

# Bernhard Sutter – der Mann, der sich nicht unterkriegen lässt

TEXT UND BILD: PETER DE JONG

Das Schicksal hat ihn hart getroffen: Nach einem schweren Unfall vor 21 Jahren ist Bernhard Sutter körperbehindert. An den Folgen leidet er noch heute. In seinem druckfrisch erschienenen zweiten Buch blickt der Churer auf sein neues, anderes Leben zurück.

Manchmal schmeisst das Leben einen um. Da bleiben zwei Möglichkeiten: Entweder man bleibt liegen und ergibt sich in sein Schicksal, oder man rappelt sich auf und packt sein Leben neu an. Bernhard Sutter hat sich für die zweite Variante entschieden. Sein Fall ist jetzt 21 Jahre her: Es war am 9. September 1996, als der Churer, der damals als Dachdecker jobbte, auf einem Hausdach das Gleichgewicht verlor und aus neun Metern Höhe auf eine Betonplatte stürzte. Die Folge: unzählige Knochenbrüche und schwerste Schädel- und Hirnverletzungen. «Ich habe viel Glück im Unglück gehabt», sagt der leidenschaftliche Sportler. Vier Wochen lag der damals 21-jährige Sutter im Koma auf der Intensivstation des Kantonsospitals Graubünden. Erzählen kann er davon nicht, er hat keine Erinnerungen. Nicht an den Aufprall, nicht an die Zeit davor und nicht danach, zwei Monate aus dem Gedächtnis gelöscht, einfach so.

## Eiserner Wille

Aus dem grossen, sportlichen Mann, der sein Leben in vollen Zügen genoss, wurde innert Sekunden ein schwer behinderter Patient. Alles, wovon er vorher geträumt hatte, war in Bruchteilen von Sekunden zerstört. Der Weg zurück zu sich selbst und ins Leben war lang, hart und steinig. Ein halbes Jahr verbrachte er in der Rehaklinik Valens, dem Ort, dem er viel verdankt. Ein täglicher Kampf, Schritt für Schritt, Wort für Wort. Laufen, sprechen, essen: Alles musste er komplett neu lernen. Welcher



**Nicht locker lassen: Heute, 21 Jahre nach seinem schweren Unfall, meistert Bernhard Sutter den Alltag wieder selbständig.**

Kraftakt hinter seinem Genesungsprozess steckt, zeigen Filmaufnahmen der Klinik Valens. Etwa, wie sich Sutter schwer tut, nur ein Stück Brot zu schneiden. Immer wieder fällt das Messer aus der Hand, muss er, völlig erschöpft, von der Therapeutin gestützt werden. Man sieht auch, wie die Arme und Hände unentwegt zucken, unkontrolliert. Ataxie heisst das in der Fachsprache. Bewegende Bilder, die unter die Haut gehen – auch für Bernhard Sutter selbst.

Manch einer wäre verzweifelt – Bernhard Sutter ist es nicht. Mit einem unerschütterlichen Le-

benswillen absolvierte er ein strenges Therapieprogramm. Es konnte nicht schnell genug gehen. Natürlich lief nicht alles immer rund. «Ich hatte Angst, Wutausbrüche und Tiefs», erzählt er. Doch die Zuversicht hat er nie verloren, auch nicht in der Zeit, in der er im Rollstuhl sass. Durch das intensive Training trat von Tag zu Tag Besserung ein. Als er eineinhalb Jahre nach dem Unfall 100 Meter ohne Stöcke gehen konnte, fühlte er sich «wie Carl Lewis, mit dem Unterschied, dass er für die paar Meter weniger als zehn Sekunden und ich über eine halbe Stunde gebraucht habe.» Seine Gedankengänge hat

Sutter 1999 zu Papier gebracht und in dem Buch «Verlierer oder Gewinner?» veröffentlicht. Damit wollte er Menschen in vergleichbaren Situationen Mut machen und sie motivieren, aus allen Lebenslagen das Beste zu machen. «Denn das Leben ist zu schön, um es aufzugeben.»

## Neues Buch

Heute ist Bernhard Sutter 42 Jahre alt, und es geht ihm nach eigenen Worten «wahnsinnig gut». Trotz der zurückgebliebenen Einschränkungen: Er geht noch nicht ganz sicher, spricht langsam, ermüdet schneller und braucht mehr Pausen. Die Kraft in den Muskeln, die ist aber zurück: 2005 nahm er mit seinem Mountainbike sogar am Mittenbergrennen teil. 2009 bestieg er das Parpaner Rothorn, ein Jahr später fuhr er mit dem Bike den Calanda hoch – seine Art zu zeigen, dass der Wille tatsächlich Berge versetzen kann. Und er hat vor drei Jahren sogar geheiratet. Seine Frau Nicole war durch das Buch auf ihn aufmerksam geworden. Schon seit 12 Jahren sind sie ein Paar. «Die Gewissheit, dass jemand da ist, ist enorm wichtig», sagt Sutter. Während seine Frau als Buchhändlerin arbeitet, kümmert er sich als Hausmann um den Haushalt, putzt, wäscht, kocht. Ein Jahr hat er an der Fortsetzung seiner Biographie geschrieben. Der Titel sagt alles: «Gewinner und die zwei Arten des trotzdem». ■

*Am Donnerstag, 7. September, um 19.30 Uhr präsentiert Bernhard Sutter sein neues Buch bei Schuler Bücher an der Grabenstrasse 9.*