



# SCHWARZE WOLKEN

ZOE LOERTSCHER



ZOE LOERTSCHER

# SCHWARZE WOLKEN

ERZÄHLUNGEN ÜBER SUIZIDHINTERBLIEBENE

SCHWARZE WOLKEN KOMMEN, BRINGEN DUNKELHEIT UND SCHADEN, DOCH BLEIBEN NICHT FÜR IMMER. IHRE SCHÄDEN KÖNNEN ALLERDINGS SCHMERZHAFTE ERINNERUNGEN HINTERLASSEN.



MIT BESONDEREM DANK AN DIE VIERZEHN MUTIGEN  
STIMMEN, WELCHE MIR IHRE GESCHICHTE ZUR VER-  
FÜGUNG STELLTEN.



**TRIGGERWARNUNG:** Dieses Buch spricht Themen wie Suizid und Depression an, was einige Leser:innen beunruhigen kann.





## **INHALT**

Charila's Tränen 9

Mein letztes Geschenk 23

Liebliche Narzissen 35

„If suicide ever crosses your mind, just know I would rather listen to your story than attend your funeral“.

*-Unbekannt*







# **CHARILA'S TRÄNEN**



Wie auf Kommando ertönte ein schriller, herzerreissender Ton. Er glich einem Alarm, doch er war viel zu dumpf, er wirkte so unglaublich nahe und doch so weit entfernt. Genau zum Zeitpunkt, als der Ton ertönte, dessen Ursprung sie nicht ausfindig machen konnte, verlangsamte sich die ganze Welt. Der helle Parkettboden, welchen sie doch so sehr wegen seiner verschiedenen Farben mochte, verschwamm zu einer einzigen braunen Masse. Die Bilder an den Wänden schienen sich mit dem weissen Putz der Wand zu vermischen und befleckten diese in einer Mischung aller Farben, welche sie auf sich trugen. Nichts schien mehr zu funktionieren, es war alles kaputt. Die Welt brach mit ihr zusammen.

Nach einer gefühlten Ewigkeit identifizierte sie den Ton schockiert als Schrei. Die Welt begann wieder mehr als ein Gemälde Gerhard Richters zu sein. Sie erkannte, dass die Gemälde doch nicht mit der Farbe der Wand vermischt waren und ihr geliebter Parkettboden war auch noch ganz der altbekannte, mehrfarbige Boden. So bald fing die Welt wieder an, normal auszusehen. Auch wenn gar nichts mehr normal war. Denn der Ursprung des schrecklichen Schreies war sie. Der Schmerz, der in ihrem Schrei lag, war unerträglich.

«Was hast du nur getan?»

Das nächste, an das sie sich erinnern konnte, waren die Sirenen; dieses Mal handelte es sich tatsächlich um Sirenen. Ein Polizist stand schon bald vor ihr und befragte sie mit besorgtem und doch forschendem Blick über den Vorfall:

«Wissen Sie was passiert ist? Können Sie mir erzählen, wie es dazu kam? Wo waren Sie zuvor? Hatte er irgendwelche Vorerkrankungen? Haben Sie etwas geahnt?».

Doch sie stammelte nur: «Du darfst nicht tot sein; ich brauche dich doch».

Die Fragen des Polizisten kamen nicht an; es waren einzelne Worte, manchmal auch nur Wortfetzen oder Töne. Einen Zusammenhang zwischen ihnen konnte sie nicht herstellen.

Sie funktionierte nur noch. Sie hatte keine Worte für das, was sie gerade entdecken musste, sie hatte eigentlich auch

keine Gedanken und stand in sichtbarem Schock im wenig beleuchteten Treppenhaus der Wohnung ihrer Eltern.

In einem Meer von unbekanntem Gesichtern erkannte sie plötzlich ein ihr wohl bekanntes. Es war beruhigend, etwas zu erblicken, was nicht noch mehr Verwirrung in ihr anstellte, auch wenn es sich doch nur um die Nachbarin handelte, mit welcher sie meistens nicht mehr als einige wenige freundliche Worte austauschte, die nie relevant für ihrer beiden Leben war.

Die Nachbarin sprach mit ihr, doch sie fühlte sich wie in Watte eingebettet. Die Watte war nicht angenehm, nein, sie stach, sie schmerzte und war weit davon entfernt, ein wohliger warmes Gefühl zu verleihen. Sie fühlte nur noch diese schmerzhaft leere, eine Leere, welche ihre Sinne trübte. Sie hielt sich an einem Arm fest, doch welcher es war, das wusste sie nicht. Stehen konnte sie zwar, doch drehte sich alles um sie herum. Es hämmerte in ihrem Kopf. Sie wollte nicht mehr hier an diesem furchtbaren Ort sein und doch stand sie wie angewurzelt da. Man könnte sie nicht mit vielem guten Zureden und tausenden von Überredungsversuchen von hier wegbringen.

Sie dachte an den letzten Sommer. Da war sie endlich wieder im Urlaub mit ihren Eltern. Schon lange hatte sie keine Zeit mehr mit ihnen verbringen können. Die Arbeit hatte schon länger all ihre Zeit beansprucht. Endlich nahm sie sich jedoch die Zeit, eine Auszeit. Sie spürte die warmen Sonnenstrahlen, welche sie an ihre fröhliche und sorgenfreie Kindheit erinnerten, auf ihrer papierweißen Haut. Ihre blonden Locken verklebten durch das Salz des Meeres, doch das störte sie nicht. Sie liebte das Meer, den Strand und die Sonne.

Es waren damals Klischee-Familienferien, wie sie im Buche stehen. Sie liebte es schon als Kind, nur mit Taucherbrille ausgerüstet, die für sie ganz andere Unterwasserwelt zu betrachten. Die Fischschwärme, von welchen man von der Oberfläche aus gar keine Ahnung hatte, dass sie so nah sind und auch so zahlreich; die Steine in verschiedensten Grössen und Formen, geschmückt von Pflanzen, die stolz auf ihnen thronen, mit weichen Bewegungen des Wassers mitschwingend, als würden sie zum Rauschen des Meeres tanzen.

Doch was sie noch mehr faszinierte als nur das einfache Betrachten der Unterwasserwelt, war, wenn sie die Taucherbrille nur halb Unterwasser tauchte. Somit sah sie in der oberen Hälfte des



Sichtfeldes die Oberfläche über dem Wasser, die untere war jedoch Unterwasser. Man konnte erkennen, wie ein Bruch entstand. Keine der beiden Realitäten war komplett und doch beide wahr. Die Stille und Gedämpftheit des Wassers waren wunderschön, doch auch gefährlich. Niemand konnte einen Schrei hören, wenn man unter Wasser war, ausser man befand sich direkt nebeneinander. Man war allein, auch wenn man von anderen Lebewesen umgeben war. Die Wasseroberfläche hingegen war oftmals belebter. Wellen brachten Schwung ins Leben und die anderen Badegäste lachten, kreischten und sprachen miteinander über Gott und die Welt.

Die Unterwasserwelt und die Welt darüber waren so unterschiedlich. Genau das faszinierte sie an der gebrochenen Sichtweise, welche sie mit der Taucherbrille hatte. Sie liebte es die beiden Welten zu verbinden. Doch was sie viel zu oft vergass, war zu atmen. Denn Nase und Mund waren beide unter Wasser und dort gibt es keinen Sauerstoff. Gefangen in dem, was sie zu sehen bekam, vergass sie den Mangel an Luft, sie vergass, dass sie nur mit Sauerstoff überleben konnte, denn es war doch gerade so schön ruhig, wenn ihre Ohren unter Wasser waren. Irgendwann aktivierte sich der Überlebensinstinkt ihres Körpers. Er erinnerte sie daran, dass sie atmen muss und so musste sie den geliebten Anblick zweier Welten aufgeben und schnappte nach Luft.

«Geht es Ihnen gut? Brauchen Sie frische Luft?»

Sie bemerkte erst jetzt, dass sie nicht nur in ihren Erinnerungen nach Luft geschnappt hat, sondern auch in diesem Moment.

Ihr war kalt, sie zitterte. Es war doch Juni? Oder doch erst Mai? Sie wusste es nicht. War auch nicht so wichtig. Jemand legte ihr eine Decke um die Schulter. Die Decke wirkte schwer, zu schwer. Der wunderschöne Parkettboden, welchen sie schon längere Zeit anstarrte, veränderte und vermischte sich noch einmal, doch dieses Mal vermischte er sich mit schwarzer Farbe; bis er plötzlich nichts anderes war als eine eintönige, pechschwarze Wand.

Sie wachte in einem bekannten Bett auf. Es war nicht ihres. Wem es jedoch gehörte, wusste sie nicht mehr. Zwischen weissen Bettlaken, einem hellbraunen, hölzernen Schrank und tristen, hellgrauen Wänden entdeckte sie ihre beste Freundin Mina mit einem besorgten, aber fürsorglichen Blick hereinkommen. Klar, nun kam es ihr wieder

in den Sinn: sie befand sich in Minas Gästezimmer. Hätte ihr doch gleich auffallen sollen. Mina liebte die Kombination von Holz mit dunklen, öden Farben.

«Wie geht es dir?», fragte Mina sie fürsorglich.

Sie wusste die Antwort darauf nicht. Für einige Momente realisierte sie nicht einmal was geschehen war, doch als die Erinnerungen zurückkamen, spürte sie warme Tränen ihre Wangen herunterlaufen.

«Es tut mir so leid, dass du das durchmachen musst Armanda, ich bin für dich da, du musst nicht sprechen, aber wenn du möchtest, dann höre ich dir zu», versicherte ihr Mina mit einer weinerlichen Stimme. Auch ihr flossen einige Tränen über die Wangen, doch Armanda bemerkte, dass ihre beste Freundin versuchte, sich nicht anmerken zu lassen, dass auch sie das ganze belastete. Auf jeden Fall dachte sie, es sei so.

«Du darfst auch weinen, ich weiss, dass ihr euch auch nahegestanden seid», brachte Armanda unter Tränen heraus. Mina fiel ihr schluchzend in die Arme. So verblieben sie für einige Momente.

Armanda fiel auf, dass sie gar nicht wusste, wie sie zu Mina kam.

«Mina?»

«Ja, was ist?»

«Wie kam ich hierher und woher hast du von dem Ganzen erfahren? Es tut mir leid, ich kann mich nicht mehr erinnern».

«Das ist doch kein Problem, entschuldige dich nicht! Ich wurde von deiner Nachbarin angerufen, Frau Tischler, sie sagte, es wäre etwas ganz Schlimmes passiert und dass du nach mir verlangt hättest», erklärte ihr Mina.

«Nach dir verlangt? Wann ist denn das passiert? Ich kann mich gar nicht mehr daran erinnern, komisch», antwortete Armanda verdutzt.

«Ja, das kann ich mir gut vorstellen, du warst komplett aufgelöst, als ich bei dir ankam. Man hat mir dann erklärt, was mit deinem Vater passiert ist und ich sah dich zusammengesackt auf dem Boden, weinend und vor dich hinsprechend. Du hast immer nur «Papa, Mina, Wasser» gesagt. Wenn man dir Wasser geben wollte, hast du nicht reagiert.

Dadurch, dass du meinen Namen erwähnt hast, konnte sich deine Nachbarin erinnern, dass du ihr einmal davon erzählt hast, dass du meine Nummer sogar bei den Notfallnummern, welche am Kühl-schrank hängen, aufgeschrieben hast. Somit konnte sie mich anrufen. Die Polizisten sagten, es wäre wohl schlau, dich an einen anderen

Ort zu bringen. Falls ich bemerken würde, dass es dir schlechter geht oder du irgendwelche körperlichen Beschwerden hast, sollte ich dich in das nächste Krankenhaus bringen. Also nahm ich dich mit zu mir. Du warst die meiste Zeit recht benommen und hast immer weiter vor dich hingemurmelt.», erklärte ihr Mina.

«Ach, das Wasser, ich habe mir den letzten Sommer vorgestellt, der war so schön», überlegte Armanda, «doch dir vielen Dank, ich bin froh, habe ich dich nun an meiner Seite, ich fühle mich nicht mehr so allein mit dir», erwiderte Armanda. Sie erinnerte sich dabei noch einmal an die wunderschönen Ferien. Ihr fiel auf, dass die gebrochene Sicht zwischen der Oberfläche und der Unterwasserwelt doch sehr ihrer Wahrnehmung im Schockzustand entsprach; sie war gefangen in einer Wahrnehmung von Raum und Zeit, welche einen Bruch zwischen der tatsächlichen Realität und der durch Schock veränderten Weltansicht darstellte. Sie war ruhiger, jedoch nicht beruhigender. Dennoch war sie weniger laut, denn nicht alle Geräusche kamen an, keines der Geräusche kam ungedämpft an. Sie musste nicht alles Gehörte verarbeiten und fühlte auch keine Verantwortung dafür, denn sie war in der anderen Welt gefangen. Jedoch nahm ihr diese andere Wahrnehmung auch den Atem.

«Ich bin immer für dich da, das weißt du».

Nach einer kurzen Zeit der wohltuenden Stille erklärte ihr Mina, dass sehr bald das Care Team bei ihnen ankommen würde und dass dies ein Notfallseelsorger wäre, welcher mit ihr sprechen würde. Zudem müsste sie heute auch die Befragung mit der Polizei hinter sich bringen.

«Weshalb muss das sein? Ich möchte mich unter der Decke verkriechen. Jetzt erwarten sie auch noch, dass ich darüber spreche? Ich möchte selbst entscheiden, wann ich bereit dazu bin, darüber zu sprechen. Ich möchte nicht andauernd daran denken müssen».

Doch das tat sie sowieso. Sie hatte Bilder im Kopf, wie sie ihn auffand. Sie konnte sich nicht mehr an vieles danach erinnern, aber an diesen Moment erinnerte sie sich noch sehr gut. Natürlich wollte sie darüber sprechen, denn sie hatte gelernt, dass sie über Dinge sprechen sollte, welche sie belasteten. Doch sie wollte selbst entscheiden, wann sie dies tat und mit wem. Ihr blieb aber keine andere Wahl. Der Mann aus dem Care Team war sehr einfühlsam und wollte ihr wirklich weiterhelfen, doch immer wieder während des Gesprächs, verspürte sie den Drang, aufzustehen und zu sagen, dass er gehen

solle. Es schien für sie, als wäre ihr Vater nicht tot. Er war noch am Leben, das war nicht er, der da hing. Er konnte gerettet werden, richtig? Er kann gar nicht gestorben sein, nein, das würde sich anders anfühlen, das hier war zu ungreifbar. Er ist nicht tot, das kann er einfach nicht sein. Sie konnte nicht glauben, dass jemand wie ihr Vater sich so etwas antuen würde, das wäre absurd.

«Sie können gehen, vielen Dank für Ihre Hilfe», unterbrach Armanda die therapeutischen Worte des Mannes ihr gegenüber.

«Wir haben doch erst gerade mit dem Gespräch begonnen Frau Guppy?», entgegnete er überrascht.

Sie schaute rüber zu ihrer besten Freundin und diese bemerkte sofort, dass Armanda überfordert war, über ihre Emotionen zu sprechen. Es waren einfach zu viele.

«Wissen Sie, Armanda muss noch mit der Polizei sprechen, da dies vorhin noch nicht möglich war. Wäre es möglich, das Gespräch zu verschieben?», fragte Mina freundlich.

Der Mann war einverstanden, gab zu verstehen, dass es immer Notfallhotlines gab und riet ihr dazu, sich an einen Therapeuten zu wenden.

Armanda machte sich auf den Weg zur Polizei. Die Fragen waren unangenehm und ihre Gedanken kreisten nur noch wilder im Kopf herum. Dachten diese Leute tatsächlich, dass sie etwas damit zu tun hätte? Doch der Polizist erklärte ihr, dass dies Routine wäre und gemacht werden musste, so leid es ihm tat. Also brachte sie das Gespräch hinter sich. Sie konnte nicht mehr viel über das Geschehene erzählen und auch bei einfacheren Fragen löste sich die Antwort, sobald sie diese bereit hatte, in Luft auf. Das was sie sagen konnte, wirkte auf sie, als wäre sie ein Tonbandgerät, welches das gewünschte Tape abspielte, dieses aber verhedderte und nicht mehr richtig aufgedreht werden konnte. Am Ende des Gesprächs fragte sie der Polizist, ob sie sich denn selbst suizidal fühle. Sie wusste es nicht, wie so vieles in diesem Moment. Doch sie verneinte. Sie tat dies auch schon beim Care Team. Es spielte keine Rolle mehr, ob sie vielleicht doch gelogen hatte, denn das hatte sie sowieso schon, falls ihr «Nein» eine Lüge war. Er erkundigte sich bei ihr nach der Befragung, ob sie sich sicher genug fühle, ohne professionelle Überwachung. Sie blickte hilfeschend zu Mina, doch Mina gab ihr mit einem Blick zu verstehen, dass die Entscheidung ganz allein bei ihr lag. Nur sie wusste, wie sie sich fühlte; auf jeden Fall dachten das alle, auch wenn sie

selbst keine Ahnung hatte, was in ihr vorging. Sie bejahte die Frage jedoch recht schnell, da Mina die Person war, bei welcher sie sich am sichersten fühlte.

Der Polizist gab ihr noch mehrere Telefonnummern und Informationen, wie sie nun weiter vorgehen könnte und welche Anlaufstellen es gab.

Mina und Armada begaben sich zu Mina nachhause. Es wirkte alles surreal. Sie wollte zurück in die Vergangenheit. Die Zukunft erschien ihr wertlos. Wie sollte es denn jetzt überhaupt weiter gehen? Wie konnte es denn weitergehen? Sie konnte sich nicht mehr vorstellen, auf dieser Erde noch weitere Erinnerungen zu schaffen, ohne dabei ihrem Vater davon erzählen zu können. Sie funktionierte zwar, wie es von ihr verlangt wurde, doch das war auch alles, was sie tat: funktionieren.

Sie konnte lange nicht schlafen, irgendwann waren aber ihre Augen zu müde. Somit schlief sie irgendwann ein, ohne einmal auf die Uhr zu schauen, oder einen Wecker zu stellen; es war ihr egal.

Zum Glück hatte ihr Vorgesetzter viel Verständnis für sie und riet ihr, zuhause zu bleiben, da in ihrem Kopf wahrscheinlich kein Platz für die Arbeit war. Sie war froh, hatte er so viel Nachsicht mit ihr. Sie war froh, hatte sie so viele Leute in ihrem Umfeld, welche nur das Beste für sie wollten, auch wenn sie dies selbst nicht wollen konnte. Sie konnte es nicht; nicht bei dem Gedanken, dass ihr Vater so gelitten haben muss, zumal er das Leben offensichtlich nicht mehr als lebenswert empfunden hatte. Doch sie konnte sich die Frage nach dem «Warum?» nicht beantworten, so sehr sie auch grübelte. Er hinterliess keinen Abschiedsbrief. Er hinterliess keine Hinweise auf seinen Entscheid. Nichts. Nur viele offene Fragen.

Es machte sie fast wütend. Nein, was machte sie sich vor; es machte sie rasend. Was hatte die Welt ihm nur angetan? Was war passiert? Weshalb hat er nicht ein einziges Mal darüber gesprochen. Hätte sie vielleicht nachfragen sollen? Hätte sie ihm helfen können?

Fragen über Fragen türmten sich an, und sie verlor sich in der Tiefe der Unmöglichkeit, diese Fragen jemals beantworten zu können.

Denn er war nicht mehr da.

Er war tot, doch akzeptieren wollte sie dies nicht.

Sie rief immer wieder ihre Mutter an, fragte nach, wie es ihr dabei erging. Konnte ihr dabei aber fast nicht zuhören, da es ihr das Herz herausriss, zu merken, wie allein sich alle auch in Anwesenheit des anderen fühlten. Aus dem Bett schaffte sie es aber nur selten. Aus dem Haus nie, und das für eine lange Zeit.

Ihre Mutter lenkte sich mit Arbeit und den ganzen Formularen ab. Sie plante die Beerdigung und all das, was noch dazu gehörte. Sie sprachen aber nicht über ihn, sie sprachen über ihre Emotionen, sie versuchten dem Geschehenen so stark aus dem Weg zu gehen, wie es nur ging. Ungeschehen machte es dies nicht, doch erträglicher vielleicht.

Die Beerdigung war für Armanda nur ein Punkt auf einer To-Do Liste. Für sie hatte die Leiche im Sarg, welchen sie begruben, nicht viel mit ihrem Vater zu tun. Sie wusste, dass er, seine Seele, da draussen ist und nicht in einem kalten Holzgebilde eingefangen. Doch sie war auch froh, nach seinem Tod einen Ort zu haben, an dem man glauben kann, ihm näher zu sein.

Als ihre Wut zu gross wurde, riet sie ihrer Mutter, dass sie sich an einen Psychiater wenden sollte und viel Zeit mit ihren Tieren verbringen sollte. Sie tat dies nicht nur aus Fürsorge, doch auch mehr als Entlastung ihrer eigenen Seele. Sie konnte nicht mehr weiter die Mutter ihrer Mutter sein und für sie sorgen, sie musste selbst wieder einen Sinn im Leben finden.

Armanda schämte sich jedoch auch dafür, dass sie ihre eigene Mutter abgeschoben hatte. Sie erzählte Mina davon, diese zeigte jedoch vollstes Verständnis.

«Vielleicht solltest du dich auch endlich einmal bei einem Therapeuten melden, findest du nicht? Es würde dir bestimmt guttun», schlug Mina vor. Guttun, ja vielleicht, doch war sie schon bereit darüber zu sprechen? Noch immer war sie sich unsicher. Doch sie wusste, dass sie so, wie es ihr jetzt erging, nicht weiter machen konnte. Sie rief also an. Endlich.

Sie sass auf einem gemütlichen Sessel inmitten eines nicht allzu grossen Raumes. Die hellgelben Wände ragten die Decke hoch und gaben dem Raum eine hoffnungsvolle Atmosphäre, und doch hatte

sie das Gefühl, im Krankenhaus zu sein. Der Stuhl, auf dem sie sass, war viel zu gemütlich und weich für ein Krankenhaus, er leuchtete zudem auch in einem fröhlichen, fast schrillen Orange. Sie mochte eigentlich keine Farben, doch etwas an diesem Raum, gab ihr ein sicheres Gefühl; ein Gefühl von Zuversicht. Vielleicht war es auch nur die Tatsache, dass es sich hierbei um einen Therapieraum handelte und Therapie bekanntlich zu Zuversicht führte.

«Guten Tag Frau Guppy, ich bin Frau Dr. Bergstein, ihre Therapeu-  
tin». Sie hatte sie gar nicht reinkommen hören.

«Guten Tag», grüsste sie zurück. Und da hatte sie plötzlich das Gefühl, dass das Ganze, die Therapiestunde, doch ein Fehler war und sie doch noch nicht bereit dazu war, darüber zu sprechen. Das machte doch alles keinen Sinn.

Die Therapeutin sah ihr das offenbar an, als sie fragte, ob sie etwas über sich erzählen könnte. Also erzählte sie über sich selbst etwas. Es war nichts unglaublich Interessantes oder Ergreifendes, und doch liess es Armanda wohler fühlen. Es liess die Therapeutin echter wirken, zudem auch viel menschlicher. Wärmer.

Armanda fing nach einer Weile an, zu erzählen. Sie konnte nicht viel erzählen, doch sie versuchte all das, wozu sich in diesem Moment bereit fühlte, zu erzählen. Sie erzählte über den wundervollen, letzten Sommer und ihre schöne Kindheit. Über ihre Eltern und wie sie alle immer zusammen gekocht und gelacht hatten. Es war schön. Das war es.

Sie hatte zwar nicht über das Erlebnis gesprochen, doch sie musste sich da erst herantasten. Sie konnte es. Das wusste sie. Doch die Erinnerungen, die schönen Erinnerungen, in welchen sie so gerne schwelgte, wollte sie noch nicht mit der Wahrheit über das Geschehene beschmutzen. Sie lag viele Nächte wach und schlief viele Tage durch. Manchmal weinte sie in der Nacht, manchmal starrte sie auch nur leeren Blickes die Decke an. Immer wieder besuchte sie Dr. Bergstein. Es kam viel hoch, doch es half ihr. Sie war stolz, dass sie es zumindest immer wieder versuchte, über das Geschehene und Geschehene zu sprechen.

Es waren nun schon einige Monate seit dem Suizid ihres Vaters vergangen. Es schmerzte immer noch so sehr darüber nachzudenken, allem voraus die Gewissheit, dass sie nie mehr mit ihm lachen oder ihn in den Arm nehmen konnte. Endlich fühlte sie sich bereit über das, was sie sah und das, was sie fühlte, zu sprechen.

Also sprach sie darüber. Sie erzählte Dr. Bergstein, wie sie an dem besagten Morgen zu ihrem Elternhaus fuhr, glücklich, um ihren Eltern erzählen zu können, dass sie befördert wurde und nun endlich glücklich in ihrem Job war. Sie öffnete die Tür, doch sie fand niemanden. Sie suchte alle Räume ab und entdeckte den Zettel ihrer Mutter, dass sie Einkaufen ging. Sie hatte alle Räume abgesucht, doch von ihrem Vater: keine Spur. Es fehlte nur noch ein Raum; ein Raum, welchen sie schon als kleines Kind fürchtete: der Dachboden. Vorsichtig lief sie die zu kleinen Stufen der Treppe hinauf. «Papa? Bist du hier? Ich habe großartige Neuigkeiten», rief sie durch die Tür hindurch. Keine Antwort. Das Licht war jedoch angelassen und die Tür war ein Spalt weit offen. Sie öffnete sie vorsichtig und das Letzte, woran sie sich erinnern konnte, war ihr Schrei. Ihre Therapeutin war zugleich stolz, aber auch erschüttert über die Geschichte, welche Armanda ihr erzählte. Armanda fühlte sich als drehte sich die Zeit zurück, genau zurück zu diesem Tag. Dr. Bergstein bemerkte, dass Armanda abwesend war und fragte nach, ob sie denn irgendwelche Schuldgefühle hegte und ob sie das Gefühl hätte, sie hätte anders reagieren sollen?

Armanda bejahte ihre Fragen.

«Ich fühle mich auch jetzt schuldig; schuldig, dass ich noch lebe. Ich kann nicht mit dem Gedanken leben, dass er so sehr leiden musste, sodass er sich das Leben nahm. Es ist für mich so schmerzhaft, zu leben mit so einem Gewissen», brachte Armanda ihrer Therapeutin verzweifelt näher.

«Haben Sie es schon einmal mit einem kleinen Gedenkens-Ritual an ihren Vater probiert?», forschte Dr. Bergstein nach.

«Nein, was meinen sie genau damit?»

«Ich kann Ihnen dazu die Geschichte aus der griechischen Mythologie der Charila erzählen»

Armanda sah sie verwirrt an und dachte sich, ob dies nun eine Geschichtenstunde wurde, doch etwas hinderte sie daran, ihre Therapeutin frühzeitig zu unterbrechen. Sie wollte zuhören.

«Es herrschte schon ein Jahr lang Dürre und Hunger über der Stadt Delphi. Die Delpher wussten, dass sie mit ihren Vorräten nicht zu überleben vermochten und standen deshalb vor den Königspalast und baten um Essen. Der König sah die Delpher und liess einige spärlich befüllte Körbe mit Gerste und Hülsenfrüchten von seinen Dienern



bringen. Er verteilte den Inhalt an die Bewohner, doch die Körbe waren schon bald leer. Viele arme Menschen hatten noch nichts bekommen, unter ihnen das Waisenmädchen Charila, um das sich niemand kümmerte. Dieses Waisenkind trat vor den König und bat um Nahrung, dieser wurde zornig und warf ihr seine Sandale ins Gesicht. Erniedrigt und degradiert ging sie zurück in die Reihen der Armen. Danach gingen alle nachhause. Charila jedoch ging fort aus Delphi, sie kam an den Hängen der Phaidria zu einer Stelle neben einem grossen Baum, knotete sich aus ihrem Gürtel eine Schlinge um ihren Hals und hängte sich damit an einem Ast auf. Die Hungersnot in Delphi dauerte an, doch hinzu kamen Seuchen und der König fragte das Orakel um Rat, dieses antwortete: «Versöhne dich mit Charila». Der König wusste aber nicht, wer Charila war und befragte die Bewohner nach ihr. Eine Bewohnerin von Delphi erinnerte sich an das Mädchen, welchem die Sandale ins Gesicht geworfen wurde. Sie suchten nach ihrem Leichnam und fanden diesen nach einiger Zeit. Sie begruben den Leichnam von Charila, doch die eigentliche Schuld, welche die Leute trugen, war, dass sie nichts von Charilas Verschwinden bemerkten; Somit führten sie eine Zeremonie in Gedenken an Charila ein, welche alle 8 Jahre stattfand. An diesem Fest traten die Bürger der Stadt vor den König und baten ihn um Nahrung, wie an jenem Tag, an dem Charila unter ihnen war. Der König verteilte die Nahrung, dieses Mal aber jedem Bürger. Dann brachte man eine Puppe, die Charilas Aussehen hatte, aus der Menge hervor. Der König warf ihr seine Sandale an. Man führte sie zur Stelle, an welcher Charila gefunden wurde und hing sie an einer Schnur um den Hals an den Baum. Man liess sie im Wind schaukeln und begrub die Puppe anschliessend.»

Armanda war verblüfft, wie ähnlich doch die Geschichte der Charila, der Geschichte ihres Vaters war. Auch wenn immer noch nicht geklärt war, weshalb er sich umgebracht hatte, hatte sie doch immer wieder die Vermutung, dass er sich erniedrigt und gedemütigt fühlte.

Niemand bemerkte seinen Schmerz und niemand kümmerte sich somit um ihn. Sie wusste, dass es eine gute Idee wäre, ein kleines Gedenkens-Ritual für ihren Vater zu machen.

Vielleicht nicht für immer, doch zumindest bis sie akzeptieren konnte, dass er nicht mehr zurückkommen wird.

«Vielen Dank für diese Geschichte, ich denke die Idee eines Gedenkens-Rituals würde mir wahrscheinlich wirklich weiterhelfen».

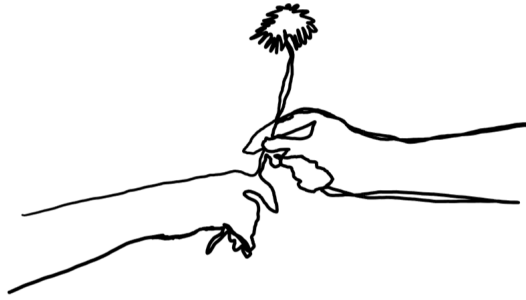
«Sehr gut! Schwebt Ihnen schon ein Ritual im Kopf, welches Sie mit Ihrem Vater verbinden könnte?»

Armanda dachte nach. Ihr kam der Himbeerstrauch ihres Vaters im Garten ihres Elternhauses in den Sinn. Sie wusste wie sehr ihr Vater seine Himbeersträucher liebte und die Marmelade, welche ihre Mutter immer daraus machte.

«Himbeermarmelade», sagte sie, «ich werde für ihn Himbeermarmelade aus seinen eigenen Himbeeren der Sträucher machen, diese auf sein liebstes Brot streichen und unter dem Baum, im Garten meines Elternhauses essen; dabei eine Laterne anzünden und singen, wie er dies so oft tat». Sie strahlte. Ihr rollten Tränen übers Gesicht. Sie wusste nicht, ob ihr die Tränen vor Freude oder doch vor Trauer kamen. Sie fühlte beides und noch viel mehr.

«Vielen Dank! Vielen herzlichen Dank!», sagte sie ergriffen unter Tränen zu Dr. Bergstein.

Sie war noch lange nicht am Ziel der Akzeptanz, doch sie hatte endlich ihren Weg zum Ziel. Der Weg war noch lange, doch das Ziel würde greifbar werden, denn es schien nun möglich. Sie lebte wieder. Endlich.



# MEIN LETZTES GESCHENK



Ein letzter Atemzug war zu hören. Ich spürte, wie das letzte Mal ausatmen, ihr Befreiungsschlag war. Ihr Körper war ihr persönliches Gefängnis, erbaut aus Krankheit und Schmerz. Und genau dieser letzte Atemzug war der nun endlich geglückte Versuch eines Ausbruchs, in eine bessere, eine freiere Welt. Zumindest hoffte ich das, denn sie verdiente es so sehr, endlich frei zu sein.

Sie sah friedlich aus, mit geschlossenen Augen, welche sonst immer so wunderschön, in einem besonders schönen Grün glänzten. Nach ihren wunderschönen Augen benannten wir sie auch: Esmeralda. Ihre Augen ähnelten einem Smaragd zu sehr, um sie nicht nach dem wunderschönen Edelstein zu benennen. Sie liebte ihren Namen. Ihr leicht gewelltes, braunes Haar war ordentlich auf dem hellblauen Kissen des Bettes verteilt. Sie bezeichnete ihr Haar oft als Schokobraun, oder wenn sie an sich selbst zweifelte, Kaffeebraun, denn sie hasste Kaffee. Ich sagte ihr dann immer, dass Kaffee für die meisten Leute etwas besonders Großartiges war und sie doch stolz darauf sein könnte, solches Haar zu besitzen und jedes Mal antwortete sie, dass sie Kaffee aber hasste und sie es sei, mit kaffeebraunen Haaren, egal wie gerne andere sie hatten, man durfte sie ja gerne haben, sie mochte sich halt nur nicht. Doch es schmerzte mich jedes Mal, zu sehen, dass sie an sich zweifelte, denn für mich war sie die stärkste und tollste Tochter, welche sich eine Mutter wünschen könnte.

So lange hatte es gedauert, sie endlich wieder so friedlich sehen zu können. Die Schmerzen, die Verzweiflung, sie hatte sie viel zu lange aushalten müssen; endlich waren sie vorbei. Ich freute mich für sie, auch wenn ich mich nicht freute. Ich musste es ihr gönnen und das tat ich auch. Traurig zu sein, erlaubte ich mir nicht.

Sie hatte es mir schon früh gesagt, sie wolle sterben und dennoch konnte ich diesen Moment nicht wahrhaben. Ich hatte immer gehofft, dass sie vielleicht doch weiterleben kann und möchte. Doch sie hatte sich dagegen entschieden. Endgültig. Sie konnte nicht mehr.

Sie war doch viel zu jung. Das konnte nicht sein. Es durfte nicht sein. Doch es musste sein und das wusste ich, denn sie war krank, sehr krank. Sie hatte endlich diesen schmerzhaften Körper verlassen können, trotzdem blutete mein Herz. Tausende kleine Stückchen waren daraus entstanden und verteilten sich als mit meinem Blut rasant wandernde Glassplitter in meinem ganzen Körper. Sie stachen sich durch Gliedmassen, Organe und Haut und verursachten schreckliche Schmerzen. Auch wenn ich wusste, dass sie keinesfalls Schmerzen verursachen wollte, waren sie nicht zu umgehen. Wenn die eigenen Kinder sterben, stirbt man mit ihnen, auch wenn nur im eigenen Kopf.

Keine Worte hätten diesen Moment besser beschreiben können als die Tränen, welche mir über mein schwach lächelndes Gesicht liefen. Ich war doch glücklich, dass sie endlich gehen durfte und doch schmerzte es so sehr. Ich war auch nicht traurig, doch Glück konnte ich in diesem schrecklichen Moment nicht empfinden, es ging einfach nicht.

Irgendwann, ich hatte die Übersicht über die Zeit verloren, lief ich roboterartig aus dem hübsch tapezierten Zimmer heraus. Der Boden knarzte ein wenig. Er war wahrscheinlich schon etwas älter. Dunkles Parkett aus schönem Holz, sauber. Ein schöner Ort zum Sterben, oder zumindest redete ich mir das ein.

Die Freitodbegleiterin, stellte den Tod fest. Sie sprach darüber, dass die Polizei und ein Amtsarzt in kurzer Zeit einträfen, um überprüfen zu können, ob alles nach Vorgaben abgelaufen ist. Sie hatten mir das zuvor schon einmal erklärt, denn jeder Freitod ist ein «aussergewöhnlicher Todesfall» und musste überprüft werden.

Sie fragte mich zudem fürsorglich, ob ich ein Gespräch mit einem Therapeuten bräuchte. Ich war mir nicht sicher, ob ich dies tat, denn es war kein Schock, es war keine Überraschung und es war auch verständlich, weshalb ich nie wieder ein Wort mit meiner geliebten Tochter sprechen konnte. Also schüttelte ich langsam den Kopf. Sie gab mir dennoch eine Karte mit verschiedensten Anlaufstellen und erklärte mir sanft, dass ich mich nicht davor scheuen sollte, anzurufen und nach einem Gespräch zu fragen, falls ich dies benötigen würde.

Die Polizei und der Amtsarzt trafen ein, befragten uns und überprüften, ob alle Vorgaben eingehalten wurden.

Natürlich wurden sie das, sonst hätte ich doch meine Tochter nicht den Leuten der Sterbehilfe-Organisation überlassen; vor allem nicht, wenn es darum ging, dass sie die Welt verliess. Ich verstand, weshalb es überprüft werden musste und doch störte es mich. Ich liess es über mich ergehen und war froh, als ich endlich gehen konnte; nicht von Esmeralda, aber von dieser bedrückenden Atmosphäre wollte ich mich lösen und endlich etwas frische Luft schnappen.

Ich trat also aus dem älteren, aber schönen Gebäude aus Holz und dunklem Stein. Das Holz schien etwas morsch, vielleicht war es aber auch nur die Gewissheit, dass es alt war.

Die kalte Luft störte mich in diesem Moment nicht, auch wenn ich sonst immer sofort wieder ins Warme wollte, half mir die Kälte und die Frische der Luft, mich etwas zu beruhigen und meine wilden Gedanken zu ordnen.

«Guten Tag Anne», hörte ich eine Stimme sagen. Ich hatte nicht bemerkt, dass jemand zu mir getreten war und mich mit mir bekannten Augen ansah. Ich kannte ihn, aber wusste nicht mehr woher.

«Guten Tag», antwortete ich vorsichtig. Der Tag war nicht gut und ich wusste auch nicht, wer der Mann war, welcher vor mir stand.

«Kennst du mich noch?»

Nein, tue ich nicht und ich hatte auch keine Lust auf Smalltalk, aber er sah so freundlich aus; ich durfte nicht damit anfangen, wie mein Ex-Mann zu werden und alle Leute von mir wegstossen. Also schüttelte ich den Kopf.

«Entschuldigung, ich bin etwas durcheinander und weiss es leider nicht mehr, ich kenne dein Gesicht, mehr aber auch nicht», erklärte ich ihm.

«Bruno, heisse ich». Ich konnte mich immer noch nicht erinnern.

«Wir waren zusammen an der Uni, ich habe dir immer Buchvorschläge gemacht und du hast mir als Gegenleistung neu ausprobierte Rezepte zum Probieren mitgebracht». Jetzt wusste ich es wieder.

Er war der Grund, weshalb ich das Lesen zu lieben begonnen hatte. Nach der Uni sah ich ihn manchmal in der Bibliothek. Zu Beginn sprachen wir noch miteinander, doch der Gesprächsstoff wurde immer magerer und die Zeit auch nicht weniger knapp.

«Du bist es», entgegnete ich lächelnd. Seine Anwesenheit war beruhigend, nicht aber wie die frische, kalte Luft.

Es war die Wärme, welche er ausstrahlte. Ich wollte es mir nicht erlauben, mich kurz nach so einem Verlust wohlzufühlen, warm zu fühlen, denn ich war noch voller Schmerzen und mein Herz blutete auch immer noch. Doch seine Augen lächelten mit seinem Mund mit. Er war der einzige Mensch neben Esmeralda, welcher einen perfekt passenden Namen hatte. Er wirkte wie ein Bär, ein Braunbär. Seine Augen waren sanft, er wirkte weich und doch unglaublich stark, unberechenbar und gar ein wenig gefährlicher, als man sich das eingestehen möchte.

Weshalb war ich aber in solch einem Moment damit beschäftigt, mir Gedanken über einen alten Bekannten zu machen? Es gefiel mir nicht, also entschied ich mich dazu, möglichst schnell zu gehen.

«Warte, kann ich dich etwas fragen?», rief er mir nach, als ich mich schon verabschiedet hatte. Ich lief noch einmal auf ihn zu und gab ihm zu verstehen, dass er fragen durfte.

«Ich habe gehört, dass es deiner Tochter nicht so gut gehe, sie sei schwerkrank. Wenn ich dich nun sehe, kann ich dich auch persönlich fragen, ob es ihr und dir gut geht».

Die Frage kam überraschend. Wer wusste denn alles davon? Würden mich die Leute bald nur noch als Mutter, welche ihr Kind dem Tod überliess, ansehen? Ich wollte nicht mehr gesehen werden, es war mir zu viel, immer wieder darüber sprechen zu müssen und Menschen erklären zu müssen, dass die eigene Tochter nicht mehr lebte.

«Oh, entschuldige, ich wollte dir nicht zu nahe treten. Falls du jemanden zum Sprechen brauchst, melde dich nur bei mir, hier meine Telefonnummer», offerierte er mir herzlich. Ich war froh und nickte dankbar. Ich musste nicht jetzt gleich mit ihm sprechen. Vielleicht würde es mir guttun, zu wissen, dass jemand für mich da war und mir zuhören würde. Jetzt war es aber noch viel zu früh; ich brauchte Zeit für mich selbst.

Nach einer viel zu langen Zeit konnte ich nun endlich nachhause gehen. Ich wollte Esmeralda eigentlich nicht verlassen, doch ich wollte auch nicht mehr unter Fremden sein. Esmeralda sagte mir, sie wolle nicht zuhause sterben, sie würde im Sterbezimmer der Sterbehilfe-Organisation von dieser Erde gehen. Eine solche Erinnerung sollte nicht in einem Zuhause, einem Zufluchtsort, entstehen, meinte sie.

Ich wollte ihr davon abraten und sagte, dass sie sich doch in ihren



letzten Momenten wohl fühlen sollte, doch sie erwiderte nur, dass sie dies sowieso nie mehr tat, die Schmerzen würden kein Wohlseins-Gefühl erlauben.

Danach fühlte ich mich fast ein wenig schlecht, dass ich nicht daran gedacht hatte, doch wie immer gab mir meine Tochter das Gefühl, dass es doch in Ordnung war und ich mich nicht schlecht fühlen sollte; ich konnte es ja nicht wissen und wollte ihr nur Gutes.

Sie wollte anderen immer nur Gutes; oftmals tröstete sie mich, wenn ich unglücklich bei ihr sass, nachdem sie mir von einem weiteren entmutigenden Arztbesuch erzählte. Sie brachte mich auch immer zum Lächeln und war meine beste Lebensberatung. Vielleicht versuchte sie mich durch die vielen Tipps und Ermutigungen ein zweites Mal leben zu lassen und das so gut wie es nur ging. Einmal sollte ich für mich leben und einmal für sie, da sie schon früh wusste, dass sie kein langes und kein erfülltes Leben haben würde.

Wahrscheinlich tat sie dies gar nicht aus diesem Grund, doch ich wollte es so.

Auf dem Weg nachhause dachte ich an die letzte Umarmung, welche ich von Esmeralda bekam. Diese letzte Umarmung, ein bisschen fester drückte sie mich, ja, ein bisschen fester drückte mich mein Herz in diesem Moment auch, als umarmte sie mein Herz, doch mir wurde schlecht, ich fühlte mich krank. Wie froh ich war, als ich zuhause ankam. Ich konnte noch gerade auf die Toilette rennen und übergab mich. Vielleicht war es doch etwas zu viel Stress für mich. Zumindest momentan, das würde sich schon beruhigend sobald ich merkte, die Beerdigung vorbei war, dachte ich mir.

Die Beerdigung hatte Esmeralda schon komplett durchgeplant. Sie wollte nicht, dass wir uns nach dem Tod noch mit zusätzlichem Stress aufgrund der Beerdigung belasten müssen.

Der Tag der Beerdigung kam näher, und ich wusste das. Ich erlaubte es mir nicht, diesen inneren Schmerz zu fühlen, nein, ich durfte nicht. Ich musste stark bleiben, für Esmeralda und für alle. Ich musste mich nicht nach dem «Warum?» fragen, ich musste mir die Schuld doch eigentlich nicht geben und ich konnte mich eigentlich lange genug darauf vorbereiten. Warum fiel es mir also so schwer, doch nicht zu leiden?

Ich hatte von vielen Leuten gehört, dass sie in den ersten Monaten nach dem Tod einer geliebten Person den Tod dieser gar nicht wahrhaben konnten und nicht einmal das Gefühl hatten, dass diese Person gestorben war und noch unter ihnen verweilen würden. Es glich einem Albtraum und fühlte sich surreal an.

Ich fühlte mich jedoch nicht so; obwohl es mir im Moment vielleicht sogar verhelfen würde, für andere Leute zu funktionieren. Ich hatte Aufgaben und man erwartete viel von mir, wie man dies von allen Leuten tat. Ich hatte das Gefühl, ich trauerte falsch. Meine Trauer wurde ihr nicht gerecht, dachte ich, doch so sehr ich dies auch wollte, ich konnte nicht beeinflussen, was ich fühlte und was nicht.

An der Beerdigung kamen viele Leute auf mich zu. Auch Bruno meldete sich bei mir. Er hatte vom Tod meiner Tochter erfahren und erkundigte sich merklich liebevoll nach meinem Wohlergehen. Ich hatte jedoch keine Motivation, mich neben den ganzen anwesenden Leuten und deren Kondolenz auch noch um eine digitale Kondolenz zu kümmern. Ich war an diesem Tag nicht unter Menschen, damit sie zu mir kamen und mir mitleidig sagten, wie leid es ihnen tat, dass ich den Tod einer gerade mal 25-jährigen Tochter durchmachen musste. Natürlich war es nur lieb gemeint, ich war auch nicht undankbar, doch ich wollte, dass sie an Esmeralda dachten und daran, was sie durchmachen musste, nicht an mich.

Ich sah mich und meinen Schmerz nicht als wichtig genug an. Vor allem nicht im Vergleich mit dem, was sie durchmachen musste; ein junges Mädchen, welches ein wunderschönes Leben verdient hätte. Es war nicht gerecht; Schicksal empfand ich noch nie als etwas Gerechtes; es traf oftmals Leute, welche es in keiner Art und Weise verdient hatten.

Die Beerdigung war schön, sie hatte sie trotz des schrecklichen Grundes dazu zu einem Anlass jeglicher Emotionen gemacht. Die Trauer überwog, doch trotzdem konnte ich in dem einen oder anderen Gesicht Hoffnung, Liebe und Zuversicht erkennen. Es freute mich, dass sie sogar nach ihrem Tod durch etwas von ihr geschaffen, in den Leuten positive Gefühle erwecken konnte.

Ich kam zuhause an. Die Beerdigung war vorbei, ich hatte mit allen gesprochen, wenn sie danach verlangten. Jemanden hatte ich jedoch

noch vergessen: Bruno. Ich war mir nicht sicher, ob ich die Kraft noch dazu hatte, ihm zu antworten, doch ich entschied mich schliesslich dafür. Er wollte nur wissen, ob es mir gut ginge und ich antwortete mit einem kurzen «Ja». Ich wollte nicht unfreundlich sein, doch ich hatte auch keine Lust auf Mitleids-Gespräche. Kurz darauf sah ich, wie er mir schrieb, dass ich mit ihm sprechen könne und er wisse, dass es mir nicht gut ginge; er selbst habe seine Ehefrau vor 10 Jahren verloren, sie war schwerkrank; Krebs, bezog Sterbehilfe. Ich war verblüfft und starrte die Nachricht an. Ich wollte mit ihm sprechen, er musste mich ja fast verstehen. Doch wieso hatte ich nichts davon mitbekommen? Es tat mir leid, dass ich ihn so abweisend behandelt hatte. Ich schrieb ihm, dass es mir unglaublich leidtat und dass ich sicher froh wäre, mit jemandem sprechen zu können, welcher zumindest ansatzweise verstand, was ich durchmachte.

Die ganze Nacht wälzte ich mich im Bett. Schlaf war undenkbar zu bekommen. Der eigene Kopf zu voll mit Erinnerungen und Sorgen. Irgendwann gab mein Körper aber nach und liess mich einschlafen.

Am nächsten Tag hatte ich ein Treffen mit Bruno vereinbart. Er kam am Nachmittag vorbei. Ich wachte nur eine Stunde vor seinem Besuch auf. Zog mir etwas Gemütliches an; ich glaubte nicht, dass ihn das auch nur auf irgendeine Weise kümmerte, ob ich im grauen, etwas dreckigen Schlabberanzug oder herausgeputzt in unbequemen, engen Kleidern dasass und mit ihm sprach.

Als er da war, fingen wir an über unser Erlebnis zu sprechen, ich erzählte ihm, dass Esmeralda mit 17 Jahren ihre Leukämie-Diagnose bekam. Mit fast 19 Jahren war sie damals geheilt, so glaubte man zumindest, doch mit 21 Jahren kam die Krankheit zurück. Die Chancen auf eine dauerhafte Heilung waren bei einem Rückfall schlechter. So kam es dazu, dass jegliche Therapien den Krebs nicht aus ihrem Körper brachten. Sie hatte Schmerzen und die Therapien machten ihr das Leben nur noch schmerzhafter. Sie hatte kein Leben mehr und das für eine lange Zeit. Sie bekam von ihrem Arzt die Prognose, dass sie nicht mehr länger als zwei Jahre leben würde, und das nur mit vielen Therapien.

Sie wollte nicht weiter leiden. Schon zuvor war sie Mitglied bei Exit. Als sie mir von ihrem Plan erzählte, Sterbehilfe zu beziehen, riss es mir das Herz heraus. Ich wollte meine Tochter nicht gehen lassen.

Bald erkannte ich jedoch, dass sie litt. Ich wollte ihr helfen, das hatte ich mir immer versprochen und der einzige Weg, ihr zu helfen, war sie bei ihrem Vorhaben zu unterstützen, gehen zu können; somit tat ich dies auch.

Es schmerzte mich, darüber nachzudenken und doch tat es mir gut; endlich mit jemandem sprechen zu können, der nicht nur aus Mitleid, sondern auch mit dem Ziel, mich zu verstehen, mit mir sprach.

Er erzählte mir von seiner Frau. Eine ähnliche Geschichte. Welche mir auch das Herz zerriss. Ich spürte seinen Schmerz und ich konnte ihn verstehen.

«Es tut mir so leid; ich bewundere deine Stärke. Vielen Dank, dass du so offen mit mir sprichst, es tut gut, zu wissen, dass man doch nicht so allein ist, wie man geglaubt hat», sagte ich ihm in einer weinerlichen Stimme. Als ich ihm in die Augen blickte, glänzten sie, seine Unterlippe fing langsam an zu beben. Er blickte weg, doch ich wusste, wie sehr er versuchte stark zu bleiben.

So lange kannten wir uns doch schon und doch kannten wir uns viel zu lange kein bisschen mehr. In diesem Moment war es jedoch egal, wir fielen uns in die Arme.

«Es ist in Ordnung, Emotionen sind keine Schwäche», erklärte ich ihm. Auch wenn ich selbst so lange damit kämpfte, meine Emotionen zuzulassen. Ich sah ihn, mit so einem ähnlichen Schicksal wie meinem und wusste, dass es mehr als in Ordnung war, Emotionen zu zeigen.

Endlich erlaubten wir es uns, traurig zu sein. Ich schluchzte und weinte für eine lange Zeit. Wir beide taten dies. Seit langem hatte ich mich nicht mehr so lebendig gefühlt, wie in diesem Moment.

Nachdem wir beide endlich schamlos unseren Emotionen freien Lauf liessen, fragte mich Bruno:

«Hast du schon einmal daran gedacht, eine Katze zu adoptieren, also eine aus dem Tierheim?»

«Nein, weshalb meinst du?»

«Ich habe nach dem Tod meiner Frau einer Katze ein neues, schöneres Leben bieten können. Es tat mir gut. Vielleicht würde dir das auch guttun. Es ist nur eine Idee, du musst das bestimmt nicht tun, mir tat es auf jeden Fall gut».

Ich dachte über die Idee nach. Eigentlich war sie gar nicht so schlecht.

«Esmeralda hatte eine Katze, wir haben sie vor kurzer Zeit abgegeben. Wir hatten keine Zeit mehr für sie. Vielleicht könnte ich diese adoptieren. Es war sogar Esmeraldas Katze, sie würde mich bestimmt auch mit ihr verbinden».

«Sicher, wenn du gerne immer wieder an sie erinnert werden möchtest und dich das nicht an der schlussendlichen Akzeptanz Esmeraldas Todes hindert».

Die Idee war das Beste, was mir jemand in diesem Moment hatte vorschlagen können. Noch am gleichen Tag besuchte ich das Tierheim, in welchem ich Esmeraldas Katze, Cannella, abgegeben hatte. Ich hatte grosses Glück; Cannella war noch da, ich konnte sie also zu mir nachhause nehmen.

Am Abend sass ich auf meinem Bett und sprach mit Esmeraldas Katze. Ich hatte das Gefühl, sie hörte mir zu und sie verurteilte mich nicht. Cannella rollte sich am Fussende des Bettes wie eine Zimtschnecke zusammen. Wie sehr ich doch Zimtschnecken liebte, wie sehr ich auch diesen Moment liebte, denn diese Katze bemerkte und zeigte auch mir, dass es in Ordnung war, dass ich noch nicht damit abgeschlossen hatte und Zeit zum Trauern brauchte. Auch wenn ich es schon lange wusste, auch wenn ich mich schon lange darauf vorbereiten konnte; man ist niemals wirklich bereit dazu, eine geliebte Person zu verlieren, vor allem nicht das eigene Kind. Ich wollte es mir nie eingestehen, doch diese Katze half mir dabei, zu verstehen, dass es in Ordnung war, zu trauern, wie jeder andere Mensch, trotz all der Zeit, in welcher ich mich verabschieden und vorbereiten hätte können.

Dank dieser Erkenntnis konnte ich auch endlich all das verarbeiten, was ich zuvor verdrängte. Der Schmerz und die Hoffnungslosigkeit konnte ich Schritt für Schritt ablegen. Vor allem auch durch Cannella und Bruno, welcher wieder ein guter Freund von mir wurde. Ich kochte ihm nun immer wieder ab und zu ein Gericht und er schlug mir Bücher vor, wie in alten Zeiten.

Ich erlaubte mir Tage, an welchen ich im Bett lag und nichts tat, ausser zu trauern; ich brauchte diese Tage. Manchmal wollte ich nicht mehr aufstehen und am liebsten nicht mehr aufwachen. Ich hatte

keine Motivation und verlor die Lust auf alles, was mir einmal Freude bereitete.

Bruno erfuhr davon und riet mir noch einmal, wie schon mehrere Male zuvor, zur Therapie zu gehen. Ich liess mich endlich dazu überreden und erkannte bald, dass ich leben wollte, konnte und durfte.

Mein letztes Geschenk an Esmeralda war, dass ich weiterlebte und das so schön ich nur konnte. Ich erkannte, dass sie sich gewünscht hätte, dass ich glücklich werde, auch ohne sie.

Ganz ohne sie war ich jedoch nie. Sie war immer da: ihre Lebensweise, ihre wunderbare Sicht auf die Welt, welche ihr nur Schmerzen bereitete und sie trotzdem so sehr liebte und ihre bedingungslose Liebe, hinterlassen in meinem Herzen, welche sich heilend auf mein Herz auswirkte, sobald ich auch nur daran dachte.

Ich konnte sie schliesslich nicht mehr zurückbringen, so sehr ich dies auch wollte. Ich konnte sie nicht mehr retten oder heilen, doch ich kann sie loslassen, in eine hoffentlich weniger schmerzhaft Welt, in eine freie Welt und ich kann für sie hier leben. Ihr beweisen, dass sich ihr Leben, dank der Liebe, welche sie hierherbrachte, doch nicht als rein schmerzhaft und sinnlos herausstellte.



# **LIEBLICHE NARZISSEN**





Er konnte sie nicht hassen, niemals, doch er hasste, was sie nicht nur ihm, sondern auch ihren gemeinsamen Kindern antat. Es war ihm gar nicht so wichtig, wie sehr er darunter litt, doch viel mehr, weshalb ihre Kinder darunter leiden mussten.

Wie sollte er ihnen erklären, dass sie nie wieder von ihrer Mutter umarmt werden konnten? Nie wieder fröhlich mit ihr durch die Küche tanzen, nie wieder einen Geburtstagskuchen von ihr gebacken bekommen, nie wieder mit ihr über einen unlustigen Witz lachen, nie wieder mit ihr weinen, wenn Träume platzten, sie nie wieder lebendig sehen konnten? Sie war tot. Drei Worte, welche doch niemals so einfach erklärt waren, vor allem nicht Kindern im Alter von fünf, zehn und vierzehn Jahren.

Nichts auf dieser Welt könnte sie zurückbringen, sie war nicht nur seine geliebte Ehefrau, Mutter von drei kleinen Kindern, sondern allem voran eine Frau, welche wahrscheinlich nur knapp die Hälfte ihres Lebens erlebt hatte. Vielleicht hätte sie ihr Leben zu lieben begonnen, doch das würde sie niemals erfahren. Es war zu spät.

Er weinte nicht oft, doch als die Polizei vor seiner Tür stand und ihm die Nachricht überbrachte, dass seine Frau, Leilani Lind, nicht mehr nachhause zurückkehren würde, brach für ihn eine Welt zusammen.

Er weinte nicht hysterisch, er schrie auch nicht, doch ihm kullerten Tränen über sein bleich gewordenes Gesicht. Seine Augen waren vor Schock weit geöffnet und er starrte den Polizisten mit leicht geöffnetem Mund in ihr bemitleidendes Gesicht. Er wusste nicht mehr, wie lange er im kleinen, überfüllten Eingang seiner Wohnung stand und sich an der eisernen Türklinke der weissen Eingangstür festhielt, damit er nicht auf dem Boden zusammensackte. Er spürte eine Hand auf seinem Arm. Als er seinen Blick hinter sich wendete, erblickte er das besorgte Gesicht seiner ältesten Tochter, Alara. Ihre haselnußbraunen Augen schauten ihn müde und doch ausfragend an. Zerzaust hingen ihre hellbraunen Haare über ihr morgens oftmals leicht aufgequollenes Gesicht. Als sie die Tränen in den Augen ihres Vaters erblickte, nahm sie ihn sofort in den Arm.

«Was ist passiert Papa? Was hast du denn?», fragte sie ihn besorgt.

Doch er konnte ihr in diesem Moment nicht antworten. Auch die Polizisten wollten die Aufgabe nicht übernehmen, einer solch jungen Person sagen zu müssen, dass ihre Mutter nicht mehr nachhause kommen würde.

«Möchten Sie, Oliver Lind, dass wir ein Care-Team, welches Sie gerade in so einem schwierigen Moment unterstützen kann, für Sie kommen lassen?», fragten die Polizisten freundlich.

«Nein, das geht schon. Ich werde einfach einem Kollegen anrufen oder so», antwortete er sofort. Er wollte keine Fremden mehr hier. Eigentlich wollte er keine Leute um sich haben.

Also verschwand die Polizei nach einer kurzen Befragung in der aus hellem Holze erbauten Küche aus der Wohnung und überliess die junge, kleiner gewordene Familie sich selbst.

Oliver entschied sich dann dazu, seinen Kindern zu sagen, dass ihre Mutter einen Unfall hatte. Er log nicht einmal, denn ein Suizid war vielleicht nicht das, was man sich unter einem Unfall vorstellt, doch es war ein Unfall, ein psychischer.

Bevor er jedoch die schwere Nachricht überbrachte, rief er eine gute Freundin an, welche sich oft und gerne um seine Kinder kümmerte und gleich im Block nebenan wohnte. Zudem war ihr Partner ein guter Freund von ihm und seiner Frau. Er sah Leilani nämlich immer noch als Teil von ihm und seinem Leben an. Obwohl sie tot war, bedeutete es für ihn nicht, dass er von nun an allein dastand und sie überall aus seinen Gedanken strich, wenn sie bis vor Kurzem dazugehörte. Als diese gute Freundin am Telefon erfuhr, was passiert war, versprach sie ihm sofort, mit ihrem Partner zu Oliver nachhause zu kommen.

Daraufhin weckte er seinen 5-jährigen Sohn, Jano und schickte Alara, damit sie ihre jüngere Schwester, Farah, aufweckte. Als sie alle beisammensassen, kamen die gute Freundin und ihr Partner überstürzt in die Wohnung der Familie Lind.

«Es tut mir so leid. So unglaublich leid Oliver. Ich kann es nicht glauben», sagten die beiden mit bemitleidenden Gesichtern und stellten sich hinter die Kinder, ihnen stärkend die Hände auf die Schultern legend.

Er bedankte sich bei den beiden mit einem schwachen Lächeln und blickte seine Kinder an, welche angsterfüllt vor ihm sassien.

Er versuchte zu lächeln, er wollte stark sein für seine Kinder, obwohl er nicht einmal wusste, weshalb er dies tat. Er musste seinen Kindern mitteilen, dass ihre Mutter tot war. Es war egal, wie, denn sie würden so oder so für immer darunter leiden und daraus geformt werden. Also gab er sein Lächeln auf, welches ihn sowieso schon zu viel Kraft gekostet hatte, räusperte sich den aus Trauer entstandene Kloss aus dem Hals und stammelte:

«Es tut mir leid, so unbeschreiblich leid, meine lieben Kinder. Die Mama, sie hatte einen Unfall, nicht einen gewöhnlichen Unfall, er war sehr kompliziert und...». Seine Tränen konnte er nicht mehr zurückhalten, sie rollten ihm wie Regentropfen an einem Oktobernachmittag die Wangen herunter.

«Die Mama wird nicht mehr nachhause kommen; man konnten sie nicht mehr retten», brachte er unter Tränen erstickter Stimme hervor. Seine Kinder fingen alle drei sofort an zu weinen. Sie verstanden, was ihr Vater sagte, doch sie konnten es nicht wirklich verstehen. Ihre Mutter soll tot sein?

Die Freundin und ihr Partner versprachen Oliver, so viel sie nur konnten mit den Formularen und Dokumenten, welche nun ausgefüllt werden mussten, zu helfen und zu organisieren, und das taten sie auch. Oliver war unglaublich froh, dass sie ihm halfen. Denn er funktionierte in diesem Moment zwar, und doch wollte er sich vor allem um seine Kinder kümmern können.

Dennoch wollten die beiden Helfer, sobald er das Thema Suizid und dessen Gründe ansprach, nicht mehr weitersprechen und sagten ihm, dass sie nicht gut auf das Thema zu sprechen seien.

Er wollte jedoch darüber sprechen; was und weshalb dies passiert war. Ihm war es wichtig zu verstehen und auch zu erkennen, ob er irgendwelche Anzeichen hätte bemerken sollen. Er wollte nicht mehr wütend auf Leilani sein und darauf, dass sie so viele Menschen verlassen hatte und dadurch zutiefst verletzt hatte. Er versuchte mit Freunden darüber zu sprechen, doch viele sagten ihm, dass sie nicht wussten, was sie sagen sollten und wünschten ihm viel Kraft. Das Gespräch wurde danach oftmals abrupt beendet.

Seine Mutter und er hatten eigentlich eine gute Bindung, zudem hatte sie auch eine recht gute Bindung zu Leilani.

Somit entschied er sich dazu, mit ihr über das Ganze zu sprechen; in der Hoffnung, dass wenigstens sie verständnisvoll genug war, mit ihm über das Thema zu sprechen.

Als sie zu Besuch war und er anfang, darüber zu sprechen, unterbrach sie ihn ganz plötzlich:

«Ich kann nicht darüber sprechen. Bitte, können wir nicht über deine Kinder oder die Arbeit sprechen?»

Oliver sah sie verdutzt an. Im Moment konnte er doch nicht über die Arbeit sprechen. Wie sollte das auch gehen. Er konnte das Thema doch nicht nach knapp einem Monat abschliessen und nie mehr wieder ansprechen. Er würde verrückt, täte er dies. Seine Mutter sah, wie verdutzt und bestürzt ihr Sohn aussah und erklärte ihm danach: «Ach weisst du, das ist nichts gegen dich, aber die Leute wollen nun einmal nicht über so etwas Schlimmes und Schwieriges sprechen, die haben Mühe damit. Ich ja auch, ich gehöre zu diesen Leuten. Ist auch ein sensibles Thema. Denk doch an deine Kinder, die sollten das nicht mitbekommen, findest du nicht auch?».

Warum versuchten ihn alle verstummen zu lassen? Warum sprach niemand mit ihm über das, was ihn innerlich zum Schreien brachte? Es musste darüber gesprochen werden. Er konnte es nicht glauben, wie niemand daran dachte, dass es nur noch weitere Opfer gab, welche ihren suizidalen Gedanken unterlagen, wenn niemand über Suizid sprechen durfte. Wieso konnte ihn niemand verstehen?

«Nein, finde ich nicht. Du kannst den Suizid doch nicht verhindern, indem du ihn einfach totschweigst. Du erreichst damit das Gegenteil», brachte er ihr wütend entgegen. Sie tätschelte ihm nur mitleidig die Schulter und riet ihm, zu einem Therapeuten zu gehen. Danach verschwand sie schon bald wieder.

Er konnte es nicht fassen, er fühlte sich so unbeschreiblich einsam und allein gelassen. Gefangen, allein mit seinen Gedanken und seinen Gefühlen, welche mehr einem dunklen Loch entsprachen. Es kochte Wut in ihm auf. Wie konnten die Menschen nur so ignorant sein? Wie konnte Leilani nur so etwas Schreckliches tun? Er versuchte zu verstehen, doch niemand, der früher einmal versprach, immer für ihn da zu sein, wollte ihm dabei helfen, und niemand konnte ihn verstehen. Aus seiner Wut entstand Hass. Nicht der Hass auf Leilani, doch mehr auf die Gesellschaft, auf die Welt.

Die Welt war früher etwas Liebenswertes für ihn. Trotz des ganzen

Leids und der traurigen Wahrheiten, welche auf der Welt existierten, war er für jeden Tag dankbar, für all das, was er besitzen und erleben durfte. Er empfand viel Liebe für seine Mitmenschen. Er liebte alle anderen und versuchte, alles für sie zu tun, weil er sich selbst nicht liebte. Doch diese Liebe wurde schneller zu Hass, als dass er es selbst hätte kontrollieren können; ein Ereignis, so klein wie eine Beleidigung oder so gross wie der Suizid seiner Frau und schon bald hasste er die Welt, weil er sich selbst zu hassen begann.

Er wusste, dass er seine Kinder bei sich behalten wollte und für sie da sein wollte, doch er konnte dies nicht, zumindest nicht, bis er endlich einen Ansatz von innerem Frieden gefunden hatte. Somit entschied er sich dazu, seine Kinder der guten Freundin und deren Partner von nebenan zu geben. Diese waren sofort bereit dazu, ihn zu unterstützen und nahmen die Kinder für eine Zeit lang bei sich auf. Er fühlte sich dadurch noch einsamer und allein, doch er wusste, dass es auch für die Kinder das Beste war, ihren Vater nicht in einem Gefühlschaos zwischen Depression und Aggression zu sehen. Hin- und hergerissen zwischen dem Einreden, dass der Suizid ein psychischer Unfall und ein Ausnahmezustand war und der Frage, ob sie nicht doch daran gedacht hatte, was sie alles hinter sich liess und ob sie nicht doch sie alle verlassen wollte? Denn sie tat dies ja auch.

In der Zeit, in welcher seine Kinder weg waren, hatte er viel Zeit zum Nachdenken. Ihm kam ein Gespräch in den Sinn, welches er kurz vor dem Suizid mit Leilani hatte. Die Züge hatten an diesem Morgen Verzögerungen, da es einen Personenunfall auf der Strecke gab; einen Suizid. Sie sprachen darüber, wie verzweifelt ein Mensch sein musste, dass er so einen schrecklichen Tod für ihn und auch für den Zugfahrer wählte. Sie waren sich beide einig, dass sie niemals so stark in Verzweiflung versinken würden; sie wären füreinander da. Die Vorstellung, dass sie jedoch genau diesen Tod wählte, schmerzte ihn. Sie musste das Leben so sehr gehasst haben, sodass sie aus lauter Verzweiflung keinen anderen Ausweg mehr sah. Doch weshalb sprach sie nicht mit ihm darüber? Sie hatten es sich doch versprochen, sie wären füreinander da und vielleicht hätte er ihr ja helfen können.

Er versank immer weiter in Gedanken und verliess sein Bett nicht

mehr. Nach einigen Tagen entschied er sich dann aber trotzdem dazu, aufzustehen und spazieren zu gehen. Es hatte ihm schon immer gutgetan, in der Natur von beruhigender Stille und doch zahlreichem Leben, wie Bäumen, Krabbeltierchen und Blumen, umgeben zu sein. Der Wald war nicht weit von seinem Zuhause entfernt. Es war kühl, doch das störte ihn nicht. Er mochte die Kälte, das war schon immer so. Währenddem er auf dem Kiesweg in Richtung Wald lief, entdeckte er eine Frau, welche an ihrem Mann bemerklich herumnörgelte. Als er näherkam, hörte er, wie sie ihm vorwarf, dass er doch gefälligst auch einmal auf sie hören sollte; ihr Mann hörte ihr offensichtlich nicht zu.

Oliver fand diesen Mann abscheulich. Er fand seine Art abscheulich, was er trug, was er sagte oder gerade eben nicht sagte und auch wie er nicht verstehen wollte. Seine blau funkelnden Augen und sein ganzes runzeliges Gesicht waren ihm zuwider. Die Frau hatte zu viele Gesichtsausdrücke und er hasste es. Er verabscheute das Paar, auch wenn er noch nie ein Wort mit ihnen gewechselt hatte und nicht die geringste Ahnung hatte, wer die Leute waren. Er hasste alles an ihnen. Doch musste er bald bemerken, dass alles, was er an ihnen hasste, er selbst war. Oliver war selbst einer dieser Leute, welche er so sehr verabscheute; nein, schlimmer, er war alles, was er an ihnen hasste. Er verabscheute sich selbst doch immer noch zu sehr, um nicht auch einen Hass gegen diese fremden Leute zu hegen. Einen Hass hatte er auf seine Emotionen, auf seine Ansprüche, auf seine Fehler und auf seine Unfähigkeit, zuzuhören und zu erkennen; so glaubte er zumindest.

Voller Knoten im Kopf lief Oliver in den Wald. Er dachte schon einmal selbst an Suizid, aber das nur ganz kurz, denn er wollte für seine Kinder stark sein und bleiben.

Im Wald lief er zu seinem Lieblingsplatz, einer hölzernen Bank, welche mit einem Baum zusammen auf einer kleinen Erhöhung thronte und über den kleinen Wald blicken liess. Man konnte sogar eine Wiese erkennen, auf welcher manchmal Kühe weideten. An diesem Tag waren jedoch keine Kühe darauf zu finden.

Während er auf der Bank sass, atmete er einige Male tief ein und aus.

Es tat gut, endlich wieder frische, kühle Luft in seine Lungen zu lassen. Er dachte über Leilani nach und versuchte seine Wut zu beseitigen; er wollte nicht mehr wütend sein, es kostete ihm zu viel unnötige Kraft, welche er sowieso nicht hatte. Er konnte aber einfach nicht loslassen.

Er starrte weiter den braun-grünen Waldboden an. Während er dies tat, wurde es plötzlich ganz hell um ihn herum. Die Tannen wurden von Licht überstrahlt und den Boden erkannte er nicht mehr. Er sah auf einmal massenhaft Licht. Das Licht wärmte ihn und obwohl es im Wald kalt war, hatte er das Gefühl, ihm würde warm, jedoch nicht unangenehm warm; er fühlte sich wohl. Er blinzelte einige Male mit seinen Augen und schliesslich verschwand das Licht wieder.

Erklären konnte er sich dieses Erlebnis nicht, vielleicht war er auch einfach nur übermüdet. Doch ihm war durch die Wärme und Schönheit dieses Lichts klar, dass er nicht weiter einen Hass gegen sich und die Welt hegen konnte. Er wollte wieder fähig sein, für seine Kinder ein guter Vater zu sein. Die Kinder würden von dieser Wunde, welche Leilani hinterliess, für immer eine Narbe tragen und dadurch auch als Persönlichkeit geformt werden, doch Oliver wollte dafür sorgen, dass sie sich nicht für ihre Narbe schämen und dass nicht nur sie, sondern auch er erkennen kann, dass die Narbe irgendwann nicht mehr die ganze Gegenwart ausmacht, sondern eine schmerzhaftige Erinnerung in der Vergangenheit darstellt.

Seinen ersten Schritt ans heilende Ziel machte er, indem er das Grab Leilanis besuchte. Er brachte Narzissen mit, um sie auf ihr Grab zu legen. Narzissen, denn sie war sein lieblichster Narzisst. Auch wenn er wusste, dass Suizid nicht narzisstisch oder selbstsüchtig war, konnte er doch nicht anders, als möglichst nur teilweise so darüber zu denken, zumindest über sie. Er konnte ihr nicht vollständig vergeben, doch so schwer sie es auch haben, Leilani war nicht zu beneiden. Ihre Schmerzen, welche sie durchmachen musste, sodass sie sich dafür entschied, die Welt zu verlassen, mussten unglaublich schlimm gewesen sein, und das erkannte er nun.

Der Verlust von ihr fühlte sich an wie eine Verletzung, welche ihm zugefügt wurde, doch er bemerkte an diesem Tag, dass er die

Verletzung endlich vernarben lassen konnte, anstelle des Wiederaufreissens dieser.

Sie verwuchs und blutete nicht mehr, und doch blieb die Erinnerung für immer, das wusste er. Er war geprägt, doch er beschloss nun, dass er lernen möchte, damit umzugehen.

Er suchte nach einer Selbsthilfegruppe, da er endlich darüber sprechen wollte, was er fühlte und was geschah, ohne dass ihm die Worte unterbunden wurde.

Dank der Selbsthilfegruppe, in welcher er schliesslich über das Geschehene sprechen konnte, fühlte er sich endlich verstanden.

Er wusste nicht, ob er Leilani jemals vergeben konnte und doch wusste er, dass er selbst weiterleben musste, konnte und allem voran: wollte.

Denn sie war seine lieblichste Narzisstin und das war in Ordnung.





Alle Illustrationen wurden von der  
Autorin selbst erstellt.