

Zu sterben lernen – und glücklicher leben

Ein höchst ungewöhnlicher Ansatz zum Thema Tod: „Der schönste Tag im Leben muss der letzte sein“, ist die Maxime des Moderators Dada Peng, der die Initiative „Superhelden fliegen vor“ gegründet hat. Er hält zwei Vorträge in Minden.

Moderator Dada Peng (Mirko Klos) ist Begründer der Initiative „Superhelden fliegen vor“ und Ehrenpreisträger des Deutschen Hospizverbandes.

Foto: privat/Hartmut Schön

Anja Peper

Minden. Den Tod kennt der Moderator und Songwriter Dada Peng (Mirko Klos) gut. Seit 20 Jahren ist Jimmy, wie er den Tod nennt, fester Bestandteil seines Lebens. Als persönlich Betroffener und Hinterbliebener, als Sterbebegleiter, als ehrenamtlicher Mitarbeiter in einem Hospiz. Er ist Begründer der Initiative „Superhelden fliegen vor“ für junge Sterbende und ihre Freunde. Als Aktivist für einen neuen Umgang mit dem Thema „Tod und Sterben“ hat er viele Erfahrungen mit dem Thema gemacht. Seine Maxime lautet: „Der schönste Tag im Leben muss der letzte sein.“ Daher plädiert der 50-Jährige für ein selbstbestimmtes Sterben.

Es geht ihm um einen Wechsel der Perspektive: Den Tod nicht länger als das Ende, sondern als Ziel betrachten: „Für mich ist das Leben wie ein Zehn-Kilometer-Marathon. Wir rennen alle wie blöde, legen alle bei Start los und wir werden alle irgendwann ins Ziel gelangen.“ Er möchte Menschen helfen, ihr Sterben bewusst zu gestalten, ähnlich wie man eine Reise plant. Zu dem Thema hat er ein Buch veröffentlicht: „Knockin’ on Jimmy’s Door: Wie wir glücklicher leben, wenn wir zu sterben lernen“ (2022). In Minden hält er zwei Vorträge: Am 5. November im BÜZ und am 6. November im Herder-Gymnasium (siehe Kasten).

Wir alle kennen Friedensaktivisten oder Klimaaktivisten. Was genau ist ein Sterbeaktivist?

Der Titel „Sterbeaktivist“ wurde mir vom NDR gegeben. Ich selbst würde mich so nicht bezeichnen. Ich bin Aktivist für die Belange junger Sterbender, wenn man so mag. Außerdem möchte ich mich dafür einsetzen, das gesellschaftliche Tabu rund um Tod und Sterben zu brechen. Für mich ist der Tod nichts, wovor wir Angst haben oder was wir verdrängen müssen.

Wie ist der Künstlername Dada Peng entstanden?

Der Name Dada Peng passt zu mir und meiner Arbeit als jemand, der sich nicht an traditionelle Normen hält. Der Name hat eine gewisse Leichtigkeit, die vielleicht von der Dada-Kunstbewegung inspiriert ist, die ebenfalls gegen Konventionen vorging. Es ist mein Weg, ernsthafte Themen wie das Sterben hu-

morvoll und ohne die Schwere des Tabus anzugehen.

Und wer ist Jimmy?

Jimmy ist mein Name für den Tod. Ich habe beschlossen, den Tod so zu nennen, um ihn zu entmystifizieren und zu zeigen, dass er ein ganz natürlicher Bestandteil des Lebens ist. Jimmy ist kein Gegner oder Schicksalsschlag, sondern der Begleiter, der uns zeigt, wie wertvoll das Leben ist. Durch diesen Perspektivenwechsel fällt es mir leichter, über das Sterben zu sprechen, ohne dass auch in Gesprächen mit nicht Trauernden oder Betroffenen die Stimmung kippt.

Wie stellen Sie sich Ihre eigene Beisetzung vor?

Meine Beisetzung stelle ich mir fröhlich und unkonventionell vor – mehr als Feier des Lebens denn als Trauerakt. Ich würde mir wünschen, dass meine Freundin, die Drag Queen Jessica Walker, Welcome-Shots verteilt und ganz in Schwarz mit einem großen Hut und Schleier in der ersten Reihe sitzt, schluchzt und ruft: „Dada, warum? Du warst doch noch so jung!“ Dazu gäbe es Champagner und Currywurst-Pommes. Falls es die Umstände zulassen, würde ich meine Trauerfeier am liebsten zu Lebzeiten feiern – immerhin ist

das der einzige Moment, an dem wahrscheinlich nur positiv über mich gesprochen wird. Da würde ich wirklich gerne dabei sein.

Und was sollte in Ihrer eigenen Todesanzeige stehen?

Ich kann mir gut vorstellen, dass sie unkonventionell und humorvoll sein wird. Wie meine Beisetzung sollte auch die Todesanzeige meine Einstellung zum Leben und Sterben widerspiegeln – das Leben mit einem Augenzwinkern betrachten und zeigen, dass ich bereit bin, Jimmy offen zu begegnen.

Für wen ist es schwerer, über den Tod zu sprechen – Betroffene oder Angehörige?

Das ist ganz individuell. Das kommt ganz auf den Menschen an. Wie er auch in anderen Lebenslagen kommuniziert und was er für ein Typ ist. Für viele Menschen ist es schwer, über den Tod zu sprechen, und besonders für Angehörige ist es oft eine Herausforderung. Es fehlt oft an einer Sprache, die Mitgefühl ausdrückt, ohne dass sofort Mitleid oder Unsicherheit mitschwingt. Viele Angehörige ziehen sich aus Angst oder Hilflosigkeit zurück, statt sich dem Thema zu stellen. Ich glaube, wenn wir lernen, Jimmy anzunehmen, können wir ehrlicher und wertfreier über das

Zwei Vorträge

■ Moderator Dada Peng (Mirko Klos) hält seinen Vortrag „Superhelden fliegen vor“ zweimal in Minden.

■ Für alle Interessierten offen ist die Veranstaltung am **Dienstag, 5. November**, im Kulturzentrum BÜZ am Johanniskirchhof (19 Uhr). Der Eintritt beträgt zehn Euro, Kartenvorverkauf im Bücherwurm und im Hospizbüro.

■ Der Vortrag im Herder-Gymnasium am **Mittwoch, 6. November**, richtet sich an Schüler, Eltern und Lehrer. (mt)

Sterben reden – sowohl als Betroffene als auch als Begleiter.

Am 6. November halten Sie den Vortrag „Superhelden fliegen vor“ am Herder-Gymnasium. Erwarten die Schüler jemanden wie Sie?

Die Schüler erwarten oft jemanden, der das Thema „schwer“ rüberbringt. Aber ich lege großen Wert darauf, das Thema Tod offen und positiv anzugehen, um keine Vorurteile oder düsteren Assoziationen zu bestätigen. Das Sterben ist ein natürlicher Teil des Lebens, und ich versuche, den Schülern zu zeigen, dass man auch darüber reden kann, ohne dass es deprimierend oder beängstigend sein muss.

Schüler fragen mich oft nach dem, was während des Sterbens geschieht und ob der Tod wirklich so schrecklich ist. Es zeigt, wie groß die Unsicherheit und die Angst bei vielen ist. Ich versuche, ihnen zu erklären, dass der Tod einfach ein Teil unseres Lebens ist und dass wir durch das Verstehen dieser Endlichkeit das Leben neu schätzen können.

Viele Sterbebegleiter sind schon älter. Wie kann man auch junge Leute für so ein Ehrenamt begeistern?

Sterbebegleitung ist tatsächlich oft etwas, das ältere Menschen übernehmen, doch es ist genauso eine Aufgabe, die junge Menschen bereichern kann. Meine Initiative „Superhelden fliegen vor“ spricht gezielt junge Men-

schen an und zeigt ihnen, dass Sterbebegleitung nicht nur Trost spendet, sondern uns auch lehrt, intensiver zu leben. Junge Sterbende, die ich getroffen habe, sind für mich wahre Superhelden, von denen wir viel lernen können und die Begegnungen mit ihnen, haben mein Leben sehr bereichert.

Eines Ihrer Anliegen ist auch die Vernetzung von Sterbenden: Wie funktioniert das? Und worüber tauschen die sich aus?

Die Vernetzung von Sterbenden hilft, dass Menschen in dieser Lebensphase nicht alleine sind. Sie können sich über Plattformen oder Soziale Medien gegenseitig unterstützen und gemeinsam über Ängste, Erfahrungen und Wünsche sprechen. So entsteht Gemeinschaft und ein Raum für Austausch, der das Sterben erleichtert und den Betroffenen Halt gibt.

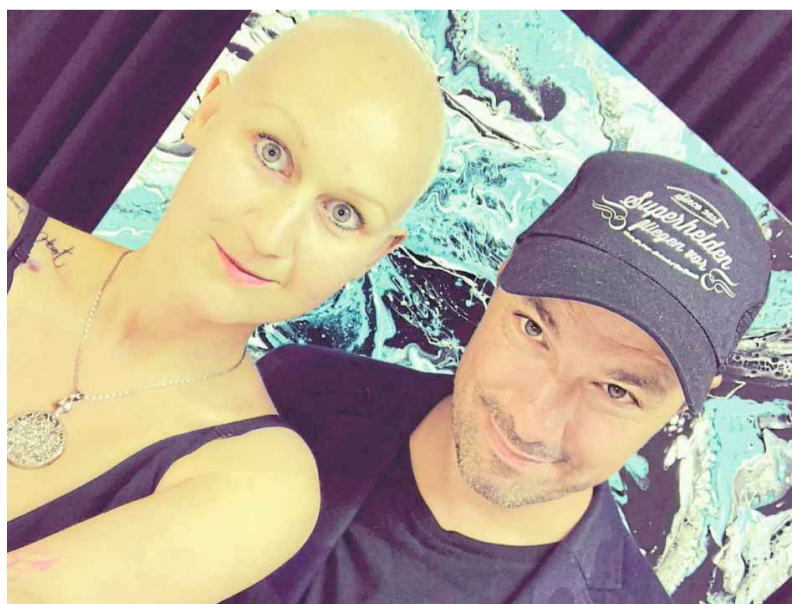
Glauben Sie in irgendeiner Form an das Jenseits?

Mein Glaube an das Jenseits ist fließend und ändert sich mit jeder neuen Lebenserfahrung. Ich betrachte den Tod als Übergang, als Transformation, so wie Eis zu Wasser wird, wenn es schmilzt. Ich halte mich offen, was nach dem Tod passiert, und finde es wichtiger, das Leben zu schätzen und zu gestalten. Die Antwort auf das Jenseits bleibt für mich eine persönliche Reise, die jeder für sich selbst finden muss.

Es gibt mehrere gute Filme zum Thema Sterben. Der neue Almodóvar-Film „The Room Next Door“ stellt sich eindeutig auf die Seite der Sterbehilfe. Was ist Ihre Meinung dazu?

Den Film kenne ich noch nicht. Jedoch ist Sterbehilfe für mich ein sensibles Thema. Aber ich bin ein Befürworter von Selbstbestimmung und einem menschenwürdigen Ende, welches jeder für sich selbst definieren muss. Der Tod ist ein Teil des Lebens, und wenn wir in der Lage sind, unser Leben nach unseren Vorstellungen zu gestalten, sollten wir auch das Ende dieses Lebens selbstbestimmt gestalten dürfen.

Die Autorin ist erreichbar unter Anja.Peper@MT.de



Auch der Moderator hat Menschen verloren, die ihm wichtig waren: Das Foto zeigt ihn gemeinsam mit Vereinsmitglied Jana Dehn, die im Jahr 2018 verstorben ist.

Foto: Initiative „Superhelden fliegen vor“