

Wie ich Hospizbegleiterin wurde

Anette Tuppeck - langjähriger Mitarbeiter des AHPB „Die Quelle“

Vor sieben Jahren brach in mir eine Illusion zum Thema Krankheit radikal zusammen: Drei meiner Freunde erkrankten an Krebs und starben. Alle drei waren sehr spirituell und arbeiteten als Therapeuten. In meiner Naivität meinte ich wohl, damit wäre man unangreifbar für solche Krankheiten und verstand die Welt nicht mehr. Insgeheim dachte ich immer: „Wenn ich mich weiterentwickle, kann das nicht passieren. Dann gibt es keinen Grund krank zu werden.“ Ich war zutiefst getroffen und suchte nach Erklärungen. Erstmal vergeblich. Umso größer war der Schock, als es mir dann selbst auch passierte. Ich hatte mehr Glück als meine Freunde. Und dennoch: Meine Endlichkeit wurde mir zum ersten Mal so deutlich wie noch nie zuvor und ich bekam große Angst, vor allem um meine drei Kinder. Nun musste ich plötzlich selbst einen Weg für mich finden, allein Entscheidungen über meinen Behandlungsweg treffen, meine Wahrheiten von „Was finde ich richtig?“ und „Was kommt nie in Frage?“ überprüfen.

Ich spürte eine neue Kraft in mir wachsen, folgte meinen inneren Impulsen und kümmerte mich mehr um mich. In der Familie setzte ich engere Grenzen, verwöhnte nicht mehr nur, sondern ließ mich auch mal umsorgen, was allen sehr gut tat. Ich nahm meinen Körper viel mehr wahr, nahm ihn ernster und spürte mehr in ihn hinein. Wenn ich müde war, ruhte ich mich aus. Der Gedanke, eventuell noch schlimmer zu erkranken, wurde ein ständiger Wegbegleiter, mit dem umzugehen ich lernen musste. Der Tod meiner Freunde blieb allerdings ein Schock und es fiel mir sehr schwer, meine Trauer zuzulassen. Das alles war so eng an mein eigenes Schicksal geknüpft und ich spaltete viele meiner Gefühle einfach ab.

Eines Tages sah ich in unserem Gemeindeblättchen eine Anzeige: „Ehrenamtliche Hospizbegleiter gesucht.“ Da eine meiner Freundinnen in einem Hospiz verstorben war und sich dort sehr umsorgt gefühlt hatte, war schon ein Bezug zu diesem Thema da. Ich machte einen Gesprächstermin mit dem Koordinator und merkte sofort: „Das will ich machen!“ Ich spürte, hier finde ich Hilfe und einen neuen Weg. Einige Wochen später begann meine Ausbildung und schon nach dem ersten Wochenende fühlte ich mich um Tonnen leichter. Und so ist es bis heute geblieben. Ich bin sehr gerne in der Gruppe, habe dort Menschen kennengelernt, die mir ähnlich sind und mit denen ich mich sicher und geborgen fühle. Die Arbeit mit Sterbenden ist sehr berührend und macht

mir Freude. Man bekommt sehr viel zurück und ich habe meine Ängste vor dem Tod verloren. Ich fühle mich zugehörig und gewinne eine große Kraft, die mir hilft, meine eigenen privaten und beruflichen Projekte zu erfüllen. Der Tod ist ein Wegbegleiter geworden, meine verstorbenen Freunde sind immer nah bei mir und ich lebe nach dem Motto:

„So lange es sein darf, bin ich dabei.“

