

Interview über Doris Tropper (Sterbebegleitung)

„Jedes Leben hat eine Bedeutung“

Die Sterbebegleiterin Doris Tropper hat ein Buch darüber geschrieben, was wir von Sterbenden fürs Leben lernen können. Hier spricht sie über letzte Wünsche, verpasste Chancen und den Sinn des Lebens

Frau Tropper, wenn Sie morgen sterben würden, wären Sie vorbereitet?

Ja, das wäre ich. Durch meine langjährige Arbeit als Sterbebegleiterin ist mir meine eigene Sterblichkeit schon früh bewusst geworden und ich habe gelernt, abschiedlich zu leben.

Abschiedlich leben? Was meinen Sie damit?

Das bedeutet, dass man die wesentlichen Dinge regelt, so lange man noch mit klarem Kopf Entscheidungen treffen kann. Es geht dabei nicht nur um eine Patientenverfügung und ein Testament, sondern auch um persönliche letzte Wünsche. Meine Familie weiß zum Beispiel auch, wo und wie ich beerdigt werden möchte.

Sie haben also für die Zeit nach Ihrem Tod gut vorgesorgt.

Richtig. Aber das ist nicht alles. Beim abschiedlichen Leben geht's auch ums Hier und Jetzt. Ich verlasse zum Beispiel nie das Haus, ohne mich mit einer Umarmung oder einem Kuss von meinem Mann zu verabschieden. Und ich gehe niemals im Streit mit jemandem auseinander, sondern kläre Konflikte sofort.

Warum ist Ihnen das so wichtig?

In meiner Zeit als Sterbebegleitung habe ich oft erlebt, wie sehr ungelöste Konflikte die Menschen belasten. Viele möchten unbedingt noch jemandem Danke oder Entschuldigung sagen. Sie können erst dann in Frieden sterben, wenn es eine Aussprache gegeben hat.

Ihr Buch über Ihre Erfahrungen in der Sterbebegleitung trägt den Titel „Hätte ich doch...“ Was haben die Sterbenden, die Sie begleitet haben, bedauert?

Auf der zwischenmenschlichen Ebene bedauern viele Menschen, dass sie nicht ihrem Herzen gefolgt sind. Manche träumen wieder von der ersten großen Liebe und sind traurig, dass sie diese verlassen haben. Oder sie ärgern sich, dass sie zu lange in einer unglücklichen Beziehung verharrt sind. Ein anderes großes Thema sind Reisen, die nicht stattgefunden haben, unerfüllte Berufswünsche oder andere verpasste Chancen. Vielen wird erst kurz vor dem Tod klar, dass es kein zweites Leben gibt.

Was können wir daraus lernen?

Dass wir nicht zu viele Pläne in die Zukunft schieben sollten. Denn wer weiß, wie lange wir noch leben! Ich stelle mir regelmäßig die Frage: Was wünsche ich mir noch vom Leben? Und versuche, diese Wünsche in die Tat umzusetzen. Damit ich am Sterbebett sagen kann, dass ich bis zuletzt ein erfülltes und sinnvolles Leben geführt habe.

Was gibt Ihrem Leben Sinn?

Darauf habe ich keine feste Antwort. Was ich als sinnvoll empfinde, verändert sich im Laufe der Zeit und mit jeder neuen Herausforderung. Ich frage mich deshalb lieber: Was erfüllt mich momentan? Vielleicht das Zusammensein mit anderen Menschen? Die Verbundenheit zu meiner Familie? Eine neue berufliche Aufgabe? Oder die Freude über die Natur?

Der Sinn des Lebens muss übrigens nichts Großes sein. Wer im Hospiz liegt und nicht mehr viel Zeit zum Leben hat, empfindet manchmal auch einen kleinen Augenblick der Freude oder Geborgenheit als sinnstiftend.

Denken Sterbende über den Sinn des Lebens nach?

Ich habe es nicht erlebt, dass über diese Frage bewusst sinniert wird. Die meisten sind eher mit existentiellen Fragen beschäftigt: Wer kümmert sich um meinen Mann oder meine Kinder? Was passiert mit meinem Haus? Wie werde ich beerdigt?

Aber wenn die Sterbenden zurückblicken, geht es indirekt immer auch um den Sinn des Lebens – zum Beispiel, wenn jemand sein Leben und das, was er erreicht hat oder hinterlässt, in Frage stellt.

Ich bin überzeugt davon, dass jedes Leben, sei es noch so kurz, eine Bedeutung hat – selbst dann, wenn wir uns klein und bedeutungslos fühlen. Schon die Tatsache, gebraucht zu werden, gibt einem Leben Sinn. Und jeder von uns wird in seinem Leben gebraucht! °

Das Interview hat Claudia Minner geführt. Claudia ist freie Journalistin aus Hamburg und schreibt am liebsten über Menschen und ihre Geschichten. Ihr Motto: „Jede Geschichte bewegt etwas“.

Autorin

Claudia Minner . Vogelhüttendeich 109 . 21107 Hamburg
Mobil: 0170 / 55 464 29
Mail: mail@claudiaminner.de
Web: www.claudiaminner.de