

Zeitschrift: Saiten : Ostschweizer Kulturmagazin
Herausgeber: Verein Saiten
Band: 24 (2017)
Heft: 266

Artikel: Sterben lassen
Autor: Riedener, Corinne
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-884133>

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: 13.01.2026

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

Sterben lassen

TEXT: CORINNE RIEDENER

Kürzlich hat sich ein Bekannter von mir das Leben genommen. Er war knapp 30, ich fiel aus allen Wolken. Ich kannte ihn – nennen wir ihn Sam – viel zu schlecht, um ihn wirklich zu kennen, aber ich habe ihn immer als aufgeweckten, umtriebigen und sehr begabten Zeitgenossen erlebt. Er war beruflich erfolgreich, dem Leben und der Lust scheinbar zugeneigt, den vielen Leuten um ihn herum, dem Alkohol und manchmal auch anderen Substanzen.

Ich verstehe nicht, warum er sich getötet hat, aber ich kann verstehen, dass er es getan hat. In dunklen Zeiten hasst man sich und die Welt, die Stadt und die Leute und sowieso alles, was irgendwie nach Zuversicht riecht. Man will aufgeben, Brücken abbrennen und durchbrennen. Oder eben: gar nicht mehr sein. Keine Angst, ich bin nicht suizidal. Aus sturem Stolz nicht – und natürlich wegen meiner Familie. Vor langer Zeit habe ich mir einmal geschworen, dass ich mich von mir und der Welt nicht fertigmachen lasse. Mir genügt das Wissen, dass ich dem öden Leben entgehen könnte, wenn ich es wollte. Andere sind nicht so. Andere bringen sich um – und werden dafür verurteilt.

Das ist unglaublich anmassend. Wer hat Hinz und Kunz eingeredet, dass es okay ist, ständig über die persönlichen Entscheidungen anderer zu urteilen? Eine Saumode. Und wieso glauben die Leute, dass das sogenannte Leben besser ist als der Tod? Dieses wilde Abfeiern der blossen Existenz geht mir nur allzu oft auf die Nerven, dieser lebensbejahende Imperativ, dieses Geklammer am Fleisch und an der Jugend. Man darf lebensmüde sein – und es auch zugeben. Oder anders gesagt: «Freiwillig» ist das Leben nur, wenn auch der Tod freiwillig ist.

Suizid ist ein Menschenrecht. David Hume, Michel Montaigne oder Arthur Schopenhauer fordern dasselbe. Auch der Schriftsteller und Widerstandskämpfer Jean Améry, der den Suizid als die letzte und womöglich einzig realisierbare, dauerhafte Freiheit versteht. Im Buch *Hand an sich legen* schreibt er: «Es geht dies wohl nicht mit rechten Dingen zu, ich meine, einerseits die kalte Gleichgültigkeit, welche die Gesellschaft dem Menschen zeigt, und die erhitzte Sorge um ihn, wenn er aus dem Verbanne der Lebenden freiwillig auszutreten im Begriffe steht.»

Es ist frech und falsch, wie unsere Gesellschaft mit Sterbewilligen umgeht, vor allem wenn der Wunsch psychisch begründet ist. Das beginnt schon bei der Terminologie: «Selbstmord» impliziert ein Verbrechen. Ich ermorde mich selber. Man könnte stattdessen von «Freitod» reden, wobei dieser Ausdruck auch euphemistisch gedeutet werden kann, da wohl nur die wenigsten Freitode tatsächlich frei gewählt sind. Die neutralste Bezeichnung wäre darum der etwas steril wirkende «Suizid» – *sui caedere*, sich töten. «Merkwürdig, wie die latinisierten Formen stets einer Sache ihre Wirklichkeit absaugen», schreibt Améry dazu. Er nahm sich am 17. Oktober 1978 in Salzburg das Leben.

Damit wir uns richtig verstehen: Das hier ist kein Plädoyer für Suizid, sondern eines für die Enttabuisierung desselbigen. Sicher, ich würde mir würdigere, saubere, weniger aggressive Formen des Sterbens wünschen, auch für Nicht-Exit-Mitglieder, und ja, grundsätzlich hat sich niemand einzumischen bei einer solchen Entscheidung, aber zuerst einmal gilt es, das «diffuse Suizidverbot» unserer Gesellschaft, wie es der Psychiater und Sterbehelfer Peter Baumann genannt hat, zu knacken. Dieses sei nämlich von entscheidender Wichtigkeit, schreibt er im Buch *Die Freiheit zum Sterben*. «Denn der Suizidale kommt unter grossen Vorbehalten in Behandlung, weil er befürchtet, er habe womöglich eine Zwangseinweisung zu gewärtigen. Da er das als Entmündigung, Verurteilung oder Willkür empfindet, wird er häufiger lieber auf Hilfe verzichten, suizidal bleiben oder später allein den Entschluss fällen, sich zu töten.»

Enttabuisierung heisst also auch Prävention. Was Baumann damit gemeint hat, lässt sich auch am Beispiel der beiden Appenzell verdeutlichen: Dort gibt es laut einer Statistik des Forums für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich schweizweit die höchsten Suizidraten, und das vor allem bei den Männern. «Eine unverstandene Konstante», heisst es im dazugehörigen Kommentar. «Als mögliche Erklärungsansätze kommen in Frage: Imitation, Einstellungen zu psychischen Problemen, Einstellung zu Problembewältigungsmöglichkeiten, sozialer Support. Am vielversprechendsten erscheint ein indirekter Erklärungsansatz: bei Vorliegen psychischer Probleme und bei Krisen suchen Appenzellerinnen und Appenzeller – eventuell bedingt durch die Siedlungsformen – seltener Gesprächsgelegenheiten und fachliche Hilfe als Einwohner anderer Kantone.»

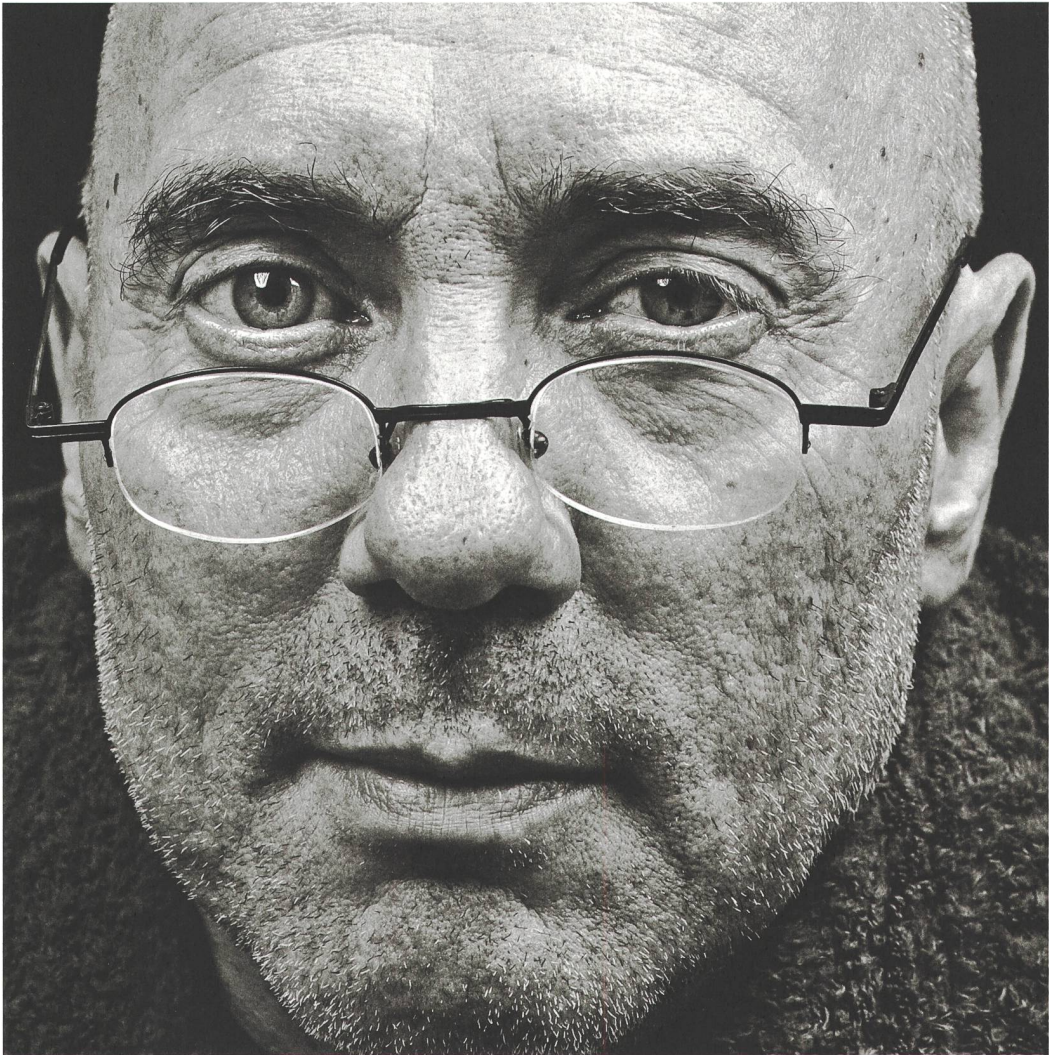
Ich denke gerne an Sam und wünsche seiner Familie alle Kraft, um mit dem grossen Verlust umzugehen. Keine Ahnung, was ihn dazu bewegt hat, sich das Leben zu nehmen. Keine Ahnung, ob er in Behandlung war, ob er mit jemandem reden konnte, sich jemandem anvertrauen. In seinem Fall ist das auch gar nicht mehr relevant – für die vielen anderen da draussen allerdings schon. Deshalb muss die gesellschaftliche Ächtung endlich aufhören und das Schweigen gebrochen werden, gerade hier in der Schweiz, wo die Suizidrate weltweit eine der höchsten ist.

Corinne Riedener, 1984, ist Saitenredaktorin.

Jean Améry: *Hand an sich legen – Diskurs über den Freitod*. J. G. Cotta'sche Buchhandlung, Stuttgart 1976.

Peter Baumann: *Die Freiheit zum Sterben – Menschliche Autonomie am Ende*. Chronos Verlag, Zürich 2014.

anlaufstelle-suizid.ch, suizidhilfe.ch, 143.ch, fssz.ch



Heiner Schmitz, 19. November 2003 und 14. Dezember 2003

