



[Home](#) > [Menschen](#) > [Reportage](#) > «Mit der Zeit wird es besser»

## «Mit der Zeit wird es besser»

**Philip Stuker\* war 19, als er sich in seinem Elternhaus das Leben nahm. Seine Geschwister Julia und Simon versuchen seither, mit dem unerwarteten Suizid fertigzuwerden. Auch ihr eigenes Leben hat sich dadurch verändert.**

Es geschah am 4. Oktober 2009, einem Sonntag. Philip Stuker\* war frühmorgens von München zurückgekehrt, wo er mit seinen Freunden eine Nacht am Oktoberfest verbracht hatte. Gegen Mittag fragte seine Mutter ihn, ob er nicht mitkommen wolle zu Julia, seiner vier Jahre älteren Schwester, die vor Kurzem ausgezogen war. Philip verneinte. Er wolle lieber noch ein bisschen schlafen. Als die Mutter einige Stunden später zurückkam, fand sie ihren jüngsten Sohn tot auf dem Boden des Büros. Er hatte sich mit der Pistole seines Vaters erschossen – einer Waffe, mit der er gut umgehen konnte, da er mit dem Vater zusammen im Sportschützenverein war und sie dort regelmässig benutzt hatte. Einen Abschiedsbrief hinterliess er nicht, und auch sonst gab es keine Erklärung für den Suizid.



**Mehr zum Thema:** *Experte Konrad Michel erklärt, warum die Schweiz eine relativ hohe Suizidrate hat und wie man bei Suizidgedanken helfen kann.*

[zum Interview](#)

Bis heute wissen Julia (27) und Simon (29) Stuker\* nicht, weshalb ihr Bruder nicht mehr leben wollte. «Zu Beginn hat mich das Warum fertiggemacht», sagt Simon. «Aber heute interessiert mich diese Frage eigentlich nicht mehr. Es war seine Entscheidung, und die habe ich akzeptiert.» Eine Erkenntnis, zu der er nach vielen Gesprächen und

**M** Erschienen in *MM-Ausgabe 11*  
**M** 10. März 2014

Bilder

*Daniel Ammann*

SCHRIFTSTELLER LUKAS BÄRFUSS

### «Suizid scheint mir wie ein endgültiges Schmollen»



*In seinem neuen Buch «Koala» beschäftigt sich der Schweizer Schriftsteller Lukas Bärfuss mit dem Suizid seines Bruders und der Sprachlosigkeit der Gesellschaft gegenüber Selbsttötungen.*

**Lukas Bärfuss, das Warum ist bei den Angehörigen immer die Frage nach einem Suizid. Haben Sie eine Antwort gefunden?**

Nein. Die Person, die sie einem hätte geben können, fehlt ja gerade, und alle Erklärungen im Nachhinein sind

über einen längeren Zeitraum gekommen ist. Julia sieht es inzwischen genauso. «Ich habe mich lange schuldig gefühlt. Wir hatten ein enges Verhältnis, und ich habe mich danach oft gefragt, ob ich mich mehr um ihn hätte kümmern müssen.»

## Der Suizid kam für alle aus heiterem Himmel

Philip war ein attraktiver, fröhlicher junger Mann mit einem grossen Freundeskreis. Er machte eine Lehre als Automechaniker, war beliebt, ein bisschen chaotisch und machte gerne Witze. Auch bei den Frauen kam er gut an, hatte aber zum Zeitpunkt seines Todes keine Freundin. In den Wochen vor dem Suizid ging es ihm allerdings nicht so gut. «Er klagte, er könne nicht schlafen», erzählt Simon. «Aber er wusste selbst nicht, warum.» Auch auf intensiveres Nachhaken kamen keine Erklärungen. Ein Selbsttest im Internet ergab, dass er eine leichte Depression haben könnte. «Dass es ihm nicht gut ging, war ihm anzusehen, er pflegte sich nicht mehr so wie üblich», sagt Julia. Die Familie tat viel, um Philip zu helfen, aber an die Ursache kam sie nicht heran. «Und keiner von uns hätte auch nur eine Sekunde damit gerechnet, dass er so was tun würde. Auch für seine Freunde kam der Suizid aus heiterem Himmel.»

Das erste Jahr danach war für die beiden Geschwister das schwierigste. «Mit der Zeit wird es besser», sagt Julia rückblickend. «Die Zeit heilt alle Wunden, heisst es doch immer. Und das hat schon was.» Bei Simon sind die Gefühle schwankender. «Mich kann es heute noch plötzlich belasten, allerdings nicht mehr so stark wie am Anfang. Und der Jahrestag im Oktober ist immer schwierig.» Ein Ritual, um mit dem Schicksalstag klarzukommen, haben beide nicht. Doch Ende Oktober hatte Philip Geburtstag, und an dem Tag treffen sich die Geschwister jeweils.

## In der Selbsthilfegruppe wussten alle, wie sie sich fühlten

Neben der Zeit haben vor allem Gespräche geholfen, mit dem Suizid des Bruders einigermassen fertigzuwerden. Miteinander, mit den Eltern, mit Freunden. Julia ging eine Weile zu einer Psychotherapeutin. Und zu einem Medium. «Mich hat beschäftigt, was nach dem Tod ist. Wo ist Philip jetzt? Durch das Medium ist es gelungen, Kontakt mit ihm aufzunehmen. Seither weiss ich, dass er in Form von Energie immer noch da ist, und das ist ein schönes Gefühl.» Auch Simon liess sich vom Medium überzeugen. Die katholische Mutter der beiden tröstet sich damit, dass ihr Sohn jetzt bei ihrem Vater im Himmel ist.

Sehr geholfen hat beiden auch Lifewith, eine Selbsthilfegruppe für Menschen, die einen Bruder oder eine Schwester durch Krankheit, Unfall oder Suizid verloren haben. Zweimal pro Jahr trifft man sich in Zürich und tauscht Erfahrungen und Gefühle aus. Die Geschwister entdeckten die Gruppe etwa ein Jahr nach dem Suizid, Simon geht noch immer regelmässig, Julia nur noch sporadisch dorthin. «Was wirklich schön ist: Jeder dort weiss genau, wie du fühlst, weil er dasselbe durchgemacht hat», sagt Julia.

Nach Philips Tod haben sie nach Büchern gesucht, die weiterhelfen könnten. «Es gibt ganz viele, aber fast ausnahmslos für Eltern. Für Geschwister gibt es praktisch nichts.» Oft bekamen sie auch den Satz zu hören: «Das muss ja furchtbar sein für deine Eltern.» Julia dachte dann immer: Und was ist mit uns? Leiden wir nicht? Die Selbsthilfegruppe kam da genau richtig.

Mittlerweile haben die beiden ihre Geschichte auch für ein Buchprojekt erzählt. In «Sorge dich nicht!» der Autorin Samira Zingaro geht es um den Verlust eines Bruders oder einer Schwester durch Suizid. «Wir wollen anderen helfen, die in derselben

unzureichend. Man hört nie auf, sich diese Frage zu stellen. Gerade weil sie unbeantwortbar ist, hinterlässt dies den Eindruck, es sei dem Selbstmörder vielleicht genau darum gegangen – sich also der Antwort nach dem Warum zu entziehen und sich damit eine besondere Bedeutung zu geben.

### Haben Sie sich damit abgefunden, die Gründe nie zu kennen?

Es geht wohl allen Angehörigen so, dass diese Narbe nie wirklich verheilt, anders als bei einem natürlichen Todesfall in der Familie. Es bleibt eine offene Wunde.

### Hat das Schreiben des Buchs geholfen, Schuldgefühle zu verarbeiten?

Nein, und das war auch nicht die Absicht. Mir ging es darum, einen poetischen Raum zu öffnen und den Selbstmord in einen Zusammenhang zu stellen. Ausserdem wollte ich gegen das Schweigen angehen, mit dem man als Angehöriger konfrontiert ist. Dieses ist umso seltsamer, als Suizide so häufig vorkommen. Da müsste man doch erwarten, dass es dafür eine Sprache gibt, aber das ist nicht so.

### Woher kommt das?

Der Selbstmord ist nicht vereinbar mit der Vorstellung vom Leben, die sich die meisten von uns machen. In früheren Zeiten verstand man ihn als Protest gegen die göttliche Ordnung, aber das ist in unserer säkularisierten Gesellschaft hinfällig. Das Leben gilt nicht mehr als Vorbereitung auf das Jenseits, was es einst einfacher gemacht hat zu akzeptieren, dass es zwischendurch auch mal nicht so toll ist. Unser Leben heute muss sich selbst genügen, muss in sich einen Wert haben. Ein Selbstmörder stellt diesen Wert ganz grundsätzlich infrage. Die Botschaft seiner Tat lautet: Das Streben nach dem Glück lohnt sich nicht. Ein Suizid ist deshalb immer auch ein Angriff auf den eigenen Lebensentwurf, wie immer der aussehen mag. Denn für den Selbstmörder war auch dieser keine Möglichkeit.

**Im Buch schreiben Sie: «An seinem Tod war nichts zu bedauern. Die angemessene Reaktion wären Glückwünsche gewesen: Der Selbstmörder hatte Erfolg und bekommen, was er wollte.» Und ganz kühl-rational betrachtet stimmt das ja irgendwie. Warum ist**

Situation sind», erklärt Julia. Dass sie dies nur anonymisiert tun, habe nichts mit der Tabuisierung des Themas Suizid zu tun, versichern beide. Vielmehr wollten sie nicht im Mittelpunkt stehen, sondern ihre Geschichte exemplarisch wirken lassen.

Und so seltsam sich das anhören mag – für Simon und Julia hatte der Suizid ihres Bruders auch positive Folgen. Simon hat eine ganz andere berufliche Richtung eingeschlagen, die ihn viel mehr befriedigt. «Philips Tod hat mir bewusst gemacht, dass alles jeden Moment vorbei sein kann. Dass ich also nicht aufschieben sollte, das zu verändern, was mir nicht behagt, sondern sofort handeln muss.» Julia ging es ähnlich. «Ich habe heute eine andere Einstellung zum Leben, geniesse es viel bewusster und bin viel zufriedener.»

Nicht zuletzt hat der Suizid die Geschwister zusammengeschweisst. Beide wohnen nicht weit weg voneinander in der Region Luzern, wo auch das Elternhaus steht, in dem sie wohlbehütet aufgewachsen sind – in dem sich aber ihr Bruder erschossen hat.

Heute lebt dort niemand mehr von ihnen. Trotzdem haben die Geschwister schöne Erinnerungen an ihre Kindheit und ihren Bruder. «Es ist nicht so, dass sein Suizid ständig als Schatten über allem liegen würde.» Philip ist auch nicht dauernd ein Thema, wenn sich die Familie trifft – aber immer wieder.

Im Alltag bleibt der tote Bruder präsent: Julia hat einen Schlüsselanhänger mit zwei Fotos von ihm. Eines zeigt ihn als Kind, eines als Teenager. Und alle haben bei sich zu Hause ein Foto, das Philip als 14-Jähriger gemacht hat. Ein geradezu kitschiger Sonnenuntergang mit Schwan am Vierwaldstättersee. «Philip hat das Wasser geliebt», sagt Julia. «Und wir haben als Kinder viel Zeit am und auf dem See verbracht. Das waren Momente, in denen die Familie sehr glücklich war.»

## Literatur und Links zum Thema:

Samira Zingaro: «Sorge dich nicht! Vom Verlust eines Bruders oder einer Schwester durch Suizid», Verlag Rüffer & Rub, bei Ex Libris für Fr. 28.80.

Lukas Bärfuss: «Koala», Wallstein Verlag, bei Ex Libris für Fr. 25.60.

Jörg Weisshaupt: «Darüber reden. Perspektiven nach Suizid: Lyrik und Prosa von Hinterbliebenen», Verlag Johannes Petri, bei Ex Libris für Fr. 19.20.

[www.lifewith.ch](http://www.lifewith.ch)   [www.verein-refugium.ch](http://www.verein-refugium.ch)   [www.ipsilon.ch](http://www.ipsilon.ch)

## Suizide in der Schweiz: Männer nehmen sich häufiger das Leben

Selbsttötungen pro 100000 Einwohner, Durchschnitt 1998–2007.

Rot = Frauen, Blau = Männer

*Lesebeispiel: Im Kanton Graubünden nehmen sich pro Jahr im Durchschnitt auf 100000 Einwohner 7 Frauen und 21 Männer das Leben.*

## es dennoch fast unmöglich, das so zu sehen?

Auch wenn man das individuelle Recht auf Selbsttötung theoretisch anerkennt: Der Mensch ist keine Insel, er ist eingebettet in ein Beziehungsnetz. Wir haben den anderen gegenüber eine Verantwortung, und wer Suizid begeht, weist diese Verantwortung zurück.

**Der Pfadi-Spitzname Ihres Bruders, Koala, ist im Buch zentral. Sie sehen das faule, genügsame Beuteltier als Gegensymbol zu unserer auf Arbeit, Fleiss und Ehrgeiz ausgerichteten Gesellschaft. Eine pausenlose Umtriebigeit, die Sie als sinnlosen Aktionismus bezeichnen, der letztlich nur die Angst vor dem grossen Nichts überdeckt.**

Das Buch ist auch eine Auseinandersetzung mit unserem Verhältnis zur Arbeit. Ehrgeiz, Fleiss, Arbeit werden gesellschaftlich als etwas objektiv Gutes anerkannt, sie sind quasi alternativlos, eine anthropologische Konstante. Die Menschen sind nie zufrieden mit dem, was sie haben, sie müssen immer weiter. Meine Frage ist: Was passiert mit jenen, die diesem Prinzip nicht folgen? Wer sich umbringt, verweigert diese Arbeit am Fortschritt und verstösst damit gegen zentrale Werte unserer Spezies. Auch deshalb ist Suizid so inakzeptabel für uns.

**Es ist quasi das Auflehnen gegen die vorherrschenden Gesellschaftsprinzipien.**

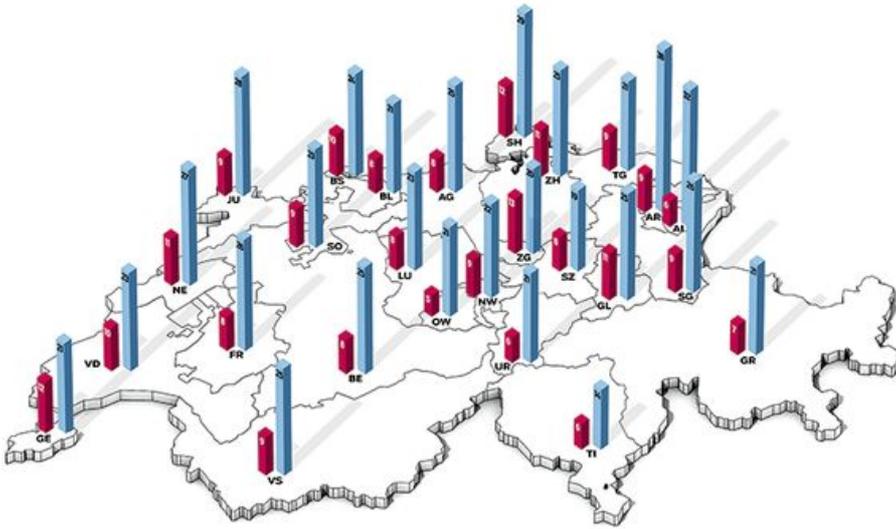
Vielleicht. Aber diese Sicht verleiht dem Suizid einen fast heroischen Status. Und das finde ich wiederum beschönigend. Mir scheint es eher wie ein endgültiges Schmollen.

**Sie fühlen sich immer noch schuldig, haben Sie zu Beginn gesagt. Inwiefern?**

Es gibt keine Beziehungen ohne Schuld. Kann ich so viel zurückgeben, wie ich bekomme? Genüge ich? Der Suizid macht das nur deutlich. Man hat als Angehöriger das Gefühl, man sei beurteilt worden, und diese Bewertung sei zu den eigenen Ungunsten ausgefallen.

**Hat der Tod des Bruders bei Ihnen etwas bewirkt, was Sie heute als positiv wahrnehmen?**

Nein. Diese Interpretation würde die Tat rechtfertigen und wäre ein Versuch, ihr etwas Positives abzugewinnen. Es verändern sich ja stets Dinge im Leben, aber das sollte auch möglich sein ohne solche Erfahrungen.



Im internationalen Vergleich liegt die Schweiz im Mittelfeld. (Quellen: BfS, OECD-Staaten, Jahr 2011) (Infografik Daniel Röttele)

Zum Download [Infografik PDF \(455 KB\)](#)

## Das könnte Sie auch interessieren



**Reden mit dem Coiffeur**  
Hat man die Pflicht, sich mit dem Coiffeur zu unterhalten? Knigge-Experte Philipp Tingler gibt... **mehr**



**Aufstehen für Ältere?**  
Sollten die Kinder im Tram oder anderen Verkehrsmitteln für ältere Menschen aufstehen? **mehr**



**Gratis: Excel Vorlagen**  
Professionelle Excel-Vorlagen für jeden Anlass jetzt kostenlos herunterladen! **mehr**



**Herbstkreuzfahrt buchen und bis zu CHF 400 sparen**  
Letzte Plätze: Jetzt Herbstkreuzfahrt buchen und bis zu CHF 400 sparen **mehr**



**Wie flaniert man als Paar nebeneinander?**  
Kolumnist Philipp Tingler beantwortet jede Woche eine Frage des modernen Benehmens. Diesmal: Wie... **mehr**



**Wer bezahlt das Geburtstagsessen?**  
Kolumnist Philipp Tingler beantwortet jede Woche eine Frage des modernen Benehmens. Diesmal: Wer... **mehr**

