

# Meine Sterbe-geschichte - von Olaf Sander

## 1. Teil: Der Suizid



Diese Sterbe-geschichte ist die Geschichte des Suizids meiner Mutter Ingrid Sander aus Erfurt. Sie hat ihren Freitod selbst und selbstbestimmt, also weitestgehend nach ihren Vorstellungen, gestaltet. Ich habe ihr bei der Vorbereitung zum Suizid geholfen und sie dabei begleitet.

Der Suizid meiner Mutter war nichts, was sie gerne getan hat. Sie war nicht lebensmüde. Aber sie war leidensmüde. Die schweren Folgen einer Kinderlähmung ([Poliomyelitis](#)), haben sie beinahe ihr ganzes Leben lang begleitet. Genau so lange hat sie auch gegen diese Folgen des [Post-Polio-Syndroms](#) angekämpft. Nie hat sie den oft überbordenden Schmerzen und körperlichen Behinderungen mehr Raum gegeben als den, den sich die Krankheit nahm. Nie hat sie deshalb gejammert, nur selten hat sie darüber geklagt. Gleichwohl stand immer fest, dass die Polio am Ende meine Mutter besiegen würde.

Diesen Sieg der Polio, der für meine Mutter nicht nur sehr schmerzhaft und qualvoll geworden wäre, sondern ihr in der Folge auch die ihr so wichtige Selbstbestimmung genommen hätte, wollte meine Mutter nicht erleben. Für ihr Recht auf Selbstbestimmung, vor allem auch am Lebensende, hat sie viele Jahre gegen alle möglichen Widerstände gekämpft.



Ingrid Sander, meine Mutter geb.  
15.07.1938, gest. 10.12.2016

Meine Mutter hat gewonnen. Auf ganzer Linie. Mich erfüllt das mit großem Stolz.

Die Sterbebegleitung bei meiner Mutter war nichts, was ich mir selber aussuchen konnte. Ich hatte nur die Wahl zwischen Ablehnung oder Hilfe. Ablehnung aber kam für mich nie in Frage. Weil man in meiner Welt in einer Familie zusammen hält und füreinander einsteht, egal wie mies oder schwierig die Umstände auch sein mögen. So hat mich meine Mutter erzogen. So will ich es leben.

Meine Sterbebegleitung bei meiner Mutter war nichts, worin ich auch nur im Entferntesten irgendeine Kompetenz besessen hätte, außer die, der Sohn zu sein, der seine Mutter beim Sterben nicht alleine lässt. Ich habe außer meinem Ersthelfer keinerlei medizinisches Wissen. Von Pharmakologie ahne ich nichts. Und auch juristisch bin ich ohne fremde Hilfe aufgeschmissen. Kurz gesagt lagen meine Kompetenzen bei der Sterbebegleitung meiner Mutter auf dem Niveau des "Händehaltens" und "für sie da sein". Das ist sehr viel für einen Angehörigen. Nicht jeder kann das und man kann es auch nicht von jedem verlangen.

Unser Plan für das selbstbestimmte humane Sterben meiner Mutter war ein anderer. Denn nicht ich, sondern ein Arzt, also

jemand mit den richtigen Kompetenzen, sollte meiner Mutter beim Suizid helfen. Dies hat der Gesetzgeber ab dem 10. Dezember 2015 mit einer Verschärfung des § 217 StGB verhindert. Stattdessen beschlossen die PolitikerInnen, ausgerechnet mir, dem Sohn, als einzigen Menschen auf diesem Planeten, diese äußerst verantwortungsvolle, weil existentielle Aufgabe straffrei zu übertragen. Das macht sehr einsam. Und unglaublich hilflos.

---

## § 217

### **Geschäftsmäßige Förderung der Selbsttötung**

**(1) Wer in der Absicht, die Selbsttötung eines anderen zu fördern, diesem hierzu geschäftsmäßig die Gelegenheit gewährt, verschafft oder vermittelt, wird mit Freiheitsstrafe bis zu drei Jahren oder mit Geldstrafe bestraft.**

**(2) Als Teilnehmer bleibt straffrei, wer selbst nicht geschäftsmäßig handelt und entweder Angehöriger des in Absatz 1 genannten anderen ist oder diesem nahesteht.**

Quelle: [dejure.org](http://dejure.org)

---

Die Hilfe beim Sterben birgt viel Verantwortung. Die ist zu viel für einen Angehörigen. Sie ist zu viel Last, weil sie viel zu persönlich ist und man viel zu tief involviert wird. Professioneller Abstand ist nicht möglich. Und schon gar nicht, wenn man vom Sterben auf der gesamten Palette keine Ahnung hat.

Diese Erfahrung absoluter Hilflosigkeit gegenüber einer Aufgabe, die unmöglich auszuführen ist, wenn man kein Arzt oder Apotheker ist, kann ich nur schwer beschreiben. Dass der Freitod meiner Mutter dennoch glückte und ihr Sterben, wie von ihr gewünscht, würdevoll und human ablief, war einzig und

allein meiner Mutter selbst geschuldet. Sie hat sich schon lange vorher mit hartnäckiger Ausdauer und einer ordentlichen Portion Chuzpe um diese Angelegenheit gekümmert. Andernfalls hätte ich ihr nicht helfen können. Mit allen Konsequenzen.

Mit Glück und durch Zufall wurde die ARD, genauer eine Redaktion des SWR, auf meine Mutter aufmerksam. Daraus entstand die Reportage "Frau S. will sterben – Wer hilft am Lebensende", die im Oktober 2017 im Rahmen eines Themenabends zur Sterbehilfe ausgestrahlt wurde.

Ich lade Sie ein, sich eine halbe Stunde Zeit zu nehmen und sich diesen, wie ich finde, äußerst gelungenen Film anzuschauen. Außerdem können Sie hier meine Mutter, diese großartige, wunderbare, starke und selbstbewusste Frau, nochmal ein klein wenig kennenlernen.

Glauben Sie mir, es lohnt sich!

Frau S. will sterben – Wer hilft am Lebensende?"

Hier die Youtube-Fassung (ca. 30 Minuten):

[https://www.youtube.com/watch?v=7oBohUs\\_9hs&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3KX8Q-vqQ4CcwdPLUH8Vd3Q0I782QbZhQgXQgC6-HL0HBuJg4jUJoU6ts](https://www.youtube.com/watch?v=7oBohUs_9hs&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3KX8Q-vqQ4CcwdPLUH8Vd3Q0I782QbZhQgXQgC6-HL0HBuJg4jUJoU6ts)

Die letzten Bilder meiner Mutter im Film sind die, in denen wir uns in den Arm nehmen. Das war auch der Zeitpunkt, an dem die Dokumentarfilmer die Wohnung verließen. Weiter durften sie aus rechtlichen Gründen nicht gehen, wobei ich mir gewünscht hätte, dass sie geblieben wären. Aber nicht nur, um die Geschichte bis zum tatsächlichen Ende erzählt zu haben. Sondern auch, damit ich mit meiner Mutter nicht so furchtbar alleine gewesen wäre. Tatsächlich fühlte ich mich nämlich verlassen. Und irgendwie auch verkauft und ausgeliefert.

Nach der Einnahme der Substanzen begann sich der Körper meiner Mutter sichtbar zu entspannen. Ihre Augenlieder hingen tief, das Sprechen fiel ihr schwer. Das war ungefähr so, als wenn

sie hundemüde und leicht beschwippst, aber nicht albern, von einem Fest gekommen wäre. Sie sah zufrieden aus.

Früher, als eine mögliche Freitodbegleitung meinerseits für mich nur eine theoretische Möglichkeit war, glaubte ich, dieser letzte Augenblick im Leben würde mit vielen Worten gefüllt sein. Ich nahm an, dass es immer etwas Unausgesprochenes gibt, was noch gesagt werden muss, dass man sich beeilen muss um es noch los zu werden. Aber so war es nicht. Das Wissen, dass sich meine Mutter nun bald frei und willig das Leben nehmen wird, hat uns im Vorfeld die Möglichkeit gegeben über so etwas zu sprechen. In langen Gesprächen. In guten Gesprächen. Wir nutzten die Chance unsere Beziehung aufzuräumen. Was blieb war Verständnis füreinander sowie Liebe, Achtung und Respekt vor dem Handeln des jeweils Anderen. Es gab nichts zu verzeihen und zu vergeben. Viel reden brauchten wir nicht mehr, alles war gesagt. Es war ein kurzer Augenblick tiefen, zwischenmenschlichen Vertrauens und großer Zufriedenheit.

Noch bevor sie ihr Bewusstsein verlor, nach meinem Gefühl auf der Mitte des Weges hin zur Bewusstlosigkeit, sagte sie mir:

*So Olaf, Du gehst jetzt, damit Du keinen Ärger bekommst. Die meisten Leute sterben allein, dann kann ich das auch.*

Wir haben uns dann noch mal ewig lange und viel zu kurz fest gedrückt. Dann bin ich gegangen.

Das musste ich tun. So war die Abmachung. Gehen, bevor sie ihr Bewusstsein verliert. Denn es gab zwei Prämissen zu ihrem Suizid: dass sie so human und friedlich sterben konnte wie nur möglich und dass derjenige, der ihr hilft, keine Probleme mit den Ermittlungsbehörden bekommt.

Jedes Mal, wenn ich das erzähle, sagen Leute zu mir, dass ich doch hätte bleiben können, weil ich als Angehöriger straffrei bliebe. Das habe ich auch gedacht, bis ich verschiedene Anwälte konsultierte. In der Zahl waren es fünf. Und genau so

viele unterschiedliche Antworten bekam ich auf die gleiche Frage. Muss ich, wenn ich bleibe, erste Hilfe leisten oder zumindest Hilfe rufen? Ich weiß es bis heute nicht hundertprozentig. Genau deshalb bin ich gegangen. Und genau deshalb wurde meiner Mutter und mir ein wirklich wichtiger und einmaliger Moment im Leben genommen, um nicht zu sagen geraubt. Nämlich der, wirklich bis zum Schluss für sie dagewesen zu sein.

Ich nahm also meine Jacke und wollte die Wohnung verlassen, als mir meine Mutter das letzte Geschenk ihres Lebens machte. Sie schenkte mir ein Lachen und tat das mit ihren letzten Worten.

*Lass bitte das Licht an, damit ich mich nicht im Dunkeln fürchte!*

Das passte zu ihr, das war so typisch meine Mutter. Selbst in diesem auch für sie so schweren Moment im Leben verstand sie es noch, mir über ein unerwartetes Lachen ihr Sterben und mein Leben leichter zu machen. Gleichwohl mir vollkommen klar ist, dass dieser Abschied in der Realität ein Abschied für immer war, wirkt er des Lachens wegen bis heute nicht so auf mich.

## **2. Teil: Das Danach**

Ich verließ die Wohnung, setzte mich in mein Auto und fuhr direkt in die nächste mir bekannte Spielothek. Ich hasse Spielotheken. Aber ich wollte zum Zeitpunkt des Todes meiner Mutter an einem anderen Ort sein und es beweisen können. So wollten wir die Unklarheit zur Pflicht zur ersten Hilfe umgehen. Knapp drei Stunden, zwölf ekelhafte Kaffees, ungezählte Zigaretten und 50 verlorene Euro später, fuhr ich zurück zu ihr nach Hause.

Ich parkte das Auto. Zu ihr reingehen konnte ich aber noch nicht. War die Zeit, die ich weg war, ausreichend? Was, wenn doch noch Leben in ihr ist? Was, wenn es Komplikationen gab, sie sich übergeben musste und niemand da war, um ihr

wenigstens die Atemwege frei zu machen?

Ich konnte noch nicht zu ihr rein. Im Auto sitzen und warten konnte ich aber auch nicht. Zuviel Energie. Zu viel Ungewissheit. Zu viel Angst.

Laufen! Laufen hilft. Einfach losgehen, den Beinen den Takt überlassen, damit sich das Hirn kalibrieren und die Gedanken sortieren kann. Bewusst ein- und ausatmen, überlegen und konzentrieren auf das, was als nächstes kommt. Und keinesfalls anfangen zu trauern oder gar zu heulen. Also Kopf hoch, Bauch rein, Brust raus und unter allen Umständen die Würde bewahren.

Wieder am Haus angekommen ging ich rein. Ich öffnete die Tür und noch immer krakelte das alte CD-Radio in ihrer Küche die fröhliche Musik von Johann Strauß. Meine Mutter saß in ihrem Rollstuhl, das Kinn auf die Brust gelegt, die Hände in ihrem Schoß. Sie sah nicht aus wie tot. Sie sah aus, als ob sie schlief. Mein letztes inneres Bild von ihr ist schön.

Ich fühlte ihren Puls und hob dazu ihren Arm etwas in die Höhe. Der war unerwartet schwer und vollständig entspannt. Den Puls konnte ich nicht finden, Atemtätigkeit nicht feststellen. Auf der Haut ihrer Hände und Arme hatte sie Flecken, die, wie ich später erfuhr, deutlich die Vergiftung anzeigten.

Ich ließ alles unberührt und das CD-Radio in der Küche weiter die Musik von Strauß wiederholen, als ich die Wohnung zum zweiten Mal verließ. Dieses Mal aber hatte ich die Gewissheit, dass der erste Teil unserer Planes funktioniert hat. Meine Mutter ist friedlich gestorben. Sie hatte geschafft, was sie sich vorgenommen hatte. Und endlich keine Schmerzen mehr.

Jetzt musste ich nur noch die Polizei und den Staatsanwalt überstehen. Doch vor denen hatte ich am meisten Angst. Wieder fühlte ich mich verlassen, verkauft und ausgeliefert. Draußen, vor dem Haus, zündete ich mir eine Zigarette an und rief die Polizei. Ich hatte noch nicht aufgeraucht, als die Beamten kamen.

Der Rest ist schnell erzählt. Die Polizei war nicht begeistert, dass ich von Anfang an und gebetsmühlenartig nur immer wiederholt habe, dass ich von meinem Aussageverweigerungsrecht Gebrauch mache. Offenbar kennen sie ein solches Verhalten nicht so oft aus ihrem Arbeitsalltag. Dennoch haben die Beamten ihre Arbeit gemacht und mich, den Umständen entsprechend, gut und korrekt behandelt. Nur der Notarzt hat mich ein wenig irritiert, als er während oder nach der Leichenschau aus der Wohnung stürmte, sich vor mir aufbaute, an mir hoch schaute und mich anschrie,

*“Was war da los! Die Frau ist keines natürlichen Todes gestorben! Jetzt erzählen Sie doch mal!”*

Im Fernsehen macht sowas nur die Polizei. Notärzte sind immer lieb.

Die Beamten haben dann den Anwalt meiner Wahl für mich angerufen, der auch gleich kam und sich schützend vor mich stellte. Endlich, endlich war jemand da, der auf mich aufpasste. Und das war, wie sich noch herausstellen sollte, hochnotwendig.

Mit jeder Minute länger am “Tatort” wurde die Polizei entspannter. Die haben sicher recht schnell verstanden, was ungefähr passiert sein muss. Die Wohnung war voll mit Literatur, Zeitungsartikeln, Aphorismen und noch mehr Material über die Sterbehilfe. Auf dem Tisch lagen alle notwendigen Dokumente. Die Patientenverfügung, die Erklärung des Willens meiner Mutter und noch viel mehr. Unter anderem auch ein Blatt Papier mit verschiedenen Aphorismen und eine von ihr dazu geschriebene philosophische Weisheit, die deutlich auf ihren freien Willen hinweisen.



3) Meine Variante

Wenn schon sterben – warum nicht so?

Es ist mein Wunsch, wenn mir's danach ist,  
aus diesem Leben zu scheiden,  
dass ein Verblinder neben mir sitzt,  
um mich ein Stück zu begleiten.  
Und dass er dann, wie's ausgemacht ist,  
auf mein besonderes Zeichen,  
sich anschickt, den Becher zu reichen:  
Dann will ich in Frieden verbleiben.

Nun für,  
Für,  
Nun für,  
Nun für.

Einst war ich nicht,  
Dann war ich,  
Nun bin ich nicht mehr  
Ich gräme mich nicht.

Zettel auf dem Tisch.

Ich musste dann natürlich mit aufs Revier zur erkennungsdienstlichen Behandlung, die auch für den Tatortabgleich von Bedeutung ist. Und da erlebte ich eine Situation, die ich nie für möglich gehalten hätte. Der Beamte, der bei mir die Fingerabdrücke, DNA usw. abnahm, musste auch alles in den Computer eingeben. Das ging soweit auch ganz gut, bis er an die Stelle im System kam, wo er den für den Fall entsprechenden Straftatbestand auswählen musste. In meinem Fall § 217 StGB.

Das Problem: Der § 217 StGB konnte nicht ausgewählt werden, weil er, auf den Tag genau ein Jahr nach Inkrafttreten des Paragraphen, noch nicht in das System der Polizei eingepflegt war. Peinlich berührter O-Ton des Beamten:

*Ich wähle jetzt Paragraph 216 StGB, sonst komme ich hier nicht weiter.*

Mir ging es durch Mark und Bein. Wieder fühlte ich mich verkauft und ausgeliefert, wusste ich doch um das durchaus hohe Strafmaß des § 216 StGB.

---

## § 216

### Tötung auf Verlangen

**(1) Ist jemand durch das ausdrückliche und ernstliche Verlangen des Getöteten zur Tötung bestimmt worden, so ist auf Freiheitsstrafe von sechs Monaten bis zu fünf Jahren zu erkennen.**

**(2) Der Versuch ist strafbar.**

Quelle: [dejure.org](http://dejure.org)

---

Allerdings war ich dieses Mal nicht allein und mein Anwalt intervenierte sofort.

*“Das ist nicht richtig!”.*

Daraufhin wurde wohl irgendwo irgendwas vermerkt, aber daran kann ich mich nicht mehr genau erinnern. Ich war zu sehr damit beschäftigt, das alles irgendwie einzuordnen.

Ob ich das alleine und ohne Anwalt auch geschafft hätte? Ich glaube nicht. Sicher ist, dass mich dann die Polizei da behalten hätte. Wenn dann noch ein faktisch falscher Paragraph im System die Wahrheit verändert, weil das System nicht an die Realität angepasst ist, dann kann es ganz schnell existenzgefährdend werden. Denn bis sich der Staatsanwalt die Akte genauer anschaut und (hoffentlich!) feststellt, dass dieser Straftatbestand offensichtlich falsch ist, kann etwas Zeit vergehen. So lange bleibt man dann auch bei denen sitzen, vor allem wenn man so wie ich, keine ladungsfähige Adresse in Deutschland hat. Da fragt man sich dann schon, wie viele Wochen Untersuchungshaft die kleine Existenz eines stinknormalen Angestellten aushält, bevor sie zerbröselt?

### 3. Teil: Das Heute

Das Verfahren läuft noch immer gegen Unbekannt. Ich habe den Status des Zeugen. Es wäre mir lieb, wenn das Verfahren endlich eingestellt würde, auch wenn ich nichts zu befürchten habe. Aber es geht auch ein wenig um den juristischen Abschluss. Andererseits wird mir das mehr und mehr egal.

Im März 2018 hatte ich das große Vergnügen, auf zwei Veranstaltungen des HVD zum Thema eingeladen worden zu sein. Einmal im wunderschönen Marburg und einmal in der Urania Berlin. Vielen Dank dafür an die OrganisatorInnen!

Das Video der Diskussionsveranstaltung in der Urania [finden Sie hier](#).

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit und  
seien Sie mir begrüßt!

Olaf Sander, im April 2018

Link zum Originalartikel:  
[http://sterbegeschichten.de/meine-sterbegeschichte/?fbclid=IwAR1gLYNKX9GAXc3P2ZpL84UhctQdTNRKSnpjGEpks7r9HxBBix1Y8gg3\\_eL0](http://sterbegeschichten.de/meine-sterbegeschichte/?fbclid=IwAR1gLYNKX9GAXc3P2ZpL84UhctQdTNRKSnpjGEpks7r9HxBBix1Y8gg3_eL0)