

Und wenn ich denke, ich kann es nicht mehr aushalten,.....

Thema: Selbsthilfe



Ich habe ihn 2008 im April auf einer Messe kennen gelernt. Er war mein Arbeitskollege und wir betreuten zusammen den Messestand. Er war ein sehr gut aussehender Mann, groß, schlank, gepflegt und dunkelhaarig. Mit seinem Schabernack hat er mich die ganze dröge Zeit am Messestand zum Lachen gebracht. Und geflirtet haben wir – es war die reinste Pracht. Abends hatten wir dann im Hotel ein Abendessen zu zweit. Eine Aktion des Hotels für Gäste, die mehr als eine Nacht blieben. Er erzählte von seiner Familie, seinen zwei Söhnen und seiner Frau und wie unglücklich er in dieser Ehe sei. Als gute Kollegin und Freundin habe ich versucht ihm klar zu machen, dass man Ehen eventuell auch wieder kicken kann und dass eine neue Beziehung eigentlich nur andere Fehler am neuen Partner zu Tage fördert, manchmal sogar die gleichen. Ich wusste wovon ich sprach. Selber dauerledig, auf die vierzig zugehend, einmal verlobt, 4 lang-jährige Partnerschaften, gerade mal wieder solo.

Als die Messe vorbei war und wir die Kisten mit Prospekten, PCs und anderem Messegeröll in unseren Autos verstaut hatten, fiel ihm der Abschied sichtlich schwer. Ich habe ihn zwar freundschaftlich, kollegial umarmt und ihm auf den Rücken geklopft, jedoch bin auch ich sehr berührt und nachdenklich in Richtung Heimat gefahren. Danach kam eine E-Mail, die aber unbeantwortet geblieben ist. Dann herrschte drei Monate lang Funkstille, bis aus heiterem Himmel ein Anruf von ihm kam. Mir ging es bitterschlecht zu diesem Zeitpunkt, da mich mein Solodasein deprimierte und ich unendlich traurig war, nicht den richtigen Mann zu finden, der eine Familie mit mir gründen wollte. Ich musste immer an den Film „Out of Africa“ denken in dem Karen zu Finch Hatton sagt, er könnte sie wenigstens fragen, ob sie geheiratet werden möchte. Sie würde ihm auch versprechen, nein zu sagen. Aber sie möchte einmal etwas Wert sein.

Er hatte ein schnelles Gespür für die Gefühle anderer Menschen und auch wenn seine Absicht, mich zu trösten nicht ganz selbstlos war, sie traf mein Bedürfnis mich in lange, kräftige Arme fallen zu lassen. So kam er aus Oberfranken zu mir ins Rheinland gefahren und wir hatten ein schönes Wochenende: mit Spazierengehen, sehr gutem Essen, langen Gesprächen über Beziehungen, das Leben und den Tod, die Arbeit, die Kollegen. Und wir haben viel zusammen gelacht.

Am Sonntagmittag habe ich ihn wieder nach Hause geschickt, denn eine Affäre wollte ich nicht und einen verheirateten Mann wollte ich auch nicht und eine reine Freundschaft war keine Option. Mir schien es auch so, dass er nach 15 Jahren Ehe mit vielen Kompromissen und Verletzungen, Sehnsucht hatte nach der Freiheit. Er wollte schweben gelöst von jeglicher Bindung. Da trafen sich unsere Lebenspläne nicht wirklich. Er kam noch zwei weitere Wochenenden und ich habe ihn noch zwei weitere Male wieder nach Hause geschickt.

Dann stand er mit einem Blumenstraus vor meiner Tür und machte mir die schönste Liebeserklärung meines Lebens. Er wollte mit mir eine Familie gründen und alt werden. Er wechselte innerhalb der Firma die Position, er zog zu mir ins Rheinland und wir hatten eine herrliche, fast berauschte Zeit. Unser Glück fing sich jedoch bald an zu trüben. Der neue Job war eine Degradierung, die ihm Spott und Verachtung einbrachte. „Denn welcher Mann ist schon so blöd und zieht wegen ‚ner Frau um und verlässt auch noch seine Familie“. Unsere Beziehung war in der Firma unerwünscht. Das ließ man ihn spüren und drohte ihm bei jeder Gelegenheit mit Jobverlust.

Dann kamen die ersten Briefe der Anwältin seiner Frau, die ihn auch unter Druck setzten. Angesichts seines Gehaltes waren diese Briefe mit haltlosen Unterhaltsforderungen gespickt. Die Anwältin drohte ihm, wenn er sich nicht gütlich auf diese Summen einließe, dann würde das Gericht eine noch viel höhere Summe festsetzen.

Die Zeit ging ins Land, mein Finch Hatton wurde traurig und düster und ich wurde schwanger. Mein neuer Umstand besorgte mich. Wollte ich das wirklich? Die Verantwortung für ein kleines Wesen, eine unauflösliche Bindung zu zwei Menschen für den Rest meines Lebens? Würde dies zu mir passen? Als ich ihm mitteilte, dass ich schwanger war und bei ihm Freude und Zuversicht auf eine Zukunft zu dritt erhoffte, blickte ich nur in ein ausdrucksloses Gesicht. Etwas wurde nicht ausgesprochen in einer Beziehung, in der es keine Geheimnisse geben sollte.

Im Juni 2009 verabschiedete er sich morgens sehr früh mit den Worten, dass ich nicht auf ihn warten sollte. Er hätte einen Kundentermin und es könnte spät werden. Also machte ich mir bis abends 20 Uhr auch keine Gedanken. Um 20 Uhr versuchte ich ihn dann allerdings doch zu erreichen, wann er kommen würde. Es antwortete nur die Mobilbox. Als er sich um 22 Uhr immer noch nicht gemeldet hatte, war eigentlich klar, dass etwas passiert sein musste. Kein Stau der Welt, kein Kundentermin dauert bis spät in den Abend. Die Autobahnpolizei wusste jedoch von keinem schweren Unfall mit Personenschaden. Ich rief um 2 Uhr nachts seine Chefin an, um zu erfahren, was für ein Kundentermin denn angestanden hatte und wo mein Geliebter war. Sie erzählte mir, dass mein Partner sich morgens krank gemeldet hatte und es gar keinen Termin gab.

Ich verbrachte die Nacht in unsäglicher Angst mit rastlosem Umherlaufen, Kettenrauchen und Weinen. Morgens um 9 Uhr kam der erlösende Anruf von seinem Anwalt: Er hatte sich suizidiert. Aber er hatte es überlebt und er war soweit gesund. Ich konnte ihn auf der geschützten Station des Psychiatrischen Krankenhauses besuchen.

Dort blieb er zwei Wochen und wurde dann auf die offene Station mit Schwerpunkt Depression verlegt. Weitere 4 Monate später galt er als „nicht mehr gefährdet“ und durfte nach Hause kommen. Er wurde nur noch ambulant mit Medikamenten versorgt und konnte an einer wöchentlichen Gesprächsgruppe – der Depri-Gruppe teilnehmen.

Unsere Tochter wurde geboren und für mich fügte sich alles. Mutter zu sein, war und ist gar nicht so schwer. Nein, es ist schön Liebe zu geben; es ist schön jemanden zu versorgen. Mein Finch Hatton baute jedoch eine große Kluft zu uns auf. Unsere Tochter war „das Ding“, das eh nichts kann. Sein Verhalten ihr gegenüber schwankte zwischen Aggression und Fürsorge. Einmal erwischte ich ihn, wie er ihr eine Kopfnuss verpasste, damit sie aufhörte zu quengeln. Ein anderes Mal trat er gegen den Kinderwagen, weil ihm die Prozedur des Kindeinpackens gegen Kälte sowie Windeln und Fläschchen verstauen zu lange dauerte. Als ich ihn zur Rede stellte, leugnete er nur.

Ich wurde nicht mehr geküsst, noch umarmt, noch fand eine Unterhaltung statt. Wenn ich versuchte, das Gespräch auf seine Gefühle oder Stimmung zu lenken, brach er ab. Ich war ihm zu neugierig. Dann habe ich das Gespräch abgebrochen und ihn gebeten, sich von einem Therapeuten helfen zu lassen, sonst müsste er ausziehen. Es blieb bei zwei halbherzigen Versuchen die schwierige Suche nach einem Psychotherapeuten in Angriff zu nehmen. Ihm genügte die Depri-Gruppe und die verabreichten Psychopharmaka.

Im Frühjahr 2010 wurde er geschieden. Er musste nach neuem Scheidungsrecht gar keinen Unterhalt an seine Exfrau zahlen. Der Kindesunterhalt wurde berechnet nach Düsseldorfer Tabelle und ein wenig mehr für Betreuung, Bildung und Taschengeld. Er fand einen neuen Job, sehr gut bezahlt und mit menschlichem Vorgesetzten und in Oberfranken. Aus uns wurde eine Wochenendbeziehung, solange bis wir ein Ort gefunden hätten, der ein Kompromiss zwischen dem Rheinland und Oberfranken war. Alles schien gut zu werden. Er wirkte gelöst, fast euphorisch, wenn auch immer noch häufig düster, schweigsam und sehr distanziert.

Das Wochenende vom 10. / 11. Juli war sehr heiß. Jede Tätigkeit war beschwerlich. Wir hielten uns nur in der Wohnung hinter geschlossen Vorhängen und heruntergelassener Markise auf. Ihm war schlecht und er musste sich ständig übergeben. Sonst lag er im Bett und schlief oder saß still auf der Couch. Am Sonntagmorgen packte er kurzentschlossen seine frischgewaschene Wäsche und begab sich auf den Weg nach Oberfranken. Zum Arzt wollte er nicht – nur weg. Ich habe ihn zum letzten Mal gesehen.

Am Montag, den 12. Juli fanden ihn seine Vermieter in Oberfranken um 17 Uhr nachmittags in seinem Bett – erlöst eingeschlafen. Er hatte sich mit einer Überdosis Tabletten vergiftet.

„Und wenn ich denke, ich kann es nicht mehr aushalten, dann mache ich noch ein kleines Bisschen weiter“ sagt Karen als sie alles verloren hat und in der Traurigkeit Kraft findet. Ich hatte auch alles verloren: meine Zukunft, meinen Traum, meinen Freund und Geliebten, meine Freude, meine Sicherheit,

meine Sprache, die Zeit und meine Kraft. Ich hatte nur meine Tochter und das schien zu wenig. „Wenn die Kälte zu groß wird, dann stoßen auch sie, die geduldigen Vögel einen Schrei aus, eh das Herz ihnen still steht.“ (Paula Ludwig)

Aufgefangen hat mich meine beste Freundin, die mir in langen, langen Gesprächen zugehört hat und Verständnis für all meine Gedanken hatte. Sie hat mit mir die Vergangenheit aufgearbeitet und mit mir Erklärungen für das Unfassbare gesucht. Geholfen hat mir auch die Selbsthilfegruppe „Tabu Suizid“ in Düsseldorf. Dort hatten andere ein ähnliches Schicksal und durch deren Erzählungen fand ich Worte für das, was mir geschehen war. Ganz allmählich löste sich der Schock und ich konnte ein kleines Bisschen weitermachen.

Mittlerweile habe ich zu alter Stärke zurückgefunden. Ich setze mich im Verband der Alleinerziehenden Mütter und Väter für die rechtliche Gleichbehandlung der Hinterbliebenen ein. Denn es ist in Deutschland so, dass nur geschiedene Ehefrauen ein Recht auf Erziehungsrente haben als Ersatz zum Ehegattenunterhalt. Ledige Mütter haben trotz des Urteils vom Bundesverfassungsgericht aus dem Jahre 2007, welches klärt, dass die Unterhaltsfrage zwischen ledigen und geschiedenen Müttern zum Kindeswohl nicht unterschiedlich zu behandeln ist, keinen Anspruch bei der Deutschen Rentenversicherung. Dazu ist bereits ein Normenkontrollverfahren 1 BVL 20 /09 beim Bundesverfassungsgericht durch eine hinterbliebene Mutter aus Bayern eingeleitet worden.

Die Waisenrente ist durch den Rentenfaktor 10% der Berufsunfähigkeitsrente des Verstorbenen nicht mehr als ein Almosen und in aller Regel – so auch bei uns – unter dem Sozialhilfesatz. Die Waisenrente ist in jedem Falle kein Unterhaltersatz, sondern scheint vielmehr eine Ergänzung zum Ernährermodell Witwenrente zu sein. Denn sie unterstellt, dass eben nur 10% des Einkommens für das Kind bereitgestellt werden. Nur zum Vergleich: Die Düsseldorfer Tabelle geht von rund 18% aus. Auch dagegen versuche ich ein Umdenken bei der Gesetzgebung zu erreichen. Waisenkinder gibt es auch in Deutschland, nicht nur in Schwarz Afrika und auch sie kosten Geld. Verbündete sind mir stets willkommen. Was für die einen gut ist, sollte für die anderen nicht schlecht sein.

Im Herbst 2010 habe ich meinen Finch Hatton endlich beerdigen können in einem Ruheforst in Oberfranken, wo er so gerne war und in der Nähe seiner Söhne. Ich habe ihm seine Grabrede gehalten und mich versöhnlich von ihm verabschieden können. Auch wenn ich das Gefühl nicht loswerde, dass er von Anfang an nur zu mir kam, um bei mir zu sterben. Er hat sich den Frieden offenbar gewünscht, soll er in Frieden ruhen.

Damit ist ein weiteres Kapitel in meinem Leben geschlossen und ich bin wieder solo. Manchmal, abends, habe ich noch ein bisschen Angst vor der Kälte und dass mir das Herz stillsteht. Aber dann mache ich noch ein kleines Bisschen weiter und küsse meine Tochter.

Susanna