Im engsten Familienkreis

Tod Ein Suizid hinterlässt Angehörige verletzt, fassungslos, verstört, wütend. Vom Umgang mit einem Tabu – und einer schwierigen Trauer. *Von Katja Thimm*

An einem späten Mittwochabend im Januar 2011 tritt Siegfried Horsch vor die Tür seines neu errichteten Einfamilienhauses. Drinnen im Wohnzimmer sitzt seine Frau, sie haben nach einem langen Arbeitstag bis eben gemeinsam ferngesehen. Ihre Tochter Charlotte, die kurz vor dem Abitur steht, hat sich bereits ins Bett verabschiedet. Am nächsten Tag soll die Müllabfuhr kommen.

Ein Auto bremst, als Siegfried Horsch noch rasch die Tonnen zurechtstellt. Ob dieses Haus, ja, genau dieses hier oben auf der Höhe in Eggenfelden, die Nummer 40 trage, wollen die Männer hinter dem heruntersurrenden Wagenfenster wissen. Da seien sie schon richtig, antwortet Siegfried Horsch. Und weil er es bizarr findet, zwei Polizisten um diese Uhrzeit vor seinem Haus in der kleinen niederbayerischen Stadt, fragt er noch lächelnd, ob er etwas angestellt habe. Das sei ja hier wie beim „Tatort“.

Ob sie erst einmal hereinkommen dürften? Der Ton klingt offiziell. Und alles Unglück ist darin bereits enthalten.

Ob er einen Sohn habe, fragen die Beamten weiter, als sie mit Siegfried Horsch im Flur stehen, die Knie zittern ihm da längst. In Wien? Es habe dort einen Schienenunfall gegeben. Doch, doch, sagen sie, als er protestieren will, hier, bitte schön, ein Amtsschreiben aus Österreich. *Horsch, Elias* liest der Vater und begreift, dass er seiner Frau nun Entsetzliches mitteilen muss. Mühsam geht er zum Sofa, das Wort Suizid steht im Raum, dann schreit Susanne Fellmann-Horsch, die Beamten sollten die richtigen Eltern suchen.

Ihr Sohn? Niemals!

Die Tochter kommt die Treppe hinuntergelaufen, weil sie die Mutter weinen hört. Bald darauf klingelt der Notarzt, der den Schock abfangen soll. Die heitere Normalität im Leben von Familie Horsch ist da nur noch Erinnerung.

In jeder 52. Minute tötet sich in Deutschland ein Mensch. Es sind in jedem Jahr etwa 10 000 Männer, Frauen, Jungen und Mädchen. Die Zahl jener, denen ein Verkehrsunfall, Mord, Totschlag, illegale Drogen und Aids das Leben nehmen, ist geringer.

Nicht ohne Grund beherrscht das Thema dennoch selten die öffentlichen Debatten: Spätestens seit Johann Wolfgang von Goethe vor fast 250 Jahren „Die Leiden des jungen Werther“ literarisch überhöhte, regen Berichte über Selbsttötungen Nachahmer an. „Kognitive Verfügbarkeit“ nennen Suizidforscher dieses Phänomen. Wer hoffnungslos verzweifelt ist, hält die beschriebenen Beispiele mit einem Mal für einen Weg.

Journalisten sind daher aufgefordert, sich zurückzunehmen. Sie sollen weder Methoden noch Tatorte detailliert schildern und auch Umstände und Motive nicht idealisieren. Selbsttötungen sind selten ein Ausdruck innerer Freiheit – sondern in der Regel das tragische Ende einer seelischen Krankheit oder einer als ausweglos empfundenen Hoffnungslosigkeit.

Bei all der gebotenen Zurückhaltung allerdings rückt das Leid der Hinterbliebenen in den Hintergrund. Es ist jedoch

Vater Siegfried Horsch
Den Dingen wie Naturgewalten ihren Lauf lassen

allgegenwärtig: Zwischen 60 000 und 80 000 Menschen verlieren jedes Jahr in Deutschland einen engen Vertrauten durch Suizid. Und auch Bekannte, Sportfreunde, Nachbarn, Kollegen und entfernte Verwandte trauern. Es sind, im Laufe von zehn Jahren, insgesamt etwa zwei Millionen.

Sie müssen sich mit einem Tod auseinandersetzen, den noch mehr Last beschwert, als es das Sterben ohnehin mit sich bringt. Der Leichnam liegt in der Gerichtsmedizin, manchmal derart zerstört, dass eine letzte Begegnung nicht möglich ist. Ermittelnde Polizisten beschlagnahmen Abschiedsbriefe, um einen Mord auszuschließen. Im Briefkasten landen Rechnungen für eine Gleisreinigung. Traumatisierte Lokführer fordern Schadensersatz. Sachbearbeiter von Lebensversicherungen recherchieren im Privatleben.

„Komplizierte Trauer“ nennen Experten den Gemütszustand, der jahrelang andauern und einen unbändigen Haufen außer Kontrolle geratener Gefühle bedeuten kann. Wut und Starre, Hoffnungslosigkeit und Sehnsucht, Scham und Schuld. Verletzte Liebe, verratene Freundschaft. Zweifel an der Vergangenheit, Zweifel an sich selbst. Und zwei ständig wiederkehrende, zermürbende Gedanken:

Warum?

Und wie soll es jetzt weitergehen?

Ein Suizid stellt immer die Frage nach dem Leben. Oft suchen die Hinterbliebenen jahrelang nach Antworten. Anders als Familie Horsch jedoch scheuen viele davor zurück, sich dabei zu erkennen zu geben.

Eine dunkelhaarige Frau stellt in einem Dorf im Süden Deutschlands Wassergläser auf den Wohnzimmertisch. Ihre Gesten wirken zurückhaltend, erschöpft. Eine Freundin sitzt am Tisch, sie hat weiche Gesichtszüge, nur um die Augen häufen sich Falten. Es sind verweinte Augen.

Die beiden haben beschlossen, dieses Gespräch gemeinsam zu bestreiten. Sie wollen einander stützen, der Suizid ihrer Männer, vor fünf und vor zehn Jahren, raubt ihnen an manchen Tagen noch immer die Fassung. „Es wäre so entlastend, wenn wir in unserer Gesellschaft offener mit dem Thema umgingen“, sagt die Freundin. „Mir zumindest hätte es geholfen, schneller wieder Hoffnung zu fassen.“

Die Dunkelhaarige nickt. „Du hast schon recht“, sagt sie. „Bloß wollen wir selbst ja auch anonym bleiben.“

Keine Namen, keine Ortsangaben, nur das Alter: 46 Jahre die Freundin, 52 Jahre die Gastgeberin. Die Jüngere, die Ältere; beide Lehrerin, kennengelernt haben sie sich in einer Selbsthilfegruppe. In mehr als 50 Städten bietet „Agus“, der bundesweit größte Verein für Angehörige von Suizidtoten, regelmäßig Treffen an. Seit einiger Zeit leiten die Freundinnen eine Gruppe, doch auch mit diesem Ehrenamt wollen sie öffentlich nicht in Verbindung gebracht werden. Sie haben sich ausgemalt, wie andere reagieren könnten. Personalchefs, die in den Bewerbungsgesprächen der Kinder auf die Tat des Vaters zu sprechen kämen. Oder Eltern von Schülern, die im Fall umstrittener Noten behaupten könnten, die Frau eines Selbstmörders sei als Lehrerin untragbar.

„Ich weiß natürlich nicht, ob es so wäre“, sagt die Jüngere. Aber sie erinnert sich an die Blicke, die sie nach dem Suizid ihres Mannes im Dorf zu spüren meinte: zurückhaltend, aber schaulustig. „Als haftete ein unheimlicher Makel an mir.“

Bei den Leuten beginne dann ja dieses Kino im Kopf, setzt die Ältere nach. „Was denn, wie denn, wieso denn?“

Es sind mächtige Bilder, die das Kopfkino abzuspielen weiß, und oft Metaphern des Versagens: ein Schlussstrich nach elendem Scheitern. Eine Familie, in der etwas falsch gelaufen sein muss – sonst hätte ja jemand etwas gemerkt. Jahrhundertealte Mythen spielen mit hinein in diesen Film, außerdem Aberglaube und religiöse Lehren, in denen Suizidtote als Besessene des Teufels irrlichtern. Viel Schuld, viel Sünde. Erst seit 1983 sind katholische Priester dazu verpflichtet, Menschen zu beerdigen, die sich das Leben genommen haben. Auch das Recht vieler europäischer Staaten setzte Selbsttötung lange mit Verbrechen gleich. Die gängige Rede vom Selbstmörder verweist bis heute darauf, sie liefert dem Kopfkino weitere Szenen: Ein Mörder, so heißt es im Strafgesetzbuch, tötet aus niedrigen Beweggründen, heimtückisch oder mit gemeingefährlichen Mitteln.

Wie häufig im Kino haben die Bilder wenig mit der Wirklichkeit gemein. Doch sie verstärken das Tabu – und damit das Unglück der Angehörigen. Die Hinterbliebenen quält ohnehin die Frage nach der Schuld; und nahezu alle, so urteilt der Psychotherapeut David Althaus, beherrsche zeitweilig selbst eine Todessehnsucht, „Nachsterbewunsch“ nennen die Fachleute den verzweifelten Zustand. Althaus hat sich auf Fälle komplizierter Trauer spezialisiert und gemeinsam mit Angehörigen auch ein Buch darüber verfasst*. Fast alle berichten sie von einem Gefühl sozialer Isolation: Angesichts der scheinbar normalen Existenz ihrer Mitmenschen fühlen sie sich mit ihren Erfahrungen wie verloren.

Man stecke, so sagt es die Ältere, ja für den Rest des Lebens in Nöten. Sie ist Ma-

Grabstelle von Elias
„Es waren Freunde hier, wie schön“

* David Althaus: „Zeig mir deine Wunde“. C.H. Beck Verlag; 272 Seiten; 16,95 Euro.

thematikerin, ein „strukturierter Mensch“, wie sie sagt, dem Dasein eine Form zu geben war immer ihr Ziel. Ehe, Familie, Beruf, Urlaube, die Mitgliedschaft in der katholischen Kirche; jedem Kissen, jedem Buch in ihrem Wohnzimmer gehört sein Platz. „Wenn einmal Enkel da sind, was soll ich denen antworten?“, fragt sie sich nun. „Dass ihr Opa uns allen das Lebensvorbild genommen hat: eine Familie, die gemeinsam kämpft? Und dass meine Liebe ihn nicht halten konnte?“

Keinen dieser Gedanken ließ sie in den ersten Wochen nach der Todesnachricht zu. Überhaupt erlaubte sie dem Abgrund der eigenen Gefühle keinen Raum. Die Söhne brauchten Zuversicht, sie waren 9, 13 und 18 Jahre alt, sie brauchten Aufmerksamkeit, warme Mahlzeiten und gewaschene Fußballtrikots. Sie hatten erlebt, wie ein Polizist die Zahnbürste ihres Vaters aus dem Badezimmer einpackte, um die DNA-Probe mit denen aufgefundener Leichen abzugleichen. Sie hatten gehört, wie ein anderer die Nachricht von seinem Tod im Wald überbrachte. Sie durften nicht auch noch aus dem Alltag fallen.

Dabei bereitete es den beiden Freundinnen bereits Mühe, die Familienszenen in den Werbespots der Fernsehsender zu ertragen. Auf allen Fotos ihrer Kinder, bei Schulabschlüssen, Geburtstagsfeiern und anderen Meilensteinen, würden fortan nur noch sie zu sehen sein. Sie sehnten sich derart nach Normalität, dass ihnen die Fantasie in manchen Momenten das alte Leben vorgaukelte. Hörte die Jüngere ein Motorradgeräusch, meinte sie, ihr Mann komme nach Hause. Die Ältere hielt in wachen Nächten Zwiesprache mit dem Toten; sie fühlte sich ihm so nah, dass ihr der Verlust wie ein Hirngespinst erschien.

Am Morgen aber fehlte der Mann, mit dem sie 22 Jahre lang verheiratet gewesen war. Und bald schon sprachen Nachbarn und Bekannte seinen Namen kaum mehr aus, weil sie nicht wussten, wie es sich am besten an solch einen Verstorbenen erinnern lässt. Die Witwe stellte Fotos auf, um ihn in der Familie zu halten, und neben das gerahmte Porträt auf der Kommode rückte sie eine Kerze. Die Söhne aber, die eigene Kämpfe mit dem abwesenden Vater durchzustehen hatten, beschwerte der Anblick des Möbels. Wie ein Altar stand er da, erinnerte an das Tabu und verschreckte manche Freunde.

Mutter Susanne Fellmann-Horsch: Stoffkunst, die sie zerriss und löchrig neu zusammensetzte

Im April 2015 spaziert Familie Horsch an einem Samstag nach dem Mittagessen zum Friedhof. Vögel zwitschern, und die Luft riecht nach Frühling. Endlich, sagt Siegfried Horsch, es tröstet ihn jedes Jahr, wenn die Natur auflebt. Auf dem Grab steht eine Giraffe aus Perlen zwischen den Blumen, sie stammt aus dem Waisenhaus in Südafrika, wo Elias nach der Schulzeit ein Jahr lang arbeitete. Ein schlanker Stein umschließt eine Bronzeplatte, darauf die Inschrift „Die Liebe bleibt“. Bei den Narzissen steckt eine Vogelfeder in der Erde. „Es waren Freunde hier“, sagt Siegfried Horsch. „Wie schön.“

Die Eltern gehen täglich zum Friedhof. Sie haben beschlossen, ihn als Teil ihres Lebens zu betrachten. Dieser Tod habe ihnen nur eine Möglichkeit gelassen, sagten sie sich: Sie mussten versuchen, sich mit ihm anzufreunden. „Nimmt sich ein Kind das Leben, finde ich keinen Frieden, wenn ich Totsein nur schrecklich finde“, argumentierte die Mutter in ihren Gedanken.

Zwei Tage nach dem Unglück hatte die Rechtsmedizinerin in Wien den Leichnam freigegeben. Als der Sarg nachmittags in Eggenfelden am Friedhof eintraf, trug die Familie Stühle, Decken und Kerzen in die Totenhalle. Stundenlang saßen sie dort und nahmen Abschied von Elias, der vor ihnen in dem Kasten aus Holz unter einem der kunstvoll genähten Quilts lag, die seine Mutter sonst in Ausstellungen zeigt.

Lauter Erinnerungen. Elias als Zweijähriger, blond und neugierig, am liebsten be-

trachtet er Wimmelbücher von Ali Mitgutsch. Elias im Kindergartenalter auf dem Bauernhof, den der Vater noch immer bewirtschaftet. Elias, der in der Grundschule Badehose und Gummistiefel über die Kleider zieht, weil er ein Taucher sein will. Elias als Gymnasiast; Schlagzeug spielt er und Tennis, ist Mitglied bei den Grünen und demonstriert für die Rechte von Flüchtlingen. Elias in seinem letzten Jahr.

Ungestüm wie eh und je, begierig auf alles, oft in heftige Diskussionen verwickelt und meist mit Charme auf der Gewinnerseite. Intelligente Gesichtszüge, mittellange Locken, ein offener Blick. Nach der Rückkehr aus Südafrika reist er mit Freunden durch Marokko, bevor das Studium in Wien beginnt. Schwerpunkt Entwicklungspolitik, alles erscheint passend. Nur die Wärme Afrikas vermisst er, als die Eltern ihn im November an seinem 22. Geburtstag besuchen. Sie ziehen los, um gefütterte Schuhe zu kaufen, und nach ihrer Abreise schickt die Mutter jede Woche zehn Euro für Vitaminkost. Die Weihnachtsferien bringen ein Wiedersehen. Elias fährt Ski, scherzt wie gewohnt und plaudert abends mit dem Vater beim Bier.

Der hat was, sagt die Mutter trotzdem, weil der Sohn oft schlecht schläft und ihr so unruhig vorkommt. Sie denkt an Prüfungssorgen. Das Studium, das ihn anfangs nur begeisterte, scheint ihn mehr herauszufordern als gedacht.

Der wird endlich erwachsen, entgegnet der Vater. Immerhin hat Elias 150 Seiten Literatur kopiert, um für die anstehenden Prüfungen zu lernen. Dass sich der erfolgsgewohnte Sohn nun einmal mit Zweifeln auseinandersetzen muss, hält Siegfried Horsch eher für wünschenswert. Einem Freund, der ihn in dieser Zeit nach den Kindern fragt, antwortet er: „Elias studiert jetzt Internationale Entwicklung. Aber alles andere wäre genauso gut. Um den Elias muss ich mir keine Sorgen machen.“

Vier Tage nach den Weihnachtsferien ist der Sohn tot. Wäre er beim Klettern abgestürzt oder bei einer Erkundungstour durch einen Slum erschossen worden, hätte es die Familie leichter begreifen können. Dass er sich aber selbst tötete, schien in das Puzzle seines Lebens nicht zu passen.

Der Blick vom Grab reicht bis in den Garten, nur eine Bahntrasse trennt den Friedhof vom Grundstück der Familie Horsch. „Wisst ihr noch“, sagt die Tochter, „wie bei der Beerdigung immer wieder Züge vorbeifuhren? Wir standen hier alle und hörten das Rattern. Das war so krass.“

Siebenhundert Menschen waren gekommen. Die Eltern hatten entschieden, die letzte Feier für Elias so auszurichten, wie er gelebt hatte: mit vielen Freunden, viel Musik und großem Gottvertrauen. Sie hatten Lieder von guten Mächten, Trost und Geborgenheit gesungen, vorbehaltlos, wie es ihnen heute nicht mehr möglich wäre. Ihr Glaube habe zeitversetzt doch gelitten, so sagt es die Mutter. Sie sucht nun statt in Psalmen in Gedichten einen Trost. Die Tochter würde sich nicht wieder taufen lassen. Und der Vater, der ab und an noch einen Gottesdienst besucht, sitzt dann oft da und zweifelt an der frohen Botschaft.

Sie hätten diesen Tod in Betracht ziehen müssen, meinen die beiden Lehrerinnen. Heute sehen sie es so. „Damals“, urteilt die Jüngere, „war ich dazu nicht in der Lage.“

Ihr Mann, ein wortgewaltiger Psychologe, 15 Jahre älter als sie, war ihr zuweilen ohne ersichtlichen Grund übermäßig aufbrausend vorgekommen. Dass er in solchen Momenten unter den manischen Phasen einer Depression litt, erkannte sie erst nach seinem Tod. Zweimal hatte er schon versucht, sich das Leben zu nehmen. Doch als er sich gleich am nächsten Tag wieder klug und überlegen gab, als er argumentierte und von dem größten Fehler sprach, flüchtete sie dankbar in die alte Normalität.

„Ich weiß, es klingt verrückt“, sagt sie. „Aber der Gedanke, es könne tatsächlich geschehen, bedrohte unser ganzes Lebensarrangement. Er war so gefährlich. Ich konnte ihn nur so weit wie möglich wegschieben.“

Heute wünscht sie sich, sie hätte seinen Arzt gebeten, sie über die Symptome aufzuklären. Sie weiß mittlerweile, dass Angehörige psychisch kranker Menschen das Ausmaß der Diagnose aus eigenem Antrieb oft nicht wahrhaben wollen oder verdrängen. Beide Frauen haben seit dem Tod ihrer Männer zahlreiche Fachbücher gelesen, sie haben Tagungen besucht, Vorträge gehört. Die Zahlen, die kühlen Fakten helfen ihnen zu verstehen, was geschehen ist.

Sie kannte ihn als willensstarken Erfolgsmenschen, sie dachte nicht an eine Depression.

Alle fünf Minuten, so schätzen Experten, versucht ein Mensch in Deutschland, sich das Leben zu nehmen. Die Zahl der Frauen überwiegt in dieser Gruppe, während der Anteil der Männer unter den Toten höher ist. Männer wählen eher Methoden, die eine größere physische Kraft entfalten und dadurch schneller wirken. Außerdem, so lautet eine zweite Erklärung, seien sie sozial oft weniger eingebunden und würden daher seltener rechtzeitig aufgefunden. Und drittens scheuten sie eher davor zurück, bei seelischen Problemen Hilfe anzunehmen. Nahezu jeder 50. Todesfall von Männern ist ein Suizid; in der Altersgruppe der über Achtzigjährigen ist der Anteil am höchsten. Gleichzeitig gilt: An keiner anderen Todesart sterben mehr Jugendliche und junge Erwachsene.

Es kann, das ist die Botschaft solcher Zahlen, theoretisch jede Familie treffen. Besonders häufig gefährdet sind Menschen, die an einer Schizophrenie, psychotischen Zuständen, ausgeprägten Persönlichkeitsstörungen oder, wie die Männer der beiden Lehrerinnen, an einer schweren Form der Depression leiden. Rund vier Millionen Menschen in Deutschland kämpfen mit der Krankheit, die bleierne Antriebslosigkeit, elementare Hoffnungslosigkeit, Ängste, zerstörerische Selbstzweifel und rastlose Unruhe mit sich bringen kann. Oft ist sie erblich bedingt, manchmal ist die Verwundbarkeit eine Folge traumatischer Erlebnisse in früher Kindheit. Alles und nichts kann die Krankheit dann auslösen: der Tod eines Menschen, ein Umzug, ein Karriereschritt, dauerhafte Überlastung oder eben der übliche Alltag.

„Ich habe den Leidensdruck meines Mannes am Anfang unterschätzt“, sagt die Ältere. „Er hat sich von allem überfordert gefühlt, es aber nie klar ausgesprochen.“ Erst hatte er sich nicht mehr von seinem sterbenden Vater verabschieden können, dann verfiel die Mutter in der Demenz, schließlich verlor er seinen Arbeitsplatz als Geschäftsführer. Dass er immer häufiger über Kleinigkeiten wütete, schob seine Frau auf diese Umstände. Sie kannte ihn als willensstarken Erfolgsmenschen, sie dachte nicht an eine Depression. Ob es etwas geändert hätte, wenn er frühzeitig Hilfe bekommen hätte? Auch in dieser quälenden Frage, sagt sie, suche sie dann Beistand bei den nüchternen Fakten.

Die Statistik legt nahe, dass sich Suizide vielfach durch eine rechtzeitige Behandlung verhindern lassen: Pro Tag nehmen sich mittlerweile 20 Menschen weniger das Leben als noch vor 30 Jahren. Es ist ein Rückgang von 45 Prozent; und Experten wie Ulrich Hegerl, einer der führenden Suizidforscher in Deutschland, erklären den Erfolg mit einer verbesserten Diagnostik, Therapie und Vorsorge. Hegerl ist Professor für Psychiatrie am Universitätsklinikum in Leipzig, er verantwortet auch die Projekte der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Hilfesuchende können dort zum Beispiel in moderierten Internetforen Fragen stellen oder telefonisch Rat einholen; die von Suiziden hochgradig betroffene Deutsche Bahn AG beteiligt sich finanziell an den Präventionsangeboten. Auch das Deutsche Bündnis gegen Depression hat in der Leipziger Klinik sein zentrales Büro. Das Netzwerk, in dem Ärzte, Pädagogen, Therapeuten und Vertreter anderer sozialer Berufe Hilfe leisten, findet sich mittlerweile in mehr als 75 Städten und Regionen. Als es vor

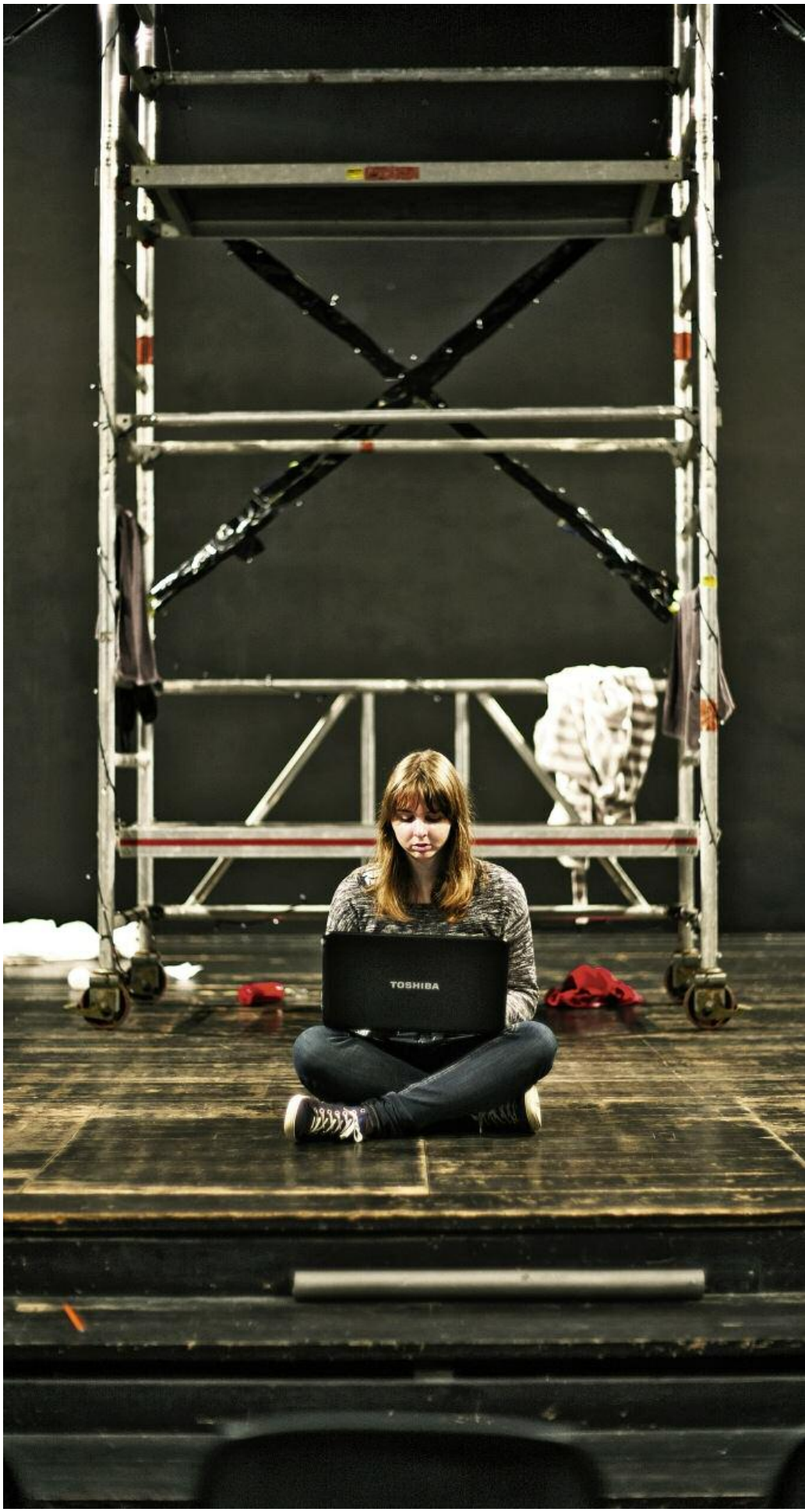
14 Jahren in Nürnberg entstand, sank die Zahl der Selbsttötungen und Suizidversuche in der Gegend innerhalb von zwölf Monaten um 26 Prozent.

Eine Erfolgsgeschichte. Doch die Kranken müssen bereit sein, sich auch langfristig behandeln zu lassen. Das Streben nach Autonomie sei bei diesen Patienten überdurchschnittlich hoch, sagt Hegerl; es kommt immer wieder vor, dass sie eigenständig Medikamente absetzen, sobald es ihnen besser zu gehen scheint. Auch wenn medizinisch betrachtet das Gehirn und damit ein Organ erkrankt ist, fühlen sie sich, als wäre ihr Innerstes, ihr Selbst betroffen – und wollen ihre Selbstbestimmtheit nicht Tabletten überlassen. Hinderlich wirkt zudem das nach wie vor verbreitete Stigma. Studien zeigen, dass psychisch kranke Menschen seltener Hilfe bei Ärzten und Therapeuten suchen, wenn sie sich von der Öffentlichkeit skeptisch beäugt fühlen. Ihre Angst, als verrückt zu gelten, wächst, wenn sich die Vorbehalte mehren wie nach dem Flugzeugabsturz im März, als ein kranker Kopilot 149 Menschen mit in den Tod riss. Doch selbst wenn Patienten sich regelmäßig behandeln lassen, ist die Rückkehr in ein intaktes Leben nicht garantiert. In schweren Fällen kann, ähnlich wie bei einem bösartigen Tumorleiden, jede Therapie versagen.

So bedrückend das klinge, so sehr entlaste sie diese Bilanz doch auch, sagt die ältere Lehrerin. „Sie ordnet ein, was war."

Ihr Mann hatte sich in den letzten Monaten allen Ritualen der Familie entzogen, selbst zu Weihnachten verweigerte er die Geschenke. Dem Hausarzt vertraute er schließlich einen Suizidversuch an, aber bereits nach dem vierten Tag in der psychiatrischen Klinik setzte er seine Entlassung durch. Ein erneuter Versuch; er hatte eine einsame Stelle gewählt, doch weil er ein Handy bei sich trug, konnte er rechtzeitig geortet werden. Es folgten Wochen vermeintlicher Stabilität. Tatsächlich aber hatte er seinen endgültigen Entschluss gefasst – und wie viele dieser Patienten wirkte er da, als ginge es ihm endlich besser.

Als eine perfide Täuschung habe sie diese Zeit im Nachhinein empfunden, sagt die Lehrerin. Zuvor hatte sie ein halbes Jahr lang täglich mit einem Unglück gerechnet. Er hatte ihr den Ordner mit der Lebensversicherung gezeigt und an manchen Tagen auf dem Computerbildschirm Internetseiten stehen gelassen, die Auskunft geben über Methoden der Selbsttötung. Sie hatte ihn angefleht, noch einmal einen Arzt aufzusuchen; er hatte geantwortet, dass es nichts ändern würde. Sie hatte davon gesprochen, ihn dann mit Polizeigewalt zwingen zu müssen, doch er hatte abgewinkt, sie solle ihm und sich den Stress ersparen; er finde auf jeden Fall einen Weg. Als sich sein Zustand endlich zu stabilisieren



Schwester Charlotte Horsch: „Ich wusste schon, dass nicht noch etwas passieren durfte"

schien, rührte sie mit keinem Wort an den alten Problemen. Nur kein Rückschritt.

Sie weigerte sich, ihren Mann verloren zu geben. Einer, der sich nicht behandeln lässt, hat wenig Chancen, das wusste die nüchtern denkende Frau. Auch dass rückläufige Zahlen einer Statistik nichts über den Einzelfall aussagen. Und dennoch vertraute sie bis zuletzt auf den Gedanken, dass Hunde, die bellen, nicht beißen.

Seit ihr Sohn tot ist, hat Susanne Fellmann-Horsch keine strahlenden Farben mehr für ihre Stoffkunst verwendet. Das Ehepaar läuft nun oft in einem Wald einen Parcours ab, ein sportlicher Mann mit dunklem, kurz gelocktem Haar und eine blonde Frau mit forschem Schritt. Sie schießen dabei mit Pfeil und Bogen auf die Nachbildungen von Tieren. Es erleichtert sie, das Hin und Her von Spannung und Entspannung in diesen Momenten kontrollieren zu können.

Früher reisten sie in große Städte. Sie tanzten, häufig und lustvoll, doch so viel verkörperte Lebensfreude ist für die Frau noch immer unvorstellbar. Vor allem im ersten Jahr haben die Eheleute überwiegend Gedanken sortiert. Stundenlanges Schweigen, stundenlange Gespräche. Jede Erinnerung an den Sohn hatten sie in ihrem Gedächtnis überprüft, mögliche Fehler, Versäumnisse. Ob Elias bereits an Suizid dachte, als er in den Ferien Paulo Coelhos Buch aus dem Regal zog. Ob er eine falsche Spur legen wollte, als er den Titel vorlas, „Veronika beschließt zu sterben“, und dann sagte: „Mich umbringen, das könnte ich nicht.“ Und wie sie als Familie nun überhaupt weiterleben sollten.

Sie hatten ihre Zweifel und Empfindungen schon immer füreinander in Worte gefasst, sie wussten, wie das geht. Es war ihr Glück – so wie der Kreis der Freunde, die für sie kochten und ungefragt beteuerten: Wenn euch das geschieht, kann es jeden treffen. Wenn diese Tragödie Eltern widerfährt, die ihren Kindern so viel Zeit und Zuwendung schenken, ist niemand davor gefeit. Auch nach Gerechtigkeit hatten sie gesucht: Hatten sie nicht immer rechtschaffen gelebt? Sie waren dann, noch so ein Glück, auch fähig, andersherum zu denken. Es gibt so viel Leid auf der Welt, so sagten sie sich. Warum sollten gerade wir davon verschont bleiben?

Und dennoch, meinen sie, hätte es die Familie zerrissen, wenn nicht ein Notfallseelsorger der Gemeinde an der Haustür geklingelt hätte. „Euch ist das Schlimmste passiert, was einem passieren kann“, sagte der bärtige Mann, er kam anfangs fast jeden Tag. Er hörte zu, erteilte Rat, und er schritt ein. „Lasst sie“, sagte er, als Charlotte noch vor dem Tag der Beerdigung in eine Kneipe am Marktplatz zog, zu lauter Musik und Geplapper, „lasst sie! Das passt schon. Jeder trauert anders.“ Es war wie eine Überschrift für alles, was nun anstand.

Susanne Fellmann-Horsch färbte ihre Kleider schwarz. Nacheinander nahm sie den Blusen in Pink und Zyklam in der Waschmaschine die Farbe. Vielleicht wolle sie die Sachen irgendwann noch anziehen, merkte einmal freundlich ihr Mann an; und seine Frau, die inzwischen wieder Hellblau trägt, wies ihn zurück. Niemals! Drei Wochen nach der Beerdigung war sie an ihren Arbeitsplatz als Kunsttherapeutin in einer Kinderklinik zurückgekehrt. Die Routine gab ihr Halt. In der übrigen Zeit aber dachte sie an Elias. Sie weinte dabei, viele Stunden lang am Tag, die Tränen flossen in die nun dunkelfarbenen Quilts, die sie manchmal zerriss, wieder zusammensetzte und dabei Löcher darin beließ. Als der erste Urlaub anstand, legte sie ein Foto von Elias zu Erde und Steinen vom Friedhof in einen kleinen verglasten Holzkasten. Sie nannte das Objekt „mobiles Grab“. Sie hätte es in jeden Koffer stecken können.

Als einen äußerst gründlichen Menschen beschreibt sie sich, und diese Eigenschaft durchzog alle Facetten ihrer Trauer. „Ich bin“, sagt ihr Mann, „vom Friedhof ja mal weggegangen, weil du auf dem Grab herumgetreten hast. Du hattest angekündigt, du müsstest dem Elias richtig eine reingeben.“ Die Familie sitzt nun zu Hause am langen Esstisch, ein selbst gebackener Apfelkuchen, neben dem Foto von Elias brennt eine Kerze. Susanne Fellmann-Horsch lacht, seit einem Jahr klingt es wieder unbefangen. „Ich war so sauer, dass Elias nicht mehr da war“, sagt sie dann. „Richtig aufgebracht. Und du wolltest dir das nicht angucken.“

Er spürte, dass er ein grundlegendes Zutrauen in das Schicksal verloren hatte.

Siegfried Horschs Tränen flossen für andere sichtbar nur wenige Tage. Wut verspürte er nie. Drei Wochen hatte der Landwirt die Arbeit ruhen lassen. Er hatte sich morgens Kaffee zubereitet, den Tag auf dem Sofa verbracht, zwischendrin das Grab besucht und sich abends wie erschlagen gefühlt. Er spürte, dass er ein grundlegendes Zutrauen in das Schicksal verloren hatte. Jeder Anruf spätabends würde fortan Schrecken auslösen. Doch anders als seine Frau verfolgte ihn die Angst nicht bis in den Schlaf. Es war wie auf dem Hof, wo Naturgewalten die Ernten bestimmten und seine Existenz jederzeit gefährden konnten; er musste sich mit dem Lauf der Dinge abfinden. Wie seine Frau hatte er nach dem Tod des Sohnes keine Taste mehr auf dem Klavier anschlagen wollen. Anders als sie aber fand er bald zur Musik zurück. Und als sich beim ersten Auftritt mit der Rock-’n’-Roll-Band der Gedanke an Elias gleich in die ersten Takte schob, gelang es ihm, den toten Sohn in seine Schranken zu verweisen: Elias, das ist mein Leben! Du bist später wieder dran.

Forscher Hegerl
Verbreitetes Stigma

Charlotte Horsch aber funktionierte, wie sie es formuliert. Schultheater, Abiturprüfung, eine Initiative gegen Armut, ein Praktikum. Sie zog nach München, begann ein Studium, verliebte sich. Bis sie den Alltag, den sie erobert hatte, plötzlich nicht mehr bewältigte. Sie schlief kaum noch, sie übergab sich morgens.

Die Tochter schaut die Eltern behutsam an. „Ihr wisst ja, dass ich damals eigentlich nicht leben wollte“, sagt sie dann. „Aber ich wusste schon, dass nicht noch etwas passieren durfte.“ Eine Therapeutin half ihr in ein Gleichgewicht zurück. Das Elternhaus mit seiner Nähe zum Friedhof aber mied Charlotte Horsch monatelang.

„Viele Situationen“, sagt die junge Frau, „waren ja furchtbar anstrengend für uns. Das habe ich erst im Nachhinein begriffen.“

Der Vater nickt. „Dein Abi-Ball“, erwidert er, jeder Schritt hatte ihn beschwert, aber er wollte der Tochter wenigstens einen Ausschnitt der üblichen Fröhlichkeit vermitteln. „Die Hexenjagd“, sagt die Mutter. Sechs Wochen nach der Beerdigung hatte Charlotte in dem Theaterprojekt der Schule eine Hauptrolle gespielt. Die Eltern saßen in der Aula, zum ersten Mal wieder, sie wären am liebsten zu Hause geblieben, aber sie wussten, dass sie in den Alltag

Psychotherapeut Althaus: Ein Gefühl der Isolation

der Kleinstadt zurückkehren mussten, wenn sie sich nicht in ihrer Trauer verlieren wollten. „Weihnachten“, sagt Charlotte; die Mutter hätte das Fest am liebsten abgeschafft, aber die Tochter sehnte sich nach dem vertrauten Ablauf.

Inzwischen isst die Familie zu Heiligabend ein Menü mit mehreren Gängen, damit die Stunden schneller vergehen. Am Todestag reist das Ehepaar nach Wien, die Mutter steckt dann Blumenzwiebeln in die Erde neben die Gleise. Die Eltern sind nun 55 und 58 Jahre alt, jeder Geburtstag erinnert sie daran, dass ein Teil von ihnen nicht weiterlebt. Und wird Charlotte ein Jahr älter, versucht sie beiseitezuschieben, dass der Bruder nicht anruft.

Zum Glück sei da der Brief gewesen, sagt Susanne Fellmann-Horsch. Gefaltet hatte er am Computer auf dem Schreibtisch in Wien geklemmt. Dass er sich so verändert habe, hatte Elias darin geschrieben, dass er sein Leben auf einem Selbstbild aufgebaut habe, das nicht mehr stimme. Und dass er dieses Leben nun, nachdem alles weggebrochen sei, nicht mehr ertrage.

Keiner solle sich Vorwürfe machen. Nicht die besten Eltern, nicht die beste Familie.

Weil er seinen Sohn in alldem nicht wiederentdeckte, brachte Siegfried Horsch den Brief und die E-Mails der zurückliegenden Monate nach der Beerdigung einem Psychotherapeuten. Bei einem Drittel der Suizidtoten, es ist eine Schätzung, liegt wie im Fall von Elias zu Lebzeiten keine Diagnose vor. Dann lässt sich allenfalls im Nachhinein anhand einer „psychologischen Autopsie“ ein Krankheitsbild finden. Der Fachmann sprach von Depression und Tunnelblick. Es war eine Antwort, die Familie Horsch nicht für möglich gehalten hätte, aber als Erklärung annehmen kann.

Denkt der Vater an die letzten drei Tage seines Sohnes, stellt er sich einen jungen Mann vor, der an seinem Schreibtisch zu lernen versucht und sich zum ersten Mal im Leben von grundlegendem Versagen bedroht fühlt. Der nach schlaflosen Nächten beschließt, er halte das nicht mehr aus. Der sein Zimmer aufräumt, den Brief schreibt, auch seinen Mitbewohnern eine Nachricht hinterlässt und dann, gegen drei Uhr nachmittags, losmarschiert.

Diese Ungewissheit, sagt der Vater, diese offenen Fragen – die seien vielleicht die größte Bürde.

Drei Eigenschaften hätten Elias immer bestimmt, sagt Siegfried Horsch. Furchtlosigkeit, Ungeduld und die Unfähigkeit, Grenzen zu akzeptieren. „Diese drei Wesensarten haben sich in dem Moment wohl vereint. Aber ich lege mir das zurecht. Es kann alles anders gewesen sein.“

Diese Ungewissheit, sagt der Vater, diese offenen Fragen – die seien vielleicht die größte Bürde.

Die Lehrerinnen würden am liebsten ein Haus für Angehörige eröffnen. Sie denken an einen vierwöchigen Aufenthalt. Mit Kindern, aber ohne Alltagspflichten; eine Art Sofort-Reha. „Es geht darum zu merken, dass man nach einem Suizid als Angehöriger kein Freak dieser Gesellschaft ist“, sagt die Jüngere. „Und es geht darum, schließlich in ein gutes Leben zurückzufinden. Das gelingt am besten, wenn man Menschen begegnet, die das eigene Schicksal teilen.“

Die Freundinnen kennen das Gefühl aus dem Fichtelgebirge, dort verbringen jedes Jahr im Oktober fast 200 Hinterbliebene ein Wochenende in einem Landgasthof. Vor allem, sagt die Ältere, habe es ihr geholfen, bei anderen zu beobachten, dass Zeit zwar nicht alle Wunden heilt, aber das Leid aus dem Mittelpunkt rücken kann. „Die Kunst besteht ja darin, mit einem Schatten durch das Leben zu gehen. Gerade weil man ihn nie mehr loswird, darf er nicht dauerhaft die Richtung vorgeben.“

Vor einem Jahr ist sie mit ihren Söhnen umgezogen. Bislang hängt in dem neuen Haus kein Bild ihres Mannes. Sie sucht noch nach der richtigen Erinnerungsform; kein Museum, und bloß nicht wieder ein Altar. Ein liebevolles Andenken an den Vater will sie den Kindern ermöglichen. Ein Vorbild aber kann sein Leben nicht abgeben. Dieses Balancieren, sagt sie, sei vielleicht das schwerste Erbe.

In Eggenfelden bereitet Susanne Fellmann-Horsch in diesen Wochen Quilts für eine neue Ausstellung vor. Wenn sie die Stoffe unter die Nähmaschine legt, führt sie oft innere Dialoge mit dem Sohn. Was er von den Farben halte, Grün oder Grau? Und von dem Flüchtlingsdrama, da müssten doch Lösungen her! Im ehemaligen Zimmer des Sohnes übernachten inzwischen Gäste, die Kartons aus Wien stehen im Keller. Seinen Anzug und die guten Hemden hat die Mutter zu den Kleidern in den eigenen Schrank gehängt. Sie mag es, auf Erinnerungen zu stoßen.

Charlotte liebt die „Weißt du noch?“-Geschichten, die sie zu Hause über den Bruder erzählen. Sie hat gerade ihre Bachelorarbeit fertiggestellt; zu dem Münchner Studentenzimmer im fünften Stock gehört ein Balkon, der Blick geht in die Baumwipfel. Anfangs fiel es der Mutter schwer, die Tochter mitsamt ihrer Traurigkeit in dieser Höhe zu wissen. Charlotte Horsch ist jetzt 22 Jahre alt, so wie ihr Bruder, als er starb; eine schlanke Frau mit langem Haar, die gern joggt und Kurzgeschichten schreibt. Was sich verändert hat? Sie lächelt. „Mir bedeutet meine Familie noch mehr als vorher“, sagt sie. „Und einen Tag, der so dahinplätschert, den weiß ich sehr zu schätzen. Wenn nichts passiert – auch gut.“

Siegfried Horsch sitzt an den warmen Abenden noch gern auf der Terrasse. Rechts und links der Bahnlinie, die den Garten vom Friedhof trennt, sprenkeln Sonnenstrahlen durch die Baumkronen. „Wenn ich uns manchmal reden höre, klingt mir das alles so abgeklärt“, sagt der Vater. „Aber das ist es nicht. Der Tod von Elias wird mich bis zu meinem letzten Moment begleiten.“

Video: „Papa hat sich erschossen”

spiegel.de/sp452015suizid
oder in der App DER SPIEGEL