

Doris Tropper

# Hätte ich doch...

*Von den Sterbenden lernen,  
was im Leben wirklich zählt*

**mvg**verlag 

© des Titels »Hätte ich doch« von Doris Tropper (978-3-86882-280-9)  
2013 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

---

## *INHALT*

---

|                                                                  |           |
|------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Einleitung.....</b>                                           | <b>11</b> |
| <b>Anleitung zum Lesen .....</b>                                 | <b>21</b> |
| Es gibt kein Patentrezept!.....                                  | 21        |
| <b>Eine Medizin gegen Zeitnot .....</b>                          | <b>24</b> |
| <b>Vom Schein zum Sein.....</b>                                  | <b>27</b> |
| Vorbetrachtung.....                                              | 27        |
| »Ich will nicht mehr leben!« .....                               | 28        |
| »Wo ist das Glück geblieben?«.....                               | 37        |
| Fazit.....                                                       | 43        |
| Nachbetrachtung .....                                            | 45        |
| Abschiedlich leben lernen!.....                                  | 45        |
| <b>Wunschkonzert der Geschenkideen .....</b>                     | <b>47</b> |
| <b>Hochschaubahn der Gefühle.....</b>                            | <b>51</b> |
| Vorbetrachtung.....                                              | 51        |
| Nähe spürbar machen .....                                        | 53        |
| Mutig sein und sich etwas zutrauen .....                         | 54        |
| Zu viele Jahre der Bevormundung und Abhängigkeit.....            | 60        |
| Selbstvertrauen der letzten Stunden .....                        | 62        |
| Fazit.....                                                       | 66        |
| Nachbetrachtung .....                                            | 71        |
| <b>Mémoires – Erinnerungen festhalten .....</b>                  | <b>73</b> |
| <b>Der Rückzug ins Schneckenhaus bei Alzheimer im Alter.....</b> | <b>77</b> |
| Vorbetrachtung.....                                              | 77        |
| Wann fängt Sterben an? .....                                     | 79        |

|                                                                                   |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Alzheimerpatient Alois und seine hungrigen Hühner .....                           | 81         |
| Gespräche gegen Einsamkeit und die Schatten der Vergangenheit..                   | 86         |
| Fazit.....                                                                        | 91         |
| Nachbetrachtung.....                                                              | 93         |
| <b>Wenn die Jahreszeiten mit ihren Düften und Farben<br/>zu uns sprechen.....</b> | <b>95</b>  |
| <b>Die langen Schatten des Krieges .....</b>                                      | <b>99</b>  |
| Vorbetrachtung.....                                                               | 99         |
| Frau Anna und ihre große schwarze Handtasche .....                                | 103        |
| Die (wieder)gefundene Tochter .....                                               | 106        |
| »Warum bin ich nicht nach Amerika ausgewandert?« .....                            | 108        |
| Fazit.....                                                                        | 111        |
| Nachbetrachtung.....                                                              | 113        |
| <b>Ein kleiner Baum braucht gute Bedingungen<br/>für seine Entwicklung .....</b>  | <b>116</b> |
| <b>Schlank bis in den Tod.....</b>                                                | <b>119</b> |
| Vorbetrachtung.....                                                               | 119        |
| Zu dick oder zu dünn? .....                                                       | 122        |
| »Ich war kein Lieblingskind!« .....                                               | 122        |
| Unterwegs auf den Weltmeeren.....                                                 | 125        |
| Erste Liebe und erster Kuss .....                                                 | 132        |
| Fazit.....                                                                        | 134        |
| Nachbetrachtung.....                                                              | 136        |
| <b>Ein Weg aus dem Labyrinth der Gefühle.....</b>                                 | <b>139</b> |
| <b>Sterben ist wie die Reise in ein unbekanntes Land .....</b>                    | <b>143</b> |
| Vorbetrachtung.....                                                               | 143        |
| Choreografie eines Lebens.....                                                    | 146        |

|                                                                                                |            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Die erste Begegnung .....                                                                      | 147        |
| Eine Kindheit in Enge .....                                                                    | 150        |
| Auf der Suche nach der großen Freiheit .....                                                   | 151        |
| Schwierige Kindheit als Triebfeder .....                                                       | 154        |
| Fazit.....                                                                                     | 154        |
| Nachbetrachtung .....                                                                          | 159        |
| <b>Das Leben hält immer wieder neue Überraschungen bereit .....</b>                            | <b>161</b> |
| <b>Wenn sterbende Kinder uns lehren zu leben .....</b>                                         | <b>163</b> |
| Vorbetrachtung.....                                                                            | 163        |
| Ein Stern, der viel zu früh verglüht ist.....                                                  | 166        |
| Ein Auge für die kleinen Freuden des Lebens .....                                              | 167        |
| Wenn Schmetterlinge flattern, Seifenblasen zerplatzen<br>und Löwenzahnschirmchen fliegen ..... | 170        |
| Fazit.....                                                                                     | 181        |
| Nachbetrachtung .....                                                                          | 185        |
| <b>Zehn Gebote, um heil durch den Alltag zu kommen.....</b>                                    | <b>191</b> |
| <b>Resümee.....</b>                                                                            | <b>193</b> |
| <b>Literaturhinweise.....</b>                                                                  | <b>197</b> |