



Annette Félix

# Von der Angst verlassen zu werden

Wie Suizid ein Leben prägen kann

AGUS-Schriftenreihe: Hilfen in der Trauer nach Suizid



## Vorwort

Wer diese Broschüre zur Hand nimmt weiß, dass er keine leichte Kost zu lesen bekommt. Ja, viele der Leser werden den „Tsunami“ aus eigenem Erleben kennen. Warum also ist dieser Text so etwas Besonderes, auch für Menschen, die sich mit diesem Thema schon oft auseinandergesetzt haben? Annette Félix gelingt es, uns das Erleben eines sehr jungen und zweier jugendlicher Mädchen in einer Weise spürbar zu machen, die ich so noch nie angetroffen habe. Ihre Fähigkeit, in dieser Dunkelheit Bilder zu erinnern und ihre besondere Gabe, dies alles in Sprache zu fassen, gibt dem Leser Hoffnung, auch selbst neue Wege zu finden in der eigenen verworrenen Gefühlswelt. Wir lernen das Kind, die Bemühungen und Auseinandersetzungen der jungen, der reiferen und schließlich der alten Frau kennen. Wir begreifen, dass es ein jahrzehntelanger Weg war, der zu Verarbeitungen führte, die Erinnern des Vergangenen und Liebe zum eigenen Leben nebeneinander möglich machen.

Als mir Annette vor neun Jahren von diesem Trauma erzählte, war ich berührt, erschüttert und auch geehrt, dass sie mit mir über dieses Thema sprach. Ich wusste, dass es um Gefühle der Trauer, der Wut, um Schuldgefühle und Angst vor dem Verlassenwerden geht, doch zum ersten Mal begriff ich, dass es auch mit Scham verbunden ist. Da ich selbst, als „Außenstehende“, das Thema Suizid niemals als Beschämendes gesehen hatte, war mir bisher die Scham der Betroffenen verborgen geblieben.

Das „Verborgene“ ließ mich nun nicht mehr los. Ich begann mich zu fragen, ob es Zufall ist, dass drei meiner fünf besten Freundinnen (in sieben Lebensjahrzehnten hat man auch so viele....) in ihrer Kindheit einen oder beide Elternteile durch Suizid verloren haben. Tiefe Freundschaften entstehen dann, wenn wir uns – auch auf der unbewussten Ebene – verstanden fühlen und den anderen verstehen. Freundschaften sind kein Zufall. Bisher hatte ich meine eigene Angst vor dem Verlassenwerden auf das Thema der Adoption und Pflegschaft – also auf die „Weggabe“ (und andererseits Annahme) sehr kleiner Kinder - zurückgeführt. Auf Vater- wie auf Mutterseite ist dieses Thema in meiner Familie über fünf Generationen hin nachrecherchierbar.

Nun begann ich darüber nachzuforschen, ob das Thema Suizid in meiner Familie näher lag als es für mich den Anschein hatte. Ich weiß seit Langem, dass man Suizide in allen Familien findet, wenn man nur weit und ausgreifend genug zurückschaut. Zu meinem Glück gab es vor einigen Jahren noch zwei Zeitzeugen und ich fand die Sterbeurkunde meines Großvaters väterlicherseits. So konnte ich erfahren, dass ich selbst unmittelbar in zweiter und in erster Generation von Suizid und Suizidversuchen auf väterlicher und mütterlicher Seite betroffen bin. Niemals hat jemand von sich aus dieses Thema mir gegenüber angeschnitten. Eine Mauer des – schambesetzten ? - Schweigens hatte mich umgeben und nur meine Reaktion auf die

Geschichte meiner Freundinnen hat mich auf die Spur gebracht. Ist es denn richtig, die Geheimnisse der Vergangenheit aufzuspüren und „keine Rücksicht zu nehmen“ auf das Bedürfnis von Angehörigen, diese Ereignisse im Verborgenen zu lassen? Ja, es ist richtig und wichtig. Erst das Erfahren, Erinnern und sprachliche Erfassen schafft die Voraussetzungen zur Kraft für das Eigene. Erst dann kann die schwere Last, die unsere Ahnen beugte und die sie – oft unbewusst – an uns weitergaben, für uns selbst und die nächsten Generationen leichter werden.

So danke ich Annette Félix, dass sie uns ihre Geschichte anvertraut und damit auch uns stärkt für unser weiteres Leben.

Ruth Zanke

## Inhaltsverzeichnis

Tabu- und Lebensthema	4
Ursprungsfamilie und Erinnerungen	5
03.07.1954: meine Erinnerungen	9
Der lange Weg bis ins Erwachsenenalter	12
Der rote Faden zieht sich durch das ganze Leben	20
Staatsarchiv Basel	24
Begegnung im Traum	27
Geborgen - daheim	28
Rückschau / Epilog	29
Ein Schicksalsschlag	30
Was bleibt	44



Diese Broschüre wurde gefördert durch die Hauptverwaltung der Techniker-Krankenkasse Hamburg. Vielen Dank!

**Herausgeber:**  
AGUS e.V.  
[www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)

**Autor:** Annette Félix

2. erweiterte Auflage 10/2023  
(1. Auflage 06/2018)

## Von der Angst verlassen zu werden.

## Wie Suizid ein Leben prägen kann.

Von Annette Félix

### Tabu- und Lebensthema

Ich hatte bereits sechzig Jahre lang mehr oder weniger erfolgreich versucht, alleine mit dem „Tsunami“ meines Lebens, dem Mitnahme-Suizid meiner Eltern klar zu kommen, als ich im Jahr 2014 „zufällig“ AGUS kennenlernte. Als mein Vater im Sommer 1954 nicht mehr leben wollte/konnte war ich noch nicht ganz sechs Jahre alt. Er nahm meine Mutter mit, als sie versuchte, ihm die Feuerwaffe zu entreißen. Sie war sofort tot, er folgte ihr kurz danach.

Ich habe nichts verstanden, vor allem nicht, warum sie mich nicht mitgenommen haben beziehungsweise warum sie mich verlassen haben. An diesem Tag legte sich das Tabu wie ein schweres Tuch über mich. Die übrig gebliebene Familie schwieg. Sie schwieg über das Entsetzen, die Trauer, die Schande und die Scham, die Schuldgefühle und die Verzweiflung. Jeder trauerte für sich allein. Oft beschlich mich das Gefühl, vergessen worden zu sein und somit nicht am richtigen Platz zu sein. Manchmal glaubte ich, aus Versehen am Leben zu sein und schwankte in meinen Stimmungen zwischen der Welt der Toten und der Welt der Lebenden. Ich lernte zu sagen, dass meine Eltern durch einen Unfall ums Leben gekommen sind, wusste es aber anders.

Es folgten unzählige Jahre und Jahrzehnte der inneren Einsamkeit, der Verirrung, Zerrissenheit und Verwirrung, Jahre diffuser Schuld. Lange wusste ich nicht, wie ich meine Eltern lieben und vermissen durfte, wie ich mit ihnen in Liebe verbunden sein konnte während ich mich gleichzeitig für meinen Vater und meine Geschichte schämte. Denn ich schämte mich nicht nur für das, was er getan hatte, sondern auch dafür, dass ich so eine Geschichte hatte. Diese Scham trennte mich von den Menschen und bewirkte, dass ich mich oft als Außenseiterin fühlte.

Bei AGUS konnte ich zum ersten Mal in meinem Leben offen und ohne Scham über den Tod meiner Eltern sprechen. Ich war plötzlich nicht mehr allein mit meinen widersprüchlichen Gefühlen und stellte fest, dass es trotz des Altersunterschieds Gemeinsamkeiten mit anderen Betroffenen gibt. In dieser Gemeinschaft fühlte ich mich verstanden und angenommen und lernte, dass Suizid kein Tabu-Thema ist. Diese Erkenntnis stand in krassem Gegensatz zu meiner Erfahrung innerhalb der Familie. Dort war Schweigen das oberste Gebot. Ich fühlte und verstand in meinen jungen Jahren sehr schnell, dass Suizid für die Angehörigen eine Schande ist und dass man nicht darüber spricht. Das war damals sicherlich nicht nur innerhalb der Familie so, sondern entsprach auch dem Zeitgeist, zumal mein Vater als Lehrer auch eine Vorbildfunktion hatte.



Spaziergang mit Eltern und Großvater

Ich habe in den sechzig Jahren nie aufgehört, meinen Weg zu suchen. Jetzt, nach vielen Höhen und Tiefen, habe ich dank AGUS und auch mit Hilfe des AKL (Arbeitskreis Leben Tübingen) gelernt, mich meiner ganzen Geschichte zu stellen und sie anzunehmen. Ich weiß, dass es nicht darum geht zu verstehen, was passiert ist, sondern einverstanden zu sein und es meinem Leben zugehörig zu machen.

### Ursprungsfamilie

Meine Mutter, Madeleine Adrienne Kaiser, wurde als dritte Tochter in Lausanne geboren und wuchs die ersten Jahre in der französischen Schweiz auf. Ihre Mutter stammte ebenfalls aus Lausanne und sprach ausschließlich Französisch. Ihr Vater kam aus Biberist, Kanton Solothurn, in der deutschen Schweiz. Er war Sekundarlehrer und unterrichtete Französisch in einer privaten Lausanner Schule.

Ich weiß nicht, warum die Familie von Lausanne in die deutsche Schweiz nach Mühlehorn am Walensee umzog. Ich nehme an, dass die Entscheidung berufsbedingt war, denn viele Lehrer waren damals arbeitslos und der Vater

konnte oder wollte vielleicht nicht länger in der Privatschule unterrichten. Sie zogen in die Dienstwohnung ein, die sich im Dachgeschoss des Schulhauses befand. Mein Großvater mütterlicherseits war auch Organist, begleitete sonntags den Gottesdienst und dirigierte den Kirchenchor.

Die Mutter der drei Mädchen soll in der ländlichen, deutschsprachigen Gegend ziemlich unglücklich gewesen sein. Nicht einmal der See konnte sie von ihrem Heimweh trösten, denn die Berge am Walensee sind so hoch und nah, dass im Winter die Sonnenstrahlen mehrere Wochen lang das Dorf gar nicht oder kaum erreichen. Sie starb im Schulhaus bei der Geburt des vierten Kindes, der Junge überlebte nur wenige Wochen. Ihre Töchter waren damals sechs, acht und neun Jahre alt. Die älteste, Augusta, später Tati genannt, kehrte als Zehnjährige allein zu den Eltern ihrer Mutter nach Lausanne zurück. Der Vater blieb mit meiner Mutter und der mittleren Schwester Georgette in Mühlehorn. Zu Hause wurde weiterhin Französisch gesprochen, später als er zum zweiten Mal heiratete änderte sich peu à peu die Familiensprache, denn seine zweite Frau, meine spätere Großmama, sprach kein Französisch.

Mein Vater, Johann Friedrich Felix wurde in Splügen geboren. Er wuchs weitgehend in dem kleinen Bergdorf am Hinterrhein im Kanton Graubünden auf. Nach vier Mädchen war er der erste Sohn, ein weiterer Bruder kam zehn Monate später noch dazu. Mein Vater durfte als einziger studieren und wurde, wie sein Vater, ebenfalls Primarlehrer. Die Sommerferien dauerten damals mehrere Monate (von ca. Ende Mai bis September), damit die Schulkinder in ihren Familien bei der Ernte mithelfen konnten. Die Lehrer waren aus diesem Grund nicht ganzjährig angestellt und mussten in den Sommermonaten einen anderen Beruf ausüben. Mein Großvater väterlicherseits war im Sommer Postkutscher und fuhr regelmäßig die vierunddreißig Kilometer über den Splügenpass nach Italien.

Als mein Vater sein Studium beendet hatte, fand er in Graubünden keine Anstellung und so kam es, dass er im Kanton Glarus die Zweitstelle als Lehrer in Mühlehorn annahm, an der Schule, in der mein Großvater mütterlicherseits bereits unterrichtete! Wenn ich richtig gerechnet habe, war meine Mutter, die jüngste Tochter seines „Chefs“, damals sechzehn und er vierundzwanzig Jahre alt. Ich glaube, dass es nicht lange gedauert hat, bis es zwischen den beiden gefunkt hat. Meine Mutter machte dennoch ein Jahr lang eine Ausbildung als Haustochter in einer Familie in einem anderen Kanton, in der sie alles lernte,

was eine zukünftige Hausfrau und Mutter können und wissen muss. Drei Jahre nach seiner Ankunft haben sie geheiratet. Meine Schwestern wurden in dem Dorf geboren und bei unserem Vater eingeschult.

1948 beschlossen die Eltern nach Basel zu ziehen. Wahrscheinlich lag es an den besseren finanziellen Bedingungen, die die Stadt Lehrern bot. Außerdem gab es in Basel eine größere Auswahl weiterführender Schulen für meine Schwestern. Vermutlich waren die Eltern der Meinung, dass dieser große Schritt sein müsse, weil ja schließlich noch Familienzuwachs bevorstand. Wenige Wochen nach dem Umzug kam ich in Basel zur Welt.

Ich habe nur sehr wenige Erinnerungen an meine Eltern, habe längst vergessen, wie ihre Stimmen klangen, wie sie gesprochen haben, wie sie aussahen und sich bewegten. Es sind wenige Anekdoten geblieben, in denen ich mich an eine Interaktion zwischen einem von ihnen und mir erinnere:

Ich meine, dass es zu Zeiten meiner Eltern üblich war, dass am Samstag der Sonntagskuchen gebacken wurde. Ich erinnere mich, dass am Sonntag morgen, wenn ich zu meinen Eltern ins Bett gekrochen war, Papi mir zuerst ein Märchen vorlas. Danach gab es immer (?) eine heiße Schokolade und ein Sonderfrühstück für mich: er löste den Kuchen aus der Backform, kratzte die Krümel zusammen und gab sie auf meinen Teller. Ich genoss diese bevorzugte Behandlung und freute mich über die Tatsache, dass meine Schwestern bis nach dem Mittagessen warten mussten, um von dem leckeren Kuchen zu essen.

Ich machte wohl beim Haare waschen einen ziemlichen Aufstand, wenn das Wasser mit Shampoo über mein Gesicht lief. Die Eltern hatten eine Art ‚Plastik-Heiligenschein‘ bestehend aus einer breiten Krempe rund um den Kopf besorgt, der das Wasser daran hinderte, direkt über meine Stirn in die Augen zu laufen. In der Mitte war eine große Öffnung, aus der dir Haare herausragten und so gewaschen werden konnten. So weit ich weiß, hat das immer mein Papi gemacht. Danach kam das Schönste: während ich in der Badewanne planschte, stellte er einen Sessel mit einer warmen Bettdecke in den geräumigen, beinahe quadratischen Gang. Dann trug er mich, eingewickelt in einem warmen (?) Badetuch zu dem Sessel. Nachdem ich den Schlafanzug angezogen hatte, wurde ich von dem großen Deckenberg zugedeckt und es wurde

wohlig warm. Dann hat er meine Haare geföhnt, ich liebte die warme Luft, die um meinen Kopf wirbelte und fand die ganze Prozedur herrlich.

Mindestens einmal durfte ich ihn in die Schule begleiten und während des Unterrichts dabei bleiben. Es war am späten Nachmittag: zuerst gab es für alle Schüler, auch für mich, einen Apfel mit einem Stück Schwarzbrot. Ich glaube, dass es um Hausaufgaben-Betreuung ging, weiss aber keine weiteren Einzelheiten. Ich erinnere mich, dass ich stolz wie Oskar war, tief beeindruckt und glücklich, dass er mich mitgenommen und ich einen so tollen Papa hatte.

Einmal habe ich die Geduld der Familie beim Abendessen sehr herausgefordert, weil ich mich weigerte, einen Latz umzubinden. Meine Schwestern hatten schließlich auch keinen. Ich erinnere den eisernen Griff meines Vaters an meinen Armen, als er mich vom Tisch entfernte und mich dann in mein Zimmer brachte. An diesem Abend gab es für mich kein Abendessen.

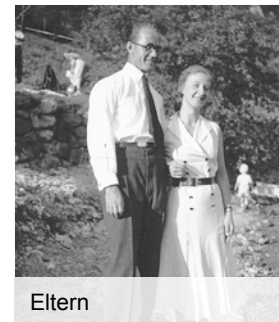
Meine älteste Erinnerung ist vermutlich die, als ich an einem Sonntag (?), nach dem Mittagessen, unbedingt spazieren gehen wollte: die Eltern hatten Besuch, tranken Kaffee mit den Gästen ohne auf meinen Wunsch einzugehen. Da machte ich mich daran, meine Schuhe alleine anzuziehen und die Schnürsenkel irgendwie zu verknoten. Ich schaffte dieses Unterfangen und ging dann stolz zu meinen Eltern, die Schuhe an den Füßen! Ich glaube, dass sie gelacht haben und dass Papi mit mir spazieren ging.

Als ich Johnny, meine kleine „Neger“-Puppe aus Kautschuk, die mir meine Eltern geschenkt hatten, nach dem Baden in mein Zimmer brachte, weil ich ihn ganz schnell anziehen musste, bevor er fror, tropfte etwas Wasser auf den empfindlichen Parkettboden. Ich wusste, dass Mami schimpfen würde und so versuchte ich, die weißlichen Flecken zu beseitigen. Ich fand heraus, dass sie verschwanden, wenn ich sie mit Nivea einrieb. Nachdem ich ganz sicher war, dass ich das Wundermittel gegen Wasserflecken entdeckt hatte, ging ich zu meiner Mutter und erzählte ihr stolz davon. Sie lachte, umarmte mich und schimpfte nicht!

Einmal brachte sie mich zu Bett, bzw. ich lag schon dort. Wir hatten wie immer gebetet und gesungen, sie wünschte mir eine gute Nacht, schaute mich nochmals genau an und fragte, ob ich nichts zu erzählen hätte. Da sagte ich ihr kleinlaut, dass ich Schnecken vom Spaziergang mit nach Hause genommen hatte und dass sie unter dem Bett seien. Mami erklärte mir, dass man sie nicht

frei in der Wohnung rum kriechen lassen könne und dass ich sie am nächsten Morgen wieder zurück in die Wiese bringen soll. Für die Nacht aber gab sie mir einen Schuhkarton, machte auf meine Bitten hin Löcher in den Deckel damit sie nicht ersticken. Der Schnecken-Karton durfte für diese Nacht unter meinem Bett bleiben.

Als mein Grossvater, den ich sehr liebte, schwer erkrankte, haben die Eltern mich (und meine Schwestern?) nach Mühlehorn mitgenommen, um uns von ihm zu verabschieden. Ich wusste, dass er sterben würde, wobei ich nicht richtig verstand, was das bedeutet. Irgend jemand sagte mir, ich soll in dem nahe liegenden Wald Blumen pflücken und sie ihm überreichen, dass ihn das freuen würde. Ich war sehr erfüllt von dem Wunsch, ihm eine Freude zu machen und war danach wohl überzeugt, dies sei mir gelungen. Ich war glücklich. Diese Erinnerungen sind ein kostbarer Schatz und haben in mir ein Gefühl von Wärme und Liebe hinterlassen. Ich bin überzeugt, dass ich ein liebevolles Elternhaus hatte.



Eltern

### 03.07.1954: meine Erinnerungen

#### Basel, Kienbergstraße 20

Es war Samstag, etwa 7.00 Uhr morgens, als das Leben jedes Einzelnen aus unserer Familie für immer einen neuen Kurs nahm beziehungsweise beendet wurde. Marianne, meine älteste Schwester (sechzehn Jahre), hatte als zweite die Wohnung verlassen und sich auf den Weg zu ihrer Schule in Großbasel gemacht. Später soll sie erzählt haben, dass sie dabei einem großen Aufgebot von entgegenfahrenden Polizei-, Feuerwehr- und Krankenwagen begegnet sei. Sie hatte sich gefragt, was wohl Schlimmes passiert sei.

Lisbeth (= Elisabeth, später Lisa genannt), die zweitälteste Schwester (vierzehn Jahre), war schon früher losgelaufen, ebenfalls nach Großbasel zu einer anderen Schule, ohne jedoch das Sirenengeheul wahr zu nehmen. Unser Vater war mit irgend etwas beschäftigt und hielt sich auf dem Balkon auf, der sich auf der Rückseite des Gebäudes befand.





Die drei Schwestern Marianne, Lisa und die neugeborene Annette in Basel (August 1948)

Ich war noch zu Hause und frühstückte mit meiner Mutter in der Küche, mit direktem Zugang zum Balkon. Ich meine, dass ich mit Blick zum Balkon saß. Lisa findet das jetzt, da wir darüber reden, merkwürdig, denn mein angestammter Platz sei mit dem Rücken zum Balkon gewesen. Für den Ablauf des Dramas, das auf dem Balkon stattfand, hat es keine Bedeutung und über diesen Zeitpunkt habe ich ohnehin keine weiteren Bilder im Kopf, außer dass ich vermutlich sehr beschäftigt war mit

meinem Butterbrot und der darauf thronenden Kirschkonfitüre sowie mit meinem Kakao. Meine Mutter saß mir gegenüber. Als der erste Schuss fiel, war ich nicht sonderlich beunruhigt. Ich erinnere mich aber noch an den merkwürdigen, etwas beängstigenden, für mich nicht klar zu deutenden Gesichtsausdruck meiner Mutter, die aufstand, nach dem Brotkorb griff und zu mir sagte: „Du bleibst sitzen, ich bringe den Vögeln die Brotkrumen“. Ich ahnte zu diesem Zeitpunkt nicht, dass das ihre letzten Worte an mich sein würden. Ich blieb sitzen, war weiterhin mit meinem Frühstück beschäftigt, aber auch mit ihren Worten. Da passte etwas nicht, denn die Brotkrumen brachte sie doch üblicherweise erst nach dem Frühstück auf den Balkon und wir waren doch noch gar nicht fertig.

In meiner Erinnerung gab es noch zwei weitere Schüsse. Mami kam nicht wieder. Vermutlich wollte ich noch ein Brot haben oder etwas zu trinken oder die Zeit erschien mir zu lang, jedenfalls ging ich ebenfalls auf den Balkon. Mami lehnte zusammengekauert mit dem Oberkörper und dem Gesicht an der Balkonbrüstung. Ich weiß nicht, wann ich das viele Blut wahrgenommen habe, in dem sie kniete und das unter der Balkonwand, die einige Zentimeter über dem Balkonboden aufhörte, durchsickerte und runter tropfte. Ich glaube, dass ich sie heftig an den Schultern geschüttelt habe. Ich wollte, dass sie aufsteht. Als sie weder etwas sagte noch sich bewegte, wurde ich, so befürchte ich, wütend und habe vielleicht sogar mit den Füßen nach ihr getreten (?). Irgendwann habe ich aufgegeben und mich von ihr abgewandt.

Erst dann realisierte ich, dass Papi nicht mehr auf dem Balkon war. Er war einfach verschwunden. Das war unfassbar, ungeheuerlich, unglaublich und viel, viel schlimmer als Mami, die nicht mehr aufsteht. Die zweite Balkontür,

die in den Salon führte, war geschlossen, die Fenster sowohl zum Bad als auch zur Toilette waren viel zu hoch, zu klein und außerdem auch geschlossen, es war unmöglich, dass Papi einen dieser Wege genommen hatte. Wo war er dann? Ich habe ihn im Himmel, auf dem großen Nussbaum, der neben dem Haus stand, gesucht und vermutlich nach ihm geschrien. Nichts, er war einfach nirgendwo.

Dieses unerwartete, vollständige und unerklärliche Verschwinden hat mich völlig aus der Fassung gebracht und wohl Panik ausgelöst. Wenn ich daran denke, bekomme ich sofort und immer noch heftiges Herzklopfen. Irgendwann - mir scheint es eine Ewigkeit gewesen zu sein - bin ich auf die Idee gekommen, mich auf die Zehenspitzen zu stellen und über die Balkonbrüstung die vier Stockwerke runter zu schauen: Da lag er, ausgestreckt, auf dem Rücken. Er hatte einen Hausschuh verloren, der neben ihm lag. Neben dem Kopf glaubte ich ein kleines lilafarbenes Häufchen zu sehen, das mich an Kirschkonfitüre erinnerte, weswegen ich mich danach jahrzehntelang geweigert habe, diese Marmelade zu essen.

Jetzt war ich sooo erleichtert: Papi war noch da, er war nicht einfach verschwunden und weg. Ich rannte durch die Küche zur Wohnungstür und ins Treppenhaus. Ich wollte runter, zu ihm. Im dritten oder zweiten Stockwerk wurde ich von einer Nachbarin daran gehindert.

Ich weiß nicht mehr, wer es war. In meiner Erinnerung schwanke ich zwischen zwei Frauen, deren Familie und Wohnung mir sehr vertraut waren. Sie stoppte mich auf der Treppe und nahm mich mit in ihre Wohnung, wo ich nochmal Frühstück bekam. Von einem Fenster, das zur Straße ging, verfolgte ich danach im Detail, wie die ganzen Rettungsfahrzeuge mit Martinshorn und später die Leichenwagen ankamen und dann irgendwann wieder wegfuhr. Sicherlich wusste ich, dass es mit meinen Eltern zusammenhing, aber irgendwie konnte ich es mir nicht wirklich vorstellen. Ich habe sie nie wieder gesehen.

Später sollte ich mich anziehen, denn ich war noch im Schlafanzug. Die Nachbarin und ich gingen in den vierten Stock, um Kleidung aus der Wohnung zu holen, aber die Tür war abgesperrt und wir konnten nicht hinein. Ich zog Kleider von ihren Kindern an.

Dann kam ein Freund unserer Eltern und nahm mich auf seinem schwarzen Fahrrad mit. Ich meine mich zu erinnern, wie er auf dem Fahrrad kam, umhüllt von einer schwarzen Pelerine, die im Wind flatterte. Er glich einem großen, schwarzen Vogel und war sehr beeindruckend, um nicht zu sagen beängstigend. Gleichzeitig meine ich, dass an diesem Samstag schönes Sommerwetter herrschte und die Pelerine nicht wirklich das passende Kleidungsstück war. Ich weiß nicht, welcher Teil dieser Bilder Fantasie ist.

Die letzte Erinnerung an diesen Tag ist, dass ich irgendwo, in irgendeinem Wohnzimmer, auf dem Boden sitze und alleine bin, alles scheint leer. Ich erinnere mich noch an die absolute Stille. Meine Schwester Lisa hat mich anscheinend genau so angetroffen, als sie mich mittags bei dem befreundeten Lehrerehepaar abholte.

### **3. Juli 1954 - der lange Weg bis ins Erwachsenenalter**

#### **Lausanne - Basel - Lachen - Lausanne**

#### **Überleben mit Hilfe von Fantasien, Haustieren, Freunden und vielem mehr**

Ich kann mich nicht erinnern, dass mich jemals jemand aus meiner Familie gefragt hätte, was ich denn am 3. Juli 1954 erlebt habe beziehungsweise woran ich mich erinnere, was ich gemacht, gesehen, gehört habe. Es herrschte absolutes Schweigen, alle wussten, dass die Eltern tot sind und dass ich in der Wohnung war, als es passierte. Ich nehme an, dass mich meine Schwestern, Großmutter, Tanten und Onkel schützen wollten und dass sie davon ausgingen, dass das am besten gelingt, wenn man nie von dem „Ereignis“ in meinem Beisein spricht. Vermutlich haben sie gehofft und waren vielleicht sogar davon überzeugt, dass ich alles vergessen würde.

Ich habe keine Ahnung, wie ich mich verhalten habe, welche Signale ich gesendet habe, ob mir das Schweigen recht war oder was ich gebraucht hätte. Sicher ist, dass sich in mir ein Gefühl von dunklem und bedrohlichem Geheimnis breit gemacht hat. Ich meinte etwas (meine Eltern oder meinen Vater?), schützen und schon deswegen absolutes Schweigen wahren zu müssen. Ich glaube, dass ich bereits damals die innere Einsamkeit kennengelernt habe. Ich versuchte eine Erklärung zu finden, warum meine Eltern mich nicht einfach mitgenommen hatten, wo ich doch daneben stand. Ich fühlte mich gottver-

lassen und verloren und fing wohl sehr schnell an, mir meine eigene Geschichte des 3. Juli zurechtzulegen.

Als ich nach der Beerdigung, an der ich nicht teilnehmen durfte, von einer Tante für unbestimmte Zeit nach Lausanne mitgenommen wurde, hatte ich mir bereits eine Fantasiegeschichte zum Tod meiner Eltern zurecht gelegt: ich glaubte fest, dass meine Eltern von einem kleinen, deutschen Flugzeug aus erschossen worden waren. Ich war von dieser Version überzeugt, die Bilder meiner Erinnerung spielten keine Rolle oder sie waren vorübergehend zugeschüttet. In meiner Fantasie ist die kleinstmögliche Maschine sehr niedrig, beinahe auf Balkonhöhe geflogen. Meine Tante erzählte mir sehr viel später, dass ich damals panische Angst vor Flugzeugen hatte. Wenn wir im Garten waren, hätte ich sie an die Hand genommen und in die Kellerräume gezerrt und gewollt, dass wir uns verstecken, sobald auch nur das Geräusch eines Fliegers zu hören war. Unsere verbale Verständigung war zu diesem Zeitpunkt sicher nicht optimal, da sie nur gebrochen Deutsch sprach und ich überhaupt kein Französisch.

Ich kann mich zwar nur vage an meine Angst vor Flugzeugen erinnern, dafür aber klar an mein Gefühl von Dankbarkeit ihr gegenüber, weil sie mit mir in den Keller ging und mir somit zeigte, dass sie mich ernst nahm. Mir fällt in diesem Zusammenhang ein, dass ich sehr aufgeregt und enttäuscht gewesen war, als am Spätnachmittag des 3. Juli in Basel niemand auf mich hören wollte und alle Familienangehörigen trotz meiner Warnungen auf den Balkon gingen. Ich allein wusste doch, wie gefährlich das war, aber niemand hatte mir glauben wollen. Als Erwachsene hatte ich eine Zeit lang Alpträume, in denen kleinstmögliche Flugzeuge mich verfolgten und von denen aus jemand versuchte, mich zu erschießen. Ich bin immer schreiend aufgewacht.

Zwischen Juli 1954 und März 1958 verlief mein Leben sehr unruhig und chaotisch. Die Familie, die aus meinen Schwestern, der Großmama, vier Tanten und zwei Onkeln bestand, sollte über meinen Verbleib und mein weiteres Leben entscheiden. Leider hatten sie große Mühe, sich auf eine Lösung zu einigen. Sie fühlten sich verständlicherweise etwas hilflos und die Vormundschaftsbehörde hatte auch noch ein Wörtchen mitzureden. Unter dieser Prämisse wurde unser neues Leben geplant und Vorbereitungen getroffen: meine beiden Schwestern und ich sollten weiterhin in der elterlichen Wohnung und im gewohnten Umfeld in Basel bleiben. Da unser Großpapa nach schwerer

Krankheit in Mühlehorn zehn Tage vor unseren Eltern gestorben war und unsere Großmama die Dienstwohnung im Schulhaus aufgeben musste, hat sie sich mit dreiundsechzig Jahren bereit erklärt, nach Basel zu ziehen und für uns zu sorgen. In Basel gab es keine weiteren Verwandten.

Dort lebte ich mit ihr von Herbst 1954 bis Herbst 1957. Sie war für mich die beste Großmama der Welt, verstand instinktiv mein inneres Chaos, gab mir, so gut sie konnte, Sicherheit und half mir, mich gefühlsmäßig wieder anzusiedeln. Meine Schwestern verließen nacheinander 1955 und 1956 Basel und zogen nach Lausanne, zu Tati, der ältesten Schwester unserer Mutter, und deren Mann. Sie fühlten sich dort besser aufgehoben als bei Großmama, die nicht gleichermaßen für uns drei sorgen konnte. Ich wollte unter keinen Umständen wegziehen und klammerte mich an Großmama. Sie versprach mir, dass wir zusammen bleiben.



Großmutter und Annette  
(Basel, Dezember 1954)

Allerdings musste ich dann Basel, meine Freunde, die Schule, Wohnung und alles, was mir vertraut war, im Herbst 1957 innerhalb weniger Stunden doch für immer verlassen. Meine Großmama hatte frühmorgens in meiner Anwesenheit einen Herzinfarkt erlitten. Sie überlebte zwar, für mich blieb sie aber monatelang unerreichbar. Damals wurde ich von Tante Georgette, der mittleren Schwester unserer Mutter, noch am selben Tag nach Lachen am Zürcher See mitgenommen. Nach ungefähr einem halben, schwierigen Jahr wurde es für sie und ihre Familie zu anstrengend. Sie wollten mich nicht mehr haben und schickten mich im Frühjahr 1958 ohne Erklärung zu Tati nach Lausanne. Damals schwor ich mir, dass ich in Zukunft alles tun würde um nie mehr verlassen oder weggeschickt zu werden. Als ich ab März 1958 endgültig in Lausanne lebte, habe ich mir als etwa elf-, zwölfjährige eine andere Geschichte zurechtgelegt: Ich glaubte immer stärker daran, dass mein Papi gar nicht tot war, sondern, dass er irgendwo in Deutschland gefangen ist und dass ich ihn suchen muss. Diese Vorstellung war sehr tröstlich. Davor hatte ich in Gedanken mit dem lieben Gott verhandelt: Mami durfte tot bleiben und somit bei IHM, aber wenigstens Papi sollte noch leben. Dieser Kompromiss verursachte in mir zwar ein schlechtes Gewissen meiner Mutter gegenüber, aber ich musste dem lieben Gott doch auch etwas lassen.

Dass ich in beiden Fantasien „Deutschland“ zum Täter gemacht habe, hat vermutlich mit der Tatsache zu tun, dass wir in Basel ganz in der Nähe des Badischen Bahnhofs, dem deutschen Bahnhof, gewohnt haben und mir höchstwahrscheinlich öfter irgendwelche Bemerkungen oder Geschichten zu Ohren gekommen sind über den noch nicht lange zurückliegenden Zweiten Weltkrieg.

Mit den beiden Fantasien habe ich gut und gern die ersten zehn bis zwölf Jahre überbrückt. Als ich etwa achtzehn, neunzehn Jahre alt war, ist in meiner Anwesenheit von meinem Vater und Suizid die Rede gewesen. Ich weiß noch, wie ich damals erschrocken bin, aber sofort wusste, dass es stimmt. Das Schweigen dauerte allerdings weiterhin an, aber bewusst spielten meine Fantasien keine Rolle mehr. Ab diesem Zeitpunkt fing ich meine detektivische Arbeit an, ich wollte herausfinden, was und warum es passiert war und versuchte, meine Gefühle neu zu ordnen, beziehungsweise meine zum Teil widersprüchlichen Empfindungen zu verstehen. Je mehr ich in mir grub, desto mehr entdeckte ich Spuren und tiefe Wunden, die das Trauma hinterlassen hatte. Da fingen das quälende Leiden, die vielen Selbstzweifel und nagenden Fragen erst richtig an: War ich es nicht Wert gewesen, dass er da bleibt? Warum haben sie mich nicht mitgenommen? War ich schuld, dass Mami gestorben ist, weil ich sie geschüttelt hatte? Bin ich aus Versehen am Leben geblieben, weil etwas schief gelaufen ist? Warum haben sie mich verlassen? War ich nicht lieb genug gewesen?

Meine Großmama hat zum Glück sehr früh gemerkt, dass ich mich sehr stark zu Tieren hingezogen fühlte. Sie schenkte mir zuerst Wellensittiche und dann später noch eine junge Katze. Sie waren meine Seelentröster, ihnen konnte ich alles erzählen, sie hörten geduldig zu, die Katze ließ sich gerne streicheln und hatte auch nichts gegen mein ausgeprägtes Schmuse-Bedürfnis. Sie ging mit mir an der Leine spazieren oder wir kletterten auf Bäume. Später, in Lausanne, habe ich nochmals eine Katze bekommen und, als diese starb, sogar einen eigenen Hund. Von den Tieren fühlte ich mich verstanden, angenommen und geliebt. Sie haben mich nie willentlich verlassen oder im Stich gelassen und ich habe ihnen blind vertraut. Vor allem in Lausanne habe ich viele, viele Stunden mit meinen Vierbeinern verbracht, beinahe meine gesamte Freizeit.



Annette mit Hund  
(Lausanne, Juli 1954)



In Basel und später in Lausanne hatte ich viele Freunde, mit denen ich, so meine Erinnerung, nie im Detail über meine Eltern gesprochen habe. Den Status Vollwaise empfand ich als etwas Trennendes und ich versuchte, dies wettzumachen bzw. auszugleichen. Einerseits musste ich unbedingt die Umstände geheim halten, die dazu geführt hatten, andererseits wollte ich beweisen, dass ich trotzdem lebenswert und ganz normal bin. Für mich waren Freundschaften, Verlässlichkeit, Zugehörigkeit etwas elementar Wichtiges und ich ließ mich von meinen starken Gefühlen sowohl in der Hingabe als auch bei Enttäuschungen leiten. In Lausanne entdeckte ich, dass ich zum Teil stärker war als viele Gleichaltrige, und so fing ich an, die Schwachen vor den Bösen zu schützen, auch in Schlägereien. Überhaupt wollte ich alles Schwache und Bedürftige schützen und retten, seien es Menschen, Tiere oder Pflanzen.

Zu dem Makel Vollwaise und dem dunklen Familiengeheimnis kam in Lausanne noch der der deutschen Sprache dazu. Als Deutschschweizerin hatte man in der französischen Schweiz keine guten Karten, vor allem nicht unter Kindern. Ich hatte das Glück, dass meine Tante die französische Sprache sehr geliebt und großen Wert darauf gelegt hat, dass ich perfekt Französisch lerne. Ich musste jeden Tag ein kurzes Diktat schreiben, sie erklärte mir die komplizierten Rechtschreibregeln und merzte auch die typischen Grammatikfehler der Deutschschweizer aus. In der Schule lasen wir damals die tragische Geschichte von der kleinen Ziege „Blanquette“ von Alphonse Daudet. Da ich die Sprache noch nicht beherrschte, las ich diese Geschichte wochenlang zu Hause vor, unter der Regie meiner Tante, die meine Aussprache geduldig korrigierte. Die Geschichte der kleinen Ziege, die so freiheitsliebend war, dass sie alle gut gemeinten Ratschläge ihres Besitzers in den Wind schlug und das mit ihrem Leben bezahlte, ließ mich jedes Mal in Tränen ausbrechen, wenn ich den letzten Satz vorlas: „und dann fraß sie der Wolf“.

Damals ist Französisch meine „Heimatsprache“ geworden und ich bezeichne es heute noch als meine Mutter- und Lieblingssprache. Gefühle wie Zuneigung kann ich auf Französisch am besten ausdrücken. Französisch ist das Fundament meiner neuen Identität geworden. Mit meinen Schwestern, mit denen ich dreieinhalb Jahre nach dem Tod unserer Eltern in Lausanne, in der neuen Familienkonstellation, für kurze Zeit wieder zusammen lebte, ist Französisch, sobald ich es konnte, unsere ausschließliche, gemeinsame Sprache geworden. Wir haben uns nie wieder auf Deutsch unterhalten, selbst dann nicht, wenn wir in einer deutschsprachigen Umgebung waren. Wenn wir es

versuchten, fühlte sich das für uns künstlich und unecht an und wir verfielen nach wenigen Sätzen wieder ins Französische!

Die sprachliche Veränderung verstärkte bei mir das Verdrängen von Schweizerdeutsch, was ich inzwischen seit vielen Jahrzehnten völlig verlernt habe. Das Einzige, was geblieben ist, ist das Erkennen und Verstehen der meisten Dialekte. So hüpfert mein Herz vor Freude, wenn ich Bündner Deutsch höre: Mein Vater kam aus Graubünden und hat, laut meiner Schwester, einen ziemlich ausgeprägten, sehr melodischen Dialekt gesprochen. Der scheint in mir gespeichert zu sein, denn wenn ich ihn höre, schmelze ich dahin wie Butter in der Sonne!

Während unserer gemeinsamen Basler Zeit, in der ich unter anderem auch lesen und schreiben lernte, hat mir Großmama die Liebe zu Büchern vermittelt. Mit ihr verknüpfte ich Titel wie „Onkel Toms Hütte“, „Anne Franks Tagebuch“ und ähnliches. Ich weiß, dass ich dabei viel geweint und mit Großmama ausführlich darüber geredet habe. Vielleicht war das eine Möglichkeit, meine Trauer um die Eltern in einer für mich ungefährlichen Weise auszudrücken. Lesen war auch in Lausanne eine wichtige Quelle der Freude und Kraftschöpfung, der inneren Nahrung für mich. Am nachhaltigsten hat mich die etwa drei- oder vierbändige Geschichte eines Mädchens geprägt, das, wie ich, Vollwaise war und bei einer Tante aufwuchs. Pollyanna, so hieß das Mädchen, hat das Spiel der Zufriedenheit erfunden, das ging so: Egal wie bedrückend, enttäuschend oder beängstigend ein Ereignis im eigenen Leben aussieht, man dreht und wendet es so lange, bis man auch seine gute Seite findet! Es gelingt mir bei weitem nicht immer und sofort, aber heute noch vergesse ich nie, das Gute zu suchen! Dann gab es noch ein anderes Buch, das mich lange begleitet und getröstet hat: „Heimatlos“. Ich identifizierte mich stark mit Rémy, dem elternlosen Jungen. Als Jugendliche habe ich dann mit Hilfe von Büchern die Psychologie entdeckt. Mit ihr oder durch sie gelang es mir, teilweise Antworten auf meine Fragen zu finden oder wenigstens den Mut nicht zu verlieren. Mein Interesse für diese Sparte habe ich bis heute beibehalten.

Meine Tante und mein Onkel haben mir in Lausanne relativ schnell ein Gefühl von Stabilität gegeben. Mein Onkel war ein ruhiger, ausgeglichener, bodenständiger und lebenswerter Mensch. Er strahlte Kraft und Verlässlichkeit aus und war unglaublich stolz auf „seine“ Töchter. Meine Tante hatte ein hitziges Temperament, war oft nicht berechenbar in ihren Reaktionen, was im Laufe

der gemeinsamen Jahre manchmal zu heftigen Auseinandersetzungen führte. Dennoch entwickelte ich eine große Liebe für sie. Sie konnte sich gut in mich hineindenken, erahnte manches, was sie nicht wusste, und hatte teilweise einen unglaublich sicheren Instinkt, insbesondere bezogen auf mich. Sie gab mir die Gewissheit, hinter mir zu stehen, mich zu stärken, hat nie geschimpft, wenn ich wieder ins Bett gemacht hatte. Ihre zum Teil ausgefallenen Ansichten imponierten mir. Von ihr wurde ich stark ermutigt, ‚gegen den Strom zu schwimmen‘, eine eigene Persönlichkeit zu entwickeln, ein eigenes Urteilsvermögen zu bilden, was sie dann aber selber manchmal schlecht ertrug! Von ihnen beiden habe ich gelernt, die Natur zu lieben, Pflanzen und Tiere mit Respekt zu behandeln. Sie haben mir Klavierunterricht ermöglicht, dabei habe ich meine tiefe Liebe zu Musik entdeckt. Klavierspielen war viele Jahre einer meiner wichtigsten Seelentröster, Musik ist es heute noch.

Durch Tati und Tonton, wie wir unsere Tante und Onkel nannten, habe ich schon in den ersten Tagen in Lausanne „meinen“ See, den Genfer See, kennen und lieben gelernt. Wir wohnten circa fünfzehn Minuten zu Fuß davon entfernt und sind regelmäßig dort spazieren gegangen. Zu jeder Jahreszeit und beinahe bei jedem Wetter fanden wir gute Gründe „an den See“ zu gehen. Ich habe viele Stunden meiner Kindheit und meiner Jugend dort verbracht und kehre auch heute immer wieder gerne an „meinen“ See zurück.

Während der ersten Jahre nach dem Tod unserer Eltern wusste ich zwar, dass ich zwei „große“ Schwestern habe. Ich kann mich aber nicht erinnern, dass ich sie vermisst hätte, wenn wir getrennt waren, was oft der Fall war. Das war sicherlich durch den Altersunterschied und die schwierigen Umstände bedingt. Ab der kurzen, gemeinsamen Zeit in Lausanne ist die Verbindung immer enger geworden. Obwohl wir nicht darüber sprachen, höchstens in Andeutungen, hat uns die gemeinsame und doch individuell erlebte Trauer um unsere Eltern, ganz eng miteinander verbunden. Als ich viele Jahrzehnte später am Telefon erfahren habe, dass meine älteste Schwester lebensbedrohlich erkrankt ist, habe ich diese Nachricht physisch empfunden, als wäre Marianne ein Teil meines Körpers. Als sie dann sieben Jahre später im Sterben lag, habe ich sie, Atemzug um Atemzug, bis zu der unsichtbaren Grenze begleitet. Während der vielen Stunden, die ich an ihrer Seite verbrachte entstanden folgende Gedanken in mir: „Ich stellte mir vor, wie meine Eltern mich nach der Geburt voller Freude empfangen hatten und wie mich meine Schwestern Marianne und Lisa kurz danach auf dieser Welt begrüßten. Damals war unsere Familie

vollständig. Jetzt waren unsere Eltern schon lange nicht mehr da und Marianne auf dem Weg zu ihnen. Nun war es meine Aufgabe meine Schwester den Eltern wieder anzuvertrauen. Es war so, als würde sich der Kreis schließen. Ich war als letztes Familienmitglied erwartet und empfangen worden und jetzt begleitete ich sie auf dem Weg zurück.“ So war ich ihr noch einmal ganz nahe und konnte sie dann gehen lassen.

Meine Schwestern waren, das habe ich erst vor einigen Jahren verstanden, bereits in Basel meine Ersatzmütter geworden und sind es ein Leben lang geblieben. Jede auf ihre Art. Sie haben mir ein Gefühl von Rückhalt, Zugehörigkeit, Vertrautheit und Verbundenheit gegeben. Als Erwachsene konnte ich dann auch für sie da sein und ihnen etwas zurückgeben. Im Laufe der Jahre empfand ich mehr und mehr Dankbarkeit gegenüber meinen Eltern, dass sie mir diese zwei Schwestern hinterlassen haben.

Nach langer und schwerer Krankheit ist meine Schwester Lisa wenige Stunden vor meinem Vortrag bei der AGUS-Jahrestagung 2017 gestorben. Sie kannte meinen Text, wir hatten während seiner Entstehung zum Teil zum ersten Mal über gewisse Einzelheiten geredet und sie war einverstanden, dass ich „unsere“ Geschichte vor Mitbetroffenen vortrage.

### **3. Juli 1954:**

#### **der rote Faden zieht sich durch das ganze Leben**

Im August 1968 wurde ich mit zwanzig Jahren volljährig. Ein gutes Jahr zuvor hatte ich meinen zukünftigen, deutschen Ehemann in Bern kennengelernt. Wir heirateten im September und ich zog zu ihm nach Süddeutschland. Unsere Beziehung war symbiotisch, bei ihm fand ich die Nähe und Wärme, die ich so sehnsüchtig gesucht hatte. Zu diesem Zeitpunkt traten die Ereignisse meiner Kindheit in den Hintergrund. Meine langjährige Fantasie, mein Vater lebe irgendwo in Deutschland und ich müsse ihn finden, war mir nicht mehr präsent. Ich war damals offensichtlich nicht in der Lage, klar zu schildern, was in Basel passiert war. Ich war mir dessen überhaupt nicht bewusst, im Gegenteil, ich war überzeugt, meinem Mann alles genau erzählt zu haben. Er fand meine Schilderung verwirrend und bat seine Eltern und Schwester eindringlich, mich ja nie auf den Tod meiner Eltern anzusprechen.

Zu diesem Zeitpunkt war mein allergrößter Wunsch, eine Familie zu gründen und so wollte ich unbedingt so schnell wie möglich ein Kind bekommen. Heute denke ich, dass ich unbewusst versuchte, einen Ausgleich, eine Wiedergutmachung durch eigene Kinder zu finden. Auch wollte ich ihnen all das geben, was ich schmerzlich verloren und vermisst hatte: Urvertrauen, Verlässlichkeit, Kontinuität, ein warmes Nest und ein Zuhause, Vertrauen in das Leben. Damals, als meine Tochter geboren wurde, habe ich meine Mutter am allermeisten vermisst. Heute sehe ich, wie sehr mein Verhalten von der Vergangenheit geprägt war, denn als ich 1971 überglücklich mit meiner Tochter im Krankenhaus lag, beschäftigten mich folgende Gedanken: Diese Tochter, die ich mir so sehr gewünscht habe, ist jetzt da, aber eines Tages wird sie ihren eigenen Weg gehen und sich von mir trennen, wir werden nur ein kleines Stück unseres Lebens miteinander verbringen. Ich bemühte mich, diese Erkenntnis nie zu vergessen und versuchte, einen Schutz-Abstand einzuhalten. Mir erschien es völlig normal, dass ich versuchte, mich auf die bevorstehende Trennung vorzubereiten, auch wenn es bis dahin noch lange dauern würde. Leider habe ich keine Sekunde überlegt, wie meine Tochter diese „Sicherheitsdistanz“ deuten, beziehungsweise empfinden würde.

Mein Wunsch nach Wiedergutmachung und Heilung war offensichtlich so groß, dass ich nach der Geburt unserer beiden Kinder unbedingt auch noch ein fremdes Kind in unsere Familie aufnehmen wollte. Am liebsten hätte ich ein Waisenhaus gegründet. Meinen Mann konnte ich aber dafür nicht begeistern. Er stimmte mir zuliebe zu, ein Pflegekind dauerhaft bei uns aufzunehmen. Ich ging allerdings davon aus, dass er es genau so wünschte wie ich! Als der Anruf vom Jugendamt kam, war das Tagespflegekind, das ich seit einem Jahr unter der Woche betreute, drei Jahre alt, unsere Tochter zwei und unser Sohn ein halbes Jahr alt.

Der Junge, der uns vom Jugendamt als Notfall vermittelt wurde, war knapp zwei Jahre alt. Er sprach kaum ein Wort, schrie wie am Spieß, wenn es zu essen gab, weil er befürchtete, nichts zu bekommen. Seine Verdauung war gestört und beim Einschlafen zeigte er starke Hospitalismus-Symptome. Ich suchte Hilfe in pädagogischen Büchern, befasste mich mit Störungen bei vernachlässigten Kindern und tat alles, um ihn zu heilen. Heute weiß ich, dass das vermessen und unrealistisch war, aber ich hätte mich damals von niemandem bremsen lassen. Allerdings hatte ich auch keine Gesprächspartner; die ganze Problematik und die daraus resultierenden Schwierigkeiten, alle Lösungsversuche und

Bemühungen blieben in der Familie. Wenn ich das heute schreibe, schüttle ich den Kopf. Mein Wunsch, andere Kinder „zu retten“ oder ihnen wenigstens zu helfen, war immens.

Es gab niemanden in meinem Umfeld, auch nicht aus meiner Ursprungsfamilie, der verstanden hat, was meine Motivation und Antrieb war. Als Familie hielten wir knapp zwei Jahre durch, dann stellte mir mein Mann ein Ultimatum: entweder wir geben den Jungen zurück an das Jugendamt oder er geht. Ich erinnere mich an meine große Verzweiflung und Zerrissenheit, ich konnte doch dieses Kind nicht einfach wegschicken. Die vielen kleinen Risse, die die Beziehung zu meinem Mann schon bekommen hatte, verdichteten sich zu einem Graben. Wir trennten uns von dem Jungen, übergaben ihn mit Zustimmung des Jugendamtes an eine andere Familie. Dabei kam ich mir wie eine Verräterin vor - in eigener Sache. Unsere Familie war erschöpft, die eigenen Kinder hatten einiges einstecken müssen, ich hatte sie hoffnungslos überfordert mit meiner Erwartung, dass sie Verständnis und Geduld aufbringen sollen für den Pflegejungen, der es doch so viel schwerer hatte im Leben als sie. Ich hatte selbstverständlich keinerlei böse Absicht verfolgt, der Preis war dennoch hoch und entsprach nicht im geringsten meinen Vorstellungen. Kurz nachdem das Pflegekind gegangen (worden) war, wurde bei mir eine Krebserkrankung im Frühstadium festgestellt und ich musste operiert werden. Als ich noch mit unbestimmter Diagnose im Krankenhaus lag, realisierte ich, dass es um MEIN Leben geht und dass niemand anders direkt betroffen ist, auch wenn das Mitgefühl meiner Mitmenschen noch so groß ist. Damals verabschiedete ich mich innerlich von dem WIR-Gefühl, das ich mit meinem Mann in der Symbiose aufgebaut hatte. Nach meiner Genesung versuchte ich die Spuren zu tilgen, die die Erfahrung mit dem Pflegekind bei meinen Kindern hinterlassen hatte. Drei Jahre später wollte ich die Trennung von meinem Mann. Es war mir zu diesem Zeitpunkt nicht im geringsten bewusst, dass ich unsere Beziehung völlig überfordert hatte mit meiner unbewussten und deswegen nicht ausgesprochenen Erwartung an meinen Mann, er möge den Schmerz und die Folgen ungeschehen machen, die durch den Suizid meines Vaters bei mir entstanden waren.

Die Tatsache, dass ich die Familie zerschlage, obgleich sie mir das Wichtigste war, habe ich ganz schwer verkraftet. Mein Mann und ich diskutierten tage- und wochenlang über eine Lösung. Ich wollte ihm die Kinder nicht wegnehmen, den Kindern beide Eltern lassen und die Kinder auch nicht trennen. Ich zog aus der „Familienwohnung“ aus, kam unter der Woche jeden Tag mittags, kochte, ver-

brachte den Nachmittag mit den Kindern und ging abends, wenn der Papa nach Hause kam. Als beide ins Gymnasium gingen, kamen sie mittags in meine Wohnung, die in Schulnähe war, und wir verbrachten die Nachmittage weitgehend zusammen. Unsere Kinder mussten sich nie für einen Elternteil entscheiden, sie haben nie auf einen Elternteil verzichten müssen, dennoch habe ich sehr lange gebraucht um einzusehen, dass sie trotzdem Kinder getrennter Eltern waren und dass auch das Spuren hinterlassen hat. Meine in der Kindheit erworbene Fähigkeit, die Realität komplett auszublenden, hat mir bei dieser Trennungssituation geholfen, den Kindern aber geschadet, weil ich damals nicht zulassen konnte, dass sie mir von ihren Ängsten und ihrer Trauer erzählten.

Die Trennung mit ihren wunden Punkten wurde zum Tabu-Thema. Ich war viele, viele Jahre überzeugt, dass es nur von meinen Anstrengungen abhängt, ob die Kinder unter der Trennung leiden oder nicht. So verausgabte ich mich, ähnlich wie in der Zeit mit dem Pflegekind. Ich suchte damals schon Hilfe bei Psychologen, war aber noch meilenweit vom eigentlichen Thema, dem Tod meiner Eltern, entfernt. Als ich auszog, fühlte ich mich entsetzlich schuldig, hatte konkrete Suizid-Gedanken und konnte sie erst dann loslassen, als ich mir klar machte, was ich meinen Kindern damit antun würde. Ich wollte unter keinen Umständen eine Wiederholung und habe etwa ab diesem Zeitpunkt in Zwiesgesprächen meinem Vater gesagt, dass ich ihm beweisen würde, dass es auch ohne Suizid geht!

Zu dieser Zeit lebte ich meistens in einer Partnerschaft, die circa fünfzehn Jahre später in meine zweite Ehe mündete. Das war eine spannende, interessante, beglückende und warmherzige Beziehung, für mich aber auch bedrohlich wegen der möglichen Gefahr des Verlassen-Werdens. Für ihn gab es beinahe immer nebenbei noch andere Beziehungen, die „selbstverständlich nichts mit mir zu tun hatten“, die ich aber extrem bedrohlich fand. Da hatte mich mein Thema wieder: Die Angst, verlassen zu werden! Ich schwankte mehr als zwanzig Jahre lang zwischen Gehen und Bleiben. Ich suchte meinen Weg, wollte aus meiner Abhängigkeit von dieser Beziehung raus, arbeitete hart an mir, suchte und bekam Hilfe, der innere Prozess war aber immer noch nicht beendet. Währenddessen wurde ich ein zweites Mal wegen einer beginnenden Krebserkrankung operiert. Danach machte ich eine einjährige nebenberufliche Ausbildung als ehrenamtliche Mitarbeiterin bei der Telefonseelsorge, die mich sehr erfüllte. Endlich hatte ich etwas gefunden, was mir entsprach und wo meine Stärken anerkannt und geschätzt wurden. Ich lernte, dass ich tatsächlich etwas von dem weitergeben kann, was ich heute als Schatz bezeichne. In dieser Ein-

richtung gab es dafür Bedarf und ich lernte Maß zu halten, mich nicht permanent zu überfordern, mein Tun und Wirken nicht zu überschätzen. Ich lernte, mich besser zu kennen und anzunehmen, mit Ecken und Kanten. Das durfte alles sein. Mein Partner war, glaube ich, beeindruckt. Auf diesem Terrain der ehrlichen Auseinandersetzung mit sich und im Respekt mit einem Gegenüber war er nicht besonders vertraut.

Ich hatte einige Jahre davor einen Fernseh-Dokumentarfilm über ein Waisenhaus in Mexiko gesehen, der mich sehr beeindruckt hatte. Damals hatte ich mir vorgenommen, dass ich, wenn mein Sohn auch das Abitur in der Tasche hat, einen neuen Schritt wage. Ich wollte in dieser Organisation, die seit 1954 tausende Kinder betreut hat, als Ehrenamtliche mitarbeiten. Gleichzeitig würde ich von meiner leidvollen Liebesbeziehung Abstand gewinnen. Anfang der neunziger Jahre war es soweit: ich reiste für zwei Wochen nach Mexiko, um das Waisenhaus zu besuchen und kennenzulernen. Zunächst wohnte ich in einem Kloster, von wo aus mich jeden Tag eine Schwester ins Waisenhaus mitnahm. Ich war sehr bewegt von dem, was ich dort sah und hörte. Ja, da wollte ich gerne mitwirken. Ich wäre sofort mit Handkuss genommen worden, denn meine Interview-Partnerinnen meinten, dass Lebenserfahrung sehr wertvoll sei in der Arbeit mit traumatisierten Kindern. Es war ausgemacht, dass ich circa ein Jahr später kommen würde, um die Organisation vor Ort bis ins Detail kennen zu lernen und dann nach einem weiteren Jahr würde ich nach Haiti gehen, weil ich ja fließend Französisch spreche. Ich war glücklich. Allerdings hatte ich plötzlich starke Schmerzen in einem Auge und stellte „zufällig“ fest, dass ich mit diesem Auge manche Farben gar nicht mehr sehen konnte.

Zurück in Deutschland kam ich sofort in die Augenklinik, wo nach einiger Zeit Multiple Sklerose diagnostiziert wurde. Aus der Traum mit Mexiko und/oder Haiti. Es war klar, ich kann unmöglich mit einer solchen Erkrankung, deren Verlauf überhaupt nicht einschätzbar war, in eines dieser Länder gehen. Ich beschloss die Organisation „Nuestros Pequeños Hermanos“ (Unsere kleinen Brüder und Schwestern) finanziell zu unterstützen und eine tiefenpsychologische Therapie zu machen, um mein Leben endlich in Ordnung zu bringen.

Ein Jahr später heiratete ich zum zweiten Mal, ich wollte wieder einmal glauben, dass wir ewig zusammen bleiben und habe die früheren Erfahrungen mit diesem Mann sowie meine Bedenken und Ängste in den Wind geschlagen. Nach knapp zehn Jahren war es dann so weit: wir wollten Abstand. Das war



das letzte Mal, dass ich sehr, sehr nahe am Suizid war. Dieses Verlassenwerden war so schlimm, als habe sich gefühlsmäßig mein ganzes Kindheitstrauma exakt wiederholt. Zum Glück hatte ich die Unterstützung einer hervorragenden, mir sehr vertrauten Therapeutin, die mir tatsächlich aus diesem Sumpf heraushalf. Mit ihrer Hilfe verstand ich zum ersten Mal in meinem Leben, dass, egal was passieren würde, ich nie wieder so hilflos sein würde wie damals in Basel, mit noch nicht ganz sechs Jahren.

Durch die MS, die sich unter dem psychischen Druck ziemlich heftig manifestierte, wurde mein Antrag auf Erwerbsminderungsrente sofort genehmigt. Ich entschied mich nach Ungarn auszuwandern und für einen radikalen Schnitt mit der Vergangenheit. Mein Nochehemann und ich hatten in Ungarn ein altes Haus mit einem sehr großem Grundstück gekauft und für unsere bevorstehenden Rentnerjahre komplett renoviert. Als ich dorthin zog, kannte ich lediglich zwei Familien, die uns beim Kauf und Renovieren behilflich gewesen waren. Ich konnte nur ein paar ungarische Wörter.

In den zehn Jahren, die ich dort in dem kleinen Dorf verbrachte, lernte ich viel über mich, verdaute die letzte Trennung, öffnete, von mir selbst beinahe unbemerkt, die Türen zu meinen Kindheitserinnerungen und versöhnte mich mit dem Leben. Rückblickend würde ich sagen, dass ich drei bis vier Jahre trauerte, drei bis vier Jahre mein damaliges Leben uneingeschränkt genoss und dann peu à peu feststellte, dass es mich zurück nach Deutschland zieht. Ich wollte mich wieder engagieren, mich mehr austauschen können mit „Gleichgesinnten“, das konnte ich in Ungarn schon der Sprache wegen nicht.

Nach meiner Rückkehr im Jahr 2012 nach Deutschland, in die Nähe meiner Kinder und Enkelkinder, meiner neuen Aufgabe (!), lernte ich zwei Jahre später AGUS „zufällig“ kennen. Da war die Zeit reif für die letzten Schritte!

## **Fazit nach meiner Akteneinsicht am 04.10.2016**

### **im Staatsarchiv Basel**

Im August 2016, während eines Besuches in der Schweiz, habe ich spontan bei der Basler Polizei angefragt, ob es noch Unterlagen über den Todesfall meiner Eltern gibt. Das Staatsarchiv Basel bejahte die Anfrage und teilte mir

mit, dass ich die Dokumente einsehen könne. Es wurde mir empfohlen, nicht alleine zu kommen und so fuhr ich in Begleitung einer langjährigen, engen Freundin dorthin. Kurz vor der Abfahrt habe ich elf Fragen aufgeschrieben, auf die ich mir eine Antwort durch die Dokumente erhoffte.

Meine Erinnerungen an den Tod der Eltern sind einerseits sehr bruchstückhaft, gleichzeitig haben sie sich auch als sehr präzise herausgestellt. Einige der von mir niedergeschriebenen Details sind über die vielen Jahrzehnte offensichtlich sehr exakt gespeichert geblieben. Die Übereinstimmung zwischen meiner Schilderung und den Fotos vom Tatort hat mich etwas erschüttert, aber vor allem unglaublich erleichtert: An was ich mich erinnere stimmt! Dadurch ist mir etwas ganz Wesentliches zurückgegeben worden, spontan nannte ich es ein Stück Identität.

Meine, vor dem Besuch im Staatsarchiv nie klar und laut formulierte Befürchtung, ob ich vielleicht meine Mutter in meiner Wut und Ohnmacht durch mein Schütteln und eventuellem Traktieren mit Fußtritten (vollends) getötet habe, ist durch die genaue Beschreibung der Todesursache von der Gerichtsmedizin ziemlich sicher widerlegt worden.

Durch die Fotos habe ich auch erkannt, dass mir das vielleicht Schlimmste dadurch erspart geblieben ist, dass ich die Gesichter meiner Eltern nicht gesehen habe: ich habe meine tote Mutter nur von hinten gesehen, ihr Gesicht lehnte an der Balkonbrüstung und eine Nachbarin hat mich daran gehindert, runter zu meinem Vater zu gehen. Letzteres habe ich all die Jahre immer wieder bedauert, jetzt bin ich froh, denn das Entsetzen in seinem Gesicht hätte mir sicher sehr zu schaffen gemacht und das Blut, das meiner Mutter durch Nase und Mund geronnen ist, hätte mich ebenfalls noch mehr erschreckt.

Dank der Fotos und der verschiedenen Berichte habe ich zum ersten Mal meine Eltern und deren Schicksal mit dem Blick einer Erwachsenen angeschaut und tiefstes Mitgefühl und Mitleid empfunden. Das war ein trauriges, entsetzliches und unwürdiges Sterben.

Ich werde die Äußerung der Staatsarchivarin nicht vergessen, die es als bemerkenswert bezeichnete, dass keine der vielen, verschiedenen Behörden, die mit dem Fall beauftragt waren, den zahlreichen offenen Fragen nachgegangen ist. So hat die Familie zum Beispiel nie erfahren, ob unser Vater

tatsächlich an einer Schilddrüsenüberfunktion gelitten hat oder nicht. Der behandelnde Hausarzt hat diese Vermutung nicht ausgeschlossen, in den Akten der Gerichtsmedizin wurde diese Frage ebenfalls aufgeworfen, die Untersuchungsergebnisse jedoch werden nirgendwo erwähnt. Wäre das Krankheitsbild bestätigt worden, hätten sich vielleicht manche Familienmitglieder etwas weniger gequält mit der Frage, ob sie seine Handlung hätten verhindern können. Sicher ist, dass unser Vater am Vorabend Hilfe bei einem Arzt gesucht hat: er sagte, er fühle sich geschwächt und überarbeitet und dass er, wie jedes Jahr, sich verpflichtet habe, in den Sommerferien eine Ferienkolonie zu leiten. Der Arzt verschrieb ihm ein harmloses (so der Bericht) Stärkungs- und ein Beruhigungsmittel und sagte ihm laut eigenen Angaben, Urlaub wäre besser als eine Ferienkolonie zu leiten!

Einem Kollegen gegenüber soll Papi einen Tag davor gesagt haben, er möchte am liebsten die Ferienkolonie absagen. Leider hat er sich nicht dazu entschließen können.

#### Schriftliche Fragen vor der Akteneinsicht:

1. Welche Waffe hat er benutzt? Pistole oder Gewehr vom Militär?
2. Wieviele Schüsse wurden abgegeben? (Ich meine drei)
3. Wurde Mami von einem Herzschuss getötet?
  - Von vorne oder hinten?
  - War sie sofort tot?
  - Oder woran genau ist sie gestorben?  
(ich habe sie geschüttelt, vielleicht sogar getreten)
4. Ist sie auf die Knie gesunken und lehnte mit dem Oberkörper an der Balkonbrüstung?
5. Hatte Papi eine Schusswunde oder mehrere?
6. Ist er über die Brüstung gefallen oder geklettert?
7. Wie lag er unten? (Auf dem Rücken, ausgestreckt?)
8. Hat er etwas erbrochen? (Kirschkonfitüre)
9. Hatte er die Hausschuhe noch an? (Einer lag neben ihm)
10. Erwähnt der Polizeibericht den Brotkorb auf dem Balkon?
11. Um welche Uhrzeit hat sich das Drama abgespielt?

#### Antworten nach Akteneinsicht:

1. Pistole. Das Militär wird in den Berichten nicht erwähnt
2. Vier (je 1 Kugel für die Eltern, die zwei verbleibenden werden nicht erwähnt)
3. Sie wurde durch einen relativen Nahschuss rechts von vorne getroffen, der rechte Lungenoberlappen wurde durchbohrt, das Projektil drang in den Herzbeutel ein und blieb im sechsten Brustwirbelkörper stecken. Kein Hinweis auf andere Todesursache....
4. Ja (auf Polizeifotos genau zu sehen)
5. Ein aufgesetzter Herzschuss
6. Ungeklärt
7. Genau wie von mir beschrieben (Foto)
8. Auf den Fotos ist nichts zu erkennen
9. Er trug keine Hausschuhe mehr. Gemäß Foto lag einer ein wenig von ihm entfernt, wie von mir erinnert
10. Nein, er ist aber auf dem Küchentisch zu sehen
11. circa 7:30 Uhr

#### Begegnung im Traum

Ich habe in den vielen Jahrzehnten nur einmal von meinen Eltern geträumt (etwa 2009): Ich (erwachsen) halte mich in Basel auf und beschliesse an einem Sonntag morgen zu einer Vernissage zu gehen. Wie zu erwarten sind schrecklich viele Leute da und ich habe keine Chance, etwas zu sehen. Deshalb gehe ich zuerst in das angrenzende Café. Auch dort drängen sich die Besucher, so dass mir nichts anderes übrig bleibt, als mich zu einem älteren Ehepaar an einen Tisch zu setzen.

Beide nicken freundlich auf meine Frage, ob ich mich zu ihnen setzen darf. Dann beginnt der Mann, der seinen Regenmantel nicht abgelegt hat, ein Gespräch mit mir. Er erzählt mir, dass sie früher in Basel gewohnt haben und dass sie jetzt auf der Durchreise einen Zwischenstopp machen. Daraufhin frage ich, wo sie denn gewohnt haben, denn ich hätte auch einige Jahre in Basel verbracht. Er nennt die Straße und die Hausnummer, das ist genau meine frühere Adresse. Das sage ich ihm und frage, wie er denn heißt. Ich kann solch einen Zufall kaum glauben, denn er hat den gleichen Familiennamen wie ich! Wir schauen uns verwundert an und stellen dann fest, dass ich wohl

seine/ihre jüngste Tochter bin. „Bedeutet das dann, dass ich doch eine Familie habe und Sie sind mein Vater? Darf ich dann Papi zu Ihnen sagen?“ Darauf antwortete er, klar könne ich ihn so nennen, er sei ja mein Vater und fügte hinzu: „du hast immer eine Familie gehabt“.

Er erzählt mir voller Freude, dass ich zwei Schwestern habe und wie sie heißen. Da unterbreche ich ihn und sag ihm, dass ich das doch weiß und dass ich mit ihnen in Lausanne zusammen gelebt habe. Ich möchte ihn fragen, warum er/sie mich verlassen haben und ihm den großen Kummer, den mir sein/ihr Verschwinden bereitet hat, schildern. Aber er läßt mich nicht aussprechen und sagt nur: „Du bist uns nur abhanden gekommen“. Die Frau, meine Mutter, sagt nichts, lächelt aber sehr freundlich.

Ich wache auf, schüttele mich vor Lachen und Freudentränen nassen mein Gesicht! Ich halte meinen Bauch wie Buddha: das ist die Lösung, ich bin nicht verlassen worden, sondern nur abhanden gekommen und hatte außerdem immer eine Familie!

## **Geborgen – daheim**

### **Szálka, Ungarn (ca. 2009)**

Auf dem Rücken liegend, mitten im See, betrachte ich das Blau über mir, die kleinen Wolkengebilde und die Bäume, die den Horizont säumen.

Ich bin eins mit dem Wasser, das mich trägt, eins mit dem Himmel und der Sonne, die ihre Strahlen wie wärmende Arme ausstreckt. Hier draußen bin ich Teil des Ganzen und tiefes Glücksgefühl sowie Dankbarkeit erfüllen mich.

Hier und jetzt bin ich in Frieden mit mir, dem Leben, seinen Stolpersteinen und Herausforderungen.

## **Rückschau / Epilog „Das Leben kann nur in der Rückschau verstanden, aber nur in der Schau nach vorwärts gelebt werden“ Søren Kierkegaard**

Seitdem ich 2016 die Herausforderung angenommen habe, mich schreibender Weise den vielen Fragen und dunklen Kapiteln meiner Geschichte zu stellen, sind meine Gedanken immer weiter auf einzelne Themen gestoßen und ich fing buchstäblich an, in der Vergangenheit zu graben. Der lange Weg hat damals mit dem Zusammentragen, Recherchieren, Überprüfen und Formulieren begonnen. Ich hatte das vordergründige Bedürfnis ‚aufzuräumen‘ und mich besser annehmen zu können, so wie ich (geworden) war. Dazu musste ich zuerst so viel wie möglich verstehen! Das wiederum ging nur, wenn ich möglichst alle Fakten kannte und nachvollziehen konnte. Das Aufarbeiten erforderte meine ganze Aufmerksamkeit und so wurde das Schreiben für mich ein heilsamer, befreiender Weg. Ich bin sehr dankbar, dass ich dazu Anregungen und Gelegenheit bekommen habe.

Nach meinem Vortrag bei der AGUS-Jahrestagung 2017 und nachdem ich die Broschüre dazu geschrieben hatte, ging es mir in den zurückliegenden sechs Jahren mehr und mehr darum, einen Gesamtüberblick zu bekommen, gepaart mit einer gewissen Distanz. So betrachte ich meine Geschichte immer öfter aus der Vogelperspektive. Der Blick wird dadurch klarer, die Zusammenhänge sichtbarer, meine Beurteilung und Betrachtung der Reaktionen und Handlungen einzelner Familienmitglieder milder und verständnisvoller. Dieser Prozess hat auch in mir Veränderungen bewirkt. Ich bin toleranter und weicher geworden, auch mir gegenüber. Jetzt kann ich sehen und wahrnehmen, dass ich während meiner ganzen Kindheit umgeben war von der Familie, obwohl ich mich vor allem daran erinnere, dass ich mich immer wieder völlig verlassen fühlte. Die einzelnen Verwandten waren zum Teil zwar hilflos und unsicher gewesen, sie hatten aber immer ihr Bestes gegeben, um mich zu begleiten. Das Erinnern an meine Verzweiflung und an die vielen Ängste wühlt mich nicht mehr existenziell auf. Damit meine ich nicht, dass ich alles wegwische, sondern ich weiß und vergesse nicht, dass ich mich immer wieder sehr einsam und im Chaos verloren fühlte. Aber in der Rückschau nehme ich heute mehr und mehr die gleichzeitig innige Verbundenheit wahr, die von Anfang an auch herrschte. Damit nähere ich mich der Vielfältigkeit des Ganzen, die ich sowohl als Erleichterung als auch als Geschenk wahrnehme.



Weihnachten 1954, Basel (Annette, Marianne und Lisa)

## Ein Schicksalsschlag - drei trauernde Geschwister, drei verschiedene Wege

### 1. Marianne

Meine älteste Schwester (zehn Jahre älter als ich) galt in meinen Augen lange Zeit als ziemlich oberflächlich. Als ich etwa 20 Jahre alt war, schilderte sie mir ihre Lebensphilosophie folgendermaßen: Das Leben sei unberechenbar und könne sehr schmerzhaft Überraschungen bereithalten, deswegen wolle sie sich nur noch mit schönen Sachen umgeben: Hübsche Kleider, eine gepflegte und schöne Wohnung sowie tolle Urlaubsorte und erlesenes Essen.

Ich fand diese Haltung weder interessant noch nachahmenswert. Aber Marianne war meine Schwester, ich fühlte mich durch den gemeinsamen Verlust unserer Eltern eng mit ihr verbunden, obwohl wir nie von ihnen sprachen.

Ende Oktober 1989 erkrankte sie mit 51 Jahren an einem Hirntumor, der bei

guter Prognose sofort operiert wurde, sich aber als besonders bösartig erwies. Ich hielt mich damals einige Tage in meiner alten Heimat auf und besuchte sie am nächsten Tag im Krankenhaus. Sie lag im Bett, den Kopf verbunden, reagierte nicht auf mein Kommen, schlug sich aber rhythmisch mit der Faust auf die Brust. Die Geste wurde regelmäßig von ihren Worten: „Ich habe Schuld“ begleitet. Erst nach geraumer Zeit bekam ich eine Antwort auf meine Frage, wovon sie denn spreche: Sie sei schuld, dass unser Vater sich das Leben genommen habe! Sie hätte ihn davon abhalten sollen (als Zehnjährige!), ihm sagen, dass die Großstadt nicht gut sei für ihn und dass er in dem Dorf, in dem sie lebten, bleiben soll. Sie habe gewusst, dass der Umzug nach Basel falsch sei, habe es ihm aber mit nicht genügend Nachdruck gesagt. Die Familie war 1948 vor meiner Geburt von Mühlehorn in das circa 160 km entfernte Basel gezogen, meine Schwestern waren damals acht und zehn Jahre alt.

Ich war erschüttert, als ich realisierte, dass Marianne seit dem Tod unserer Eltern 35 Jahre lang mit diesem Schuldgefühl lebte und ich begriff, wie sehr ich mit meiner Meinung, sie sei oberflächlich, im Unrecht war. Das war eben ihr Weg gewesen, um nach dem Tod unserer Eltern weiter zu leben.

Ihr Verhalten hatte sich durch die OP stark verändert, es waren schlagartig neue, sehr kindliche, offene und freundliche Eigenschaften zu Tage gekommen. Sie interessierte sich plötzlich auffallend für kleine Kinder und alte Menschen oder Behinderte. Sie ging auf wildfremde Menschen zu, erzählte von ihrer Schuld. Solange sie konnte, war sie ab diesem Zeitpunkt viel unterwegs zu Ausstellungen aller Art, von denen sie meistens begeistert zurück kehrte. Diese neue Wesensart berührte mich sehr. Unsere Beziehung, bzw. meine Einstellung zu ihr wurde für die letzten sieben Jahre, die sie noch lebte, komplett verändert und sehr liebevoll. Ihre Verbundenheit mit uns Schwestern drückte sie fortan mit Fotos, Postkarten, Zeichnungen usw. aus. Es mussten dabei immer DREI Objekte sein: Vögel, Bäume und Wolken - stellvertretend für uns drei. Wir zwei fanden Spaß daran, unsere „schriftliche“ Kommunikation mit vielen Symbolen zu erweitern.

Eines Tages sprach ich mit Lisa, meiner zweiten, der mittleren Schwester, über diese Veränderungen und sagte: „Ich habe eine neue Schwester bekommen, die heutige Marianne ist mir weitgehend unbekannt“, worauf Lisa antwortete: „Und ich habe meine Schwester aus unseren Kindertagen wiedergefunden!“



Es beschäftigte mich sehr, dass ein Mensch jahrzehntelang ein schweres Geheimnis so tief in sich vergraben kann bis ein äußeres Ereignis die Schutzmauer zusammenbrechen lässt und die früheren Gefühle ungeschützt und unverändert wieder auftauchen.

Zur gleichen Zeit geschah übrigens der Mauerfall in Berlin. Ich staunte abends bei den Nachrichten aus Deutschland über die Parallelen beider Ereignisse. Wenn die innere oder äußere Mauer einstürzt bricht etwas Unglaubliches mit großer Kraft hervor!



*Die beiden Schwestern der Autorin: links Marianne im Alter von acht und rechts Lisa im Alter von sechs Jahren.*

## 2. Lisa

Nach dem Familiendrama begann Lisas Weg mit sorgenvollen Gedanken. Zuerst befürchtete sie, dass wir drei ins Waisenhaus kommen (das damals einen schlechten Ruf hatte) und dass wir vielleicht sogar nicht genügend zu essen haben würden. Ganz besonders machte sie sich aber Gedanken um mich. Ihr besonderes Anliegen war, dass ich weiterhin so liebevoll und gut versorgt bzw. erzogen werde wie zur Zeit unserer Eltern. In dieser Hinsicht hatte sie klare Vorstellungen.

Sehr viel später erzählte sie mir, dass sie während der Trauerfeier unserer Eltern schreiend aus der Kapelle gerannt sei, einige Tage später habe sie sich auf das Grab geworfen und ihre Hände in die Erde gekrallt. Da habe sie verstanden, dass die Eltern nie wiederkommen würden und eine lebenslange Trauer habe Platz in ihrem Leben eingenommen. Sie war nicht auffallend traurig, aber sie hatte kaum eigene Wünsche oder Ziele, als würde ihr Lebenslicht nicht zu mehr reichen. Als junge Erwachsene erzählte sie mir von der Behauptung, die sie gehört hatte, dass jeder Mensch sieben Leben bekomme. Wenn dies wahr

sei, würde sie jetzt ihr siebtes Leben leben, denn sie habe schon alles gesehen, gehört und sie erwarte nichts Besonderes mehr.

Am Ende ihres Lebens erfuhr ich von ihr, dass sie sofort, noch am Todestag unserer Eltern, sich selbst das Versprechen gegeben hatte (mit 14 Jahren), dass sie sich immer um mich kümmern und mich beschützen würde. Sie hat Wort gehalten. Als sie starb, habe ich zum letzten Mal meine Mutter verloren.

Sie erzählte mir auch von dem einzigen Traum, in dem ihr unser Vater erschienen war: Sie saßen beide in einer Straßenbahn. Er war als Araber gekleidet und durch eine Glasscheibe von ihr getrennt. Sie konnten nur mit den Augen kommunizieren, was einen sehr intensiven, schmerzhaften, aber auch tröstlichen Kontakt und Austausch ermöglichte.

Am Tag des Suizids saß Lisa in ihrer Klasse, als der Rektor anklopfte und ihr auf dem Schulhausflur mitteilte, dass zu Hause etwas ganz Schlimmes passiert sei. Sie packte daraufhin ihre Sachen, der Klassenlehrer begleitete sie zu einem nahe gelegenen Platz in Großbasel. Dort warteten sie auf Marianne, die ebenfalls benachrichtigt worden war. Die beiden Schwestern seien sich weinend um den Hals gefallen ohne genau zu wissen, was passiert war. Sie wurden zu Freunden unserer Eltern begleitet und haben erst am nächsten Tag erfahren, dass unser Vater Suizid begangen und unsere Mutter (versehentlich) mitgenommen hatte. Morgens hatte er seinen Töchtern noch eine heiße Schokolade ans Bett gebracht, ein Familienbrauch unseres Vaters, der üblicherweise dem Sonntagmorgen vorbehalten war. War das sein Abschied ohne Worte gewesen?

Am Ende ihres Lebens war Lisa ein Jahr lang schwer krank und konnte das Haus nicht mehr verlassen. Sie wollte nicht, dass ich sie besuche, aber wir konnten noch oft miteinander telefonieren. So verfolgte sie die Entstehung des ersten Textes zu dieser Broschüre und war immer bereit, meine Fragen so weit wie möglich zu beantworten. Durch das jahrzehntelange Schweigen wussten wir in Bezug auf den Tod unserer Eltern nicht viel voneinander. In diesem letzten Jahr haben wir einiges nachgeholt und einmal - zum ersten Mal? - miteinander geweint - am Telefon! Während der Gespräche über unsere gemeinsame Geschichte war uns gegenwärtig, dass sie sehr bald sterben würde. Ich ‚bereitete‘ mich auf die endgültige Trennung vor.... Lange davor hatte ich ihr einen

ausführlichen Abschieds- und Dankesbrief geschrieben, weil ich befürchtete, es im letzten Moment nicht mehr rechtzeitig tun zu können. Ich habe eine Kopie behalten und Trost nach ihrem Tod in meinen eigenen Worten gefunden: Ich hatte mich für ihre lebenslange Liebe und Fürsorge mir gegenüber bedankt. Ich hatte alles geschrieben, was mir wichtig war und nichts Wesentliches vergessen.

Als Lisa auf die Palliativ-Station eingeliefert wurde, durfte ich sie zum letzten Mal während knapp einer Woche begleiten und besuchen. Sie war sehr schwach, aber schmerzfrei und bei klarem Verstand und wir verbrachten noch schöne, ruhige Stunden miteinander. Ausgestattet mit präzisen Angaben zu Menge, Größe, Farbe und Qualität schickte sie mich los, um für ihren Ehemann Wäsche und Kleider zu kaufen, damit er auch in naher Zukunft ordentlich gekleidet sei! Die Erfüllung dieses Wunsches und mein Besuch waren für Lisa das Wichtigste, was ich ihr zum Abschied schenken durfte.

### 3. Annette

Meinen Phantasiegeschichten den Tod meiner Eltern betreffend prägten meinen Weg und waren mir eine große Hilfe bis in die Jugend. Frisch verheiratet entstand in mir der Wunsch, selber aktiv zu werden und eine Art „Wiedergutmachung“ herzustellen: ich wollte eine eigene Familie mit eigenen Kindern gründen und dann bedürftige Kinder in die Familie aufnehmen. Damit wollte ich das Basler Drama ‚ausgleichen‘: Alles Schmerzhaftes der Vergangenheit in die eine Waagschale und die „neue“ Familie in die andere. Das Gleichgewicht sollte wiederhergestellt werden. Die noch tief vergrabene Vorstellung (und Hoffnung), dass mein Vater irgendwo in Deutschland lebt, wandelte sich im Laufe der Jahre in ein Bedürfnis nach Klarheit. Wenn ich in meiner Ursprungsfamilie (meinen Schwestern und mehreren Tanten) davon sprach, dass ich mich auf die Suche machen wolle, stieß ich immer auf mehr oder weniger heftigen Widerstand: Das würde mich nur belasten und mir schaden, das würde nichts bringen, ich soll das Ganze ruhen lassen. Es dauerte tatsächlich noch eine ganze Weile bis meine eigenen Ängste nicht mehr das Sagen hatten. Damals befürchtete ich sowohl das Ergebnis meiner Recherchen, als auch die Reaktion meiner Familie. Ich musste aber unbedingt den Weg der Klärung gehen, erst dann wurde der ‚innere‘ Frieden möglich.

### Falsch interpretiert, bzw. falsche Schlüsse gezogen

Aus der Vogelperspektive heraus kann ich heute klar sehen, dass es innerhalb dreieinhalb Jahren meiner Kindheit drei, bzw. vier Ereignisse gegeben hat, aus denen ich falsche Schlüsse gezogen habe und die mein Erwachsenenleben erheblich erschwert haben:

#### 1. Der Tod meiner Eltern

Damit waren nicht greifbare Schuldgefühle verbunden. Später, als ich bereits angefangen hatte, alles ans Licht zu bringen, habe ich realisiert, dass ich befürchtete, meine Mutter durch Schütteln (vollends) getötet zu haben. Erst als ich die Berichte der Staatsanwaltschaft über die Todesursache gelesen habe, die mein Mitwirken sehr unwahrscheinlich machten, konnte ich darüber sprechen.

#### 2. Die Umfrage des Jugendamtes bei den Nachbarn

Meine Schwester Lisa hat in ihrer Sorge um mich von Lausanne aus das Jugendamt Basel alarmiert, weil sie der Meinung war, dass Großmama mich nicht im Sinne unserer Eltern erziehe. Das Jugendamt beschloss, die Nachbarn zu befragen. Ich wusste nicht genau, was das für Folgen haben könnte, aber Großmama hat mir von der bevorstehenden Befragung erzählt und mich immer wieder ermahnt „lieb“ zu sein, das sei jetzt besonders wichtig.

#### 3. Der Herzinfarkt von Großmama

Damals war ich ca. neun Jahre alte und lebte allein mit Großmama in Basel. Eines Morgens wurde ihr in der Küche schlecht, sie fiel um und bewegte sich nicht mehr. Ich rannte zu Nachbarn und sagte, Großmama sei tot. Sie überlebte zwar, aber unsere gemeinsame Zeit in Basel war für immer vorbei. Ohne zu wissen, dass es für immer war, musste ich noch am gleichen Tag alles, was mir vertraut und lieb war, für immer verlassen.

#### 4. Der Rauswurf - ich bin nicht länger tragbar

Großmama war für mich sehr lange Zeit unerreichbar in einem Krankenhaus. Eine Tante, die mittlere Schwester meiner Mutter, holte mich noch am gleichen Tag. Sie wohnte mit ihrer fünfköpfigen Familie am Zürichsee. Ich lebte ca. sechs Monate bei ihnen, dann hörte ich mehrfach, wie meine Tante am Telefon klagte: „Annette ist sehr anstrengend, ständig krank, schlecht in der Schule und macht ins Bett“. Ein ungutes Gefühl machte sich in mir breit, ich wusste aber

nicht, was es sein könnte. Dann kam die Ankündigung, ich dürfe während der Osterferien nach Lausanne zu Tati und Tonton und meinen Schwestern fahren. Dort wurde aber Französisch gesprochen, außerdem hatte man mir früher erzählt, dass diese Tante sehr streng sei oder so ähnlich. Ich fragte meinen ältesten Vetter, den ich sehr mochte, ob ich nach den Ferien wieder zurückkommen dürfe. Er hob die Hand zum Schwur und ich glaubte ihm. Ich war zwar in dieser Familie nicht glücklich, aber ich wollte nicht nochmals umziehen, nochmals eine andere Schule und schon gar nicht Französisch lernen und mit einer strengen Tante leben.....



Wieder vereint .... Sommer 1959

In Lausanne angekommen fiel gleich der befürchtete Satz: „Du bleibst für immer hier.“ Ich weinte und tobte. Mir wurde allerdings gesagt, dass ich auf Probe dort sei. Wenn ich nach einem Jahr nicht länger bleiben wolle, dann würde man eine andere Lösung für mich finden. Nach einem Jahr wurde ich auch tatsächlich gefragt, ob ich bleiben wolle oder nicht. Dass dieses Versprechen eingehalten wurde, habe ich hoch angerechnet. Die Frage, ob ich bleiben will oder nicht, kam mir allerdings völlig absurd vor. Das war doch klar, dass ich für immer in Lausanne bleiben wollte!

Diese vier Erfahrungen haben jeden Versuch, so etwas wie Selbstsicherheit

und Selbstwertgefühl zu entwickeln im Keim erstickt und meine persönliche Entwicklung massiv beeinflusst. Ich hatte sehr lange Zeit die Befürchtung, dass mit mir etwas nicht stimmt, etwas Schlimmes, das ich aber nicht greifen konnte. Es war schon merkwürdig, dass zuerst die Eltern in meinem Beisein starben und dann meine Großmama sehr krank wurde, wegen mir die Befragung im Haus durchgeführt werden musste, die Familie meiner Tante am Zürich See mich nicht länger behalten wollte. Wenn etwas schief ging, fühlte ich mich sehr schnell verantwortlich, bzw. schuldig und konnte mich schwer gegen dieses Gefühl wehren.

Ab diesem Zeitpunkt war bei jedem Streit oder jeder Auseinandersetzung mein Seismograph auf Alarmstufe. Das passierte nicht nur in meiner Familie, sondern auch mit Freundinnen und Freunden. Ich versuchte einzuschätzen, wie schlimm es war und ob Gefahr bestand, dass man mich nicht mehr haben wollte. Ich habe es dann tatsächlich während der nächsten Jahrzehnte beinahe ausnahmslos vorgezogen, bei „Gefahr in Verzug“ zu gehen, bevor ich verlassen werde.

Es waren viele Therapiestunden notwendig, viele liebevolle Lebensbegleiterinnen und -begleiter und etwas Altersweisheit, bis ich verstand, dass ich jedes Mal die gleiche, verzerrende Brille aufsetzte, die mir suggerierte: „Ich bin nicht liebenswert genug, vielleicht sogar gefährlich, deswegen gibt es Streit und ich werde verlassen.“

### Noch eine Fehlinterpretation

Lisa hat mir jedes Jahr zum Geburtstag gratuliert und immer erzählt, dass ich für die ganze Familie eine große Überraschung gewesen sei. Ich empfand immer leichten Ärger darüber, ohne zu wissen, warum. Das letzte Mal, wenige Monate vor ihrem Tod, sagte ich etwas spitz „Ja klar, das kann ich mir gut vorstellen, dass nach euch zwei bereits großen Mädchen die Eltern keine Lust mehr hatten, nochmals Windeln zu waschen und schlaflose Nächte zu haben.“ Lisa war völlig entsetzt über meine Worte „Das ist ganz falsch! Du warst doch eine GUTE Überraschung, die Eltern hatten sich schon seit langer Zeit noch ein Kind gewünscht!“

Bis auf die zwei ausgefallenen Jahrestreffen wegen der Pandemie war ich seit 2014 bei allen AGUS-Jahresveranstaltungen dabei. Die Atmosphäre dort hat

meinem ausgeprägten Bedürfnis nach Zugehörigkeit entsprochen. Das hatte bereits in den Workshops („Verlust eines Elternteils“ oder „Es ist schon lange her“) begonnen, als ich in Kleingruppen von ca. zwölf Personen die wohl-tuende Erfahrung von sehr berührenden und offenen Begegnungen machen durfte. Kaum hatte man sich in einem Raum zusammengefunden, schon war Freundlichkeit und Interesse spürbar. Bereits in der ersten Pause gingen die Teilnehmenden aufeinander zu, stellten Fragen und hörten einander aufmerksam zu. Ich fühlte mich mit meiner Sehnsucht, mich mit anderen Menschen zu verbinden und mich dadurch zugehörig zu fühlen, bereits in diesen Kleingruppen ganz selbstverständlich angenommen. Hier war ich eine von vielen mit einer äußerst schmerzhaften Erfahrung und Geschichte, die in dem AGUS Rahmen nichts Trennendes mehr hatte, sondern im Gegenteil sehr viel Verbindendes. Das entgegengebrachte Verständnis und Mitgefühl für die geschilderten Schwierigkeiten mit dem Verlust eines lieben Menschen durch Suizid umzugehen bzw. weiter zu leben, ermöglichte zwischen den Betroffenen tiefe und bewegende Begegnungen.

Es sind einige schöne und beglückende Kontakte entstanden und auch über die Jahre hinweg bestehen geblieben. Bei den Jahrestreffen fühle ich mich in der freundlichen, zugewandten familiären Atmosphäre am richtigen Platz, gut aufgehoben und reichlich beschenkt. Es ist so wohltuend zu wissen, dass ich mich nicht rechtfertigen, wenig erklären und nichts von dem Suizid Tod meiner Eltern verschweigen muss. Aus den Rückmeldungen der Teilnehmenden durfte ich auch mehrfach erfahren, dass meine Gedanken und Schilderungen über mein Erleben, meine Ängste und meine Bewältigungsversuche bei anderen Betroffenen immer wieder eigene Prozesse anregen und unterstützen. Manche erkennen sich in den geschilderten Situationen wieder und fühlen sich ermutigt, dass es auch für sie weitergehen wird und Hoffnung erneut in ihrem Leben einen guten Platz bekommen darf.

Simone habe ich während eines Wochenendworkshops zum Thema „Es ist schon lange her“ kennengelernt. Ich habe den Austausch, die Offenheit, die in der Gruppe herrschte und die auch Simone und mich ergriff, unglaublich hilfreich und klärend empfunden. Wir haben viel geben dürfen und ausgesprochen viel bekommen. Damals fiel zum allerersten Mal die Anregung „Schreib deine Geschichte auf!“ Das hörte sich in meinen Ohren sehr freundlich und verlockend an, gleichzeitig konnte ich mir das überhaupt nicht vorstellen.

Mit Simone entspann sich allmählich ein ganz eigener Faden. Nach meinem Vortrag schrieb sie mir aus ihrem Urlaub, später erzählte sie von ihren Kindern, mit denen ich mich aufgrund der Einzelheiten, die ich erfuhr, identifizierte: Sie waren ebenfalls noch Kinder als sie mit dem Verlust ihres Papas leben lernen mussten.

Unser Briefkontakt steigerte sich etwas, für mich war es immer eine große Freude, einen Brief von Simone zu bekommen. Mir fiel auf, dass sie immer wieder mal, beinahe beiläufig, schrieb, dass sie am liebsten mit mir mal nach Lausanne fahren würde... Irgendwann, es war im zweiten Pandemie-Jahr, kam wieder ein Nebensatz dieses Inhalts. Ich war mutig (!) und wagte mich nachzufragen, ob sie denn ernsthaft mit mir nach Lausanne fahren möchte und dass ich mich sehr, sehr darüber freuen würde!!!! Ich fürchtete (eine meiner üblichen Vorsichtsmaßnahmen) tatsächlich, dass es vielleicht gar nicht so gemeint war und dass meine aufkeimende Freude sich in Enttäuschung verwandeln könnte. Ich entschied mich dennoch für den direkten Weg, schilderte meine Freude, schlug gleich konkrete Daten über Zeitpunkt, Dauer usw. vor. Simone machte keinen Rückzieher und wir fingen mit der konkreten Planung an, beide mit etwas Herzklopfen und großer Vorfreude!

Am 27.06.2021 kam Simone bei mir in Reutlingen an, am nächsten Tag fuhren wir zusammen mit dem Zug los! Ca. eine Woche davor waren alle Corona- Einschränkungen, sowohl in der Schweiz als auch (vorläufig) in Deutschland gefallen! Bei mir waren es Abenteuerstimmung, riesige Vorfreude, Dankbarkeit, Aufgeregtheit, Ängste - würde es ihr gefallen? hatte ich an alles gedacht? würde die (einfache) Unterkunft passen? Würden wir uns fünf Tage lang verstehen? Ich stellte im letzten Moment fest, dass ich von Simone vieles gar nicht wusste! Wir hatten noch nie so etwas wie Alltag miteinander geteilt, weder im Urlaub noch im „echten“ Leben, was brauchte sie, was mochte sie essen usw. usw.? Ich musste schon beinahe lachen über diese vielen Fragen. Ich war tatsächlich noch nie mit jemandem verreist, von dem ich so wenig Details wusste. Aber da gab es diese Verbindung, diese „Nach-Suizid-Erfahrung“, dieses Verständnis, diese Nähe und dieses Vertrauen. All das schob die unnützen Fragen und Selbstzweifel beiseite. Bereits bei Simones Ankunft in Reutlingen fühlte sich unser Vorhaben für mich absolut stimmig an und es wurde eine wunderschöne Reise mit viel Zeit für Gespräche über früher, über heute, über den Verlust. Wir haben auch (Sprech-)pausen gemacht, waren einfach miteinander unterwegs,



vertraut, schweigend, lachend, fröhlich, nachdenklich, müde und glücklich!

Inzwischen haben wir festgestellt, dass wir beide gerne nochmals zusammen nach Lausanne fahren. Es wird anders werden, wir stehen beide woanders im Leben, wir haben uns weiterentwickelt, manche Probleme sind gelöst, andere dazu gekommen. Ich bin zuversichtlich, dass wir wieder gute Tage haben werden und ich freue mich auf den weiteren Austausch und darauf, was wir in unserer spontanen Art in Lausanne auf die Beine stellen werden. Durch Simone und mit ihrer Hilfe habe ich über meine Mutter nachgedacht, von der ich so wenig weiß, und auch über meine eigene Mutterrolle. Sie hat mir mit ihren Schilderungen etwas Orientierung und Anregungen gegeben. Das sind alles AGUS-Früchte, diese heilsamen Schritte, die Kehrseite des Verlust-Schmerzes.



Ruedi und Annette im Dezember 1954

In Basel hatte ich zwei enge Freunde: Ruedi und Eddi. Wir wohnten im gleichen Haus, waren beinahe gleich alt und spielten viel zusammen. Mit Eddi ging ich sogar in die gleiche Klasse. Ich weiß nicht, ob ich mit ihnen über meine Eltern geredet habe, aber ich wusste, dass sie sie gekannt hatten, dass sie mehr oder weniger wussten, was in meiner Familie passiert war, ihre Mütter hatten in vielerlei Hin-

sicht geholfen und auch Großmama unterstützt. Unsere Freundschaft wurde durch meinen überstürzten Wegzug jäh beendet.

In Lausanne mussten Kinderfreundschaften neu geschlossen werden, da stellten die Fragen nach meinen Eltern für mich immer wieder eine Hürde dar. Was sollte oder wollte ich sagen, erklären? Ich weiß es nicht mehr. Ich weiß aber, dass ich mir in Lausanne immer wieder gewünscht habe, einem Mädchen zu begegnen, das, so wie ich, Eltern durch Tod, Suizid (?) verloren hatte. Ich stellte mir vor, dass sie vieles verstehen würde und ich nicht mehr so allein wäre. Dieser Wunsch hat sich nie erfüllt.....



1. Schultag mit Eddie im April 1955

bis Béatrice mir begegnete! Durch die Pandemie angeregt hat AGUS eine Online-Vortragsreihe ins Leben gerufen, die sehr gute Resonanz erfährt. Am 24. August 2022 konnte man den Schweizer Jörg Weisshaupt hören im Gespräch mit drei betroffenen Frauen zu dem Thema „Suizid: Darüber reden / darüber schreiben“. Aus zeitlichen Gründen konnte ich den Vortrag erst drei Tage später als Podcast sehen/hören.

Als ich die ersten Worte der dritten Frau hörte, bekam ich heftiges Herzklopfen und mein Blutdruck schoss gefühlt auf 180: Sie sprach Baseldütsch, da war ich mir ganz sicher, aber genauso sicher war eindeutig ein französischer Akzent dabei. Diese Mischung hatte ich noch nie gehört. Ich war aufgeregt und gespannt wie ein Flitzbogen! Was Béatrice im Laufe des Interviews dann noch erzählte, steigerte meine Anspannung weiter. Sie hat vom Verlust ihrer Mutter erzählt, die sich in Basel das Leben genommen hat als Béatrice 14 Jahre alt (im gleichen Alter wie Lisa) war. Ich weiß ehrlich gesagt nicht mehr genau, was ich alles online gehört habe. Es waren aber mindestens eine Handvoll Einzelheiten aus ihrer Biografie, die sich beinahe eins zu eins mit meiner Biografie deckten. Unglaublich! Ich setzte mich noch an diesem Samstagabend an den Computer

und schrieb ihr. Das hatte ich bis dahin noch nie in meinem Leben getan, einen wildfremden Menschen einfach anzuschreiben. Ich erzählte ihr von meinem Staunen, als ich sie hörte, angefangen von der Sprache bis zu den erstaunlichen Einzelheiten, von den frappierenden Ähnlichkeiten mit meiner eigenen Biografie. Sie war die erste erwachsene Frau, von der ich hörte, dass sie ebenfalls als Kind einen Elternteil durch Suizid verloren hat.

Béatrice ist vier Jahre jünger als ich und in Lyon aufgewachsen. Französisch ist ihre Muttersprache. Sie hat zwei ältere Geschwister (ungefähr der gleiche Altersunterschied wie mit meinen Schwestern). Mit 13 Jahren musste Béatrice Lyon verlassen, sie zog mit ihren Eltern nach Basel. Dort musste sie die Schule (Gymnasium) auf Deutsch fortsetzen, einer Sprache, die sie nicht verstand und nicht konnte. 15 Monate später verschwand ihre Mutter. Nach dem Suizid blieb Béatrice allein mit ihrem Vater zurück, es folgte für sie eine extrem schwierige, einsame und schmerzvolle Zeit.

Sie antwortete mir postwendend auf meinen Brief und es entstand ein reger schriftlicher Austausch. Die Parallelen unserer Biografien sind bis ins heutige Alter frappierend. Was uns besonders verbindet ist:

- der Suizid eines Elternteils, der bei beiden in der Kindheit stattfand mit bedeutenden Folgen für das ganze Leben
- der ungewollte Umzug, d.h. das Zurücklassen und Verlieren des bis dahin Vertrautem: bisheriges Zuhause, Kinderfreundschaften, Schule, Sprache, Umgebung usw.
- das Erlernen einer anderen Sprache und die Erfahrung der Fremdheit, die bei beiden durch den Umzug bedingt waren.
- das-sich-Anpassen in ein neues Schulsystem und an eine andere Mentalität Bei beiden ist Französisch „positiv“ besetzt: Bei Béatrice verliefen die Lebensveränderungen von einer behüteten Kindheit zu einer äußerst schweren und schwierigen Zukunft. Bei mir war es genau andersrum, vom großen Leid und Chaos zwischen meinem sechsten und zehnten Geburtstag hin zu stabilen Verhältnissen und einer „normalen“ Jugendzeit.

Mit Französisch verbinden wir beide Fröhlichkeit und Leichtigkeit. Wenn ich mit ihr spreche fühle ich mich manchmal wie auf dem Schulhof während der Pause, „comme des gamines!“ (Wie fröhliche, lebhaftige Kinder), was für Betrachter möglicherweise irritierend wirkt, wenn man unser tatsächliches Alter berücksichtigt! Für uns beide ist Französisch stark an die Kindheit und ganz besonders an die Schulzeit gekoppelt. Mich macht es unglaublich fröhlich trotz der schweren Themen. Bei meinem ersten Besuch in Basel haben wir acht Stunden non-stop miteinander geredet, Fragen gestellt, uns ausgetauscht, gestaunt, waren betroffen und froh über dieses unverhoffte Kennenlernen. Vertrautheit, Offenheit und Herzlichkeit waren von Anfang an dabei, als würden wir uns schon ewig kennen.

Mit 74 Jahren habe ich die Freundin gefunden, die ich mir sehnlichst als Kind/Jugendliche gewünscht hatte! Gefühl ist sie meine kleine Schwester geworden.

Während ich Béatrice an besagtem Samstagabend spontan den ersten Brief schrieb, ging auf meinem Bildschirm die Meldung einer neuen Nachricht ein: „Claudia, eine ‚AGUS‘-Frau, die ich vor einigen Jahren in Stuttgart kennengelernt und auf der Jahrestagung wieder gesehen hatte, machte mich auf den Beitrag von Jörg Weisshaupt aufmerksam und schloss den Hinweis mit den Worten „ihr beide (Béa und ich) würdet so gut zueinander passen...“, Wie recht sie hatte! Bei aller Trauer und Schmerz, dieses Miteinander-Verwoben-sein ist ein großes und wertvolles Geschenk. Danke!

*Wie Sie bemerkt haben besteht die Broschüre sowohl vom Layout als auch vom Inhalt aus zwei Teilen. Es bleibt eine Lebensgeschichte, die in einem zeitlichen Abstand von ca. 6 Jahren aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet und neu gedruckt wurde.*

## Was bleibt

Nach der Beerdigung meines Schwagers Jacques im Januar 2022 blieb ich mehrere Tage allein in Lausanne. Nun gehörte die französisch-schweizer Familie für immer der Vergangenheit an. Das war eine Dimension, die ich bisher noch nicht in Betracht gezogen hatte. Alles war endgültig vorbei, unwiderruflich. Ich war selber über meine Gedanken überrascht, auch darüber, dass sie mir so neu erschienen!

Wenn ich von Gefühlen und Gedanken überflutet werde, so helfen mir meistens lange Spaziergänge, am liebsten an (meinem) See. So lief ich an diesen Tagen stundenlang bei Temperaturen um null Grad und strahlendem Sonnenschein am See entlang.

Zunächst dachte ich an Jacques, der durch meine Schwester Lisa in mein Leben trat als ich ca. 9 oder 10 Jahre alt war. Ich betrachtete ihn als Bruder obwohl er mich kaum wahrnahm, außer bei gemeinsamen Unternehmungen wie z.B. bei Skiausflügen. Beinahe mein ganzes Leben lang erzählte er lachend, dass er meine Ski getragen hatte als ich klein war. Er übte seinen Beruf als Journalist mit Leidenschaft aus, liebte es, Menschen mit Fragen zu verunsichern und sprach ein wunderschönes, sehr gepflegtes Französisch.

Nach dem Tod von Lisa hatten wir keinen häufigen, dennoch zugewandten, meist telefonischen Kontakt. Wir sprachen viel über meine Schwester und ich wusste, dass er sie sehr vermisste. Bei meinem letzten Besuch bei ihm in Genf - etwa ein halbes Jahr vor seinem Tod - haben wir die vielen Jahrzehnte Revue passieren lassen, die wir an der Seite von Lisa miteinander geteilt haben. Es war eine sehr schöne, berührende und entspannte letzte Begegnung gewesen.

Während meiner Spaziergänge an diesen kalten Wintertagen, inmitten meiner Erinnerungen und Abschiedsgefühlen, traten plötzlich neue Gedanken, Wahrnehmungen und Empfindungen auf. Ich wurde nahezu überschwemmt von Dankbarkeit. Dankbarkeit, dass ich in dieser wunderschönen Gegend aufwachsen durfte, dass ich so viele gute Momente hatte erleben dürfen, dass ich diese Familie bekommen hatte. Nun waren zwar alle Verwandten gestorben, aber die Berge, der See, die Weinberge, dieses wunderschöne Panorama, die würden bleiben, lange noch nach meinem eigenen Tod. Ich hatte hier gelebt, gelacht

und geweint, mich gefreut und geärgert und alles war echt, zum Anfassen echt und ich fühlte mich beschenkt von diesem starken Gefühl der Verbundenheit und der Verwurzelung. Mit allen Poren und Sinnen ließ ich die Luft, das Bild des glitzernden Wassers, der Sonnen bestrahlten Weinberge mit einem tiefen Glücksgefühl einströmen. Ich lief und lief mit Freudentränen und hätte nichts hinzufügen können.



*Klatschmohn - eine meiner Lieblingsblumen: leuchtend und zart!*



## AGUS e. V. – Selbsthilfe nach Suizid

AGUS steht für „Angehörige um Suizid“ und wurde als Verein 1995 in Bayreuth gegründet. Fünf Jahre zuvor fand dort auch die erste Sitzung der bundesweit ersten Selbsthilfegruppe für Angehörige statt. Die Initiatorin war Emmy Meixner-Wülker, die ihren Mann 1963 durch Suizid verloren hat.



Betroffene finden sowohl in der AGUS-Geschäftsstelle als auch in den über 100 Selbsthilfegruppen in ganz Deutschland Möglichkeiten der Beratung und Betreuung. Im Internetforum der Homepage sowie der Facebook-Trauergruppe können sie sich ebenso untereinander austauschen. Es gibt eine Wanderausstellung zu den Themen Suizid und Suizidtrauer, die schon an vielen Orten in Deutschland zu sehen war. Als Ergänzung zu den Selbsthilfegruppen bietet AGUS Wochenendseminare für Suizidtrauernde an.

**Weitere Informationen ermöglicht die Website [www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de).**



## Themenbroschüren

Die Themenbroschüren greifen Fragestellungen auf, die sich Betroffene immer wieder stellen. Bisher sind folgende Broschüren erschienen und über die AGUS-Geschäftsstelle zu beziehen:

1. Suizidtrauer bei Kindern und Jugendlichen angstfrei unterstützen (Chris Paul)
2. Erklärungsmodelle – die Zeit vor dem Suizid (Prof. Manfred Wolfersdorf)
3. Schuld – im Trauerprozess nach Suizid (Chris Paul)
4. Trauer nach Suizid (Martina Kommescher-Dittloff und Jörg Schmidt)
5. Suizid und Recht (Lutz Weiberle)
6. Zwischen klagend schreien und getröstet sein. Hilfe durch den Glauben in der Trauer nach einem Suizid (Dr. Andrea Schmolke)
7. AGUS-Selbsthilfegruppen aufbauen und leiten (Chris Paul)
8. Trauer braucht Zeit (Jörg Schmidt)
9. AGUS – wie alles begann (Emmy Meixner-Wülker, G. Lindner, E. Brockmann) – vergriffen
10. Frauen trauern – Männer arbeiten. Ein Klischee? (Dr. David Althaus)
11. Vergebung nach einem Suizid – Einige persönliche Gedanken eines betroffenen Psychologen (Dr. Jens-Uwe Martens)
12. Von der Angst verlassen zu werden. Wie Suizid ein Leben prägen kann (Annette Félix)
13. Symbolhandlungen und Rituale für Hinterbliebene nach einem Suizid (Christian Randegger)
14. Mein Trauertagebuch (Renate Salzbrenner)
15. AGUS ist für mich... 25 Menschen für 25 Jahre AGUS
16. Unterstützungsangebote nach Suizid im beruflichen Umfeld (Dr. Fanciska Illes)
17. Wolle, Paul und Papas Stern (Marianne Loibl)
18. Nicht jede Trauer ist ein Trauma (Sybille Jatzko)
19. Resilienz in der Trauer nach Suizid (Dr. Jens-Uwe Martens)
20. Bis dass der Tod uns scheidet? (Martina Kommescher-Dittloff und andere)
21. Unzertrennlich? (Stefanie Leister und andere)
22. Die Liebe bleibt (Christiane Engelhardt und andere)



Das Suchen, Ausgraben, Finden, Einordnen, Hervorheben der  
**Erinnerungen**  
deren Farbe, Geschmack, Umfang, Beschaffenheit, Klang  
**in Worte fassen**  
die Zuordnung, Reihenfolge, Tragweite, Bedeutung, Nachhaltigkeit  
**beschreiben und ausdrücken**  
all das hat mich befreit, erfüllt, beglückt, aufgewühlt, befriedet.

*Ich habe meinen Eltern und meiner Geschichte einen Platz im Licht gegeben  
und sie nach 60 Jahren aus dem Tabu gehoben.*

*Annette Félix*

AGUS-Schriftenreihe: Hilfen in der Trauer nach Suizid

ISBN-Nr: 978-3-941059-06-1

Bezug über AGUS e.V.

Telefon: 0921/1500380

E-Mail: [kontakt@agus-selbsthilfe.de](mailto:kontakt@agus-selbsthilfe.de)

Internet: [www.agus-selbsthilfe.de](http://www.agus-selbsthilfe.de)