



Uli Blessmann hat in Ulm die Selbsthilfegruppe Semikolon gegründet für Menschen, die einen Suizid-Versuch hinter sich haben. Foto: Michael Kroha

## Er wollte sich das Leben nehmen

Uli Blessmann hat in Ulm eine neue Selbsthilfegruppe gestartet für Menschen, die – wie er – einen Suizid-Versuch hinter sich haben. Unserer Redaktion erzählt der 72-Jährige seine Geschichte.

Von Michael Kroha

Ulm Es war eine „niederschmetternde“ Nachricht, die ihn 2023 derart aus der Bahn geworfen hatte, dass er seinem Leben ein Ende setzen wollte. Doch sein Suizid-Versuch scheiterte. Fünf Stunden Not-OP, 45 Minuten Reanimation: Rettungskräfte und Ärzte retteten sein Leben. Anfangs war er sauer auf sie. Jubeln kann er heute noch nicht darüber. Auch damit es nicht noch einmal passiert, hat Ulrich Blessmann, der lieber nur Uli genannt werden will, jetzt eine Selbsthilfegruppe für Menschen gegründet, denen ähnliches widerfahren ist. „Ich will noch etwas bewegen“, sagt er.

Uli, der mit seiner Partnerin in Unterkirchberg lebt, habe sich gut überlegt, ob er für diesen Bericht anonym bleiben möchte. Doch der Mann mit seinen nahezu goldfarbenen Locken und seinem Zappabart will zu seiner Geschichte stehen. „Das gehört zu meinem Leben“, sagt er. Ein Leben, das eigentlich schon vorbei sein sollte.

Die Suche nach den Gründen für seinen Suizid-Versuch beginnt früh. Er habe große Probleme in der Kindheit gehabt, die „Narben hinterlassen“ haben. Sein Daheim

habe er gemieden, mit 14 sich erstmals krankenhausreif getrunken. Er besuchte das Gymnasium. Vor Prüfungen gönnte er sich ein Bier gegen den Prüfungsstress. „Ich war Revoluzzer, 68er“, sagt er. Zum Abitur reichte es nicht, aber zu einer Ausbildung zum Groß- und Außenhandelskaufmann.

Mit 27 übernahm Blessmann das Geschäft seines Vaters, wurde damit selbstständig und sein eigener Chef. „Ein gefundenes Fressen“. So konnte er weiter trinken. Er hangelte sich von einer Beziehung zur nächsten. Zwei Mal war er verheiratet. Kontakt habe er noch zu einer Ex-Frau, zu seinen Kindern und Enkelkindern. Als ein Arzt ihm sagte, dass er nur noch ein Vierteljahr zu leben habe, wenn er so weitermacht, hörte er auf mit dem Trinken. Seit 2005 sei er trocken.

Beinahe vergessen, erzählt er zwischendurch, dass er sich eigentlich 2010 schon einmal das Leben nehmen wollte. Aus „Überforderung“, wie er sagt. „Ich wollte Gott und der Welt helfen, vom Alkohol wegzukommen“. Doch er habe damals selbst noch die Kurve gekriegt. Damals war Mitglied einer Sucht-Selbsthilfegruppe gewesen, mittlerweile leitet er sie.

Wie kann es aber sein, dass je-

mand erst aufhört zu trinken, um nicht zu sterben – sich dann aber selbst das Leben nehmen will? „Wenn man die Stärke nicht hat, das Leben zu händeln“, sagt er. „Wir Abhängigen haben die Präposition, aussteigen zu wollen. Wenn einem das Suchtmittel genommen wird – was bleibt da noch? Man muss sich alles wieder erarbeiten. In der Sucht kann einem vieles genommen werden: Führerschein, Haus, Familie, alles weg.“

Sein Ausweg war damals Beschäftigung. „Ich habe mich in Arbeit gestürzt“, sagt er. Neben seinem Ein-Mann-Unternehmen übernahm er die Sucht-Selbsthilfegruppe und arbeitet ab 2019 in der Psychiatrie als Genesungshelfer. „Psychiatrische Arbeit, das war meins“, sagt er, und beschreibt sich selbst als „empathischen Menschen“. „Ich war gut unterwegs“. Bis eben zu dieser „niederschmetternden“ Nachricht, über deren Inhalt er nicht redet. Er erlitt zunächst einen Nervenzusammenbruch in der Klinik. „Die wollten, dass ich bleibe, aber ich wollte nicht.“ Drei Tage später stand es „Spitz auf Knopf“ um ihn.

Dank seiner Partnerin, die ihn seit zehn Jahren begleitet, unterstützt und trotz Allem zu ihm steht, fühle er sich heute stabil.

Auch die intensive Therapie helfe ihm dabei seinen Weg zu gehen, sein Leben neu zu ordnen. Dass er nicht noch einmal versuchen wird, sich das Leben zu nehmen, kann er aber nicht ausschließen. Der Suizid-Versuch 2023 „war selbstbestimmt, klar im Kopf, emotionslos“, sagt er. „Ein jeder sollte eigenständig über sein eigenes Leben entscheiden dürfen.“ Dass das in

„Ein jeder sollte eigenständig über sein eigenes Leben entscheiden dürfen.“

Uli Blessmann

der Gesellschaft so nicht gesehen wird, ist ihm bewusst. Er fragt: Warum darf jemand nicht sterben, wenn er möchte? Und gleichzeitig fragt er aber auch: Wer hat das Recht sich umzubringen? „Ich will das Thema aus der Ecke holen.“

Beim Ulmer Selbsthilfebüro Korn entstand so die Idee einer Selbsthilfegruppe. Eine, die sich mit Suizid-Versuchen auseinandersetzt, gebe es so in der Region nicht. Und, dass er noch lebt, „muss doch zu irgendwas gut gewesen sein“, sagt er. Mit dieser

Gruppe hofft er nun – in Absprache mit seiner Psychologin – etwas gefunden zu haben, wonach er gesucht habe: eine Aufgabe. In der Hoffnung damit auch anderen helfen zu können. Psychiatrien seien fürs Akute da, dort gebe es zwar auch Fachleute. Doch ein Austausch unter Betroffenen sei ein Austausch unter „Profis“. Den Namen der Gruppe „Semikolon“, also ein Strichpunkt, hat er sich auf seinem linken Unterarm tätowieren lassen. Denn hinter sein Leben wollte er schon einen Punkt setzen, doch es ging weiter. Und es ist noch nicht beendet, es soll noch eine Chance bekommen. Denn das Leben könne nichts dafür.

Die Selbsthilfegruppe Semikolon trifft sich in der Regel alle zwei Wochen im Bürgerhaus Mitte in der Schaffnerstraße 17 in Ulm, immer von 18.30 bis 20.30 Uhr. Die Gruppe ist für Erwachsene gedacht, die einen Suizid-Versuch hinter sich haben. Das erste Treffen fand am Montag, 17. März, statt. Weitere Termine sind unter anderem am 31. März, 14. und 28. April sowie am 12. und 26. Mai. Wer kommen will, darf sich mit Uli Blessmann in Verbindung setzen, telefonisch unter 0170/8331301 oder per E-Mail an uli.blessmann@web.de (AZ)