

Sterben für Anfänger Ein Film von Kurt Langbein Logline und Synopsis

In „Sterben für Anfänger“ bietet Kurt Langbein dem Tod eine große Bühne. Nach 15 Jahren Auseinandersetzung mit seiner Krebserkrankung bereitet er sich aufs Sterben vor: Was geschieht, wenn wir sterben? – und was ist danach?

Seine Bücher zum Thema Krebs und Heilung waren Bestseller. Sein Film „Wunder Heilung“ wurde mit der „Goldenen Romy“ ausgezeichnet. 15 Jahre lang war Kurt Langbein weltweit unterwegs auf der Suche nach den Faktoren, die das Immunsystem des Menschen mobilisieren und damit Krebs heilen können – auch seinen. Doch nun weiß er: Es ist Zeit, ans Sterben zu denken.

Obwohl wir alle Anfänger sind, bereitet sich kaum jemand auf den Tod vor. Langbein begleitet Menschen, denen die Palliativmedizin hilft, ihrer Zeit mehr Leben zu geben. So wird nachvollziehbar, wie der natürliche Prozess des Sterbens abläuft.

Drei Viertel der Menschen bei uns wollen daheim sterben, aber drei Viertel der Menschen in den Industriestaaten sterben im Krankenhaus. Bisweilen erst dann, wenn Ärzte die Geräte der Intensivmedizin ausschalten. Dabei stellt sich immer wieder heraus, dass Bewusst-lose oft doch ein Bewusstsein haben.

Während wir sterben, ist das Gehirn 100mal aktiver als bei vollem Bewusstsein: Die Neurowissenschaft hat bewiesen, dass Nahtodeserlebnisse und außerkörperliche Wahrnehmungen eine reale Grundlage haben. Das wirft Fragen auf: Ist unser Bewusstsein nur das, was das Gehirn produziert? Endet es mit unserem Tod?

In „Sterben für Anfänger“ stellt sich Langbein auch dem selbst gewählten Tod. Er begleitet einen Mann auf seinem Weg zum assistierten Suizid.

Logline

Konfrontiert mit einer Diagnose „Krebs im Endstadium“ begibt sich der Wissenschaftsjournalist Kurt Langbein auf eine persönliche und globale Recherche über das Sterben – und entdeckt zwischen Intensivstation, Palliativmedizin, spirituellen Traditionen und Nahtoderfahrungen eine überraschende Wahrheit: Sterben kann man lernen.

Presstext (ca. 3000 Zeichen)

Als der renommierte Wissenschaftsjournalist Kurt Langbein die Diagnose „Krebs im Endstadium“ erhält, wird aus einem beruflichen Thema eine existenzielle Frage: Wie sterben wir – und was bedeutet es eigentlich, zu sterben?

In seinem sehr persönlichen Dokumentarfilm **STERBEN FÜR ANFÄNGER** macht sich Langbein auf eine Reise an die Grenze zwischen Leben und Tod. Mit der Neugier eines Forschers und der Betroffenheit eines Patienten fragt er nach dem, was uns alle erwartet – und worüber wir doch so selten sprechen.

Der Film führt in Intensivstationen und Palliativstationen, zu Ärzten, Wissenschaftlerinnen, Philosophinnen und Sterbebegleiterinnen. Er zeigt, wie moderne Medizin Leben verlängern kann – und gleichzeitig neue ethische Fragen aufwirft. Was bedeutet es, wenn immer mehr Menschen auf Intensivstationen sterben? Wann ist ein Mensch wirklich tot? Und wer entscheidet, wann Therapie zur Belastung wird?

Gleichzeitig begegnet Langbein Menschen, die dem Sterben ganz unterschiedlich gegenüberstehen: Schwerkranke, die sich auf den Abschied vorbereiten. Eine Sterbeamme, die Menschen am Ende ihres Lebens begleitet. Mediziner, die versuchen, Leid zu lindern und Würde zu bewahren. Und Menschen, die nach Nahtoderfahrungen von einem Moment berichten, in dem Angst plötzlich einer tiefen Ruhe weicht.

Der Film blickt auch über die Grenzen der westlichen Medizin hinaus. Von psychoonkologischer Forschung über traditionelle Heilmethoden bis hin zu philosophischen und spirituellen Perspektiven entsteht ein vielschichtiges Bild davon, was Gesundheit, Krankheit und Bewusstsein bedeuten können.

Dabei bleibt **STERBEN FÜR ANFÄNGER** immer nah am persönlichen Weg seines Protagonisten. Langbein spricht offen über seine eigene Erkrankung, über Hoffnungen, Rückschläge und die Frage, wie man mit der eigenen Endlichkeit leben kann. Seine Begegnungen mit Patientinnen, Ärztinnen und Forschenden werden so zu Stationen einer Reise, die wissenschaftliche Erkenntnis und persönliche Erfahrung miteinander verbindet.

Der Film stellt keine einfachen Antworten bereit. Stattdessen lädt er dazu ein, eine der größten menschlichen Gewissheiten neu zu betrachten: dass das Leben endlich ist. Und dass gerade diese Endlichkeit dem Leben seine Tiefe geben kann.

STERBEN FÜR ANFÄNGER ist eine berührende, kluge und überraschend lebensbejahende Annäherung an das größte Tabu unserer Gesellschaft – und eine Einladung, über das Sterben zu sprechen, bevor es zu spät ist.

Festival-Synopsis

Nach der Diagnose „Krebs im Endstadium“ wird der Wissenschaftsjournalist Kurt Langbein vom Beobachter zum Betroffenen. In **STERBEN FÜR ANFÄNGER** begibt er sich auf eine ebenso persönliche wie essayistische Reise an die Grenze zwischen Leben und Tod. Zwischen Intensivstation, Palliativmedizin, medizinischer Ethik, Psychoonkologie, spirituellen Traditionen und Berichten von Nahtoderfahrungen untersucht der Film, wie unsere Gesellschaft mit dem Sterben umgeht — und was geschieht, wenn die Endlichkeit des eigenen Lebens nicht mehr abstrakt bleibt.

Ausgehend von der eigenen Krankengeschichte und dem Tod eines engen Freundes verknüpft Langbein medizinische, philosophische und existenzielle Perspektiven. Er spricht mit Ärzt:innen, Forscher:innen, Sterbebegleiter:innen und Menschen, die dem Tod bereits nahe waren. So entsteht ein vielschichtiges, kluges und berührendes Panorama über Angst, Hoffnung, Selbstbestimmung, Würde und die Frage, ob wir lernen können, loszulassen.

STERBEN FÜR ANFÄNGER ist ein dokumentarischer Essay über das letzte Tabu unserer Gegenwart — und zugleich ein überraschend lebensbejahender Film über die Kunst, mit dem Wissen um den Tod zu leben.

Kinostart-Pressetext

Wir alle wissen, dass wir sterben werden. Und doch leben wir, als ginge uns diese Gewissheit nichts an. Wir verdrängen, vertagen, überlassen das Sterben den Krankenhäusern, den Expert:innen, den anderen. Erst wenn Krankheit, Verlust oder die eigene Diagnose ins Leben brechen, wird aus einer abstrakten Wahrheit eine persönliche Frage.

Mit **STERBEN FÜR ANFÄNGER** widmet sich der vielfach ausgezeichnete Wissenschaftsjournalist und Dokumentarfilmer Kurt Langbein einem Thema, das uns alle betrifft — und über das trotzdem kaum gesprochen wird: dem Sterben. Der Film beginnt mit seiner eigenen Krebserkrankung und wird damit zu einer sehr persönlichen Suche nach Orientierung, Wissen und Halt. Aus dem Reporter wird ein Betroffener, aus der Recherche ein existenzieller Selbstversuch.

Langbein besucht Intensivstationen und Palliativstationen, spricht mit Ärzt:innen, Philosoph:innen, Forscher:innen und Sterbebegleiter:innen. Er begleitet Menschen, die sich mit ihrem nahenden Tod auseinandersetzen, und trifft auf Überlebende von Nahtoderfahrungen, die von Momenten tiefster Angst ebenso erzählen wie von Frieden, Licht und radikaler Veränderung. So entfaltet der Film ein weites Panorama zwischen Hightech-Medizin, ethischen Grenzfragen, persönlicher Trauer, spiritueller Sehnsucht und der Hoffnung auf ein selbstbestimmtes Lebensende.

Dabei geht es nie um einfache Antworten. **STERBEN FÜR ANFÄNGER** ist weder ein medizinischer Ratgeber noch eine spirituelle Bekenntniserzählung. Vielmehr ist der Film eine offene, kluge und berührende Annäherung an die letzte große Frage des Lebens. Was bedeutet Würde am Lebensende? Wann wird Behandlung zur Belastung? Wie gehen Angehörige mit dem Loslassen um? Und kann die Auseinandersetzung mit dem Tod unser Leben sogar verändern?

Gerade weil der Film so persönlich erzählt ist, gewinnt er eine große Allgemeingültigkeit. Langbein zeigt, dass Sterben nicht nur ein biologisches Ereignis ist, sondern ein sozialer, emotionaler, kultureller und philosophischer Prozess. Er verknüpft wissenschaftliche Erkenntnis mit persönlichen Erfahrungen und macht aus einem Tabuthema ein Gesprächsangebot — ernsthaft, zugewandt und überraschend lebensnah.

STERBEN FÜR ANFÄNGER ist ein Film über Endlichkeit, aber kein düsterer Film. Er erzählt von Angst und Schmerz, von Kontrollverlust und Abschied. Vor allem aber erzählt er von Liebe, Nähe, Berührung, Trost und der Möglichkeit, dem Unausweichlichen nicht nur mit Furcht, sondern auch mit Bewusstheit zu begegnen.

Ein Dokumentarfilm, der den Blick auf das Lebensende verändert — und gerade dadurch den Blick auf das Leben schärft.

Alternative Loglines

Klassisch

Nach seiner Krebsdiagnose begibt sich der Wissenschaftsjournalist Kurt Langbein auf eine persönliche Recherche über das Sterben — und entdeckt zwischen Intensivmedizin, Palliativbegleitung und Nahtoderfahrungen, dass die Auseinandersetzung mit dem Tod den Blick auf das Leben verändert

Emotional

Eine Krebsdiagnose, der Tod eines Freundes und die eigene Endlichkeit zwingen Kurt Langbein zu einer Reise an die letzte Grenze des Lebens — dorthin, wo Angst, Hoffnung und die Frage nach einem guten Sterben aufeinandertreffen.

Festival-orientiert

In einem persönlichen dokumentarischen Essay verbindet Kurt Langbein seine eigene Krebserkrankung mit Begegnungen aus Medizin, Philosophie und Sterbebegleitung und fragt, wie wir in einer hochtechnisierten Welt sterben wollen.