mehr SWR SWR.de Home Unternehmen Suche im SWR Q

SWR>> AKTUELL

STARTSEITE BADEN-WÜRTTEMBERG

RHEINLAND-PFALZ

VERKEHR

WETTER

MEHR ZUM THEMA IM WWW:

Internetseite zum Buch "Mein Deadline-Experiment"

**4**)

Friedrichshafen

**f** 

FRIEDRICHSHAFEN HEILBRONN KARLSRUHE MANNHEIM STUTTGART SÜDBADEN TÜBINGEN ULM

Interview mit Heiko Bräuning aus Wilhelmsdorf

"In vier Jahren bist Du tot"

Pfarrer Heiko Bräuning hat sich selbst ein Sterbedatum gesetzt, um dem Leben näher zu kommen. Sein Buch darüber ist gerade erschienen. Die Hintergründe erzählt er im Gespräch im Studio Friedrichshafen.

"Heiko Bräuning geboren am 7.11.1969, gestorben am 16.4.2016". In der Traueranzeige steht weiter: "Plötzlich und unerwartet wurde vorgestern unser geliebter Ehemann, Papa, Sohn, Bruder und Freund aus dem Leben gerissen." Doch diese Zeilen hat Heiko Bräuning selbst geschrieben, sie sind nur Teil eines Gedankenspiels.



4:55 min

"Ich kann nicht tausend Dinge tun, die mir keinen Spaß machen."

## Das Deadline-Experiment

Der evangelische Pfarrer setzte sich das fiktive Sterbedatum, um zu erfahren, wie es sich angesichts des bevorstehenden Todes lebt. Seine Erlebnisse und Gedanken aus diesen vier Jahren hat er in einem Buch zusammengefasst, das zu Ostern erschienen ist: "Mein Deadline-Experiment: Vom fiktiven Sterben zum glücklicheren Leben."

## Auf das Wesentliche konzentrieren

"Herr, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, damit wir klug werden." Diese Bibelstelle predigte der Pfarrer häufig, doch richtig "klug" wurde er daraus nicht, erzählt er Moderatorin Ulrike Felder-Rhein im Interview. So kam ihm die Idee zu dem Experiment. Mit einer "Deadline" zu leben, veränderte ihn. Ihm sei dadurch bewusst geworden, dass er nicht alle Entscheidungen auf die lange Bank schieben kann, sondern die verbleibende Zeit richtig nutzen möchte.



3:37 min

Heiko Bräuning mit SWR Moderatorin Ulrike Felder-Rhein

## Gedanken um Leben und Tod

"Es ging mir nicht darum, perfekt zu sterben, sondern es ging mir darum, glücklicher zu leben", erklärt Heiko Bräuning. Insofern stand für ihn das Leben im Vordergrund. Aber durch das Experiment hat auch der Tod eine ganz andere Bedeutung für ihn bekommen. "Ich habe den Tod wie einen Freund ins Leben geholt."

## Zukunft als Medienpfarrer

Heute verbringt der 47-jährige Familienvater mehr Zeit mit seiner Frau und den Kindern. Außerdem kündigte er seine Stelle als Gemeindepfarrer in Aulendorf bei Ravensburg und steigt zur Jahresmitte aus dem landeskirchlichen Dienst aus. Seine Leidenschaft für den Fernseh-Gottesdienst "Stunde des Höchsten" ist dafür gewachsen. Die Sendung hat er vor acht Jahren ins Leben gerufen, sie ist auf Bibel TV und im Internet zu sehen.



3:53 min

"Die Menschen brauchen keine Moralpredigten."

Außerdem ist Heiko Bräuning zu 50 Prozent beim Diakoniewerk "Die Zieglerschen" in Wilhelmsdorf bei Ravensburg angestellt. Weiterhin wird der Fernsehpfarrer und Liedermacher Konzerte geben sowie in der Synode der Evangelischen Landeskirche in Württemberg mitarbeiten.