

Kirche in WDR 2 | 22.03.2024 05:55 Uhr | Titus Reinmuth

## Der letzte Tag

"Wenn ich einmal sterben sollte..." ist so ein Satz, der mit einem Augenzwinkern daherkommt. Das klingt, als wäre das nur eine Möglichkeit. Als ginge das Leben fröhlich weiter. Immer. Tut es aber nicht.

Jetzt habe ich dieses kleine Tool entdeckt, [derletztetag.de](http://derletztetag.de). Meinen letzten Tag soll ich planen. Die App fragt mich zuerst, auf wann ich den Wecker stelle. Extra früh? Kalt duschen, bisschen Sport machen und dann schon etwas Kreatives tun, bevor die andern überhaupt aufstehen? Ach was, ich stelle gar keinen Wecker. Nächste Frage: Frühstück. Der große Brunch im Café oder Toast und Rührei zuhause? Ich überlege. Mit gutem Essen kann man mich locken. Immer, auch am letzten Tag. Und das Outfit? Schick oder lässig?

Dann werden die Fragen ernster. Wen willst Du nochmal treffen? Da fallen mir ein paar enge Freunde ein, die natürlich nochmal vorbeikommen sollen. Wem gilt dein letzter Anruf? Plötzlich diese Erinnerung: Wie mir die Schwester im Krankenhaus ein Telefon in die Hand drückt, kurz bevor sie mich in den OP schieben. "Keine Angst, wir bringen Sie da durch. Wollen Sie nochmal mit Ihrer Frau sprechen?" Puh... Ich bin dann Gott sei Dank auf der Intensivstation wieder aufgewacht. Und weiß seither: So ist das mit dem letzten Tag, der kann plötzlich kommen.

Was sind deine letzten Gefühle, fragt die App. Ich bin mir nicht sicher. Wenn es so schnell geht, wahrscheinlich Angst, wenn ich vorbereitet bin, vielleicht so ein tiefer innerer Frieden. So ein Gefühl von: Alles ist gelebt, alles ist gesagt, jetzt kann ich gehen. Mein Vater war 89, als er gestorben ist. Die letzten zwei Monate lag er fest im Pflegebett. Sein Outfit: Windel und Schlafanzug. Gutes Essen war für ihn, ein paar kleine Löffel Eis zu bekommen. Dann hat er gestrahlt wie ein Kind.

Wie wir eines Tages sterben, haben wir wahrscheinlich nicht in der Hand. Wenn doch ein wenig, dann ist es gut, ein paar liebe Menschen zu haben, die sowas wie letzte Hilfe leisten. Die "Letzte Hilfe" ist eine Initiative der Hospizbewegung. Sie bietet Kurse an für Menschen, die andere am Lebensende begleiten möchten. Wie gut! Und auf deren Homepage gibt's auch all die Fragen von "derletztetag".

Auch wenn der vielleicht noch weit weg ist: Ich halte meine Bucketlist kurz. Wünsche

erfüllen, Fragen stellen, Konflikte klären, gut essen, einen Ausflug machen oder einen Anruf? Besser jetzt als später. Denn wenn ich einmal sterben sollte, dann will ich gelebt haben.