

SUSANNE CONRAD

# STERBEN FÜR .. ANFÄNGER

Wie wir den Umgang mit dem  
Tod neu lernen können

EDEL  
ELEMENTS

mysteriösen Umständen wurde zum globalen medialen Ereignis der Superlative. Auch bei Prinzessin Diana oder dem deutschen Torwart Robert Enke wurde öffentliche Trauer bühnenreif inszeniert und die Erschütterung von Millionen medienwirksam kanalisiert. Aber der Schrecken des Todes bleibt hier ohne Risiken und Nebenwirkungen. Als bloßer Beobachter, als Schaulustiger lässt man sich emotional zwar mitreißen, ist aber persönlich nicht betroffen. Aus sicherem Abstand können wir Anteil nehmen und im Schutz der anonymen Masse den Schrecken des Todes als wohligen Grusel erleben. Beerdigungen und Trauerfeiern werden hier zur Show, bei der alle Gefühlsregister gezogen werden. Im Hintergrund immer eine diskrete Regie, die – anders als im richtigen Leben – alles unter Kontrolle hat.

Tod und Sterben sind für die meisten von uns heute ein virtueller Akt. Im Fernsehen oder auf der Leinwand wird mal fein säuberlich im Bett gestorben, ein andermal blutig durch Unfall oder Mord, in jedem Fall aber tauchen die, die eben noch kalt auf dem Seziertisch oder blutend im Wohnzimmer lagen, kurz darauf quicklebendig im nächsten Film wieder auf. Das Sterben in Videospielen hat eine besondere Qualität durch die Interaktion, denn der Spieler kann entscheiden, wer wann und auf welche Weise stirbt. Der Tod ist nicht echt, nichts jedenfalls, was uns tiefer berührt. Und: Wir haben die Dinge in der Hand – im wahrsten Sinn des Wortes –, mit Joystick oder Fernbedienung. Ein Knopfdruck genügt, und schon haben wir den Sender gewechselt, das Spiel beendet, abgeschaltet. Im wahren Leben allerdings können wir nicht wegzappen, wenn

uns das Programm nicht mehr gefällt. Der Tod lässt sich nicht wegschalten.

## **Wenn sich die Truhe öffnet**

**So sind wohl manche Sachen,  
die wir getrost  
belachen, weil unsre Augen sie  
nicht sehen.  
Matthias Claudius**

Wer nicht will, muss also seine Truhe auf dem Dachboden in der Regel für lange Zeit nicht öffnen und hineinschauen. Und das kann

über Jahre und Jahrzehnte auch gut funktionieren. Aber irgendwann, beim einen früher, beim anderen später, geschieht etwas, und die Truhe öffnet sich von ganz allein, und wie Geister spuken dann die Gedanken an Tod und Sterben auf dem Dachboden unserer Seele herum. Wir entkommen ihnen nicht.

Meine Truhe öffnete sich, als ich mit der Diagnose Brustkrebs konfrontiert wurde und keiner wusste, ob und wenn ja, wie lange, ich weiterleben würde. Plötzlich war es mein eigener Tod – bis dahin etwas Abstraktes, Unwirkliches, etwas, das in einer fernen Zukunft lag –, der mir nun ganz real entgegentrat. Angst packte mich, schüttelte mich durch. Als Kind wäre ich in einer solchen Situation zu meinen Eltern ins Schlafzimmer geschlichen, um unter ihrer Bettdecke Schutz zu suchen. Diesmal konnte ich mich nicht verkriechen, nirgends. Auch

Verdrängen funktionierte nicht. Es blieb mir nichts anderes übrig, als meiner Sterblichkeit ins Auge zu blicken. Ungeschützt.

Ich werde von dieser Zeit, meinen Zweifeln und Ängsten später noch ausführlicher erzählen. Für den Moment nur so viel: Wenn ich gefragt werde, was sich seither verändert hat, versuche ich das so zu beschreiben: Ich stehe zwar immer noch am selben Fluss des Lebens wie alle – aber auf der anderen Seite. Meine Perspektive hat sich verändert und meinen Blick weit geöffnet für Dinge, die ich vorher nicht oder anders gesehen habe. Sterben und Tod machen Angst, ja! Aber was wäre unser Leben ohne ein Ende? Es wäre wertlos, beliebig, eine Aneinanderreihung von Ereignissen, ein endloser Trott. Erst der Tod macht das Leben kostbar. Und wenn uns bewusst wird, dass jeder Augenblick wertvoll und