

Liebe*r Leser*in,

dies ist eine veröffentlichte Manuskriptfassung des Titels „End-lich leben. Christliche Sterbekunst heute“ von Michael Rosenberger in der Buchreihe *Linzer Philosophisch-Theologische Beiträge* (<https://doi.org/10.3726/978-3-653-02234-6>).

© Peter Lang, 2013.

Alle Rechte vorbehalten.

Ihr IxTheo Team

Michael Rosenberger

End-lich leben

Christliche Sterbekunst heute

Der Mensch der modernen Industriegesellschaft sieht sich einem ständig steigenden *Leistungsdruck* gegenüber – vom Kleinkind, das bereits im Kindergarten optimal „gefördert“ werden soll, bis zum Menschen im Ruhestand, von dem ein lebenslanges Weiterlernen erwartet wird.¹ Dieser Leistungsdruck setzt den Menschen im Alltag unter eine hohe Spannung. Fällt diese am Wochenende ab, kommt häufig eine enorme *Lebensgier* zum Vorschein: Die gesamte Askese der Arbeitswoche muss nun nachgeholt werden – in durchzechten Diskonächten und rauschenden Festen.

Die Balance zwischen Arbeit und Leben, auf neudeutsch „work-life-balance“, scheint kaum zu gelingen. Und jene, die keinen Arbeitsplatz mit entsprechenden Leistungsanforderungen einnehmen können, leiden zunehmend unter *Langeweile* – neben dem bereits seit Jahren bekannten

¹ Erstaunlicherweise liegen kaum belastbare empirische Daten dafür vor, dass und auf welche Weise der Leistungsdruck in den vergangenen Jahrzehnten in Industriegesellschaften *objektiv* gestiegen ist. Das Schlagwort der „Leistungsgesellschaft“ ist bereits seit den 1970er Jahren en vogue. Die Zahl psychischer Erkrankungen steigt zwar *objektiv*: In Deutschland z.B. von 33,6 Mio. durch sie verursachten Fehltagen am Arbeitsplatz im Jahr 2001 auf 53,5 Mio. im Jahr 2010, so das Bundesarbeitsministerium im April 2012, und von 0,37% aller Versicherten stationär Behandelten 1990 auf 0,85% im Jahr 2010 laut einem Bericht der Barmer Ersatzkasse im Juli 2011. Diese Zahlen geben freilich nur das *subjektive* Empfinden der Menschen wieder, stärker als früher belastet zu sein. Doch ob und warum das *objektiv* der Fall ist, lässt sich aus solchen Zahlen nicht ablesen. Dennoch gehe ich hier von der allgemein anerkannten Annahme eines gesamtgesellschaftlich auch *objektiv* deutlich gesteigerten Leistungsdrucks aus.

Burnout im Fall von Überlastung spricht man mittlerweile auch vom Boreout als einer Pathologie im Falle von permanenter Unterforderung².

1. Die Herausforderung: Sterben und leben können

Wie kann der Mensch zwischen Leistungsdruck und Langeweile, zwischen Lebengier und Lebensüberdruß ein erfülltes, intensives Leben führen? Wie kann er die Lebensspanne genießen, die ihm geschenkt ist, und sie sinnvoll füllen, so dass er eine tiefe innere Lebenszufriedenheit erfährt? Letztlich sind es diese Fragen, mit denen sich die klassische christliche Tradition der *ars moriendi*, der Sterbekunst, beschäftigt. Denn, so die Grundüberzeugung, die Frage nach dem erfüllten Leben ist nicht von der Frage nach dem rechten Sterben abzulösen, sondern nur auf ihrem Hintergrund zu beantworten.

Unter dem *Begriff* *ars moriendi* firmiert seit dem Mittelalter eine „Literaturgattung, die sich mit der lebenslangen Vorbereitung auf einen guten Tod beschäftigt“³. Im Hochmittelalter zunächst lateinisch verfasst und nur an die Elite der damaligen Gesellschaft bzw. an die Priester gerichtet, schreibt man später in den Volkssprachen, um breitere Zielgruppen anzusprechen.⁴ Sogar Bilderbücher für die Analphabeten werden herausgegeben.

Dabei steht die *ars moriendi* in einer weit zurückreichenden *Tradition*: Schon die Erzählung Platons vom Tod des Sokrates⁵ schildert diesen als Vorbild eines guten Sterbens und präsentiert damit die sokratische Haltung als Paradigma für ein Leben unter dem Vorzeichen der Sterblichkeit. Denn mit folgenden Worten wird die Erzählung eingeleitet: „Also seiner Seele wegen muss ein Mann gutes Mutes sein, [...] einer [...], der der Lust am Lernen sich hingeeben und seine Seele geschmückt hat [...]

² Siehe hierzu vor allem: *Philippe Rothlin, Peter R. Werder, Diagnose Boreout*, München 2007; *Philippe Rothlin, Peter R. Werder, Die Boreout-Falle: Wie Unternehmen Langeweile und Leerlauf vermeiden*, München 2009.

³ *Placidus Berger, Ars Moriendi. Die Kunst des Lebens und des Sterbens*, Münterschwartzach 2010, 35.

⁴ Vgl. *Helmuth Rolfes, Ars Moriendi. Eine Sterbekunst aus der Sorge um das ewige Heil*, in: *Harald Wagner* (Hrsg.), *Ars moriendi. Erwägungen zur Kunst des Sterbens* (*Questiones disputatae* 118), Freiburg u.a. 1989, 15-44, 17.

⁵ Vgl. *Platon*, Phaidon 114d-118.

mit dem ihr eigentümlichen Schmuck: Besonnenheit, Gerechtigkeit, Tapferkeit, Edelmut und Wahrheit. Der kann dann ruhig seine Fahrt nach der Unterwelt erwarten, um sie anzutreten, sobald das Schicksal ruft“⁶. Platon sieht also in einem guten Leben die Grundlage für ein gutes Sterben – und umgekehrt. Sein Lehrer Sokrates dient ihm dazu als Modell.

Die lateinische Stoa knüpft an dieser Platon-Stelle aus dem Phaidon an. Cicero etwa kommentiert sie so: Das ganze Leben sei ein Einüben in und ein Sich-Gewöhnen an das Sterben⁷, ein „Meditieren“ des gelassenen und gleichmütigen Sterbens⁸. Und Seneca ergänzt, es sei das Ziel, den Tod heiter zu empfangen, wenn er kommt⁹, aber auch erfüllter zu leben, solange der Tod noch fern ist: „Die meisten schwanken zwischen der Furcht vor dem Tod und den Leiden des Lebens erbärmlich hin und her und wollen nicht leben, können nicht sterben“¹⁰. Die *ars moriendi* ist so bereits von ihren Ursprüngen her zugleich eine *ars vivendi*, die Sterbekunst eine Lebenskunst.¹¹

Genau in diesem Sinne wird sie in der frühen und frühmittelalterlichen Kirche vom Mönchtum tradiert. In der Benediktsregel wird sie im grundlegenden Kapitel 4 über „die Werkzeuge der guten Werke“ folgendermaßen auf den Punkt gebracht¹²: „den unberechenbaren Tod täglich vor Augen haben“ (RB 4,47). Ehe ich aber die *ars moriendi* der christlichen Tradition näher entfalte, möchte ich zunächst einige Bemerkungen zur anthropologischen Relevanz des menschlichen Sterbens machen.

⁶ Platon, Phaidon 114d. Text der zitierten deutschen Übersetzung aus: Platon, Hauptwerke. Ausgewählt und eingeleitet von Wilhelm Nestle, Stuttgart 1973, 106.

⁷ Vgl. Cicero, *Tusculanae disputationes*, 1,75.

⁸ Vgl. Cicero, *Cato maior de senectute* 74.

⁹ Vgl. Seneca, *Epistulae morales* 30,12.

¹⁰ Seneca, *Epistulae morales* 77,19; deutsche Übersetzung nach Friedo Ricken, *Ars moriendi – zu Ursprung und Wirkungsgeschichte der Rede von der Sterbekunst*, in: Franz-Josef Bormann, Gian Domenico Borasio (Hrsg.), *Sterben. Dimensionen eines anthropologischen Grundphänomens*, Berlin, Boston 2012, 309-324, 310.

¹¹ Vgl. F. Ricken, *Ars moriendi* (Anm. 10), 316.

¹² In den anderen frühen Ordensregeln taucht kein vergleichbarer Impuls auf, da diese sich eher auf die praktischen Regelungen konzentrieren. In den Weisungen der Wüstenväter allerdings ist mehrfach eine *ars moriendi* bezeugt: Apophtegmata Patrum 113; 524; 801 etc.

2. Die anthropologische Basis: Der Mensch und sein Tod

Wie alle Geschöpfe ist der Mensch sterblich. Doch anders als die meisten anderen Geschöpfe¹³ weiß er um seinen Tod und hat eine ungefähre Vorstellung von seiner (durchschnittlichen) Lebensspanne und ihrem Ende. Daher geht der Mensch mehr oder weniger bewusst auf seinen eigenen Tod zu – und wenn weniger bewusst, dann ist auch das eine bewusste Entscheidung. Weil sich der Mensch zu seinem Tod reflexiv verhalten kann, ist er dazu auch gezwungen. Das menschliche Leben ist „Sein zum Tod“, wie das Martin Heidegger in seinem Hauptwerk „Sein und Zeit“ formuliert hat.¹⁴

Dabei beendet der Tod die *gesamte* irdische Existenz eines Menschen. Selbst wenn man anders als Paulus an das Weiterleben einer unsterblichen Seele glaubt, ändert das nichts an dieser Tatsache: Die *irdische* Existenz des Menschen ist im Tod beendet und vernichtet. Diese Unerbittlichkeit des Todes darf nicht verharmlost und durch den naiven Verweis auf ein ewiges Leben entschärft werden. Sie darf auch nicht durch die Vorstellung eines sanften Verlöschtens rosarot übermalt werden, wie dies in manchen modernen Natürlichkeitsmythen geschieht.¹⁵ Der Tod ist und bleibt eine radikale Grenze, das äußerste Symbol und das sichtbarste Zeichen menschlicher Endlichkeit. Er ist das völlige, totale Ende der irdischen Wirklichkeit des Menschen.

Auch wenn der Tod als solcher ein nicht vorhersehbares Widerfahrnis von außen ist, das der Mensch hinnehmen muss und das den Charakter des Zerstörerischen, Gewaltsamen aufweist, geht es doch darum, den eigenen Tod zu sterben. Bewusst oder unbewusst ist der Tod auch eine „Tat des Menschen von innen“¹⁶, ein aktives Sich-zum-Ende-Bringen. Der Mensch „verendet“ nicht einfach, sondern geht mit seiner Sterblichkeit und seinem Tod als der letzten Möglichkeit um. Nicht immer ist

¹³ Verhaltensforscher gehen heute davon aus, dass einige wenige Tiere auch eine zumindest anfanghafte Vorstellung von ihrem Tod besitzen, z.B. Menschenaffen oder Elefanten.

¹⁴ Vgl. *Martin Heidegger*, *Sein und Zeit*, Tübingen 1920/2006 (Erstausgabe 1927), §§ 49-53; 61-62; 74; 81.

¹⁵ Vgl. *H. Rolfes*, *Ars moriendi* (Anm. 4), 41-44.

¹⁶ *Karl Rahner*, *Tod*, in: *ders.* u.a. (Hrsg.), *Sacramentum mundi*, Bd. 4, Freiburg u.a. 1969, 920-927, 923.

es ihm gegönnt, bei vollem Bewusstsein zu sterben. Jedem Menschen aber ist es möglich, sein Sterben im Vorhinein zu bedenken und wenigstens teilweise zu „planen“. Er kann Wünsche festlegen, die die Angehörigen zum Zeitpunkt seines Sterbens erfüllen; er kann eine Haltung zum Tod einüben, die ihn dann auch in seinen letzten Stunden prägt und trägt. Entschlossenes und bewusstes Gestalten des eigenen Sterbens und vertrauensvolle Annahme des Todes, wenn seine Zeit gekommen ist, sind also keine Gegensätze, sondern zwei Seiten derselben Medaille. Wie aber lässt sich diese Grundhaltung konkretisieren? Wie kann sie eine konsistente Gestalt gewinnen, die das christliche Leben prägt?

3. Eckpunkte christlicher ars moriendi

Ehe diese beiden Fragen beantwortet werden können, müssen einige formale Eckpunkte geklärt werden, die den Rahmen christlicher ars moriendi ausspannen:

- a. „*Mors certa – hora incerta*“ – „der Tod ist sicher, die Stunde nicht“ so bringt das Mittelalter die Herausforderung auf den Punkt. Der Zeitpunkt des Todes lässt sich nicht vorhersagen. Deswegen gilt es, allezeit bereit zu sein: „Haltet auch ihr euch bereit! Denn der Menschensohn kommt zu einer Stunde, in der ihr es nicht erwartet“ (Lk 12,40). Der plötzliche Tod war im Mittelalter eine furchtbare Vorstellung, weil er keine rituell-sakramentale Vorbereitung mehr zulässt.¹⁷ In Wirklichkeit aber kann auch ein plötzlich sterbender Mensch vorbereitet sterben – und gerade dafür will die ars moriendi Sorge tragen. Entscheidend ist also das innere *Bereit-sein und Vorbereitet-sein*.
- b. Eben um des Bereitseins willen muss gelten: Die ars moriendi *beginnt jetzt* und nicht erst, wenn der Tod herannaht. Das „Sein zum Tode“ prägt den Menschen von Anfang an, nicht erst mit Beginn einer schweren Erkrankung. Und weil die Vorbereitungszeit auf den Tod nicht unbegrenzt zur Verfügung steht, gilt es jetzt zu handeln.¹⁸ „*Media vita in morte sumus*“, formuliert das Mittelalter (vermutlich Notker Balbulus, um 840-912): Mitten im Leben sind wir vom Tod umfungen. Daher gilt es *täglich* neu so zu leben, als wäre das der

¹⁷ Vgl. H. Rolfes, *Ars moriendi* (Anm. 4), 20.

¹⁸ Vgl. ebd., 20.

letzte Tag des eigenen Lebens. Im Lukasevangelium wird das besonders deutlich. Dort sagt Jesus: „Wer mein Jünger sein will, der verleugne sich selbst, nehme täglich sein Kreuz auf sich und folge mir nach“ (Lk 9,23). Täglich, ergänzt Lukas das Jesuswort, folgen die Glaubenden ihrem Herrn auf dem Weg zum Sterben.

- c. Die ars moriendi ist eine echte *Kunst*. Sie bedarf – wie alle Künste des kreativen, unbefangenen Ausprobierens – auch der kontinuierlichen *Einübung*. Beides sind große Herausforderungen. Um die Kreativität anzuregen, schrieb man so viele mittelalterliche Bücher. Die waren nicht zur sklavischen Befolgung, sondern zur freien und spielerischen Nachahmung gedacht. Doch in ihnen spielt die Betonung der Wichtigkeit ständigen Übens immer eine große Rolle.
- d. Manche Anleitung zur ars moriendi mag den Eindruck erwecken, es ginge nur um die Vorbereitung auf das Jüngste Gericht, mithin um das jenseitige, ewige Heil. Doch *Heil* ist keine rein jenseitige Wirklichkeit, sondern beginnt für jeden Menschen hier und heute. Jetzt soll das Leben heil werden, ganz werden, eine „runde Sache sein“. Und wer nur genau hinsieht, stellt diesen Impuls auf jeden Fall in der christlichen ars moriendi fest.
- e. Schon in der Antike ist es die hauptsächliche Strategie der ars moriendi, den *Tod als Freund* anzunehmen. Poetisch verdichtet finden wir diesen Gedanken im Sonnengesang des Franz von Assisi, wo der Schöpfer zuletzt auch für Bruder Tod gelobt wird. Und volkstümlich erzählt findet er sich z.B. im Märchen „Gevatter Tod“ der Brüder Grimm. Dort sagt der Tod selbst: „Wer mich zum Freunde hat, dem kann’s nicht fehlen“¹⁹. Der Tod gehört zum Leben – er ist Teil jeder geschöpflichen Konstitution – so gilt es, ihn freundlich anzunehmen, wenn man das Leben als solches annehmen will.

4. Grundhaltungen christlicher ars moriendi

Christliche Spiritualität und Ethik wurden von Anfang an beseelt und getragen von der Orientierung an Tugenden, Leitbildern gelingenden Lebens vor Gottes Angesicht, Grundhaltungen für ein Leben aus Gottes Liebe. Dabei ist selbstverständlich vorausgesetzt, dass die drei „theologischen“,

¹⁹ *Jakob und Wilhelm Grimm*, Kinder- und Hausmärchen der Brüder Grimm, hrsg. von *Heinz Rölleke*, Bd. 1, Stuttgart 1982, 227-230, hier: 228.

d.h. von Gott gewirkten und damit gnadenhaften Tugenden Glaube, Hoffnung und Liebe immer mitgedacht und mitgemeint sind. Sie sind Ursprung und Quelle, aber auch Mitte und Ziel aller weiteren Tugenden. Doch welche der traditionellen Grundhaltungen stehen darüber hinaus am intensivsten mit der *ars moriendi* in Verbindung?

Zunächst einmal ist das die *Maßhaltung*, die Urteugend der griechischen Philosophie. Dort wird sie verstanden als Zusammenklingen (*symphoneia*²⁰) von Mensch (Psyche), Gemeinschaft (Polis) und Schöpfung (Kosmos): Der maßhaltende Mensch nimmt Rücksicht auf die anderen Geschöpfe, nimmt sich selbst zurück, damit auch diese genügend Raum haben. Seine Selbstbegrenzung ermöglicht ihm, seine eigene Identität zu definieren – wer alles sein möchte, ist am Ende nichts und niemand! – und Beziehungen aufzubauen – wer alles sein möchte, verliert das Du des Anderen aus dem Blick! Wer in diesem Sinne maßvoll leben gelernt hat, kann auch angemessen sterben, wenn die Zeit gekommen ist.

Eine zweite, nun spezifisch christliche Grundhaltung jeder *ars moriendi* ist die *Demut*. In der Interpretation der Kirchenväter wird der lateinische Begriff „*humilitas*“ vom Begriff *humus* abgeleitet: Demut ist das Wissen, aus Erde geschaffen zu sein, und die Bejahung dieser Tatsache: „Staub bist du, und zum Staub musst du zurück“ (Gen 3,19). Demut hat also zunächst nichts mit Sündigkeit zu tun, sondern mit der Wirklichkeit des Menschen als geschaffenen, endlichem und abhängigem Wesen. Sie hat etwas sehr Realistisches und sagt Ja zur Wirklichkeit, wie sie ist: Geschenkt, wunderbar und staunenswert, aber auch zerbrechlich, begrenzt und nicht beliebig beherrschbar. Demut ist „Leben aus dem in seinen geschenkten Grenzen wertvollen Dasein“²¹ – ein dankbares und frohes Ja zum Leben im Angesicht des Todes.

Unmittelbar aus der Demut ergeben sich eine Reihe weiterer Grundhaltungen. Als erste nenne ich die *Dankbarkeit*. Sie ist gleichsam die zeitliche Ausdehnung der Demut in einer Rückschau auf das eigene Leben. Dankbarkeit setzt Erinnerung voraus. Wer vergisst, was ihm schon geschenkt worden ist, kann nicht dankbar sein. Aber über die Erinnerung hinaus braucht es auch eine Wertschätzung des Gewesenen. Erinnerung ist ja ambivalent, kann auch in Verhärtung, Verbitterung oder Traumati-

²⁰ Vgl. Platon, *Politeia* 430e.

²¹ *Günter Virt*, Art. Demut. III. Theologisch-ethisch, in: *Walter Kasper* u.a. (Hrsg.), *Lexikon für Theologie und Kirche*, Bd. 3, Freiburg ³1995, 92.

sierung umschlagen. Dankbarkeit erfordert daher ein mildes, wohlwollendes und wertschätzendes Erinnern – einschließlich aller Eindrücke, die die eigene Lebensgeschichte negativ befrachten und die nicht verdrängt werden dürfen. Im Blick auf den eigenen Tod kann solche Dankbarkeit noch intensiver werden.

Eine zweite mit der Demut unmittelbar zusammenhängende Tugend ist die *Versöhnungsbereitschaft*.²² Wer dankbar und demütig auf sein Leben blickt, wird sich mit dessen Brüchen und Unvollkommenheiten versöhnen – und ist damit bereit, alte Konflikte zu begraben. Im Angesicht des Todes sind letztlich sämtliche Streitursachen der Welt zweitrangig. Es lohnt sich nicht mehr, stur auf ihnen zu beharren oder sie bis zum letzten Jota einzufordern. Viel aussichtsreicher und erfüllender ist die Versöhnung mit dem Gegner, solange noch Zeit dazu ist. Die Mahnung Jesu aus der Bergpredigt: „Schließ ohne Zögern Frieden mit deinem Gegner, solange du mit ihm noch auf dem Weg zum Gericht bist“ (Mt 5,25), wurde durch die gesamte Geschichte christlicher Spiritualität als Mahnung verstanden, sich rechtzeitig vor dem Tod zu versöhnen und nicht auf „nachher“ zu warten.

So erwächst aus der Demut eine dritte Haltung: Eine tiefe *Gelassenheit* und innere Freiheit. Die mittelalterliche Mystik (etwa bei Meister Eckhart oder Johannes Tauler) nannte die Gelassenheit mittelhochdeutsch *lidigkeit* – modern übertragen vielleicht „Ledigkeit“. Gemeint war damit aber nicht ein bestimmter Familienstand, sondern das umfassende Freisein – im neuhochdeutschen noch erkennbar in der Redewendung „ledig aller Sorgen“. Gelassenheit macht frei – frei vom Leistungsdruck, frei vom Zwang, sich beweisen zu müssen, frei von der Angst, etwas zu verpassen. Der Gelassene hat keine Angst vor dem Tod und keine Angst vor dem Leben. Solche Gelassenheit ist letztlich nicht aus menschlicher Anstrengung zu machen, sondern bleibt ein Geschenk der Gnade Gottes.

Gerade aus solcher innerer Freiheit ersteht dann aber eine vierte Haltung: Die *Genussfähigkeit* als die Fähigkeit, das Jetzt mit all seinen Schattierungen intensiv zu erleben. Das ist nun die einzige Haltung, welche die mittelalterliche *ars moriendi* eher nicht anzielte. In ihr gibt es eine Traditionslinie des sog. „*contemptus mundi*“, der Verachtung der Welt.²³ Genießen galt in dieser platonisch gefärbten Tradition nicht als Wert.

²² Vgl. P. Berger, *Ars Moriendi* (Anm. 3), 53 f.

²³ Vgl. H. Rolfes, in: H. Wagner (Hrsg.), *Ars moriendi* (Anm. 4), 21 f.

Vielmehr galt „Frau Welt“, wie sie etwa am Portal des Straßburger Münsters wunderbar dargestellt ist, als von innen heraus verfault und verdorben – trotz ihres verführerischen Anblicks von vorne. Aber in einer Zeit, da Theologie und Spiritualität eher aristotelisch als platonisch geprägt sind, kann Genussfähigkeit – richtig verstanden – durchaus als Tugend bezeichnet werden. Schließlich geht es im Kontext des Glaubens darum, die Wohltaten Gottes mit allen Sinnen und mit Leib und Seele zu erleben und zu verinnerlichen. Und dies kann intensiver geschehen, wenn der Mensch um seine Endlichkeit weiß.

5. Klassische Ausdrucksformen christlicher ars moriendi

Maßhaltung und Demut, Dankbarkeit und Versöhnungsbereitschaft, Gelassenheit und Genussfähigkeit sind sechs Grundhaltungen, die sich in besonderer Weise mit der ars moriendi verbinden. Doch geht es in der Spiritualität nicht nur um die Vermittlung abstrakter Haltungen, sondern vor allem um deren konkrete Einübung in bestimmten Ausdrucksformen. Solche gibt es in großer Fülle. Sie sollen daher im nächsten Schritt besprochen werden.

a. Eine erste konkrete Form der Einübung christlicher ars moriendi ist das *Innehalten beim Uhrenschlag*: Seit dem späten Mittelalter tragen die Kirchtürme Uhren, die die Glocken zur Viertel- bzw. zur vollen Stunde anschlagen. In Zeiten, da der Durchschnittsbürger keine eigene Uhr besaß, war dies ein wichtiges Medium zur Orientierung und Synchronisierung von Arbeitsabläufen, Terminen und Begegnungen. Doch mehr noch als der Nutzwert des Uhrenschlags, der die ökonomische Entwicklung Europas in erheblichem Maße vorantrieb, zählte sein spiritueller Wert als Signal für die Flüchtigkeit und Vergänglichkeit des menschlichen Lebens. Nicht wenige mittelalterliche Uhren sind mit den bereits zitierten lateinischen Sinnsprüchen der ars moriendi versehen, und wenn eine Uhr Figurenschmuck trägt, darf der Sensenmann mit dem Stundenglas nicht fehlen.²⁴ Der Schlag der Uhr mahnt also den spirituellen Menschen: Halt inne – schon wieder ist eine Stunde deines Lebens vergangen – bedenke, wie

²⁴ Vgl. Klaus Müller, Bleiben wollen, gehen müssen – und vom Glück der Endlichkeit, in: Gregor Maria Hoff (Hrsg.), Salzburger Hochschulwochen, Endlich! Leben und Überleben, Innsbruck 2010, 52-82, 56.

du sie gefüllt hast! „Unsre Tage zu zählen, lehre uns! Dann gewinnen wir ein weises Herz“ (Ps 90,12).

b. Eine zweite Ausdrucksform ist die *abendliche Rückschau auf den Tag*. Früher stark sündenkonzentriert „Gewissenserforschung“ genannt, wird sie heute umfassender als „Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“ gestaltet. Anthropologisch geht es dabei um ein bewussteres und intensiveres Erleben der Vorgänge des eigenen Lebens. Ethisch verstehen wir heute den Begriff des „Gewissens“ wieder stärker im Sinne seiner etymologischen Bedeutung von „Zusammenschau“, wie es sowohl in der deutschen als auch der lateinischen und griechischen Sprache intendiert ist. Und spirituell geht es um das Wahrnehmen der vielfältigen Spuren Gottes im eigenen Leben.²⁵ Der Abend des Tages steht mit dem Abend des Lebens in enger Beziehung. Nicht umsonst betet das kirchliche Stundengebet zum Abschluss der Komplet um „eine ruhige Nacht und ein seliges Ende“.

c. Mit dem Segenswunsch der Komplet bereits angesprochen ist die dritte Ausdrucksform, das *Gebet um eine gute Sterbestunde*. Noch vor zwei Generationen war das eine hochgeschätzte und stark verbreitete Praxis. Nicht selten mag die Angst vor dem Jüngsten Gericht das Hauptmotiv gewesen sein. Aber auch ohne die Angst als treibenden Faktor kann ein solches Gebet ein wohltuender und vertrauter Brauch werden, der in die Grundhaltungen der *ars moriendi* einführt.

d. Deutlich anspruchsvoller ist die vierte Form, das *Meditieren der eigenen Sterbestunde*. Dabei geht es um ein möglichst anschauliches Ausmalen, wie denn das eigene Sterben einmal ablaufen könnte; wer anwesend ist; wie es sich vollzieht; und welche Lebensbilanz man dann wohl ziehen wird. Eine solche Meditation kann einerseits die bereits erwähnte Gelassenheit fördern, andererseits aber auch Klarheit für anstehende Entscheidungen schenken. In diesem Sinne einer „Unterscheidung der Geister“ im Lichte der Sterbestunde hat zum Beispiel Ignatius von Loyola sie in seine Exerzitien aufgenommen.²⁶

e. Relativ exklusiv zeigt sich die fünfte Form, die ich erwähnen möchte: der sogenannte *Totentanz* (danse macabre). In dichterischen Texten, bildlichen Darstellungen und musikalischen Vertonungen ist er seit dem 14. Jahrhundert eine weit verbreitete und beeindruckende Form der

²⁵ Vgl. Michael Rosenberger, *Im Geheimnis geborgen*, Würzburg 2012, 112-114.

²⁶ Vgl. Ignatius von Loyola, *Exerzitienbuch* Nr. 186 f.

ars moriendi.²⁷ Vermutlich inspiriert von den großen Pestepidemien wird erzählt, wie der Tod die Menschen zum Tanz bittet – den Papst und den Kaiser, den Bischof und den Fürsten, den Kaufmann und den Bauern, den Alten und das Kind, Mann und Frau. Jeder kommt irgendwann an die Reihe, und niemand weiß es, bevor es so weit ist. So ist der Totentanz eine starke Verdichtung der einzigen wirklichen Gerechtigkeit auf dieser Erde: Im Tod sind alle gleich!

f. Andere Bildbetrachtungen treten (in einer Zeit, da die Mehrheit der Menschen Analphabeten war) neben den Totentanz, vor allem die *Betrachtung der Kreuzwegtafeln und anderer Bilder*²⁸: Neben dem Kreuzweg ist dabei das berühmteste mittelalterliche Beispiel die sog. „Bilder-Ars“. Entstanden zwischen den Konzilien von Konstanz und Basel, d.h. zwischen 1418 und 1441, steht sie inhaltlich Johannes Gerson nahe, der im Vorwort auch ausdrücklich als Gewährsmann genannt wird. In Text und Bild dargestellt sind in dem kleinen Andachtsbüchlein fünf Versuche des Teufels und spiegelbildlich fünf Ermahnungen des Engels: Zweifel und Glauben, Verzweiflung und Hoffnung, Ungeduld und Geduld, Hochmut und Demut, Geiz und Verzicht stehen einander gegenüber. Ein Abschlussbild der Todesstunde der lesenden Person rundet die Meditation ab.²⁹ Es geht dabei wohlgerne nicht um eine Rückschau auf frühere Versuchungen, sondern um gegenwärtige Anfechtungen des Kranken bzw. mit dem Tod konfrontierten Menschen: Der ist anfechtbar – aber in einer bestimmten, sich markant von den traditionell wahrgenommenen Alltagsversuchungen unterschiedenen Weise. So kommen das V. und das VI. Gebot, normalerweise die Schwerpunkte traditioneller Beicht-

²⁷ Zunächst wurden kurze, meist vierzeilige Wechselreden zwischen dem Tod und anfangs 24 nach absteigender Rangfolge geordneten Personen überliefert. Die älteste erhaltene Bilddarstellung um 1410 befindet sich in La Chaise-Dieu in der französischen Auvergne und ist bereits mit solchen Texten unterlegt. Bis heute haben Totentanzdarstellungen nichts von ihrer Faszination verloren – im 20. Jahrhundert widmeten sich u.a. *Otto Dix*, *Lovis Corinth*, *Alfred Hrdlicka* und *HAP [Helmut Andreas Paul] Grieshaber* diesem Thema. In der Musik mag man an *Franz Schubert*, *Franz List* oder *Camille Saint-Saens* denken.

²⁸ *Thomas Peuntner*, zit. nach: *P. Berger*, *Ars Moriendi* (Anm. 3), 49.

²⁹ Im Internet können alle Bilder z.B. unter: Eine Ars moriendi für unsere Tage? Können wir aus der alten Ars moriendi lernen? Eine Veranstaltung des Koblenzer Hospizvereins am 24. Juni 1999, in: <http://userpage.fu-berlin.de/acimhof/koblenz/hospiz.htm> (Stand: 1.6.2012) betrachtet werden.

spiegel, verständlicherweise nicht vor. Das zeigt freilich auch, dass diese Form der *ars moriendi* eine ist, die weniger mitten im Leben und mehr unmittelbar in der Sterbestunde indiziert scheint als alle anderen Formen.

g. Der Inbegriff unter den erzählerischen und bildlichen Darstellungen der *ars moriendi* ist zweifellos die *Entschlafung Mariens*³⁰ (analog dazu auch das Sterben von Heiligen³¹): Der Tod Mariens, so diese reich ausgeschmückte Legende, findet statt in Anwesenheit aller „Angehörigen“, d.h. aller Apostel, die dazu eigens aus allen Himmelsrichtungen nach Ephesus kommen. Sie vollziehen mit Maria die christlichen Sterberituale und nehmen dann bewusst von Maria Abschied, die ihnen noch ihr Vermächtnis übermittelt, ehe die sanfte „Entschlafung“ (*dormitio*) stattfindet. Marias Seele wird schließlich in Christi Hände aufgenommen. Soweit ich sehe, ist das der einzige Verweis auf die Auferstehungshoffnung in der gesamten *ars moriendi* (neben einer breiteren Reihe von Verweisen auf das Jüngste Gericht!). Die *ars moriendi* erweist sich als sehr erdverbunden und diesseitsbezogen!

Erstaunlicher als das fast vollständige Fehlen einer expliziten Auferstehungshoffnung in der volkstümlichen *ars moriendi* scheint mir aber, dass sie auch in anderer Hinsicht kaum dezidiert christlich ausgeprägt ist: So fehlt jede ausdrückliche Christologie (Jesus kommt nur als Modell des vorbildhaft Sterbenden vor!) und erst recht jede Soteriologie. Auf diese Weise konzentriert sich die *ars moriendi* auf zwei Eckpunkte: die *Schöpfungsspiritualität*, die über das Betrachten der Sterblichkeit zwangsläufig einfließen muss; und auf *Gnadentheologie* und *Ethik*, die über die Metapher des Gerichts und die darauf konzentrierte bzw. reduzierte Eschatologie einfließen. Damit ist die christliche *ars moriendi* in ihren geläufigen Ausdrucksformen ausgesprochen anschlussfähig an andere religiöse Kontexte. Sie ist weit weniger als viele andere Bereiche christlicher Spiritualität mit den Spezifika des christlichen Symbolums verbunden. Man könnte

³⁰ Die vermutlich älteste Quelle ist der „Heimgang Marias“ des Pseudo-Melito von Sardes aus dem 6. Jahrhundert, dokumentiert in: *Jacques Laager* (Hrsg.), *Ars moriendi. Die Kunst, gut zu leben und gut zu sterben. Texte von Cicero bis Luther*, Zürich 1996, 81-95. Am weitesten verbreitet ist seit dem Hochmittelalter die zwischen 1263 und 1273 entstandene *Legenda aurea* des *Jacobus von Voragine*, übersetzt von *Richard Benz*, Gerlingen 1997, dort 583-588.

³¹ Vgl. *Sophonra Feldhohn*, *Jakobus Kaffanke*, *Sich täglich den Tod vor Augen halten. Sterbeberichte früherer Mönche und Nonnen*, Beuron 2006.

provokant formulieren: Die (volkstümliche) *ars moriendi* ist ziemlich undogmatisch!

6. Liturgische Formen christlicher *ars moriendi*

Diese verhältnismäßig geringe dogmatische Fracht der alltäglichen *ars moriendi* wird freilich in den liturgischen Ritualen der Kirche, die zur *ars moriendi* zu zählen sind, merklich ausgeweitet: Das *Aschenritual* des Aschermittwoch und der *Erdritus* der Beerdigung sind zwar vom Ursprung her fast exklusiv schöpfungstheologisch geprägt – ganz im Sinne der biblischen Schöpfungserzählung: „Staub bist du, zum Staub kehrst du zurück“ (Gen 3,19), doch ergänzt zumindest die Begräbnisliturgie (anders als der Aschermittwochsgottesdienst): „Doch der Herr wird dich auferwecken“. Damit ist sowohl ein eschatologischer als auch ein christologischer Bezug hergestellt.

Die Geste der sog. *Prostratio*, des Sich-Niederwerfens auf den Boden mit dem Gesicht nach unten, ein starkes Todes- und Nichtigkeitssymbol, ist durch ihren Kontext sowohl am Karfreitag als auch bei einem Ordensgelübde oder einer Weihe zum kirchlichen Amt von vorneherein stark christologisch eingebettet. Noch unmittelbarer als in den vorgenannten Riten drückt sich in ihr schon vom Zeichen her die Christusförmigkeit des Glaubenden aus, der sich wie der sterbende Jesus am Karfreitag vor der Größe Gottes auf den Boden wirft und vom gekreuzigten und auferstandenen Herrn in seinem Ordensleben oder in seinem diakonalen, priesterlichen bzw. bischöflichen Dienst prägen und ergreifen lässt. Deutende Worte braucht es angesichts dessen nicht.

Noch stärker gilt das für den Ritus der *Taufe*, zumindest wenn er in der ursprünglichen Weise des Untertauchens in ein Wasserbecken vollzogen wird: Es geht dann um ein Eintauchen in den Tod mit dem sterbenden Christus – und ein Auftauchen in das Leben mit dem auferstandenen Christus (Röm 6,3-11).

Wie sich unschwer erkennen lässt, tragen also die offiziellen Rituale der Kirche weit mehr dogmatische Inhalte mit sich als die Übungen einer persönlichen Spiritualität der Glaubenden. Das ist zweifellos auch ihre Aufgabe: Die amtlichen Riten einer Religionsgemeinschaft müssen symbolisch wie verbal die Kerninhalte der *fides quae*, d.h. des Glaubensinhalts, transportieren, um die Individuen in der Gemeinschaft zu verbinden. Sie sollten aber nicht den Eindruck erwecken, dass die *fides quae* das

Eigentliche sei, um das sich ein christliches Leben dreht. Sie ist nur ein Mittel zum Zweck. Und der ist und bleibt die *fides qua*, d.h. die Grundhaltung eines glaubenden und vertrauenden, liebenden und hoffenden Existenzvollzugs, die ebenso gut in den außerliturgischen Formen christlicher *ars moriendi* vermittelt wird.

Für den Christen werden die dogmengetränkten liturgischen Formen der *ars moriendi* wertvoll, ja unverzichtbar sein. Doch dankbar kann er auch den Reichtum der außerliturgischen, „undogmatischen“ Formen der Sterbekunst wertschätzen und mit Anders- oder Nichtglaubenden teilen.

7. Eine besondere Übung: Das geistliche Testament

Abschließend möchte ich eine spirituelle Ausdrucksform christlicher *ars moriendi* erläutern, die in den Ordensgemeinschaften und unter Priestern eine lange Tradition hat: das *geistliche Testament*. Wie beim juristisch verfassten Testament geht es dabei um ein Vermächtnis, eine Botschaft an die Hinterbliebenen. Anders als beim juristisch relevanten Testament werden aber keine materiellen, sondern spirituelle Werte und Erfahrungen weitergegeben. Ein letztes Mal übermittelt der Verstorbene eine Lebensbilanz, die er freilich schon deutlich vor seinem Sterben verfasst hat.

Ein solches geistliches Testament, wie es etwa von Papst Johannes Paul II. verfasst, mehrfach in Exerzitien überarbeitet und aktualisiert und nach seinem Tod weltweit publiziert wurde, kann ein großartiges abschließendes Zeugnis des eigenen Glaubens, Hoffens und Liebens sein. Allerdings muss es sehr behutsam verfasst werden, damit es nicht in sein Gegenteil umschlägt. Denn die LeserInnen können weder etwas entgegen, wenn sie z.B. kritisiert werden, noch nachfragen, wenn sie etwas nicht verstehen. Zwangsläufig geht die Kommunikation nur in eine Richtung, und das braucht Umsicht und Sensibilität. Folgende Fragen könnten die Abfassung eines solchen Textes leiten:

- An wen richte ich mich? An wen nicht? Wer soll bzw. darf diesen Text lesen oder erhalten? Und wer soll ihn auf keinen Fall zu Gesicht oder zu Ohren bekommen? Das sollte man unbedingt dazuschreiben, damit die Hinterbliebenen entsprechend mit dem Text umgehen können.
- Welche Menschen und Erfahrungen waren für mich bedeutsam? Wofür bin ich dankbar, wenn ich auf mein Leben zurückschaue?

- Welche Werte, Ideale und Hoffnungen haben mich getragen? Was davon will ich gerne den Hinterbliebenen weitergeben?
- Wofür bitte ich wen um Vergebung und wofür gewähre ich wem Vergebung? Insbesondere hier ist größte Vorsicht geboten. Die Versöhnung mit Hinterbliebenen kann für diese ein großes Geschenk sein. Kippt aber die Absicht ins Gegenteil um, wird der un-aufgearbeitete Konflikt umso härter und unversöhnter stehen bleiben.
- Welche Worte des Segens möchte ich den Lesenden zum Abschied mitgeben?

Einen solchen Text muss man mit viel Zeit und Ruhe formulieren, eventuell während eines Exerzitienkurses oder einer Sabbatzeit. Nach einigen Jahren sollte man ihn wieder lesen, gegebenenfalls ändern oder ergänzen, so dass er nie allzu sehr veraltet ist. Je konkreter er geschrieben ist, umso mehr bedarf er der immerwährenden Anpassung. Gelingt er aber, ist er nicht nur eine herausragende Übung der *ars moriendi*, sondern zugleich ein unschätzbare Geschenk für alle Angehörigen, die ihn später lesen werden.

8. End-lich leben

Ein irischer Segensspruch sagt: „Willst du im Tod gesegnet sein, musst du lernen zu leben. Willst du im Leben gesegnet sein, musst du lernen zu sterben“. Treffender kann man kaum zusammenfassen, was das Anliegen christlicher *ars moriendi* ist. „Ohne Vertröstung auf das Jenseits und ohne Vertröstung auf das Diesseits“³² versucht der glaubende Mensch der Tatsache des Sterbens in die Augen zu schauen – und nüchtern, aber dankbar seinen Weg als sterbliches Geschöpf zu gehen. Im festen Vertrauen darauf, dass darin unendlich viel Segen liegt.

³² *Bernhard Sill*, *Die Kunst des Sterbens*, Regensburg 2009, 38.

Anhang: Ein kurzer Durchgang durch mittelalterliche Quellentexte:

Drei prominente Wegbereiter der ars moriendi:

- *Bernhard von Clairvaux* (um 1090 Dijon – 1153 Clairvaux), Epistola 105 ad Romanum Romanae Curiae Subdiaconum³³: Die Betrachtung des Todes soll dem Glaubenden helfen, den Verlockungen des irdischen Lebens abzusterben und auf die Ewigkeit hin zu leben.
- *Anselm von Canterbury* (1033 Aostatal – 1109 Canterbury) zugeschrieben, Admonitio morienti et de peccatis suis nimium formidanti³⁴: Die Schrift präsentiert zwei Fragenreihen zur Gewissensprüfung – eine für Mönche, eine für Laien, zudem pastorale Empfehlungen und grundlegende Betrachtungen.
- *Heinrich Seuse* (1295/97 Konstanz oder Überlingen – 1366 Ulm), Büchlein der Ewigen Weisheit: Das „gelesenste deutsche Andachtsbuch“ und die „Lieblingslektüre in den Klöstern des ausgehenden Mittelalters in Deutschland, Holland, Frankreich, Italien und England“. Darin findet sich ein Abschnitt „Wie man soll lernen sterben und wie ein bereiter Tod beschaffen ist“³⁵.

Drei herausragende Beispiele der ars moriendi:

- *Johannes Gerson* (1363 Gerson-lès-Barby – 1429 Lyon), Opus tripartitum de praeceptis decalogi, de confessione et de arte moriendi, Paris 1408.
- *Thomas Peuntner* (1390 Guntramsdorf – 1439 Wien), Kunst des heilsamen Sterbens, Wien 1434³⁶: Stark orientiert an Johannes Gersons Werk. Kapitel 1 enthält fünf *Ermahnungen*: 1) die Sakramente zu empfangen; 2) das Sterben annehmen; 3) sich der Wohltaten Gottes im eigenen Leben erinnern und dafür danken; 4) sich der barmherzigen Güte Gottes erinnern und das Leid aushalten; 5) sich ganz von weltlichen Dingen ab- und geistlichen Dingen zuwenden.

³³ Migne PL 170, 240 f.

³⁴ Migne PL 158, 685-688; dt. in *J. Laager*, *Ars moriendi* (Anm. 30), 143-146.

³⁵ *Rainer Rudolf*, *Ars moriendi*. Von der Kunst des heilsamen Lebens und Sterbens, Köln, Graz 1957, 20.

³⁶ Vgl. *P. Berger*, *Ars Moriendi* (Anm. 3), 37-50.

Kapitel 2 formuliert sechs *Fragen*: 1) willst du christlich sterben? 2) bittest du um Vergebung? 3) willst du ehrlich umkehren? 4) bist du noch in einer nicht gebeichteten Todsünde? 5) vergibst du all deinen Schuldigern? 6) willst du all deine Schuld wiedergutmachen?

Kapitel 3 empfiehlt vier *Gebete*: an Gott – an Maria – an die Engel – an alle Heiligen.

Kapitel 4 umfasst sieben *Ratschläge*: 1) bei nicht kooperativen Sterbenden einen Spezialisten holen; 2) fragen, ob der Sterbende im Kirchenbann lebt, und ggf. diesen lösen; 3) bei Sprechunfähigkeit mit Zeichen verständigen; 4) bei länger dauerndem Sterben geistliche Texte vorlesen; 5) dem Sterbenden Andachtsbilder vorlegen; 6) nicht an Freunde und Verwandte erinnern, damit keine Anhänglichkeit an Welt erfolgt; 7) bei schnellem Sterben nur Stoßgebete beten.

- *Johannes Geiler von Kaysersberg* (1445 Schaffhausen – 1510 Straßburg), *Wie man sich halten sol bei einem sterbenden Menschen*, Straßburg 1482: Ebenfalls eine deutsche Übertragung von Gersons Buch, aber adressiert an Freunde und Verwandte des Sterbenden.

Weitere Literatur:

Konrad Baumgartner, *Ars moriendi*, in: LThK 1, Freiburg u.a. ³1993, 1035-1037.

Wolfgang Beinert (Hrsg.), *Einübung ins Leben – der Tod*, Regensburg 1986.

Gion Condrau, *Der Mensch und sein Tod. Certa moriendi condicio*, Zürich 1984.

Friedrich Wilhelm Graf, *Todesgegenwart*, in: *ders., Heinrich Meier, Der Tod im Leben. Ein Symposium*, München 2008, 7-47.

Hans Halter, *Leben dürfen, sterben müssen.*, Freiburg 1994.

Arthur Erwin Imhof, *Ars moriendi. Die Kunst des Sterbens einst und heute*, Wien, Köln 1991.

Wolfgang M. Klein, *Christliches Sterben als Gabe und Aufgabe. Ansätze zu einer Theologie des Sterbens*, Frankfurt am Main, New York ²1983.

Karl Rahner, *Zur Theologie des Todes*, Freiburg i.B. 1958.

Karl Rahner, *Über das christliche Sterben*, in: *ders.*, *Schriften zur Theologie* 7, Zürich 1966, 273-280.

Gesine Schwan, *Leben angesichts der Endlichkeit*, in: *Gregor Maria Hoff* (Hrsg.), *Endlich! Leben und Überleben*, Innsbruck 2010, 9-29.

Bernhard Sill, *Die Kunst des Sterbens*, Regensburg 2009.

Félix Vernet, *Ars moriendi*, in: *Dictionnaire de Spiritualité* 1, Paris 1937, 897-899.

Herbert Vorgrimler, *Der Tod im Denken und Leben des Christen*, Düsseldorf 1978.

Biographische Hinweise

zu den ReferentInnen dieses Bandes

ROSENBERGER Michael, Dr.theol., ist Professor und Vorstand des Instituts für Moraltheologie an der Theologischen Fakultät der Katholisch-Theologischen Privatuniversität Linz (KTU), dort Rektor (2006-2010) und derzeit Prorektor und u.a. Mitglied der Gentechnik-Kommission beim Österreichischen Ministerium für Gesundheit und Frauen.