

»Man muss das Aufhören trainieren«

SPIEGEL-GESPRÄCH An diesem Wochenende wird ein neuer Bundestag gewählt. Der Soziologe Harald Welzer und der Politiker Thomas de Maizière blicken aus unterschiedlichen Perspektiven auf Ende und Neuanfang: der eine, weil er einen Herzinfarkt überlebte, der andere, weil er jetzt aus dem Bundestag ausscheidet.

Welzer, 63, ist Soziologe und Sozialpsychologe, hat als Wissenschaftler gearbeitet und ist heute Publizist. Im Fischer-Verlag erscheint am 13. Oktober sein neues Buch »Nachruf auf mich selbst«. De Maizière, 67 (CDU), ist ein enger Freund von Kanzlerin Angela Merkel, er war Bundesinnen- und Verteidigungsminister.

SPIEGEL: Herr Welzer, in Ihrem neuen Buch beschäftigen Sie sich mit dem Thema Aufhören und Neubeginn. Sie behaupten, uns fehle sowohl auf einer persönlichen als auch auf einer gesellschaftspolitischen Ebene eine Kultur des Aufhörens, wir machten selbst mit schädlichem Verhalten einfach immer weiter. Ihre These fußt auf einer persönlichen Erfahrung. Sie sind im April vergangenen Jahres während eines akuten Herzinfarktes noch eine halbe Stunde zu Fuß zu einer Kardiologin gegangen und haben auf der Intensivstation am Rande des Todes immer noch nicht verstanden, wie ernst es um Sie steht. Was sagt das über Sie aus?

Welzer: Ich war noch nie in meinem Leben so überrascht wie in dieser Situation. Ich habe – so absurd das klingt – bis dahin nicht für möglich gehalten, dass ich sterben könnte. Die Erkenntnis, dass ich ein Leben lang einer Unsterblichkeitsillusion aufgesessen bin, hat die Sicht auf mein Leben vollkommen verändert. Ich überlege mir jetzt genauer als vorher, wie ich vor meinem Tod gelebt haben möchte. Dazu gehört auch nachzudenken, womit ich weitermachen und womit ich aufhören möchte. Ich frage mich jetzt: Brauche ich diese Auseinandersetzung? Kämpfe ich irgendetwas bis zum Ende?

SPIEGEL: Nennen Sie uns ein Beispiel, was sich verändert hat.

Welzer: Es geht bis hin zu Banalitäten. Früher fand ich schlechtes Wetter nervig. Inzwischen finde ich jedes Wetter gut, weil ich mich freue, dass ich noch da bin. Meine Wertigkeiten haben sich neu sortiert. Früher war mir auch mehr als eine Woche Urlaub lästig. Jetzt versuche ich, nicht jede verfügbare Zeiteinheit unter Nutzenkriterien zu betrachten.

SPIEGEL: Ihr Herzinfarkt fiel mit dem Beginn der Pandemie zusammen. Wie haben Sie das empfunden?

Welzer: Das war interessant. Dadurch bin nicht ich aus einem funktionierenden System herausgefallen, sondern das ganze System ist

in sich zusammengefallen. Es soll nicht zynisch klingen, aber es ist leichter innezuhalten, wenn alle das tun. Und ich merke, wie die Fragen, die mich selbst umtreiben, gerade ganz viele Menschen beschäftigen. Womit aufhören? Wie neu anfangen? Wir alle, die wir die Pandemie bis hierher überlebt haben, fühlen uns, als wären wir noch einmal davongekommen. Wir sollten aber unser Leben jetzt nicht mehr so führen wie vorher: als ob wir nicht sterben müssten. Es ist Zeit, in der Katastrophe eine Chance zu sehen und uns da zu verändern, wo es möglich ist. Nicht nur als Individuen, sondern auch als Gesellschaft.

SPIEGEL: Wie konnte die Illusion von Unsterblichkeit bei Ihnen entstehen? Es ist doch die einzige Gewissheit, die Menschen haben: dass das Leben endlich ist.

Welzer: Ja, natürlich. Aber ich sehe um mich herum, dass wir diese Gewissheit perfekt verdrängen. Der Tod ist in unserer Gesellschaft etwas Exotisches geworden. In vormodernen Zeiten war der Tod allgegenwärtig. Es war an der Tagesordnung, dass Kinder und Frauen im Wochenbett starben. Mit der Verdrängung der Endlichkeit haben wir auch das Gefühl dafür verloren, was unser Leben ausmachen sollte. Wir setzen immer aufs Optimieren. Mit der Pandemie und den Folgen des Klimawandels kehren die Fragen der Endlichkeit wieder zurück.

SPIEGEL: Sie schreiben in Ihrem Buch, den Menschen sei nicht nur eine realistische Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod abhandengekommen – als Angehörigen einer Leistungsgesellschaft falle uns das Aufhören insgesamt schwer. Über Politiker und Politikerinnen wird immer wieder gesagt, sie könnten sich von ihrer Tätigkeit kaum verabschieden. Herr de Maizière, Sie waren Minister und scheiden nun aus dem Bundestag aus. Es war aber kaum möglich, einen Termin mit

Ihnen zu bekommen. Sind Sie auch so einer, der nicht aufhören kann?

De Maizière: Ich weiß, wie schwer es ist aufzuhören. Als ich nach der letzten Wahl 2017 auf einmal nicht mehr Innenminister sein sollte, ist mir das sehr schwergefallen. Aber jetzt ist es etwas anderes. Dass ich im Augenblick noch im Wahlkampf gefragt bin, schmeichelt der Eitelkeit, aber ich habe mich ja freiwillig und bewusst entschieden, nicht mehr für den Bundestag zu kandidieren. Ich bleibe ein politischer Mensch und sehe den Abschied eher als einen Wandel denn als eine Zäsur.

SPIEGEL: Was genau ist Ihnen beim Ausscheiden aus dem Amt des Innenministers schwergefallen?

De Maizière: Ich hätte mir vorstellen können, dass mein Kollege und Freund Joachim Herrmann von der CSU Innenminister werden möchte, der wollte aber im Laufe der Koalitionsgespräche nicht mehr. Damals gab es auch – jetzt lüfte ich mal ein Geheimnis – die Idee, dass Annegret Kramp-Karrenbauer zur Hälfte der Legislaturperiode das Ministerium von mir übernimmt. Das wären nachvollziehbare Lösungen gewesen. Aber dass Horst Seehofer für dieses Amt infrage kommen würde, war mir schlicht unvorstellbar.

SPIEGEL: Weil er sich zuvor mit Bundeskanzlerin Angela Merkel so schlecht verstanden hatte?

De Maizière: Ja, und auch weil er wenig mit Fragen der inneren Sicherheit zu tun gehabt hatte. Ich habe in meiner ersten Schockstarre mit meiner Frau gesprochen und mit einigen wenigen Mitarbeitern. Und dann habe ich funktioniert, habe der Öffentlichkeit mitgeteilt, dass ich das akzeptiere. Ich wollte die damals sehr schwierigen Koalitionsverhandlungen nicht mit meinen Empfindlichkeiten belasten. Für dieses Verhalten habe ich eine Woge der Zustimmung aus meiner Partei, auch von den Sozialdemokraten und auch aus der Opposition bekommen. Und so hatte ich dann ein ambivalentes Gefühl zwischen Dankbarkeit für die Zustimmung und dem Empfinden von Schmerz über den Verlust des Amtes. Es war ein bittersüßes Ende.

SPIEGEL: Herr Welzer, was passiert, wenn ein Mensch die Zeichen nicht wahrnimmt, dass es Zeit ist, in Würde zu gehen?

Welzer: Menschen, die nicht aufhören können, müssen sich immer klarmachen, was das

**»Es gibt nur ein Leben:
das vor dem Tod.
Deswegen kommt es auf
jeden Moment an.«**

Harald Welzer



Sven Döring / DER SPIEGEL

Ex-Minister de Maizière, Autor Welzer auf dem Johannisfriedhof in Dresden: »Erfolg ist der Weg zur Stagnation«

für die Nachwuchsenden bedeutet. Manchmal geht es gut, aber meistens ist es für Institute an Universitäten zum Beispiel ein Albtraum, wenn die Silberrücken, die alten Professoren, nicht weggehen. Die blockieren dann die Atmosphäre des Beginns und stehen anderen, neuen Perspektiven im Wege.

SPIEGEL: Herr de Maizière, Sie hätten damals von sich aus weitergemacht. Sie haben aber einmal über das Regieren geschrieben, wie wichtig gerade in höchsten politischen Positionen das Bewusstsein sei, das Amt nur auf Zeit zu haben. Es gab immer wieder Rücktrittsforderungen, auch Untersuchungsausschüsse, zu der gescheiterten Superdrohne »Euro Hawk« zum Beispiel. Haben Sie sich zu sehr an Ihre Ämter geklammert?

De Maizière: Ich habe bei der Aufregung um den »Euro Hawk« durchaus an Rücktritt gedacht. Zu der Zeit war gerade Flut in Magdeburg, ich habe die Soldatinnen und Soldaten dort besucht, die geholfen haben. Doch ich war im Geiste halb abwesend. Ein kluger Soldat merkte das. Er sagte: »Herr Minister, Sie hauen aber nicht in den Sack, oder?« Ich habe so getan, als wüsste ich gar nicht, worüber er redet. Und auf dem Rückflug mit dem Hubschrauber habe ich mir gesagt, ich mache weiter.

SPIEGEL: Herr Welzer, ist Angst ein guter Ratgeber, wenn es ums Aufhören geht?

Welzer: Es kommt darauf an, über welche Tätigkeit man spricht. Bei Extremsituationen

hilft tatsächlich die Angst. Ich habe mich mit dem Bergsteiger Reinhold Messner über das Aufhören unterhalten. Ein Bergsteiger muss bei extremen Bedingungen abbrechen, sonst stirbt er. Doch besonders schwierig ist das Aufhören, wenn man mit etwas erfolgreich ist.

SPIEGEL: Warum sollte man dann überhaupt aufhören?

Welzer: Aufhören sichert das Erreichte, weitermachen banalisiert es. Erfolg ist psychologisch tatsächlich der sicherste Weg zur Stagnation. Weil man bei den meisten Tätigkeiten irgendwann den Zenit erreicht. Man wird nicht besser, wenn man nicht die Perspektive wechselt. Oder auch mal Pausen einlegt. Aber Aufhören und Neubeginnen ist mit Unsicherheit verbunden, deswegen ist eine Aversion gegen Veränderung völlig normal. Deshalb muss man das Aufhören und das Neubeginnen trainieren.

De Maizière: Ich finde es auch völlig normal, dass das Aufhören nicht leicht ist. Wer ohne Schmerzen ausscheidet, hat seinen Job vorher nicht ordentlich gemacht, hat nicht gebrannt dafür. Ich bin 67 Jahre alt. Viele Leute um mich herum gehen jetzt in den Ruhestand. Auch wenn sie sich darauf vorbereiten, fällt der Abschied dann doch schwer: Der Nachfolger macht es angeblich nicht gut, die Tage sind so leer. Aber solche Gefühle gehören dazu und sind Teil des Loslösungsprozesses. Abschied ist ein Prozess, kein Ereignis.

Welzer: Natürlich. Da wirken auch Körper und Geist eng zusammen, das ist nicht ungefährlich. Die noch junge Disziplin der Psychokardiologie befasst sich mit den Wechselwirkungen zwischen psychologischen Belastungen wie Trauer oder Verlust und Herz- und Kreislauferkrankungen. Man beobachtet das ja immer wieder, dass zum Beispiel Professoren nach ihrer Emeritierung oder Pensionierung nicht besonders lange überleben. Sie haben keine andere Perspektive entwickelt. Und auf der persönlichen Ebene sind Abschiede sowieso mit Schmerzen verbunden.

De Maizière: Wenn man ehrlich ist, muss man sagen, dass es in der Politik weniger um das Amt geht, das man verliert, als um die Bedeutung, die damit verbunden ist. Ein Politiker eilt von Termin zu Termin, wird den ganzen Tag betreut, hat ein Büro, vielen fällt es schwer, davon zu lassen. Dann ist es wichtig, sich klarzumachen, dass man ja nicht nur etwas verliert, sondern auch hinzugewinnt. Autonomie über die Zeit zum Beispiel. Ein Minister bekommt, wenn er anfängt, schon für das kommende halbe Jahr einen gefüllten Terminkalender. Ich werde jetzt zu einem Zeitpunkt in den Urlaub fahren, wo ich früher eigentlich im Parlament hätte sein müssen. Das ist für mich ein Akt der Emanzipation.

SPIEGEL: Ihre enge politische Freundin Angela Merkel hört jetzt nach 16 Jahren als Kanzlerin auf. Sie haben sie ja für die Politik entdeckt, als Sie sie nach dem Mauerfall der

Regierung Ihres Veters Lothar de Maizière, dem letzten Ministerpräsidenten der DDR, als stellvertretende Regierungssprecherin empfohlen haben. Nun wird sie nach gut 30 Jahren ganz aus der Politik ausscheiden. Wäre es besser gewesen, wenn sie früher aufgehört hätte?

De Maizière: Sie hat vor der letzten Wahl sehr ernsthaft erwogen aufzuhören. Das haben viele nicht geglaubt und haben das für eine typische Koketterie einer Politikerin gehalten. Ich weiß aber sehr genau, wie ernst es ihr damit war.

SPIEGEL: Warum hat sie sich dann dagegen entschieden?

De Maizière: Sie hatte wohl das Gefühl, nicht die richtige Nachfolgerin oder den richtigen Nachfolger zu haben.

SPIEGEL: Man kann nicht behaupten, dass es mit der Nachfolge dieses Mal einfacher war.

De Maizière: Das sollte man aber nicht einzelnen Personen anlasten. Wir haben in Deutschland eine traurige Normalisierung verspätet erlebt, die es anderswo in Europa längst gibt: schrumpfende Volksparteien und steigender Rechtspopulismus. Und jetzt sagen die einen, wir hätten das wegen Frau Merkel erst so spät erlebt, die anderen sagen, wegen Frau Merkel hätten wir es jetzt besonders stark erlebt. Hinzu kommt: Man kann nach 16 Jahren nicht sagen, es war alles gut, und wir wollen weitermachen wie bisher, wenn auch mit anderen Personen. Einen Regierungsauftrag erneut bekommen zu wollen ist immer, aber nach einer so langen Zeit besonders begründungsbedürftig. Und das ist demokratietheoretisch auch richtig so.

SPIEGEL: Ist Merkel auf den Abschied vorbereitet?

De Maizière: Sie hat gerade hier in Dresden eine wunderbare Ausstellung mit Gemälden des Niederländers Vermeer eröffnet, die den Titel »Vom Innehalten« hat. Frau Merkel hat zum Thema gesprochen und hat gesagt, es wäre nicht schlecht, wir hätten die Kraft, häufiger mal innezuhalten. Da habe ich auch eine Sehnsucht herausgehört. Sie wird jetzt lernen müssen, mit freier Zeit umzugehen. Ich jedenfalls musste das erst lernen.

SPIEGEL: Ein Thema hat den Wahlkampf überlagert: der Klimaschutz. Auch hier haben wir es wieder mit einem Missverhältnis zu tun. Wir wissen, dass wir unser Leben ändern müssen. Es fällt uns aber schwer, uns von alten Gewohnheiten zu verabschieden. Herr Welzer, warum ist das so?

Welzer: Von unserem Lebensstandard her gesehen, leben wir in der besten Welt, die je existiert hat. Es ist extrem schwer, etwas zu verändern, wenn es erfolgreich ist. Das 19. und 20. Jahrhundert waren stark dominiert von der sozialen Frage. Aber nun haben wir mit der Natur einen anderen Partner, der nicht verhandlungsfähig ist. Die Natur sagt uns: »Ab jetzt geht es nicht mehr weiter. Jedenfalls nicht für euch Menschen.« Das also sind schon



De Maizière (l.), Welzer, SPIEGEL-Redakteurin*

mal zwei Faktoren. Hinzu kommen Machtfragen, Besitzstände, Routinen, Weltsichten. Und Beharrungsvermögen. Beharrung ist immer wahrscheinlicher als Veränderung.

De Maizière: Trotzdem ist es erstaunlich. Privat stellen sich Menschen auf Krisen ein. Für die Altersvorsorge macht man alles Mögliche. Aber kollektiv gibt es wenig Neigung zur Krisenvorsorge.

Welzer: Ich glaube, es liegt an der politischen Kommunikation, dem ständigen Alarmismus, dieser negativen Begründung für Handeln: Das Ende ist nah, kehret um! Aber moderne Gesellschaften, moderne Politik und moderne Medien müssten doch in der Lage sein, die Veränderung als ein positives Projekt zu formulieren. Dann nämlich fiele ein Neuanfang leichter.

SPIEGEL: Das Thema Klimawandel ist aus sich heraus aber düster, weil die Aussicht apokalyptisch ist. Es geht im Extremfall um den kollektiven Tod. Herr de Maizière, Sie sind praktizierender Christ. Für Christen bedeutet der Tod nicht das Ende. Gilt das auch für Sie?

De Maizière: Ja, ich glaube an die Auferstehung. In welchem Zustand sie allerdings stattfindet, weiß ich nicht. Mein Vater hat immer im Witz gesagt: Ich möchte nach meinem Tod mit Sokrates diskutieren. Wenn aber Milliarden von Menschen nach ihrem Tod mit Sokrates diskutieren, wird es schwierig. Also an die körperliche Auferstehung glaube ich nicht, auch nicht daran, als Wurm oder Vogel wiedergeboren zu werden. Wir wissen es nicht. Wir hoffen nur. Und das stärkt.

Welzer: Meine Perspektive ist völlig anders. Es gibt nur ein Leben: das vor dem Tod. Deswegen kommt es auf jeden Moment an.

SPIEGEL: Nun hat sich das Bundesverfassungsgericht am 26. Februar 2020 zum Recht auf selbstbestimmtes Sterben durchgerungen. Wie bewerten Sie das?

De Maizière: Ich habe damit ein Problem. Das Leben gehört nicht den Menschen. Man kriegt

»Es geht weniger um das Amt, das man verliert, als um die Bedeutung, die damit verbunden ist.«

Thomas de Maizière

es geschenkt und sollte es sich nicht selbst nehmen. Natürlich finde auch ich, dass beim Sterben Schmerzen gelindert werden und nicht noch die letzten medizinischen Möglichkeiten ausgeschöpft werden sollten, aber mein Punkt ist ein anderer: Es gibt Grenzen des Rechts. Und in diesen Grenzfällen moralischen ethischen Verhaltens ist der Gesetzgeber überfordert. Aber es hilft nichts: Wir müssen jetzt ein Gesetz machen. Das Bundesverfassungsgericht hat uns das aufgegeben.

Welzer: Ich blicke darauf, anders als Herr de Maizière, nicht aus einer christlichen Perspektive, aber würde dennoch zustimmen. Das Bundesverfassungsgericht hat mit seiner Entscheidung noch mal zu einer Individualisierung des Todes beigetragen. Die Vorstellung, die dahintersteckt, ist doch die: Der Mensch muss funktionieren, und wenn er das nicht tut, soll er es auf sich nehmen zu verschwinden. Mit der Säkularisierung ging die Privatisierung des Todes einher. Wenn jetzt noch hinzukommt, dass wir eine individuelle Verfügungsmacht über den Tod haben, überfordern wir die Menschen.

SPIEGEL: Herr Welzer, Sie empfehlen, wir alle sollten einen Nachruf auf uns selbst schreiben, um unser Leben so zu leben, dass es am Ende unseren Wünschen entsprochen hat. Sie haben eine Liste von 15 Wünschen an Ihren eigenen Nachruf zusammengetragen. Zwei Beispiele: »Ich möchte, dass in meinem Nachruf steht, er hat sich stets bemüht, gute Fehler zu machen. Er hatte gelernt, keine Angst vor dem Tod zu haben.« Herr de Maizière, was soll in Ihrem Nachruf stehen?

De Maizière: Es gehört sich nicht, seinen eigenen Nachruf zu schreiben. Das Urteil müssen die noch Lebenden fällen. Ich kann meine Beerdigung bis dahin planen, welcher Pfarrer predigen soll. Aber was er dann sagt, da mische ich mich nicht ein.

Welzer: Aber mein Konzept ist doch ganz anders. Es geht nicht um einen Nachruf auf das gelebte, sondern auf das zu lebende Leben. Es geht auch nicht um die Beurteilung von Stärken und Schwächen. Es geht darum, über das Ende nachzudenken, bevor es eintritt. Die Zeit für Veränderungen ist die Gegenwart, nicht die Zukunft. Ich sage immer: Mit Konjunktiven kommt man nicht weiter. Und: Das Wort »eigentlich« ist zu vermeiden. Außerdem ist meine liebste Zeitform das Futur II: Wie werden wir gewesen sein, was werden wir getan haben?

SPIEGEL: Wie möchten Sie am liebsten sterben?

De Maizière: Da nutze ich einen Ausdruck aus dem Alten Testament: lebenssatt. Das Gegenteil von lebensmüde. Und begraben sein möchte ich hier in Dresden.

Welzer: Ich bevorzuge die Variante Blumentopf. Der fällt einem auf den Kopf, und man ist tot. Nachdenken über den Tod möchte ich jetzt, nicht dann, wenn es für Konsequenzen zu spät ist.

SPIEGEL: Herr de Maizière, Herr Welzer, wir danken Ihnen für dieses Gespräch. ■

* Susanne Beyer in Dresden.