

Jasmin Schreiber ist Autorin und Biologin. Wenn sie eines Tages stirbt, würde sie ihren Körper am liebsten im Wald ablegen.
Jasmin Schreiber

Publiziert 31. August 2022, 19:00

INTERVIEW ÜBERS STERBEN

«Der Umgang mit Trauer wird immer individueller»

Jasmin Schreiber setzt sich beruflich mit dem Tod auseinander. Sie plädiert dafür, offener über das Thema zu sprechen.

von **Oliver Schmuki**

Als gelernte Biologin wie auch als Schriftstellerin setzt sich Jasmin Schreiber, geboren 1988 in Frankfurt am Main, stark mit dem Leben und dem Sterben auseinander. Im Gespräch plädiert sie für einen neuen Umgang mit Trauerarbeit.

Frau Schreiber, Sie fotografieren seit 2017 Sternenkinder. Wie kam das?
Das war ein Zufall. Ich habe schon immer ehrenamtlich gearbeitet, und als ich nach Berlin gezogen war, suchte ich eine neue Tätigkeit. Ich hatte dann schnell gemerkt, dass mir das liegt und dass ich damit umgehen kann.



Sternenkinder sind Kinder, die vor, während oder kurz nach der Geburt versterben.
Pexels / Stefan Stefancic

Hat sich durch diese Tätigkeit Ihr Blick auf den Tod und den Umgang damit verändert?
Bei solchen Einsätzen sind oft Geschwisterkinder zugegen. Mich fasziniert, wie gerade kleine Kinder mit dem Thema Tod umgehen, wie unbefangen und neugierig sie sind. Sie haben keinen Filter und

kennen im Gegensatz zu uns Erwachsenen keine Pietät. Das färbt auf die Eltern ab. Oft sind diese nach einer Weile so ungezwungen wie ihre Kinder. Das finde ich schön.

Wir können also viel von Kindern lernen, was Abschiednehmen anbelangt?
Ja. In der westlich-christlichen Kultur herrschen ja schon sehr strenge Riten um das Thema Tod. Man steht in Schwarz am Grab, die Pfarrerin oder der Pfarrer sagt etwas, und dieses und jenes gehört sich nicht. Dabei ist das alles ja kein Naturgesetz, sondern hat sich kulturell so ergeben – und kann auch geändert werden. Kinder oder auch Menschen aus anderen Kulturräumen trauern ganz anders. Sieht man, wie man in afrikanischen oder japanischen Kulturen trauert, traut man sich vielleicht, Dinge, die man selbst nicht so gut findet, aufzulockern. Durch solche Inputs von aussen wird man durchgerüttelt. Man fragt sich: «Finde ich das eigentlich gut? Will ich das wirklich?»

Jasmin Schreiber, 34, lebt in Hamburg und Frankfurt. Sie absolviert derzeit eine Ausbildung zur Sterbeamme. Zuletzt von ihr erschienen ist der Roman «Der Mauersegler» (Eichborn, 2021).



Stehen Sie der Art, wie wir im Westen trauern, kritisch gegenüber und suchen darum nach Alternativen?
Eigentlich gar nicht. Ich bin nur kritisch gegenüber Dogmen. Ist jemand zum Beispiel sehr christlich, ist für diese Person eine solche Beerdigung vielleicht genau das Richtige. Aber was säkulare Menschen anbelangt, haben wir noch wenige Antworten darauf gefunden, wie wir den Umgang mit dem Tod gestalten wollen. Als mein Stiefvater gestorben ist, gab es eine christliche Beerdigung, obwohl er sich nicht für die Kirche interessiert hatte. Wir wussten einfach nicht, was man sonst machen könnte. Ich finde es schön dass es immer mehr neue Ideen gibt, die etwas freier sind.

Können Sie ein Beispiel nennen?
Ich werde ab und zu an Beerdigungen von Sternenkindern eingeladen. Es ist schön, wie das wird, wenn man sich traut, individuell mit dem Tod umzugehen, sich zum Beispiel ganz bunt zu kleiden oder eben eine freie Trauerrede einzuplanen.

Wie sieht es auf gesellschaftlicher Ebene aus?
Was ich generell kritisch sehe, ist der Umgang von Staat und Gesellschaft mit Trauernden. Stirbt das eigene Kind, bekommt man [in Deutschland, die Red.] in der Regel zwei Tage Sonderurlaub. Das ist komplett jenseits von allem, und dann muss man sich eben krankschreiben lassen. So wird das Thema pathologisiert – man ist ja nicht krank, sondern man trauert. Das ist ein ganz normaler, wichtiger psychologischer Zustand. Doch dafür ist in der Leistungsgesellschaft, in der wir leben, kein Platz.

Kannst du gut übers Sterben und den Tod sprechen?

Ja, ich finde das heilsam, gesund und tröstlich.

Ich versuche es, aber es fällt mir sehr schwer.

Nein, ich verdränge diese Themen lieber komplett.

1207 Abstimmungen

Indem wir den Tod ausgrenzen, verbauen wir uns also die Chance, einen gesunden Umgang mit ihm zu finden.

Der Tod ist etwas Normales. Wir alle sterben. Kommt jemand auf die Welt, gibt es Mutterschaftsurlaub, stirbt hingegen jemand, hat man so zu tun, als sei nichts gewesen. Das Signal, das so gesendet wird, ist, dass man Trauernde irgendwie ganz schnell beseitigen will. Dass der Tod ein Fehler ist und nicht etwas, das uns allen bevorsteht. Es ist doch klar, dass man nicht arbeiten kann, wenn gerade das eigene Kind gestorben ist, und man einfach mal einen Monat frei bekommen müsste. Das hätte so auch überhaupt nichts Romantisierendes, und Trauerarbeit ist ja nichts Abartiges, für das man sich krankschreiben lassen sollte. Ich hätte Angst vor einem Menschen, der nicht trauert.



Das ganze Interview mit Jasmin Schreiber findest du im diesjährigen «Sanitas Health Forecast» .

Haben Sie persönlich ein Motto, nach dem Sie leben?

Dinge, die schön sind, sofort machen! Das habe ich bei einem Hospizkurs begriffen, wo es immer wieder vorkam, dass jemand gesagt hat: «Ach, schade, dass ich das und das nicht gemacht habe.» Man soll nichts aufschieben auf eine Zeit nach der Pensionierung oder wenn die Kinder endlich gross sind. So hilft man seiner psychischen Gesundheit sehr. So habe ich mich zum Beispiel letzten Winter verlobt, obwohl ich eigentlich nie heiraten wollte.

Wie würden Sie dieses Leben gern verlassen?

Ich würde mir etwas Ökologisches, Naturnahes wünschen. Leider ist das nicht erlaubt, aber mein Traum wäre, dass man meinen toten Körper einfach im Wald ablegen würde, und sich die Tiere, Schnecken, kleine Tausendfüssler und Pilze dann von mir ernähren könnten. Das wäre auch die fairste Lösung: Schliesslich habe ich mein Leben lang selbst organische Stoffe der Natur entnommen und verzehrt. Liesse ich mich verbrennen, würde ich sozusagen den Vertrag mit der Natur brechen.