

Jetzt und Damals – das Lächeln im Sterben entdecken

Vortrag von Inge Patsch

Anlässlich des 12. Vorarlberger Hospiz- und Palliativtages, 8. November 2014, Dornbirn

Aus zwei Gründen beginne ich persönlich mit Erinnerungen an meine Großmutter. Der erste Grund liegt im Wort „damals“. Sie kam 1898 auf die Welt. Der zweite: Sie wich mir nie aus, wenn ich ihr Fragen zum Tod stellte.

Als ich weder als geplantes und noch erwünschtes Menschenkind auf die Welt kam, war meine Großmutter 54 Jahre jung. In der zweiten Hälfte ihres Lebens, trug sie viel zu meinen ersten fünfzig Jahren bei. Die „Heiterkeit der Seele“ war ihr ein großes Anliegen.

Mit 95 Jahren begann sie ein neues Tagebuch. Sie hat es mir noch zu Lebzeiten geschenkt. Sie würde staunen, dass ich andere Menschen an ihren Aufzeichnungen teilhaben lasse, aber ich weiß auch, dass sie sagen würde: „Wenn es dir hilft, dann nimm es.“

Damals schrieb sie: „Das Buch soll nur immer das sein, wenn es mich drängt mich mitzuteilen. Und wenn ich darin lese, soll mir Gelebtes gegenwärtig sein. Ich kann ja nicht wissen, ob nicht bald das Schreiben nicht mehr geht. Verstand und Denken mögen mir bleiben – so hoffe ich zu Gott.“

Ein halbes Jahr vor ihrem Tod schrieb sie mir einen Brief: „Um mich brauchst du dir keine Sorgen machen. Ich habe warten gelernt und rechne immer mit einem guten Ausgang.“ Mit diesem Brief schenkte sie Herausforderung und Entlastung zugleich. Es bleibt eine Herausforderung in schwierigen Zeiten zu lächeln und es ist immer eine Entlastung.

Um Lächeln zu können, ist es gut, sich auch einmal verrückten Dingen zu widmen.

Ein Koffer für die letzte Reise

In Wien fand heuer eine Koffer-Ausstellung statt: „Einmal Jenseits und zurück.“ Was nimmt man mit auf die letzte Reise. Logisch nimmt kein Mensch etwas mit. Mit dem Mut Verrücktes zu wagen, nahm ich die Einladung an und packte meinen Koffer für meine letzte Reise. Ich hoffe, ich brauch ihn noch nicht so bald.

Ich weiß nicht, wann mein Weg auf der Erde aufhört oder ob ich ins Wasser falle? Beruhigend ist, dass ich schwimmen gelernt habe. Ich stelle mir vor, ich werde einfach eintauchen und aufgehen in etwas Größerem, aber untergehen werde ich nicht.

Was nehme ich mit am Ende meiner Tage?

Als Symbol nehme ich einen Ast, von
unserer Weide im Garten. Die lasse ich
eher zurück, aber ich binde an diesen
gewachsenen Stamm mein Vertrauen,
die Begegnungen mit Menschen,
Gedichte und die Musik.
Erträumtes Erfreuliches Und
weniger Fröhlichkeiten
 Viel Erwünschtes
Und viel gelebtes LEBEN ---



„Das Vertrauen, das wir unbedingt zum Leben brauchen beginnt dort, wo unsere Kraft weniger wird, unser Einflussbereich endet und unser Bemühen nicht ausreicht. Bei aller Einsatzfreude und noch so gutem Willen holt uns die Realität manchmal ziemlich heftig ein. Sinnvolles Leben ist nur im Hier und Jetzt möglich. Unsere Erfahrungen sind an Raum und Zeit gebunden und wir werden manchmal recht unsanft aus unseren Vorstellungen gerissen. Ändern sich die äußeren Verhältnisse, müssen wir unsere innere Haltung und unsere Strategien ändern. Vertrauen, das in der Gefahr versagt, ist keines. Vertrauen muss der Gefahr und dem Tod gegenüberstehen können. Wir verlieren das Vertrauen, wenn wir zu weit in die Zukunft schauen. Vertrauen bedeutet nicht Sicherheit.“ Die Logik des Herzens, Inge Patsch, Topos Taschenbuch

Ob Jetzt ob Damals jedes Kapitel der Weltgeschichte beinhaltet so viel Leid, dass man sich sofort von der romantischen Vorstellung verabschiedet, dass eine bestimmte Zeit ein goldenes Zeitalter gewesen wäre.

Kann man im Sterben Lächeln entdecken? Ich habe Menschen gefragt und sie waren erstaunt im Alltag nach dem Sterben gefragt zu werden. Das Sterben ist ein Thema, bei dem kein Mensch sagen kann, dass es ihn nichts angeht. Faszinierend daran ist die große Vielfalt. Manche erreicht der Tod plötzlich und völlig unerwartet. Manche erwarten ihn wie einen guten Freund. Andere kämpfen gegen ihn und einige gehen auf ihn zu, ohne auf ihn zu warten. Jeder Mensch hat das Recht seinen Tod zu sterben, wie Rilke dies ausdrückte.

Unterschiede im Sterben jetzt und damals

Damals durfte man trauern ohne sich Gedanken zu machen, ob dies Verwandte oder Bekannte stört. Vor allem wurde man nicht so schnell verdächtigt, dass man depressiv sei. Trauer ist keine Depression.

Trauer hat einen Grund, die Depression ist grundlos, freudlos – es ist nichts mehr los. Trauernden Menschen brachte man vor einigen Jahrzehnten Respekt entgegen. Als mein Großvater vor fast fünfzig Jahren starb trug meine Mutter längere Zeit schwarze Kleidung. Besonders an ihre schwarzen Strümpfe erinnere ich mich noch gut. In der Zeit ihrer Trauer begegnete meine Mutter einem wunderbaren Priester, der sie aufgrund ihrer Kleidung fragte, um wen sie trauert. Meine Mutter stand mit diesem Priester bis zu ihrem Tod in einem berührenden Briefwechsel. Ich weiß, dass diese Begegnung meiner Mutter einige Male ein leises Lächeln geschenkt hat.

Heute soll man schnell wieder funktionieren und als trauernder Mensch wird man oft gemieden oder getröstet. „Ich komm dann vorbei, wenn es dir wieder besser geht.“ Trösten bedeutet: so zu tun, als ob es keine Dunkelheit geben würde. Oder noch schlimmer man verlangt vom Betroffenen, dass er doch die Helligkeit sehen soll, dann würde es ihm besser gehen.

Trauern können wir ebenso wie Freude empfinden. Trauern ist eine angeborene, emotionale Fähigkeit, die sehr schmerzhaft empfunden wird. Trauern wird durch einen Verlust eines Menschen ausgelöst oder zu einer Sache, die für uns wertvoll war. Im Sterben – sofern es nicht ein plötzlicher Tod ist – trauern Menschen um den Verlust ihrer Gesundheit. Doch in einer Welt, die perfekt sein muss, ist für Trauer kein Platz, weil als „Fehler“ angesehen wird. Monika Müller aus Bonn schildert in einem Vortrag „Das Märchen von der Trauerverarbeitung“, dass Trauerverarbeitung eine MÄR ist, eine Unwahrheit. Verarbeiten, be-wältigen kommt von: waltec = herrschen, gewaltsam unter Kontrolle bringen.

Die Orientierung an den Naturwissenschaften hat das Credo des Messens in eine Doktrin der Machbarkeit verwandelt. Giovanni Maio schreibt in seinem Buch „Medizin ohne Maß??:“: „Die moderne Gesellschaft setzt ganz auf Machbarkeit und nutzt Technik und Wissenschaft dazu, Vollkommenheit auf der Basis von Perfektion zu bestimmen. Dieser Versuch ist zum Scheitern verurteilt. Wir haben gesehen, dass der technologische Fortschrittsgedanke nicht alleiniger Maßstab des guten Lebens sein kann. Diese Engführung auf Funktionalität und Tauglichkeit führt zu einer Sichtweise, in der es nur noch standardisierte Vorstellungen von Perfektion gibt: Menschen, die alle die gleichen Höchstleistungen zu vollbringen haben und alle möglichst immer funktionieren müssen. Doch die eigentliche Vollkommenheit des Menschen liegt nicht in seiner Leistungsfähigkeit, sondern in seiner Einzigartigkeit. Jeder Mensch ist vollkommen, weil er unverwechselbar ist.“

Aufgrund des technischen Fortschritts und der Erkenntnisse der Naturwissenschaft ist Lächeln – nicht nur im Sterben – heute schwieriger geworden. Ob es damals wirklich leichter war? Ich weiß es nicht. Jetzt werden wir viel zu oft mit Optimierungstendenzen konfrontiert, mit Effizienz und Kontrolle. Das liegt sicher auch daran, dass wir für viele Bereiche Spezialisten haben. Bei vielen Menschen steigt die Angst Fehler zu machen, dadurch sinken Interesse und Mut sich auf Neues einzulassen.

Damals wurde ein liebevolles Unterlassen von lebensverlängernden Maßnahmen als Entlastung empfunden und niemand wäre auf die Idee gekommen, einen Arzt anzuklagen. Aus Angst wird heute das Messbare dokumentiert und für das Wesentliche, für Gespräch und Begegnung bleibt wenig Zeit. Statt der unheilvollen Beweisbarkeit bräuchten wir mehr vom tröstenden Geheimnis. Ich bin sicher, dass im Lächeln eines Menschen mehr von diesem tröstenden Geheimnis schlummert als in jeder Menge Aktivitäten.

Trost bedeutet: ich bleibe bei dir und halte mit dir aus. Oder wie Reinhard Mey singt: „Ich bleibe hier bei dir, so lange wie es dir gefällt.“

Es gibt Situationen da helfen weder fromme Sprüche, noch weise Worte. Das einzige, was gefragt ist: bleiben und aushalten und erkennen, was mir heilig ist und mich tröstet.

„Wo alle Worte zu wenig wären, ist jedes Wort zuviel.“

Viktor E. Frankl

Vielleicht war es früher leichter zu sterben, weil es weniger starke Maschinen gab. Dafür gab es kaum Menschen, die den Hospizgedanken kannten. Mein Großvater wurde zum Sterben ins Badezimmer im Krankenhaus geschoben.

In seinem Buch „Der Junge muss an die frische Luft“ schreibt Hape Kerkeling nach dem Begräbnis seiner Mutter: „Mein Leben jedenfalls soll ein großes Fest werden, beschließe ich mutterseelenallein nach der Beerdigung. Ich entscheide mich ganz bewusst für das Lachen und für die Fülle des Lebens. Manche Menschen mögen meine Einstellung getrost für oberflächlich halten, sei's drum. Ich habe meine guten Gründe.“

Der Tod lächelt uns alle an, das einzige was wir machen können – zurücklächeln. Marc Aurel schrieb diesen Gedanken in seinen Selbstbetrachtungen.

Für meine Großmutter hat der Gedanke von Marc Aurel gestimmt und sie hat dieses Lächeln gelebt. Bis zu ihrem 95. Lebensjahr hat sie in einem Verlag gearbeitet. Als sie dann ihre Zeit überwiegend zu Hause verbrachte, sagte sie zu uns: „Nachdem mich der liebe Gott noch nicht brauchen kann, werdet ihr mich noch aushalten müssen.“

„Auf einem ägyptischen Grabstein fand man geschrieben ‚Ich bemühte mich, das Lächeln der Weinenden zu sein‘. Dies muß eines großen, eines sanften, eines erhabenen Menschen Vorsatz gewesen sein. Was aus dieser Bemühung wurde - ob sie Erfolg hatte oder keinen - ist nicht überliefert; das ist auch gar nicht so wichtig. Dass einer solchen Lebensinhalt wählte, zeigt seine Größe, seine Weisheit; denn er wollte sich nicht vornehmen, die Weinenden vom Weinen abzubringen oder die Weinenden zu trösten - wer kann dies?!

Aber in das unaufhaltbare Weinen auf Erden ein Lächeln zu bringen und dies Lächeln nicht mit irgendwelchen Mitteln zu besorgen, sondern mit nichts anderem als mit dem eigenen persönlichen Leben - dies ist viel, dies ist groß - dies ist tiefe Weisheit eines sanften Herzens.“

Diese Gedanken stammen von Diego Goetz, einem Dominikanerpater, der nach dem Zweiten Weltkrieg mit Viktor E. Frankl gemeinsam Radiosendungen gestaltet hat. Sie bringen uns auf die Spur des Geheimnisses, das in jedem Menschen schlummert. Das Lächeln der Weinenden könnte die unerschütterliche Gewissheit sein, dass das Leben und die Liebe stärker ist als alles andere.



Lächeln kann man nicht anordnen. Ebenso wenig wie wir befehlen können etwas zu lieben. Es gibt Inspiration, aber ob es bei unserem Gegenüber ankommt, bestimmen nicht wir.

Es ist ähnlich wie mit einem Fenster.

Wenn wir Menschen begegnen gibt es immer zwei Sichtweisen. Die eigene und die fremde. Wir können nur die äußeren Fenster putzen – für inneren Fenster ist jeder selbst verantwortlich. Wenn ein Mensch sein Fenster von innen mit Vorstellungen verklebt hat, dann weiß ich nicht ob ihn die Idee des Lächelns erreicht.

Übrigens ist es mit unseren eigenen Fenster, unserem persönlichen Blick in die Welt genauso.

Für Sie habe ich vier Ideen zum Entdecken des Lächelns

Meine Großmutter inspirierte mich zur ersten Idee: Gelebtes erinnern

Die Erinnerung ist bekanntlich das Paradies aus dem uns niemand vertreiben kann. Wenn das Leben gut zu uns war, dann liegt im Sterben viel Vergangenheit. Das Vergangene können wir anschauen, es liegt vor uns. Es ist uns nicht fremd und könnte Trost spenden. Dieser Trost wirkt jedoch nur, wenn wir das gelebte Leben mit der Heiterkeit der Seele betrachten: „Sonnige, leuchtende Tage nicht weinen, dass sie vergangen, sondern freuen, dass sie gewesen.“

Viktor E. Frankl entdeckte diesen Gedanken in Südtirol in einem Geschäft und hat sich diesen Wandspruch gekauft. Er selbst hat es fast poetisch formuliert: „In der Vergangenheit ist nichts unwiderruflich verloren, sondern alles unverlierbar geborgen.“

In der unverlierbaren Vergangenheit schlummern in jedem Menschenleben auch einige Situationen, die wir lieber nicht erlebt hätten. Schuld, Leid und Tod bezeichnete Viktor E. Frankl als tragische Trias. Mit diesen tragischen Drei müssen wir alle auf eigene Weise fertig werden. Jeder von uns wird an anderen und an sich selbst schuldig, Leidvolles erleben wir alle und so wie wir hier in diesem Saal beisammen sind, haben wir den Tod alle noch vor uns.

Für jene Erfahrungen, die wir bereuen, brauchen wir den Geist der Versöhnung. Für die Bruchstücke in unserem Leben brauchen wir vor allem die Erkenntnis, wie schwer es ist gescheit und trotzdem tapfer zu sein. Für die Scherben, die zwischen den Edelsteinen in der vollen Scheune der Vergangenheit liegen, tut es uns gut, dass wir uns die Arbeitshandschuhe der Tapferkeit anziehen, damit wir uns nicht immer wieder aufs Neue verletzen.

Die Heiterkeit der Seele ist fähig sich an sonnige leuchtende Tage zu erinnern und vielleicht ist es mit dem Geist der Versöhnung auch möglich über Unwetter zu lächeln!

Zur zweiten Idee hat mich mein lieber Freund Clemens Sedmak inspiriert:

Nichtvermeidbares respektieren und integrieren

Wollen wir das Lächeln entdecken und dies gilt nicht nur fürs Sterben, dann müssen wir zumindest drei Dinge respektieren: Abhängigkeit, Verwundbarkeit und Unwiederbringlichkeit.

Abhängigkeit

Wenn wir auf die Welt kommen sind wir völlig auf die Hilfe liebevoller Menschen angewiesen. Niemand von uns würde heute hier sein, hätte es nicht wunderbare Menschen gegeben, die uns versorgt und behütet haben. Es ist gut sich bewusst zu machen, dass kein Lebewesen auf so viel Hilfe und Fürsorge angewiesen ist wie ein Menschenkind, wenn es auf die Erde kommt. Am Ende des Lebens, wenn man das Geschenk des Alters erleben darf, ist es ähnlich. Wir sind auf Hilfe und Fürsorge angewiesen. Es gibt nur einen wesentlichen Unterschied. Als Kind erlebten wir das Angewiesensein nicht bewusst. Als erwachsener Mensch – auch wenn man noch nicht alt ist – erleben wir das Angewiesensein auf fremde Hilfe als unangenehm und manchmal als Beschämung.

Giovanni Maio schreibt: „Angewiesenheit stellt eine Grundsignatur des Menschen dar, die er nicht abstreifen kann. Angewiesensein ist nicht das Ende der Autonomie, sondern eine Grundbedingung überhaupt zu sein.“

Im Grunde bleiben wir ein Leben lang abhängig. Manche mehr manche weniger, doch abhängig sind wir immer. Denken Sie nur kurz daran, wie oft Sie Dinge vermeiden, weil Sie überlegen: „Was sagen denn die Leute, wenn ich dies oder jenes tu!“

Verwundbarkeit

Solange wir leben bleiben wir körperlich und seelisch verletzlich und wir verletzen andere. Meistens ohne es zu wollen, viel mehr weil wir es gut meinen. Aus gut gemeinten Aktionen entstehen immer wieder Missverständnisse bei denen, die Hilfe benötigen und bei denen, die gerne helfen. Die Heiterkeit der Seele kann nicht verhindern, dass wir von anderen enttäuscht werden. Wir können weder Missgeschicke noch Missverständnisse vermeiden und wenn wir noch so rücksichtsvoll sind und noch so viel Bescheid wissen, wie „man“ mit Menschen umgeht. Jede und jeder von uns hat es erlebt: Wir geben unser Bestes und ernten besserwisserische Angriffe.

Unwiederbringlichkeit

Im Leben ist eine Generalprobe nicht vorgesehen. Wir können unser Leben nur in eine Richtung leben. Wenn wir uns noch so anstrengen, jedes Leben bleibt bruchstückhaft, weil wir nicht vorher üben können. Für eine Theaterpremiere wird etliche Wochen geprobt. Wir erleben ständig Premierieren. Wissen Sie, dass wir alle täglich Premierieren bewältigen? Es muss einmal gesagt werden – und zwar vor dem Sterben. Wir alle sind großartig!! Wir sind alle Helden.

Von Erika Pluhar habe ich ihnen dazu das Lied „Die Helden“ mitgebracht.

„Jetzt wiss ma das, aus ist, weil alles mal aus ist – die Schand’ auch jede Pracht.

Wir sind Helden, wir sind alle Helden, weil uns so ein Ende nichts macht.

Jetzt wiss ma das, weil alles mal aus ist - das Nehmen und das Geben

wir sind alle Helden, weil ma’s wissen und trotzdem gern leben.

Im Film „Vitus“ spielt Bruno Ganz einen Großvater. Im Sterben schreibt er einen Brief an seinen Sohn und seine Schwiegertochter. „Hab ich euch schon gesagt, dass ich euch liebe? Aber sicher nicht oft genug.“

Solche und ähnliche Hinweise könnten uns ermutigen, dass wir unsere Lieben hin und wieder mit dem Satz überraschen: „Als Gott dich schuf, wollte er angeben!“

Trotz der unvermeidbaren Realitäten von Abhängigkeit, Verwundbarkeit und Unwiederbringlichkeit das Lächeln entdecken, fällt in die Abteilung Gelassenheit und betrifft jene Dinge, die wir nicht ändern können. Dazu ist Vertrauen eine wesentliche Aufgabe im Leben und im Sterben.

Die dritte Idee hab ich im Büchlein von Fulbert Steffensky gelesen: Mut zur Endlichkeit

Bei allem Fortschritt wurde die Todesrate von 100% noch nicht verringert. Wir alle wissen, dass wir sterben. Die Frage ist nur: Denken wir manchmal auch daran und handeln wir dementsprechend. „Nur zur Endlichkeit befreite Menschen können geschwisterliche Menschen sein und können ihren Siegeszwängen entsagen. In der Welt der Sieger kann es keine gelungene Niederlage geben.“

Im Buch „Britt-Marie erleichtert ihr Herz“ lässt Astrid Lindgren ein junges Mädchen Tagebuch schreiben: „Findest du es nicht seltsam, dass man zwar seinen Geburtstag kennt, aber nicht seinen Todestag? Jedes Jahr muss man doch einmal an diesem Datum vorbei, das eines Tages mit einem kleinen Kreuz davor auf dem eigenen Grabstein stehen wird. Gerade an diesem Tag müsste man doch irgendetwas empfinden, eine Art Ruhe im Gemüt, das Gefühl von etwas Wehmütigem und Unwiderruflichem.“

Viktor E. Frankl hat in einem Gespräch mit Franz Kreuzer gesagt: “Man kann sich nicht früh genug und man kann sich nicht oft genug mit dem Tod konfrontieren. Denn wenn Sie das Beste aus Ihrem Leben herauschlagen wollen, dann müssen Sie die Tatsache des Todes, die Tatsache der Sterblichkeit, die Tatsache der Vergänglichkeit des menschlichen Daseins ununterbrochen in Rechnung stellen. Nur die Tatsache der zeitlichen Begrenzung unseres Daseins ist der Ansporn, die Zeit und jede Stunde und jeden Tag zu nützen. . .”

Andre Heller hat in einem Gespräch mit Franz Welsler-Möst erwähnt: „Wir alle haben einen wunderbaren Mitarbeiter, der heißt Tod. Du hast nicht ewig Zeit. Ehe man wohin geht, soll man sich überlegen, ob man dort auch sterben möchte. Mich hat dieser Gedanke oft inspiriert aufzustehen, wenn man mit meiner Zeit nicht gut umgeht.“

Diesen Mut zur Endlichkeit und das Bewusstsein, dass auch das eigene Leben mit dem Tod endet, ist kein Sache, die man herstellen kann wie einen Kuchen nach Rezept. Es ist eine emotionale Herausforderung und erfordert die Bereitschaft sich vertrauensvoll aufs Leben einzulassen.

Gerade weil unser Leben begrenzt ist, sollten wir dem Lächeln viel Zeit schenken

Die vierte Idee Lächeln zu entdecken oder zu beleben ist „rule nr. 6“

Manchen Menschen ist es gegeben sich vertrauensvoll auf das Leben und Gott einzulassen. Das hat sehr viel mit einer gesunden Bescheidenheit zu tun und mit dem Wissen, dass es etwas gibt, das größer ist als man selbst. Dazu ist Humor die ideale Möglichkeit. Die „rule nr. 6“ wäre eine sehr hilfreiche Möglichkeit das Lächeln im Alltag zu üben. Vielleicht fällt es einem im Sterben dann leichter. Garantie gibt es allerdings keine.

Zwei Krankenschwestern, beide waren für die Leitung einer Station verantwortlich, trafen sich zu einem Gespräch. Eine von den beiden hatte eine beneidenswerte Gelassenheit auch in schwierigen Zeiten und die andere wollte von ihr wissen, wie sie das macht. Während die beiden ins Gespräch vertieft sind, fliegt die Tür auf und ein Krankenpfleger stürmt herein. Er war sehr aufgeregt und bevor er noch etwas sagen konnte, sagte seine Chefin zu ihm: „Peter, bitte erinnere dich „rule nr. 6“. Augenblicklich fasste er sich, entschuldigte sich für die Störung und verschwand wieder. Kurze Zeit darauf ging die Tür auf und eine junge Krankenschwester stürzte herein und schrie: „Das muss ich Ihnen sofort mitteilen. Sie ahnen nicht..“ Erneut wurde auch sie unterbrochen: „Maria, „rule nr. 6“. Maria sagte: „Oh, es tut mir leid!“ und verschwand wieder. Der andere Krankenschwester fragte ihre Kollegin: „Nun habe ich deine beiden Leute sehr aufgeregt erlebt und aufgrund deiner Intervention gingen die erstaunlich ruhig hinaus. Was bedeutet „rule nr. 6“. „rule Nr. 6 ist sehr einfach. Nimm dich nicht so wichtig!“ „Oh, das ist eine wunderbare Regel. Bitte verrate mir auch die anderen Regeln.“ „Es gibt keine!“

Eine humorvolle Haltung bedeutet ja nicht, dass jemand nicht ernsthaft bei der Sache ist, sondern dass er sich selbst nicht so wichtig nimmt.

Wer sich selbst auf den Arm nimmt, erspart anderen die Arbeit und weniger ist genug!

Randy Pausch schrieb in seiner Last lecture: „Erfahrung ist das, was du bekommst, wenn du nicht bekommen hast, was du wolltest.“ Sehr oft bekommen wir im Leben wie im Sterben nicht das, was wir wollten. Die Realität macht oft durch unsere Vorstellungen einen Strich.

„Die Realität können wir nicht ändern. Wir können nur bestimmen, wie wir damit umgehen. Wir können nichts an den Karten ändern, die wir bekommen, nur an dem Spiel, das wir mit diesem Blatt machen.“

So Randy Pausch, ein amerikanischer Professor, der in jungen Jahren an Krebs starb.

Genau hier verbirgt sich das Lächeln – jetzt und damals. Daran hat sich nichts geändert. Wie wir mit den Karten, die uns das Leben gibt, darauf kommt es an. Wesentlich weniger machen die Bedingungen ein gutes Leben aus, sondern viel mehr unsere Handlungen, für die wir Verantwortung übernehmen.

Die Frage, wo und wann wir wie viel an Verantwortung übernehmen wollen, sollten wir uns früh stellen.

Eine wesentliche Frage für ein gelungenes Leben lautet:

Was möchte ich am Ende des Lebens nicht bedauert haben?

Alan Paton, ein südafrikanischer Schriftsteller schildert in seinem Roman „Cry, the beloved country“ einen farbigen Südafrikaner, der sich gegen die Apartheid engagiert. Seine Familie möchte ihn davon abhalten, doch er sagt: „Ich könnte sonst der großen Frage nicht begegnen.“

„Was meinst du mit der großen Frage?“

„Wenn ich sterbe, komme ich in den Himmel und dort wird ‚the big Boss‘ mich fragen: Wo sind deine Wunden? Das ist die große Frage!“

Ich werde fragen: „Welche Wunden?“

Und Gott wird antworten: „Gab es denn auf der Erde nichts, wofür es sich gelohnt hätte, zu kämpfen?“

Lächelnd kämpfen würde bedeuten: Dennoch und Trotzdem das Beste zu geben ohne sich zu verbiegen und ohne zu verbittern. Hanns Dieter Hüsch schreibt in seinem Buch „Das Schwere leicht gesagt“:

Bedenkt, dass jetzt um diese Zeit, der Mond die Stadt erreicht.

Für eine kleine Ewigkeit sein Milchgebiss uns zeigt.

Bedenkt, dass hinter ihm ein Himmel ist,

den man nicht definieren kann.

Vielleicht kommt jetzt um diese Zeit

ein Mensch dort oben an.

Und umgekehrt wird vielleicht jetzt

ein Träumer in die Welt gesetzt.

Und manche Mutter hat erfahren,

dass ihre Kinder nicht die besten waren.

Bedenkt auch, dass ihr Wasser habt und Brot,

dass Unglück auf der Straße droht,

für die, die weder Tisch noch Stühle haben

und mit der Not die Tugend auch begraben.

Bedenkt, dass mancher sich betrinkt,

weil ihm das Leben nicht gelingt,

dass mancher lacht, weil er nicht weinen kann.

Dem einen sieht man's an, dem andern nicht.

Bedenkt, wie schnell man oft ein Urteil spricht.

Und dass gefoltert wird, das sollt ihr auch bedenken.

Gewiss ein heißes Eisen, ich wollte niemand kränken,

doch werden Bajonette jetzt gezählt und wenn eins fehlt,

es könnte einen Menschen retten,

der jetzt um diese Zeit in eurer Mitte sitzt,

von Gleichgesinnten noch geschützt.

Wenn ihr dies alles wollt bedenken,

dann will ich gern den Hut, den ich nicht habe, schwenken.

Die Frage ist, die Frage ist,

sollen wir sie lieben, diese Welt?

Sollen wir sie lieben?

Ich möchte sagen, wir wollen es üben.

So trolten wir uns ganz fromm und sacht

Von Weingelag und Freudenschmaus,

Wenn uns der Tod ruft: Gute Nacht,

Dein Stundenglas rinnt aus.

Wer heut noch frech den Schnabel wetzt

Und glaubt ein großer Herr zu sein:

Paß auf, der Schreiner hobelt jetzt

Schon grad? an deinem Schrein!

Scheint das Grab dir tief und dumpf sein Druck,

A la vot, so nimm noch einen Schluck

Und noch einen hinterher, Gleich noch zwei, dreie mehr,

Dann stirbst du nicht so schwer Carl Mikael Bellman, 1740-1795

Hier ist Link zu diesem alten Volkslied gesungen von Reinhard Mey, Hannes Wader, und Konstantin Wecker

<https://www.youtube.com/watch?v=rGvmHdeEoHc>

Verwendete Literatur:

Fulbert Steffensy, Mut zur Endlichkeit. Sterben in einer Gesellschaft der Sieger,

Hanns Dieter Hüsch, Das Schwer leicht gesagt

Hape Kerkeling, Der Junge muss an die frische Luft

Giovanni Maio, Medizin ohne Maß? Vom Diktat des Machbaren zu einer Ethik der Besonnenheit

Monika Müller, Dem Sterben leben geben

Inge Patsch, Die Logik des Herzens, Vertrauen in das Leben gewinnen

Randy Pausch, Last Lecture, die Lehren meines Lebens

Mehr Information und Vorträge zum Nachlesen auf: www.ingepatsch.at