Bestsellerautor.^[2] Eine der wichtigsten Lektionen für sein Leben lehrte ihn Kampala, ein 90-jähriger Weiser vom Stamm der Hadza in Tansania. Eines Abends, nach einer langen Wanderung durch die Wüste, nahm Kampala Richard Leider beiseite und fragte ihn: „Was sind die zwei wichtigsten Tage in Deinem Leben?“ Leider antwortete spontan: „Geburt und Tod.“ Kampala schüttelte den Kopf: „Richard, Du bist über das Meer geflogen, mit dem Landrover hergefahren, bringst diese schönen Zelte mit, Du hast so viele Bücher geschrieben und dann kannst Du eine der einfachsten Fragen nicht beantworten.“ – „Also, was ist die richtige Antwort?“, wollte Leider wissen. „Geburt ist offensichtlich richtig. Aber der zweite wichtige Tag in Deinem Leben ist, wenn Du herausfindest, *warum* Du geboren wurdest“, erklärte ihm Kampala.

Nur die Tatsache, dass man geboren wurde und zu vegetieren beginnt, heißt noch lange nicht, dass man zu leben begonnen hat. Manche Menschen werden erst mit 45 Jahren geboren, manche sind lange tot, bevor ihre letzte Stunde schlägt, manche beginnen überhaupt nie zu leben. Für viele Menschen ist das Leben nichts mehr als ein langer Schlaf, aus dem sie nie erwachen. Andere Menschen führen ein Leben in stiller Verzweiflung. In jeder Religion, in jeder spirituellen Tradition, in jeder Philosophie ist das Leben nicht etwas, das man automatisch hat, sondern etwas, wofür man sich bewusst entscheiden muss, etwas, das harte Arbeit an sich selbst bedeutet. Die größte Hilfe bei der Entscheidung, ob man wirklich leben will, ist die Tatsache, dass es einen Tod gibt. Er ist nichts Abstraktes

und in weiter Ferne Liegendes, sondern etwas sehr Konkretes, das uns jedes Mal, wenn wir den Gedanken daran im Hier und Jetzt zulassen, hilft, unsere Lebendigkeit zu spüren.

Der Gedanke an die letzte Stunde wäre unendlich wichtiger als die jährliche Feier der Geburt. Beim Geburtstag schauen wir zurück auf viele abgelaufene Stunden, die wir nicht mehr verändern können, bei der letzten Stunde schauen wir nach vorne auf all jene Stunden, die noch völlig jungfräulich vor uns liegen. Jeden Geburtstag zumindest einige Atemzüge innezuhalten, um an die Jahre, die vor uns liegen, zu denken, wäre vielleicht eine gar nicht so schlechte Idee.

Spiel nicht mit dem Tod

Das „Memento mori“, die bewusste Auseinandersetzung mit der eigenen Sterblichkeit, ist ein behutsamer Weg – und im Gegensatz zur Konfrontation mit einer bösen Diagnose ein frei gewählter. Auch dieser Weg ist nicht frei von gefährlichen Verirrungen: dem Spielen mit dem Tod.

Es gibt eine Szene im Buch „So schön wie hier kanns im Himmel gar nicht sein!“ von Christoph Schlingensiefel, die bei mir spontan so viel Unbehagen ausgelöst hat, dass ich es beim ersten Lesen gar nicht gewagt habe, sie mit dem Bleistift zu markieren, wie ich das sonst immer beim Lesen von Büchern tue. Die kurze Passage ließ mir aber keine Ruhe. Es geht darum, dass Schlingensiefel versucht zu rekonstruieren, wann der Krebs bei ihm ausgebrochen sei, und so fragt er seinen behandelnden Arzt danach. Dieser sagt ihm den Zeitpunkt, der, wie Schlingensiefel bereits geahnt hat, im Zeitraum seiner Wagner-Inszenierung in Bayreuth lag. Und dann fügt der sonst so sachliche Arzt noch einen Satz hinzu: „Ich habe voller Schrecken gelesen, dass Sie mal irgendwann gesagt haben sollen, nach Bayreuth bekämen Sie Krebs. Ich bin ja nicht abergläubisch, aber sagen Sie so was nie wieder. Sagen Sie so etwas niemals wieder!“^[3]

Als Schlingensiefel über diese Zeit nachdenkt, wird ihm bewusst, dass er in Bayreuth tatsächlich mit der Todessehnsucht gespielt und dabei eine Grenze überschritten hat. So sei Wagners „Parsifal“ für ihn von der künstlerischen zur persönlichen Todesmusik geworden, die nicht das Leben, sondern das Sterben feiert. Und genau auf diesen Trip habe er sich schicken lassen. Er hätte dieses Tor niemals öffnen dürfen. Sätze wie: „Jetzt geht es um nichts anderes mehr, jetzt geht es um diese Sache und da wird gelitten und gestorben“, würde er nie wieder über die Lippen bringen.

„Ich behaupte mal, jeder Mensch hat in sich selbst eine Schwelle, die er nicht übertreten sollte. Und bei jedem Menschen ist sie anders konstruiert. Der eine hat eine dicke Schicht, der andere hat eine dünne, bei dem einen ist sie höher, bei dem anderen niedriger. Wenn er anfängt, diese grundsätzliche Eigenart seiner Person durch irgendwelche Dinge zu belasten, seine Grundsätze aufzugeben – und damit meine ich nicht, morgens unpünktlich aufzustehen oder so einen Schwachsinn, nein, damit meine ich, sich selbst in seiner Eigenliebe nicht mehr wahrzunehmen –, dann kann es sein, dass irgendetwas passiert ist.

Muss nicht, kann aber.“[4]

Natürlich ist sich Schlingensief bewusst, dass Krebs nie eindeutig einer Ursache zuordenbar ist. Was er intuitiv gespürt hat, ist ein sehr gefährlicher Bereich, der nichts mit Aberglauben zu tun hat, sondern mit der Macht der eigenen Gedanken. Dieses Beispiel erlaubt, auf den fundamentalen Unterschied zwischen dem Gedanken an seine letzte Stunde und der Todessehnsucht hinzuweisen. Die letzte Stunde ist ein Spiel mit dem Leben, Todessehnsucht ist ein gefährliches Spiel mit dem Tod. Larmoyanz bildet oft die Vorstufe zur Todessehnsucht, gegen die der kurze Kontakt mit seiner letzten Stunde ein äußerst wirksames Gegengift ist. Der Gedanke an die letzte Stunde ist das Gegenteil von Todessehnsucht, nämlich die Sehnsucht nach einem sinnerfüllten und erfahrungsreichen Leben immer wieder neu zu beleben. Das ist auch die wichtigste Botschaft von Schlingensief:

„Am liebsten würde ich einfach allen, allen Menschen zurufen, wie toll es ist, auf der Erde zu sein. Was einem da genommen wird, wenn man gehen muss. Ich wünsche mir so sehr, dass die Leute begreifen, wie sehr es sich lohnt, sich um diese Erde zu kümmern.“[5]

Gedanken und Gefühle – wie man sich seiner letzten Stunde nähern kann

So wie der Stabhochsprung im Zehnkampf der schwierigste Bewerb ist, so ist der Umgang mit seiner letzten Stunde im Leben die Königsdisziplin. Beides erfordert ständige Übung, um die Meisterschaft zu erreichen. Die Auseinandersetzung mit seiner letzten Stunde bringt Gedanken, die oft zu unangenehm sind, um sie überhaupt zulassen zu können. Viele von uns haben nie die Sprache gelernt, um die damit verbundenen Gefühle in Worte zu fassen. Genau diese Gedanken und Gefühle von einem unbekanntem Wesen zu einem guten Freund zu machen, ist eine Aufgabe dieses Buches.

In lebensbedrohenden Situationen, wo alle Worte nicht mehr reichen, wo jedes Wort zu viel ist, können Gedichte Kraft und Hoffnung geben. Es ist unvorstellbar, unter welchen Bedingungen Gedichte entstehen können. In einer Atmosphäre von Hunger und Kälte, von Brutalität und Angst entstanden die Gedichte des Dichters György Faludy in den Gefängnissen der stalinistischen Unterdrückung im Ungarn der Nachkriegszeit. Er versuchte damit, seiner im Grunde unerträglichen Existenz und der seiner Mitgefangenen Sinn zu geben. Da es weder Papier noch Bleistift gab, lernte er seine Gedichte auswendig. Um sie im Falle seines Todes für seine Frau und die Nachwelt zu erhalten, ersuchte er seine Mitgefangenen, diese ebenfalls auswendig zu lernen. Eine besonders lange Elegie, die der Liebe seiner Frau gewidmet war, verteilte er auf mehrere Mithäftlinge, von denen jeder eine Strophe lernte. So konnten Gefangene, die vor ihm entlassen wurden, seine Frau besuchen und vor ihr jenen Teil des Gedichtes rezitieren, den sie gelernt hatten. Am Schluss pflegten sie zu sagen: „Das ist alles, was ich auswendig gelernt habe. Aber in ein paar Tagen wird Jim Egri entlassen; er wird Dir die nächsten 20 Verse aufsagen.“[6]

Gedichte können helfen, die Sprachlosigkeit in uns selbst zu überwinden und Gefühle in Bilder zu fassen, die wir sonst gar nicht auszudrücken vermögen. Wenn man es selbst spricht, kann ein Gedicht die Grenzen zwischen dem Wort und der Musik überschreiten. Das kurze Gedicht von Erich Kästner, der seine „zwei Gebote“ zum Thema „Memento mori“ formuliert, kann ein schöner Einstieg sein:

*Liebe das Leben, und denk an den Tod!
Tritt, wenn die Stunde da ist, stolz beiseite.
Einmal leben zu müssen,
heißt unser erstes Gebot.
Nur einmal leben zu dürfen,
lautet das zweite. [7]*

Die letzte Stunde ist kein geheimer Schlüssel, mit dem man den schon gefahrenen Kilometerstand heimlich zurückdrehen kann, aber das beste Navigationsinstrument, das uns hilft, die Ziele, die wir in unserer Zukunft ansteuern, ohne zu große Umwege zu erreichen. Oft treten wir dann besonders fest auf das Gaspedal, wenn wir unser Ziel völlig aus den Augen verloren haben. Gerade wenn wir uns hoffnungslos verirrt haben, kann uns der Gedanke an unsere letzte Stunde helfen, wieder zurück zum rechten Weg zu finden. Sie mahnt uns auch, überhaupt einmal ein Ziel in das Navigationssystem unseres Lebens einzugeben und nicht völlig planlos umherzukurven. Sie zeigt auch zuverlässig an, wenn unser Verbrauch an Lebensenergie zu hoch ist oder wenn wir zu lange im Stillstand verharrt sind. Sie hilft uns dabei, herauszufinden, warum wir eigentlich da sind. Daher sollten wir uns den Besuch der letzten Stunde manchmal erlauben. Der Gedanke an die letzte Stunde schließt das Leben nicht ab, er macht das Leben auf. – Mache Dir die letzte Stunde zum Freund.

- [1] Das Gespräch mit Rüdiger Templin fand am 23. April 2010 statt.
- [2] Alle Zitate von Richard Leider in diesem Buch, die nicht mit einer Quellenangabe aus seinen eigenen Büchern versehen sind, stammen aus einem mehrstündigen Interview, das ich am 13. November 2009 in Minneapolis mit ihm geführt habe.
- [3] Christoph Schlingensief: So schön wie hier kanns im Himmel gar nicht sein! Tagebuch einer Krebserkrankung, Köln 2009, S. 157 f.
- [4] Ebd., S. 175 f.
- [5] Ebd., S. 249 f.
- [6] Diese Geschichte hat mir Mihaly Csikszentmihalyi bei einem Interview am 4. Oktober 2008 in Claremont erzählt.
- [7] Erich Kästner: Die zwei Gebote, aus: Kurz und bündig, © Atrium Verlag, Zürich 1948 und Thomas Kästner.

Unendliche Gerechtigkeit – warum wir in der letzten Stunde alle gleich sind

In der letzten Stunde sind wir alle gleich. Die Sünder und die Heiligen, die Schönen und die Hässlichen, die Klugen und die Dummen, die kleinen und die großen Leute. Die letzte Stunde trennt nicht in Economy- und First-Class-Passagiere. Um die letzten Stunden können sich auch die Reichen keinen Bypass legen lassen. Man kann sie künstlich aufschieben, aber man kann sie nicht umgehen. Die letzte Stunde bietet den vielen einfachen Menschen die Gelegenheit, zu ganz Großen zu werden, und verdammt viele einstmals Mächtige zur Erbärmlichkeit. Sie ist der Akt letzter Gerechtigkeit.

Wenige Menschen werden als große Wohltäter oder Heilige geboren. Die Heldengeschichten von heute handeln meistens von innovativen Unternehmern, mutigen Flugzeugpiloten und charismatischen Präsidenten, von Sportlern, die ihr Schicksal bezwungen haben, oder genialen Künstlern. Nicht jedem ist es bestimmt, ein Held der Weltgeschichte zu werden. Die Ausrede, dass man eben kein Gandhi, keine Mutter Teresa oder kein Nelson Mandela sei, gilt aber nicht. Wir alle werden von moralischen Helden inspiriert. In allen Menschen stecken „kleine Helden“. Gerade wenn man die Lebensgeschichten der drei liest, erkennt man, dass sie schon in jungen Jahren, damals völlig unbekannt, kleine Helden waren, die immer dem mutigen Weg ihrer Überzeugung gefolgt sind, auch wenn das der unbequeme und gefährliche war. Jeder, der diesem Weg folgt, ist ein Held, wie schon viele vor ihm – und am Ende des Tages wird er nicht allein sein. Das steckt tief im kollektiven Unbewusstsein der Menschheit.[1]

Die kleinen Helden

Niemand wird uns je fragen, warum aus uns kein Gandhi, keine Mutter Teresa oder kein Nelson Mandela geworden ist. Die Frage lautet vielmehr: Bist Du der bestmögliche Mensch geworden, der Du mit Deinen Anlagen werden konntest?

Das Leben bietet jedem die Möglichkeit, menschlich Herausragendes zu leisten oder zu versagen. Ich möchte das am Beispiel der Arbeitsplatzbeschreibung des Hausmeisters eines Krankenhauses zeigen.[2] Darin stehen so wenig spektakuläre Dinge wie Bodenwischen, Kehren, Staubsaugen, Mülleimerleeren usw., meist versehen mit genauen Checklisten. Für den Außenstehenden ist vielleicht ein wenig überraschend, wie viele Punkte zu erfüllen sind, aber nicht, welche. Das Einzige, was auffällt, ist: Obwohl es eine sehr lange Liste ist, bezieht sich kein einziger Punkt auf andere Menschen. Die Liste könnte genauso für einen Hausmeister in einer Leichenhalle gelten wie für einen in einem Krankenhaus.

Als Psychologen eine Befragung der Angestellten des Krankenhauses durchführten, um