



Suizid eines Kindes

Liebe Mutter, lieber Vater.....

noch fühlst du dich in einem schrecklichen Alptraum, noch kannst du das Geschehen nicht begreifen, noch weißt du nicht, wie du weiterleben kannst. Es ist auch dir geschehen: Dein Kind hat seinem Leben selbst ein Ende gesetzt. Es konnte oder wollte sich nicht mehr dem Leben stellen. Ein Leben, das du mit Teilnahme verfolgst, in dem du alle Chancen sahst, hat sich vernichtet. Die Last eines schweren Rätsels verändert dein Leben.

Lass dir behutsam helfen in deinem dich zerstörenden, dein Leben verdunkelnden Gefühl, mitschuldig am Tod deines Kindes zu sein.

Bilder, Sätze, Worte, besonders der letzten Zeit deines Kindes, ziehen pausenlos durch deine Gedanken und du fragst dich immer wieder, warum du gerade in dieser Weise gehandelt, warum du die Gefahr nicht erkannt hast, wie du so blind und arglos sein konntest. Du bist voller Zweifel an dir selbst, findest als Mutter, als Vater versagt zu haben. Du siehst nur die Versäumnisse, nichts anderes ist fassbar für dich. Manchmal wird durch deinen Schmerz das Gefühl der Wut auf dich selbst oder sogar des Hasses durchbrechen. Und vielleicht kreisen deine Gedanken darum, wie du für deine Schuld Buße tun könntest – und findest nichts, was dir sinnvoll helfen kann.

Ich schrieb noch fast zwei Jahre nach dem Verlust: „Überall, wo ich die Materie des Lebens packe, wird sie zu Sand, zerfällt unter meinen Händen.“

Dieser Zustand wird dich vielleicht noch lange begleiten, aber ich verspreche dir, er wird schwächer, er tritt seltener auf, wenn du noch etwas Vertrauen ins Leben bewahrt hast und versuchst, unsere menschlichen Möglichkeiten und Grenzen zu begreifen. Die Zeit hilft dir, indem sie deine Erinnerung lenkt, wenn du es zulässt. Eine Kraft in uns zieht uns weiter mit dem Lebensfluss, zieht uns hinein in neues Erleben.

Vielleicht hast du wie ich das Glück, dich an Träume von deinem Kind zu erinnern (und jeder Mensch verarbeitet in seinen Träumen). Es wird dir oft unversehrt erscheinen, es spricht zu

dir wie früher, es bezieht dich in sein Leben ein. Diese Träume können dir deutlich machen, dass du auch das Vertrauen deines Kindes besessen hast und es nicht enttäuscht hast. Sie zeigen dir das andere Bild von dir, dein Einbezogenheit in sein Leben. Die Botschaften dieser

Träume sind ein kleiner Schritt auf deinem Weg zu Ganzheit, die du früher warst, mit den Anteilen deiner guten Seiten und deinen unvermeidlichen Schwächen.

Wir Menschen müssen uns immer wieder als unvollkommen und fehlbar annehmen lernen. Wir haben die Fähigkeit zu bestimmten Wahrnehmungen. Wie sie aber unser Geist verarbeitet, das haben wir nicht in der Hand. Uns wird immer wieder schmerzlich bewusst, dass jede Handlung eines Menschen unterschiedlich gedeutet werden kann, jede Aussage steht in einem Zusammenhang, den wir oft nicht kennen und der uns nicht bewusst ist. Jede Situation hat die Möglichkeit des Gelingens oder Scheiterns in sich.

Aber irgendwann reift ein kleiner, unerwarteter Trost im eigenen Gefühl: Dann erinnert uns die Wirklichkeit daran, dass der Suizid über die Einzelheiten des täglichen Lebens hinausgeht. Ein Suizid ist immer mehr als die Summe seiner (augenscheinlichen) Bestandteile.

Wie gesagt, Güte ist hier das erste Gebot – sowohl für das zerbrochene Leben unseres Kindes, als auch für uns selbst. Was uns nach dem Suizid heilt, sind zuerst Erinnerungen an gute Gefühle, an glückliche Stunden und an die liebe-volle Fürsorge, welche wir unserem Kind einmal geben konnten. Später tragen auch schwerere Gedanken und dunklere Erinnerungen zur Heilung bei. Annahme von Verantwortung und Dankbarkeit für das Leben unseres Kindes bei uns wird die Schuldgefühle ersetzen. Dabei werden wir nie vergessen, dass Trauer Geduld erfordert und dass unsere Heilung Zeit, sehr viel Zeit kostet.

Sascha Wagner, Autorin, lebt in Colorado, USA. Sie hat ihre beiden Kinder durch Unfall (Ertrinken) und Suizid verloren.

In unserem Lande
dürfte es trübe Abende nicht geben.
Auch hohe Brücken über die Flüsse,
selbst die Stunde zwischen Nacht
und Morgen
und die ganze Winterzeit dazu,
das ist gefährlich.
Denn angesichts des Elends
genügt ein Weniges
Und die Menschen werfen
Das unerträgliche Leben fort.

Bertold Brecht