

## **„Sterben ist nicht gut oder schlecht! Sterben ist!“**

Kurzinterview mit Michael Olsen (freier Künstler, Kunsttechniker, Bühnenbildner) zur Veranstaltung: „Was ist gutes Sterben?“ am 8. September in Hannover und Online von Anke Bsteh (Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen)

**Bsteh:** *„Was ist gutes Sterben?“, das ist das Motto der Festveranstaltung am 8.9.2021 in der Marktkirche Hannover, an der Sie mit einem [Beitrag] mitwirken. „Was ist gutes Sterben?“ – das ist auch eine ganz persönliche Frage. Welches Bild fällt Ihnen hierzu als erstes ein? Können Sie das Bild kurz mit eigenen Worten beschreiben?*

**Olsen:** *Gegenfrage: Ist es überhaupt richtig und dem Finden einer adäquaten Antwort auf diese Frage gegenüber passend, zwischen einem guten und einem schlechten Sterben zu differenzieren? Ich meine Nein, denn allein die in der Frage verwendete Vokabel "gut" impliziert, es gäbe auch ein "schlecht. Sterben ist nicht gut oder schlecht! Sterben ist! Es liegt an uns selber, unserer Gesellschaft und unserer damit einhergehenden Sozialisation, wie wir Sterben empfinden, bewerten, mit dem Thema umgehen. Wir sind geprägt, geformt und daher gehen wir mit dem Thema "Sterben" sehr unterschiedlich um. Doch schon die gestellte Form der Fragestellung, was "gutes Sterben" sei, führt zu den Überlegungen, es gäbe auch "schlechtes" Sterben. Und allein das erzeugt Ängste. Sehr unvorteilhaft, um sich dem Fakt "Sterben" zu nähern. Und wir nähern uns ihm von Anbeginn an.*

*"Gutes Sterben" ist also in erster Linie durch eine lebenslange Vorbereitung auf diesen Fakt geprägte. Ausgrenzung und Verdrängung dieses Fakts führt unumgänglich zu "schlechtem Sterben", nämlich zu Ängsten davor, zu Verspannung, Verkrampfungen, Unfähigkeiten sich mit dem Fakt zu beschäftigen, täglich und überall in seiner Lebenspraxis zu beschäftigen. "Gutes Sterben" ist also in erster Linie ein Sterben in vollem Vertrauen in die und Frieden finden mit der Selbstverständlichkeit der Endlichkeit und dem ebenso vollen Vertrauen, sein Leben ohne Reste als Unzufriedenheit beenden zu werden. Dies nämlich in dem festen und tief verankerten Wissen, dass man alles in seinem Leben nur so gut hat machen können, wie es in dem jeweiligen Moment gerade möglich war. Was eine ebensolche Selbstverständlichkeit ist! Denn sonst hätte man es in dem jeweiligen Moment ja besser gemacht. Frei nach dem Motto: Alles ist gut, ich bin nicht perfekt. Sterben ist auch ein Akt der Begnadigung, der Befriedung allen Erlebten, seien es schöne, seien es unschöne Erlebnisse. Diese Erkenntnis im Alltag zu leben und gelebt zu haben, ermöglicht ein "gutes Sterben". Es ist ein Sterben in Würde und Respekt vor dem Leben als Ganzem, dem Phänomen des Lebens, dem Kreislauf des Lebens, dem Werden und Vergehen. Mein Bild dazu ist das Ansehen der lebenszufriedenen Glücklichkeit in den Gesichtern Verstorbener, die vollkommene Entspannung der Muskulatur und Mimik. Und die darin zum Ausdruck gekommene Befreiung von dem Zwang zu leben. Denn wir wurden schließlich nicht gefragt, ob wir leben wollen, wir wurden durch unsere Eltern in die Welt gebracht, quasi „gezwungen“.*

**Bsteh:** "Gutes Sterben" – das klingt für viele Menschen erstmal paradox. Kann Sterben überhaupt gut sein?

**Olsen:** Natürlich kann Sterben gut sein, Sterben ist immer gut!! Oder anders beantwortet: Die Frage, ob es ein gutes oder ein schlechtes gibt, stellt sich gar nicht: Es IST, das ist alles. Denn es ist der Weg, der uns alle, jeden Menschen, jedes Tier, jede Pflanze von seinem Leben befreit. Leben ist stetes und der Vorbote des Sterbens. Es ist sogar dessen Voraussetzung. In diesem Sinne ist also Sterben die Erfüllung des Lebens und allem Erlebten. Zudem ist es das Einzige im Leben, für das man nichts, aber auch gar nichts tun muss: Das Leben kommt und erfüllt sich ganz von selber. Daher können und sollten wir dem Sterben immer mit vollem Vertrauen und Entspannung entgegensehen. Das wahrhaftig Dumme ist nur, dass wir durch unsere von Haben-Wollen, der Sucht nach Mehr-Mehr-Mehr, Materialismus sowie Fortschritts- und Konsumwahn geprägte Sozialisation meinen, Leben müsse wie Besitz gesammelt werden, man müsse sich sein Leben verdienen, etwas dafür tun, kämpfen, sich durchsetzen. Welch vollkommener Unsinn, welche Verarmung durch materiellen Wohlstand, welche Entfremdung von dem Lebenssinn und seinem Faszinosum der Schöpfung, seinem Zweck schlicht und einfach nur zu *s e i n* . Leben ist kein Besitz, und daher kann man sein Leben auch nicht "verlieren". Ein Leben nach dieser Anschauung erzeugt natürlich massive Ängste vor "Sterben" Ich denke, dass ein als „schlecht“ empfundenenes oder postuliertes Sterben nur dann so beschrieben wird, wenn das davor gelebte Leben ebenso als „schlecht“ bezeichnet wurde. Leben jedoch kann nicht per se und grundsätzlich „schlecht“ oder „gut“ sein. Leben *i s t* , das ist alles. Es wird jedoch „schlecht“ gemacht. Wir machen es schlecht! Dann ist das Sterben natürlich auch „schlecht“. Und selbst dann ist Sterben noch gut, eben weil es im wahrsten Sinne des Wortes endlich vom „schlechten“ Leben befreit. Sterben ist also immer gut. Freuen wir uns also darauf!!!!

Diskussionsveranstaltung 08.09.21 · 17.30-20.30 Uhr  
Marktkirche Hannover · Hanns-Lilje-Platz · 30159 Hannover | Einladung



# Was ist gutes Sterben?