

## Wieso jetzt?

Eine Frau berichtet vom Suizid ihres Bruders

Im Rahmen des letztjährigen Welttages der Suizidprävention habe ich für den Gottesdienst in der Hamburger St. Jacobi Kirche einen Videobeitrag zum Thema **„Die Fragen leben“** gemacht. Ich bin Mitglied der Hamburger AGUS-Gruppe.

Das Thema **„Die Fragen leben“** fand ich aus mehreren Gründen genau passend für mich. Zum einen begleiten mich täglich Fragen zum Suizid meines Bruders und zum anderen ist sein Suizid in einer Zeit gewesen, in der ich mich selbst mit vielen Fragen zu mir, meiner Zukunft und meiner Identitätsfindung beschäftigt habe. In dem nachfolgenden Text möchte ich Ihnen mehr darüber erzählen, wie mich die Fragen nach dem Suizid beschäftigen und

was mit den Fragen passiert ist, die ich mit Anfang 20 an mich und mein Leben hatte.

Zu Beginn möchte ich mich jedoch einmal vorstellen. Ich bin eine hinterbliebene Schwester (heute 24 Jahre alt), die ihren knapp ein Jahr älteren Bruder am 5. Mai 2021 durch Suizid verloren hat. Mein Bruder und ich sind in eine Familie geboren worden, in der wir sowohl psychische als auch physische Gewalt erfahren haben. In unserer Jugend sind wir dann mithilfe des Jugendamtes getrennt voneinander ausgezogen. Bedingt durch die jahrelang erlebte Gewalt haben mein Bruder und ich beide ein sehr großes und schweres Päckchen zu tragen gehabt. Die Folgen dieser erlebten Gewalt sind verehrend



Täglich umgeben von Fragen

und beeinträchtigten unser Leben auf unterschiedliche Weise und in verschiedener Ausprägung. Erst nach dem Suizid meines Bruders habe ich erfahren, wie sehr er unter der erlebten Gewalt gelitten haben muss. Doch ich möchte damit beginnen, wie mein Leben vor der Nachricht über den Tod meines Bruders war.

Im Mai 2021 war mein Bruder 21 Jahre alt. Ich war damals gerade 20. Heute würde ich rückblickend sagen, dass ich mich so ganz am Anfang auf meiner Reise zu mir und meiner Identität befand. Zwischen Arbeit, Schule, meinem Pferd und den alltäglichen Verpflichtungen des Lebens beschäftigte ich mich viel mit den Fragen zu meiner Identität und zu meiner Zukunft. Wer bin ich? Wer möchte ich sein? Ist mein Berufswunsch der Richtige und möchte ich in dem Beruf bis zu meiner Rente arbeiten? Ich steckte im Lebensabschnitt des Erwachsenwerdens. In dieser Altersspanne ein natürlicher Prozess. Äußerlich sah ich aus wie eine Erwachsene und konnte mich auch so verhalten. Doch innerlich war ich noch eine Jugendliche, die gar nicht so recht wusste, wie die Welt funktioniert. Woher auch? Ich hatte bis dahin, im Mai 2021, relativ wenig positive Erfahrungen in meinem Leben sammeln können.

Mit dem Telefonat meiner Eltern am 7. Mai 2021, zu denen ich seit 6,5 Jahren keinen Kontakt hatte, hat sich alles verändert. Sie teilten mir kurz und knapp mit, dass mein Bruder sich umgebracht hätte und legten auf, um mit meiner Oma zu telefonieren. Da saß ich nun in meinem Auto an einer Nebenstraße am rechten Fahrbahnrand. Mit einem Wimpernschlag war meine Welt nicht mehr die, die ich kannte.

Eben noch (vor dem Telefonat) war ich damit beschäftigt mir Gedanken darum zu machen, wer ich in meiner vorgestellten Zukunft sein möchte. Welchen Beruf ich ausüben möchte? Was mir als Erwachsene an Möglichkeiten zur Verfügung stünden, mich weiterzuentwickeln ganz ohne Gewalt? Ich fragte mich, welche Freunde ich in meinem Leben haben möchte und welche mir nicht guttun würden.

Ich war doch gerade dabei, mich selbst finden zu wollen in einer Welt, die mir damals viel zu groß erschien. Aber es kam anders.

Binnen eines Satzes meiner Erzeugerin gab es all die Fragen zu mir und meiner Zukunft nicht mehr.

Es begann eine Zeit, in der ich mich nicht wiedererkannte. In der ich nicht mehr wusste, wie das Leben, welches ich vor dem Anruf geführt hatte, funktionierte. In dieser Zeit war ich auf mich allein gestellt. Keine Eltern, keine Familie. Ich hatte nur Bekannte, die mich in meinem Schockzustand und meiner Trauer nicht halten konnten. Also tat ich so gut es ging vor anderen so, als sei nichts passiert.

Eines der wenigen Dinge, die ich spüren konnte, waren die Fragen, die ich in mir hatte. Fragen an meinen Bruder. Warum hast du dir das Leben genommen? Wieso hast du nicht um Hilfe gefragt? Ich dachte, mit dem Verlassen der Familie könne unser Leben nur besser werden. Wieso jetzt, nachdem wir die Gewalt unserer Familie überlebt haben?



Ich hatte mir meine Zukunft anders vorgestellt

Stunde um Stunde kreisten diese Fragen in mir und raubten mir die Kraft. Bei den Versuchen eine Antwort auf die Fragen zu finden habe ich mich manchmal so sehr in mir und meinen Gedanken verloren, dass ich kaum wahrnahm, wie die Zeit in der Außenwelt verstrich. Ich funktionierte äußerlich, habe Bestnoten in der 12. Klasse geschrieben und tat alles dafür, den Schmerz um den Suizid meines Bruders nicht spüren zu müssen. Ich hatte und habe keinen Menschen, der mich und meinen Bruder kannte, weshalb es mir schwerfiel über meinen Bruder zu sprechen. So kam es, dass die Fragen nur in mir blieben und unausgesprochen meine täglichen Begleiter wurden.

Mit der Zeit veränderten sich meine Fragen. Es waren nicht mehr nur Fragen an meinen Bruder, sondern auch Fragen an mich selbst. Meine innere Stimme klang mit der Zeit anders. Sie hat ihre Lautstärke und ihre Tonart verändert. Sie wurde

mir gegenüber kritischer und vorwurfsvoller. Hätte ich den Suizid verhindern können? War und bin ich eine so schlechte Schwester, dass er sich vorher nicht bei mir gemeldet hat? Weshalb habe ich mich nicht mehr um ihn gekümmert? Bin ich vielleicht sogar Schuld an seinem Suizid? Diese und weitere Fragen bewegten sich nun in mir weiter. Auch auf diese Fragen habe ich nie eine Antwort gefunden. Das belastende daran war, dass die unbeantworteten Fragen keine Ruhe gaben. Sie raubten mir Kraft und sorgten dafür, dass ich mich selbst immer abwertender betrachtete habe.

Heute - 3,5 Jahre später - kann ich sagen, dass die Fragen, die der Suizid meines Bruders in mir hinterlassen hat, für mich eine der schwerwiegendsten Folgen ist. Die Ungewissheit ist schwer für mich auszuhalten. Das Wissen darum, dass ich von meinem Bruder keine Antworten erhalten werde, ist schlimm für mich.

Doch was ist mit meinen Fragen zu mir und meiner Identität passiert?

In diesen 3,5 Jahren hat sich der Prozess meiner Identitätsbildung aufgrund seines Todes verschoben. Die Fragen zu mir und meiner Zukunft sind mit dem Suizid in den Hintergrund gerückt. Erst jetzt im Jahre 2024 kann ich manchmal Fragen in mir hören, die zukunftsorientiert sind und die mich daran erinnern, dass ich noch ein Leben habe, das gelebt werden möchte. Natürlich sind die Fragen nun andere als vor dem Suizid. Zum Beispiel frage ich mich nicht mehr: „Wer möchte ich sein?“ sondern „Wer bin ich, ohne meinem Bruder in meinem Leben?“ oder statt „Welchen Beruf kann ich bis zur Ren-



Ich gehe meinen Weg auch mit den Fragen weiter

te ausführen?“ frage ich mich eher „Wie kann ich mit meinen Erfahrungen, die ich im Leben gesammelt habe, etwas konstruktives und sinnstiftendes machen, das vielleicht auch anderen Menschen zugutekommt?“. Und vor allem frage ich mich nicht mehr „Wie kann ich glaubhaft so tun, als würde es mir gut gehen?“. Heute frage ich mich „Welche Hilfe benötige ich, damit es mir gut gehen kann?“ Denn der Suizid meines Bruders hat mir gezeigt, dass die erlebten Traumata unserer Familie weit mehr als nur „Lappalien“ waren. Sie sind aufarbeitungswürdig, damit der Schmerz der Vergangenheit mich nicht irgendwann noch zerfrisst.

So widersprüchlich es auch klingen mag. Mein großer Bruder lehrt mich selbst über seinen Tod hinaus noch wichtige Dinge.

So sehr mich die Fragen um den Suizid meines Bruders auch manchmal um den Schlaf und den Tag bringen, so schaffen meine Fragen auch eine Verbundenheit zu ihm. Hoffentlich werde ich die Fragen eines Tages nicht mehr brauchen, um eine Verbundenheit zu ihm zu spüren, weil ich dann andere Dinge habe, die mich mit ihm verbinden.

Doch bis dahin versuche ich, um es mit einem Zitat aus einem Gedicht von Rainer Maria Rilke zu beschreiben, „... die Fragen selbst liebzuhaben ...“.

*Santana Fiedler*

Wer mit der Autorin in Kontakt treten will, kann eine E-Mail an [kontakt@agus-selbsthilfe.de](mailto:kontakt@agus-selbsthilfe.de) schreiben, die dann an sie weitergeleitet wird.