

## Selbstbestimmt bis ans Ende?

Ich bin 21 Jahre alt, als ich zuhause eine weisse Broschüre auf dem Küchentisch unter all den anderen Prospekten liegen sehe. Die blaue Schrift des Logos lässt mich schon ahnen, von welcher Organisation die Broschüre stammt. EXIT. Ich erinnere mich, meine Mutter wollte sich schon länger anmelden. Meine Mutter erzählt mir, nach drei Krebserkrankungen wisse sie nicht, ob ihr Körper eine vierte Erkrankung ertragen mag. Ihr Körper oder ihre Psyche? Wahrscheinlich beides. Sie ist müde und erschöpft. Ich verstehe ihre Gedanken, das kann man aber nicht von allen behaupten. Doch hat nicht jeder Mensch ein Recht selbst über sein Ende zu entscheiden?

ein Essay von Sarina Schmuki,

Ich erzähle meinem Freund von der Idee über den selbstbestimmten Tod zu schreiben, er zuckt zusammen. Er spricht nicht gerne über den Tod. Mit anfangs 20 Jahren, ist das Sterben fern, fremd und manche die ich kenne haben Angst davor. Angst vor dem Ungewissen, was ist danach? Niemand kann uns wohl die Frage beantworten.

In der Schweiz gibt es seit vielen Jahren im Gegensatz zu den meisten europäischen Ländern die Sterbehilfe. Denn in der Schweiz wohnen einige der freiesten Menschen. Eine krasse Behauptung, aber ich bleibe dabei und gemäss dem Human Freedom Index habe ich wohl auch recht. Dieser Index erscheint seit einigen Jahren und gilt als einer der umfangreichsten und zuverlässigsten Massstäbe. Es werden Daten zur Rechtssystem, Sicherheit, Meinungsäusserung, Freizügigkeit und noch vieles mehr ausgewertet. Man könnte auch sagen hier herrscht, wie wir auch in der Pandemie mitbekommen haben, eine Entspannungskultur. Das individuelle Interesse und Rechte jedes einzelnen ist bei uns viel mehr anerkannt wie zum Beispiel in Deutschland. Die Schweizer wollen es einfach allen Recht machen, das ist wohl jedem bekannt. Eine dieser Organisationen, die Sterbehilfe anbietet ist EXIT. Wenn Menschen zu sehr leiden, ziehen sie manchmal das Sterben vor. Exit unterstützt diese Personen dann bei einem selbstbestimmten Tod. Die Voraussetzungen für einen Freitod sind, die Urteilsfähigkeit, Handlungsfähigkeit und der Sterbewunsch muss autonom, wohlwogen und konstant vorhanden sein. EXIT hilft in seltenen Fällen auch bei psychischen Leiden, jedoch ist hier ein komplexes Abklärungsverfahren notwendig und wenn die Frage der Urteilsfähigkeit nicht eindeutig beantwortet werden kann, muss EXIT die Begleitung ablehnen. Doch ist das Ganze moralisch vertretbar? Wahnsinnig religiös aufgewachsen bin ich nicht. Meine Mutter erzählt mir aber, wenn sie ihrer Mutter erzählen würde, dass sie sich bei EXIT angemeldet hat, würde sie dies nicht verstehen. Ihrer Meinung nach komme man dann in die Hölle. Daran glaube ich nicht. Neben religiösen Aspekten ist es wohl auch ein Unterschied der Generationen. Ältere Menschen sind oft nicht selbstbestimmt aufgewachsen und können den Entscheid zur Sterbehilfe nicht verstehen. Jedoch zeigt das EXIT immer mehr Mitglieder zählt. Die Generation meiner Mutter kommt ins Alter, es ist die erste Generation, die ihr ganzes Leben lang selbstbestimmt gelebt hat.

Das Verfahren bedeutet für mich, dass dahinter eine Organisation steckt, die effektiv Hilfe für Menschen in einer Notsituation anbieten. Für mich ist das kein Selbstmord. Meiner Überzeugung nach ist die menschliche Unterstützung beim Freitod ein humanitärer Akt, der der Würde und Sicherheit des Sterbewilligen dient. Doch ist das ethisch vertretbar? Gegner sagen klar nein. Das Leben sei wertvoll und es stehe uns nicht zu, Herr über Leben und Tod

zu sein. Religiöse oder ethische Gedanken stecken dahinter, oder man hat Angst, dass man Sterbehilfe missbrauchen würde. Meine Gegenfrage würde eher lauten, ob es dann vertretbar ist einen Menschen am Leben zu erhalten, der nicht mehr leben will und leidet? Die Menschheit in Europa wird immer älter. Mit der vergangenen Pandemie erlebten die älteren Menschen, eine Einsamkeit. Mit dem Alterswachstum ist auch die Gefahr gewachsen an schweren Krankheiten zu erkranken. Man ist alt, krank und einsam. Die Horrorvorstellung von jedem, nicht? Ich finde es wichtig, dass es die Möglichkeit gibt selbst zu entscheiden, ob man den Weg mit der Krankheit oder Beeinträchtigung gehen möchte oder nicht. Wenn man den Weg mit dem Leid nicht gehen möchte, dann sollte man mit Verständnis aufgefangen werden.

Nun stellt sich die Frage, ob sich alte und beeinträchtigte Menschen nicht unter Druck gesetzt fühlen und sich aus diesem Grund in den Freitod begleiten lassen. EXIT hilft nur Menschen, die sich bewusst und unabhängig entschieden haben, dass sie nicht mehr leben möchten, weil sie an einer schweren Krankheit leiden, unerträgliche Schmerzen haben, stark eingeschränkt sind oder im Alter unerträglich leiden. Nur solche Menschen bekommen Unterstützung bei ihrem Freitod. Die meisten Menschen, die Hilfe von EXIT wollen, haben lange darüber nachgedacht und wollen selbst entscheiden, wann sie sterben möchten. Es gibt jedoch immer eine kleine Möglichkeit, dass manche Menschen aus gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Gründen den Freitod wählen. EXIT hat strenge Regeln und erfahrene Begleiter, um solche Fälle zu verhindern. Ist ein Leben mit Krankheit und Beeinträchtigung nicht lebenswert? Eine Frage des Ausmasses, wenn man mich fragt. Ich denke ganz beurteilen kann man es nicht, wenn man noch nie in einer solchen Situation war. Ich kann mir aber vorstellen die Hilfe von EXIT in Anspruch zu nehmen, wenn ich einen Unfall habe, und danach unerträgliche Beschwerden und unzumutbare Beeinträchtigung habe. Ich liebe es in der Natur zu sein, wandern, Inlineskaten, reisen und viele Ortschaften zu entdecken. Ein Leben, in dem ich nicht mehr das tun kann, was liebe, hört sich nach einem schrecklichen Leben an.

In einer Welt mit steigender Lebenserwartung müssen wir uns mit dem Sterben auseinandersetzen. In der Schweiz haben wir das Privileg, über unseren eigenen Tod entscheiden zu dürfen. Doch es ist wichtig, dass wir als Gesellschaft offen über dieses Thema sprechen und Menschen ermutigen, sich damit auseinanderzusetzen. Jeder Mensch sollte das Recht haben, über sein Leben und Sterben zu entscheiden, solange keine Gefährdung anderer damit einhergeht. Ein selbstbestimmter Tod kann eine Erleichterung und ein Sicherheitsnetz sein, falls man in eine aussichtslose Situation gerät. Wir sollten einander unterstützen und Verständnis zeigen, wenn es um solch schwerwiegende Entscheidungen geht, ohne moralische oder religiöse Vorurteile.

Ich denke an meine Mutter und die schwere Zeit, die sie durchgemacht hat, und ich bin dankbar, dass sie die Möglichkeit hat, über ihr eigenes Leben und Sterben zu entscheiden. Ich hoffe, dass wir alle in Zukunft ein offeneres Verständnis für die Sterbehilfe und ihre Bedeutung haben werden. Nur so können wir sicherstellen, dass wir uns in Würde von dieser Welt verabschieden können, wenn wir es wollen.