

**VOLL IM
LEBEN:**
Jasmin Gerat
hat zwei
Töchter und
lebt mit ihrer
Familie in
Berlin

Warum ich in einem **KINDER- HOSPIZ** arbeite

JASMIN GERAT

Die Schauspielerin hat eine Ausbildung zur Sterbebegleiterin gemacht und setzt sich nun für todkranke Kinder ein



KOMMISSARIN

EINSATZ In „Die Patin von Privonice“ ist Jasmin Gerat am 29. April um 20.15 Uhr im Ersten zu sehen



ERMITTLER-DUO

SEIT 2019 EIN TEAM Mit Lenn Kudrjawizki ermittelt sie im „Kroatien-Krimi“

Dieser Job ist Leidenschaft, Hingabe – und meistens sehr schwer. Neben ihrer Rolle als Kommissarin im „Kroatien-Krimi“ (Das Erste, 29. April) engagiert sich Schauspielerin **Jasmin Gerat**, 42, in einem Berliner Kinderhospiz. Seitdem, so sagt sie BUNTE im Interview, lebe sie bewusster, intensiver und mit mehr Energie.

Wie kamen Sie auf die Ausbildung zur Sterbebegleiterin?

Das kam mit der Geburt meiner ersten Tochter 2007: Mir wurde zum ersten Mal bewusst, was der Kreislauf von Leben und Tod bedeutet; dass beides zusammengehört und eins ist. Diese Erkenntnis hat mein Leben und meine Werte umgekrempelt. Ich habe alles hinterfragt und gedacht, ich muss doch etwas Sinnvolleres mit meiner kostbaren Zeit tun, außer aufs nächste Drehbuch zu warten. Dann habe ich 2009 eine sechsmonatige Ausbildung beim Deutschen Roten Kreuz gemacht. Es war eine unglaublich bereichernde und schöne Zeit.

Was ist das Wichtigste, was Sterbende brauchen?

Zeit. Aufmerksamkeit. Als ich während meiner Ausbildung als Sterbebegleiterin bei fremden Menschen zu Hause war, ging es nur darum: Man geht durch alte Fotos, hält Hände, man ist da, schenkt seine Zeit. Mir war nicht bewusst, wie viele Menschen alleine sterben und erst mal lange nicht in ihren Wohnungen gefunden werden. Ich bin davon überzeugt, dass wir den Schrecken vor bestimmten Themen verlieren können, wenn wir über sie reden und unsere Erfahrungen miteinander teilen.

Hat der Tod überhaupt Platz in unserer Gesellschaft?

Er ist weitestgehend ein Tabuthema; wir tun so, als ob es ihn nicht gibt, und aus Angst vor dem Tod rennen wir durch unser Leben, weil wir nicht wahrhaben wollen, dass das Leben endlich ist. Mir liegt es sehr am Herzen, dass wir den Tod und das offene Gespräch darüber mehr in unsere Kultur integrieren. Ich glaube, dass ein großer Schatz darin liegt: Wer Trauer zulässt, kommt sich selbst näher. Bewusst Abschied zu nehmen, ist so wichtig, sonst bleibt eine klaffende Wunde, die nur schwer heilt. Daher ist es für mich völlig logisch, Kinder mit zu Beerdigungen oder in Hospize zu nehmen. Der Tod ist Teil des Lebens – das ist der Deal, den wir mit der Geburt eingegangen sind.

Sehen Sie das Leben durch Ihre Hospizarbeit neu, anders?

Tatsächlich erlebe ich es als ein Wunder, jeden Morgen gesund

„FÜR MICH IST ES LOGISCH, KINDER MIT ZU BEERDIGUNGEN ZU NEHMEN“

„DAS LEBEN IST SO UNGLAUBLICH FRAGIL. ES MUSS GEPACKT WERDEN“

und lebendig aufzuwachen. Ich empfinde das nicht als selbstverständlich! Aber klar tendiere ich auch dazu, in der Zukunft oder der Vergangenheit zu hängen. Nur im gegenwärtigen Moment zu leben, ist immer wieder eine Herausforderung für mich.

Hatten Sie am Anfang Berührungsängste im Hospiz?

Ich hatte großen Respekt. Aber ich wurde überrascht: Das Hospiz ist einer der schönsten Orte in Berlin für mich. Man betritt dieses Haus und es umgibt einen diese besondere Energie, die nichts mit Traurigkeit zu tun hat. Alle Gefühle dürfen sein, werden zugelassen. Das Leben ist so unglaublich fragil. Es muss gelebt werden, es muss gepackt werden. Wir haben erst mal kein anderes. Ich kam glücklich, erfüllt und dankbar raus.

Sunny ist 13, Ihre Tochter Liv 5. Wie erklären Sie ihnen Tod?

Den Tod kann man nicht erklären, aber ihm vielleicht beiwohnen: Einen solchen Moment gab es bei uns letztes Jahr, als meine Tante gestorben ist. Wir sind mit meinem Bruder nach Cuxhaven gefahren und es war für mich ganz klar, ich nehme meine Kinder mit. Es war bewegend, wie natürlich der Abschied für meine Kinder war. Sie hatten überhaupt keine Berührungsängste. Zu sehen, wie meine Tante meine Töchter noch ein letztes Mal bewusst wahrgenommen hat, das werde ich nie vergessen. Es war ein Moment von wirklichem Reichtum.

Hat die Berührung mit dem Tod Sie als Mutter ängstlicher werden lassen?

Sicher gibt es Situationen, in denen ich Angst um meine Töchter habe. Aber dieses Gefühl auf sie zu übertragen, würde sie schwächen, und ich möchte starke Mädchen in die Welt schicken. Meine Kinder sind mein Kostbarstes und machen mich natürlich auch verletzlich, aber glücklicherweise habe ich ein sehr großes Urvertrauen ins Leben. Für mich ist es wichtig, dass wir uns immer gut verabschieden, zum Beispiel, wenn ich für mehrere Wochen nach Kroatien zum Drehen fahre. Man weiß nie, ob man sich wiedersieht. Wir verabschieden uns nicht zwischen Tür und Angel und niemals im Streit.

Glauben Sie an ein Leben nach dem Tod?

Ich muss daran glauben, weil der Gedanke mir ganz viel Halt gibt. Ich bin nicht im klassischen Sinne gläubig, aber ich habe einen eigenen spirituellen Glauben, der mir Lebenssinn und Kraft gibt. Ich bete jeden Tag für den Schutz meiner Familie.

INTERVIEW: ANNE KATHRIN KOOPHAMEL

KINDERHOSPIZ „SONNENHOF“

Als **Botschafterin** setzt sich Jasmin Gerat mit ihrem Schauspielkollegen Lenn Kudrjawizki, 45, seit Jahren für das Berliner Kinderhospiz „Sonnenhof“ ein. Die Therapeuten vor Ort begleiten **Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene** in ihren letzten Wochen und binden auch die Familien intensiv ein. Eltern wie Geschwister finden wie die Sterbenden einen Ort voll Ruhe, Wärme und Verständnis, an dem sie Verantwortung und Pflege auch mal abgeben können – um zum Beispiel eine Nacht durchzuschlafen. Eine Liste von benötigten **Sachspenden** steht auf der Homepage bjoern-schulz-stiftung.de