

(Aus) Sicht eines Anderen

(Aus) Sicht eines Anderen

So lautet der Titel unserer diesjährigen Aktion vom Arbeitskreis Suizidprävention Braunschweig zum 22. Weltsuizidpräventionstag.

Dazu haben wir ein bewegliches, aber auch zerbrechliches Mobile mit 40 Brillen von unterschiedlicher Art, Stärke und Position geschaffen. Es symbolisiert, dass in Deutschland jährlich rund 10.000 Menschen durch Suizid sterben — etwa 40 davon aus Braunschweig. Jede Brille steht für eine individuelle Lebensperspektive, durch die jeder einzelne Mensch schaut. Die Gründe für einen Suizid sind vielfältig; kein Blick des Anderen lässt sich eins zu eins nachvollziehen. Das setzt uns eine klare aber auch schmerzliche Grenze im Verständnis, die auch in der Rückschau nach einem Suizid unüberwindlich bleibt.

Aber an dieser Grenze des Verstehens müssen wir nicht verständnislos und verzweifelt stehen bleiben. Es lohnt sich, den Blick nicht irritiert abzuwenden oder betreten nach unten zu schauen ... in den Abgrund ... vielleicht sogar den Eigenen. Verschweigen oder Augen-zu-und-durch hilft und ändert hier gar nichts!

Wir vom Arbeitskreis Suizidprävention Braunschweig sind vielmehr davon überzeugt: Es lohnt sich, miteinander behutsam nach Motiven zu suchen, ohne zu urteilen, und gemeinsam wollen wir daraus lernen, bessere, lebenswertere Rahmenbedingungen zu schaffen, um Suizide zu verhindern. Und vielleicht tun wir das ja auch im Sinne derer, die auf diese Weise von uns gegangen sind. Kein einzelner Suizid lässt sich rückgängig machen, aber Verständnis, Gespräch und Unterstützung können helfen, Leid zu lindern und Hilfe zugänglich zu machen. Dazu wollen wir als Mitglieder im Arbeitskreis Suizidprävention mit unseren unterschiedlichen Hilfs- und Begleitungsangeboten für Menschen in herausfordernden Krisensituationen unseren Beitrag leisten.

Doch eines ist auch uns dabei völlig klar: Die Verantwortung für ein lebenswerteres Leben können wir nicht alleine tragen! Es braucht dazu all die Menschen mit einem offenen Blick für ihre Mitmenschen. Die, die nicht nur die Not des Gegenübers erahnen, sondern die auch den Mut aufbringen, den Nachbarn, die Freundin oder den Arbeitskollegen anzusprechen und sie zu ermutigen sich Hilfe zu suchen.

Da sind wir also alle gefragt!

Ermutung dazu entdecke ich im 36. Psalm der Bibel: „Denn bei Dir, Gott, ist die Quelle des Lebens und in deinem Lichte sehen wir das Licht.“

Dieser Satz ist mehr als nur Trost; er ist eine Einladung, gemeinsam das Licht zu suchen, das durch die Dunkelheit hindurchstrahlt. Wir sind darauf angewiesen, als Suchende, Umherirrende und können es doch gleichzeitig auch füreinander sein: Lichtbringer und Orientierungsvermittler.

Eine gute Brille verschafft einen besseren Durchblick. Eine Sonnenbrille schützt das Augenlicht. So sorgt dieses nützliche Hilfsmittel dafür - überall dort, wo innere oder äußere Umstände den Blick eintrüben - uns einen freien und klaren Blick auf das Leben zu bewahren. Orientierung und hoffnungsvolle Aussicht, die uns mit der Quelle des Lebens in Verbindung hält.

Darum lasst uns so wie eine Brille offen bleiben füreinander: offen sehen, offen hören, offen helfen! Wir stehen zusammen, damit niemand in Not allein bleibt. Und in Trauer und Verzweiflung erinnern wir uns gegenseitig daran, dass Licht auch durch Dunkelheit strahlt, und dass wir füreinander da sein können — heute und an jedem Tag. Amen – das ist gewiss!