

Das Lachen am Ende der Reise

Petra Frey ist ehrenamtliche Sterbebegleiterin. Die Schauspielerin bringt Menschen auf ihrem letzten Weg ein bisschen Glück. Denn der Tod muss nicht immer traurig sein, sagt sie

Petra Frey strahlt. Es ist schwer, ihr gegenüber zu sitzen und sich von ihrer fröhlichen Art nicht anstecken zu lassen. Nicht mitzulachen, wenn sie lacht. Und die 58-Jährige lacht oft. Für manche ist es deshalb schwer zu glauben, dass dieses „Glückskind“ – wie Frey sich selbst gern nennt – viel Zeit mit Menschen verbringt, die am Ende ihres Lebens stehen. Frey ist ausgebildete Sterbebegleiterin.

So ein Ehrenamt und gute Laune verbreiten – da kommen Fragen auf: Lacht sie auch mit Sterbenden? Macht sie im Hospiz oder auf der Palliativstation Scherze? Die Antwort lautet: Ja.

Für Petra Frey ist das Sterben schlicht das Ende vom Leben

Das widerspricht sich Freys Meinung nach nicht. Im Gegenteil: „Ich merke schon, dass meine Art – meine humorvolle Art – den Patienten guttut.“ Ihre Erlebnisse hat Frey im Buch „Sterbemund tut Wahrheit kund“ gesammelt. Sie will damit nicht nur zeigen, dass Lachen am Lebensende eine gute Sache sein kann. Es geht ihr darum, das Thema Tod aus der Tabuecke zu holen. Sie animiert dazu, Mut zu haben, Sterbende zu begleiten und auch das eigene Sterben anzuerkennen und Verantwortung dafür zu übernehmen.

Leuchtend rote Haarsträhnen fallen Frey in die Stirn. Eine Brille rahmt die grünen Augen. Manche kennen dieses Gesicht vielleicht aus bayerischen Fernseh- oder Theaterproduktionen. Vom Komödienspieler, den Rosenheim Cops oder dem Theaterstadl. Während sie sich als Schauspielerin Petra Auer nennt, hat sie ihr Buch be-

wusst unter dem Namen Petra Frey veröffentlicht: „Das bin ich. Nicht die Schauspielerin. Das sind private Geschichten“, sagt sie mit Nachdruck.

Ihre Schauspiel- und Sprechausbildung merkt man ihr auch zu Hause am Esstisch an. Ihre Worte unterstreicht sie gerne mit Gesten. Sie haut schon mal auf den Tisch, wenn sie etwas unglaublich lustig findet. Will sie deutlich machen, dass etwas weit weg oder lange her ist, zieht sie die Vokale in die Länge. Den Klang ihrer Stimme kann sie in Sekunden von jauchzend zu betrübt ändern.

Aber wenn die Münchnerin vom Tod spricht, ist da keine Traurigkeit. Auch keine Zärtlichkeit. Für sie ist das Sterben schlicht das Ende vom Leben. „Wir sterben halt“, sagt sie. Sie hebt die Stimme: „Es tut mir leid, dass ich's sagen muss. Die Wenigsten glauben, dass es ihnen passiert.“ Pause. „Aber es passiert halt.“ Eine Metapher erlaubt sie sich trotz aller Sachlichkeit beim Thema. Der Tod sei eine „Reise ins Unbekannte“, schreibt sie in ihrem Buch. Mit einer offensichtlichen Einschränkung: „Es gibt definitiv kein Rückfahrtticket.“

Es gab Zeiten, da gehörte die Autorin selbst zu denen, die denken, dass der Tod nur anderen passiert: „Ich hab als junger Mensch überhaupt nicht dran gedacht. Nö. Der Tod war ganz weit weg.“ Als ihre Mutter schwer erkrankte, ist er plötzlich doch da. Auf der Palliativstation kommt die Tochter zum ersten Mal mit Sterbebegleitung in Berührung und merkt, wie wichtig das für Angehörige ist. Von da an weiß die Schauspielerin: Wenn sie sich nicht mehr so viel um ihre zwei kleinen Kinder kümmern muss, dann will sie dieses Ehrenamt bekleiden. Seit rund zehn Jahren ist Frey nun selbst für Sterbende und deren Ver-

wandte oder Freunde da. Sie koordiniert etwa 20 Ehrenamtliche auf der Palliativstation der München Klinik Harlaching. Für den Hospizkreis Ottobrunn besucht sie Menschen zu Hause oder im Seniorenheim. „Wenn sie akzeptiert haben, dass es jetzt so weit ist“ – also kurz vor dem Antritt der großen Reise – erlebt Frey bei einigen

Menschen, dass sie „einen schwarzen Humor“ entwickeln. Das hatte sie schon bei der eigenen Mutter beobachtet: Darauf, dass der Aufenthalt auf der Palliativstation offiziell auf 14 Tage begrenzt sei, habe die nur geantwortet: „Uff, da muss ich mich mit dem Sterben beeilen. Sonst schmeißen die mich raus.“



Als Petra Freys Mutter stirbt, kommt sie zum ersten Mal in Berührung mit Sterbebegleitung und merkt, wie wichtig diese Arbeit ist. Heute ist die Schauspielerin selbst seit zehn Jahren im Hospiz tätig.

FOTO: ROBERT HAAS

Frey hat viele solcher Anekdoten auf Lager. Auch wenn sie die meisten wohl nicht zum ersten Mal zum Besten gibt, lacht sie bei jeder Pointe laut auf. Haut auf den Tisch. Wirkt überrascht, fast ungläubig. Einem „sehr betagten Senior“ sollte sie einmal Suppe „eingeben“. Da habe er gesagt: „Probieren Sie sich bei mir aus. Da machen's nix mehr kaputt.“

Frey sagt, solche Unterhaltungen funktionieren, weil sie eine gewisse Distanz halte: „Ich bin nicht so involviert wie eine Tochter oder Ehefrau. Die haben ja eine Grundtraurigkeit: Da stirbt der Papa, da stirbt der Mann.“ Viele der Patienten würden gerne mal als „normaler“ und nicht als sterbender Mensch wahrgenommen werden. Über eine Gelegenheit zum Lachen seien sie dankbar.

„Ich kann ja nicht sagen: Hab keine Angst. Ich weiß ja auch nicht, was kommt.“

Wenn ein Leben zu Ende gegangen ist, erlebt die Münchnerin häufig, dass Angehörige vor lauter „Behördenwahnsinn“ gar nicht richtig zum Trauern kommen. Allein beim Thema Bestattung gibt es so viel zu organisieren: „Was soll da für 'ne Bluse angezogen werden?“ Frey schlägt bei jeder Frage mit der flachen Hand auf den Tisch. „Welcher Sarg? Welcher Blumenschmuck? Wer soll zur Trauerfeier kommen?“ Die Antworten darauf könnte man noch zu Lebzeiten geben, sagt sie. Wer in ein anderes Land auswandere, der bereite das doch auch vor. Frey formuliert es so: „Ich finde es nur richtig, wenn man früh genug Verantwortung für das eigene Sterben übernimmt.“

Teil der Reismetapher ist das Kofferpacken. Gemeint ist das Abschiednehmen. Das kann zum Beispiel heißen, lang ausstehende Gespräche zu führen. Oft gehe es am Lebensende um Ehrlichkeit. Vielleicht ist die Schauspielerin auch deshalb geeignet für die Aufgabe. Frey ist keine, die etwas verheimlicht. Trotzdem könne sie sich zurücknehmen, sagt sie. Eine nützliche Eigenschaft, denn manchmal bleibt nichts anderes als Zuhören. Zum Beispiel, wenn jemand große Angst vor dem Sterben hat: „Ich kann ja nicht sagen: Hab keine Angst. Ich weiß ja auch nicht, was kommt.“ Was in solchen Situationen helfen könne, sei herauszufinden, was die Angst auslöst: „Oft ist dieses Nicht-Sterben-Wollen eigentlich die Angst vor Schmerzen, die Angst vor dem Abschiednehmen oder irgendwelche unausgesprochenen Dinge – mit der Tochter, mit dem Sohn.“

Abschied nimmt man nicht nur von Menschen, die einem nahe stehen, sondern auch vom eigenen Leben. Die Autorin hat Personen begleitet, die am Ende feststellen mussten, dass sie nicht das Leben gelebt haben, das sie leben wollten. Wie eine ihrer Patientinnen: „Sie wurde nachdenklich. Trauerte um den Verlust der eigenen Identität, ihre Wünsche, die sie nie wahr gemacht hatte, die verlorene Zeit.“

Solche berührenden Geschichten seien auch wichtig, erklärt Frey mit belegter Stimme. Sie seufzt laut auf, als sie erzählt, wie viele Menschen ihr anvertrauten: „Ich hab viel zu viel gearbeitet. Ich hab meine Kinder gar nicht aufwachsen sehen.“ Das Geld, das teure Auto, die Uhr – „wenn du dann da liegst, nutzt dir des gar nix“, stellt sie fest. „Am Lebensende begleiten uns die Erinnerungen.“ Und Menschen wie Petra Frey.

ILONA GERDOM