

Zeitschrift: Fraueztig : FRAZ
Herausgeber: Frauenbefreiungsbewegung Zürich
Band: - (1992-1993)
Heft: 44

Artikel: Todessehnsucht : die Gier nach Leben
Autor: Schroff, Sibylle
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1054565>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 31.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

TOODESSEHNSUCHT

Die Gier nach Leben

Sie ist 48 Jahre alt und hat immer wieder Sehnsucht danach, tot zu sein, endlich Ruhe zu haben. Eine Ruhe, die sie in diesem Leben nicht findet, die sie sich hier nicht vorstellen kann. Wie sie damit lebt und was sie damit meint, hat sie der FRAZ-Redaktorin Sibylle Schroff erzählt.

Ja, ich habe Todessehnsucht. Immer wieder. Den Wunsch zu sterben. Wenn er wieder einmal da ist, kommt er mir häufig beim Autofahren in den Sinn. Ich überlege dann, ob ich nun schneller fahren soll – in einen Baum oder in eine Mauer.

Ich glaube nicht, dass ich mir jemals das Leben nehmen werde. Ich spiele mit dem Gedanken. Das schon. Wenn ich den Wunsch, zu sterben, zulasse, dann erleichtert mich das.

Einmal war ich ganz nahe dran. Irgend etwas aber zog mich zurück. Es war nach dem Tod meiner Tochter. Da war ein Balkon – hoch oben. Ich wusste, wenn ich ihn betreten hätte, dann wäre es passiert. Nicht mein Kopf, mein Körper hätte es getan. Ich vermeid es, den Balkon zu benutzen.

Eigentlich wäre es schön, jetzt einfach aufzuhören. Das Dumme ist, dass ich aufpassen muss, von diesem Gefühl nicht überrollt zu werden.

Meine Todessehnsucht ist ganz stark mit der Empfindung verbunden: ich mag nicht mehr. Für mich heisst tot sein, aufhören, kämpfen zu müssen. Das Leben ist ein ewiger Kampf. Mal mehr – mal weniger. Ein ewiges Vorwärtsgehen, ein Energieverschleiss. Das hört mit dem Tod auf: du musst keine Energien mehr verschleissen. Im Gegenteil: du kannst neue Energien sammeln und wieder weitergehen.

Wenn ich sterbe, dann gibt es meinen Körper nicht mehr. Mich gibt es noch. Ich weiss allerdings nicht wie und nicht wo. Wenn ich mir das vorstelle, dann werde ich ruhiger. Der Tod ist nicht endgültig. Ich glaube das nicht. Ich weiss es. Durch den Tod meiner Tochter.

Ich hatte noch nie Ruhe in meinem Leben. Immer nur Unruhe und Belastungen. Stets passierte irgend etwas. Mein Wunsch ist es, endlich Ruhe zu finden. Auf welche Art auch immer. Im Leben oder im Tod.

Es gibt keinen grösseren Wunsch, seit ich zurückdenken kann, als diesen einen Wunsch nach Ruhe. Diese Ruhe ist ein Gefühl. Schwer zu beschreiben. Ruhe würde heissen, nicht mehr kämpfen zu müssen, um die Geborgenheit in mir zu finden. Beispielsweise. Oder: nicht mehr wissen zu müssen, was auf dieser Welt passiert. Hier kann ich mich nicht entziehen. Ich sehe keine Möglichkeiten, mich vor Dingen zu schützen, die mich belasten.

Im Tod hätte ich Ruhe – für länger. Hier habe ich sie einfach noch nie erlebt. Schon gar nicht zusammen mit einem anderen oder mit anderen Menschen überhaupt. Nur für mich allein – ein Stück weit. Und das ist wenig.

Ich stelle mir eben auch vor, dass ich im Tod nicht alleine bin. Dass ich dann Teil eines Ganzen sein werde. Meine Sehnsucht nach dem Tod ist die Sehnsucht nach einem Ganzen. Hier fühle ich mich oft sehr allein. Ich bin allein. Vor allem mit diesen Gefühlen. Die kannst du mit niemandem teilen.

Ich mache immer wieder den Fehler, dass ich draussen – bei anderen Menschen – suche, was ich in mir drinnen suchen und nur dort finden könnte. Ich habe ein Stück Geborgenheit gefunden in mir. Aber ich will mehr. Es ist eine Gier. Und die steht im Vordergrund.

Der Wunsch, tot zu sein, hat mit Lebensgier zu tun. Wenn du stirbst, dann weisst du, was das Leben ist.

Ich werde ohnehin sterben. Daran kann ich nichts ändern. Ich kann es nur beschleunigen.

Vielleicht ist die Sehnsucht nach dem Tod keine Angst vor dem Tod. Durch die Angst vor dem Tod und dem Nichtwissen, was nachher ist, möchte ich ihn beschleunigen, damit ich es weiss. Damit ich die Angst ausschalten kann.

Angst vor dem Tod heisst eigentlich Angst vor dem Leben. Und die Sehnsucht nach dem Tod ist nichts anderes als die Sehnsucht nach dem Leben.