

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

**Artikel:** Mein Tod  
**Autor:** Hochuli, Marianne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1054563>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 12.04.2025

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

# Mein Tod

**Wie gehe ich mit meinem eigenen Tod um? Ist dies überhaupt ein Thema im Leben einer 33jährigen Frau? Die FRAZ-Redaktorin Marianne Hochuli macht sich im folgenden Gedanken darüber. Vorausgegangen ist ein Gespräch mit zwei FRAZ-Frauen über das eigene Sterben und den Tod.**

«Was willst Du Dich mit Tod beschäftigen, Du bist doch viel zu jung», dies die Reaktion zweier älterer Leute darauf, dass ich mir einige Gedanken zu meinem Tod und Sterben machen möchte.

Der Tod ist für uns drei von der FRAZ kein Thema, worüber wir oft sprechen. Aber es ist doch ein Thema, das bei uns immer wieder auftaucht, ausgelöst vielleicht durch wenige Situationen in unserem Leben, in denen wir mit dem Tod auf irgendeine Art in Berührung gekommen und sogar selbst dem Tod knapp entronnen sind. Andrea erzählt, dass sie in diesem «Fast-Todesmoment» so starr war, dass sie die Tragweite davon erst später wahrnehmen konnte. Ein solches «Grenzerlebnis» ist eine meiner ersten Kindheitserinnerungen überhaupt, und es mag mit ein Grund dafür sein, dass mich dieser Grenzbereich zwischen Leben und Tod – das Hinübergehen – öfters beschäftigt. Als Vierjährige im See, scheinbar aus dem Schwimmring geschlüpft, ohne dass dies jemand gemerkt hätte. Ich erlebe mich ganz gefasst unter Wasser mit dem Gedanken «jetzt muss ich halt sterben». Meine Eltern haben mir nie geglaubt, dass ein kleines Kind einen solchen Gedanken haben kann. Sie haben mir auch darum nicht geglaubt, weil ich gestrampelt und geschrien hätte wie am Spiess, so dass meine Mutter in den Kleidern ins Wasser rannte und mich herausfischte. Diese Zweiteilung: das äussere Sich-Wehren und das innere Sich-Ergeben – so stelle ich mir das Sterben vor. Ich stelle mir das Sterben vor als ein Weggleiten von den um mich lebenden Menschen, als ein Gleichgültigwerden gegenüber allem, was hier geht.

Der Tod ist uns schon nahegekommen, wenn ein geliebter Mensch gestorben ist. Ein Freund ist vor zwei Jahren gestorben. Noch immer glaube ich ab und zu für Augenblicke, ihn irgendwo zu sehen, aber der nächste Gedanke ist jeweils: «Es kann nicht sein, er ist fort, für immer und endgültig, endgültig...». Merkwürdige Träume entstehen aus einem solchen Verlust, die Grenze zwischen hier und dort wird aufgeweicht. Vor kurzem sass der Freund in einem Park, ich tastete mich halb freudig, halb erschrocken an ihn heran: «Du

bist doch tot, nicht wahr?» «Psst», macht er, «ich bin offiziell tot, bin es aber in Wirklichkeit nicht. Sag dies niemandem!» Dieses wächserne Gesicht, der merkwürdige Blick. Ich rannte davon und erwachte.

Sterben ist der Übergang, aber tot sein? Wie ist die Vorstellung, nicht mehr zu sein, diese Ungewissheit, die für mich wie ein schwarzes Loch aussieht? Und was hat die Gewissheit, einmal nicht mehr zu sein, für Konsequenzen auf mein Leben? Ich habe ja Aufgaben und Verantwortung in diesem Leben. Treibt mich die Todesvorstellung dazu, dass ich so intensiv wie möglich leben möchte? Ist also Tod untrennbar mit dem Leben verbunden? – Ich arbeite für den Naturschutz und sehe dabei jeden Tag, wie sinnlos dieser Schutz eigentlich ist. Obwohl rundherum Natur stirbt, setzen sich Menschen für Bedingungen ein, unter denen die Natur leben kann.

Löst der Gedanke an den Tod Widerstand aus – den Widerstand, nicht sterben, sondern leben zu wollen? Bedeutet dieser Widerstand aber einfach eine Verdrängung des Todes?

Kürzlich las ich eine Bemerkung von Bazon Brock in bezug auf die Kunstaussstellung «Dokumenta» in Kassel: «Die grausamste Vorstellung von Abwesenheit für uns Menschen ist die Vorstellung, dass es die Welt ohne uns geben könnte, dass die Natur ohne den Menschen auskäme.» Dies ist für mich eine sehr arrogante, männliche Aussage. Ein kürzliches Erlebnis in Warschau, auf dem jüdischen Friedhof, bewies mir genau das Gegenteil dieser Bemerkung. Der aus dem 19. Jahrhundert stammende Friedhof hat als fast einziger Ort in Warschau den Krieg überlebt. Es ist ein riesiges Gelände, überwachsen mit Sträuchern und Bäumen. Auf vielen alten Gräbern stehen halb verfallene Eisenkonstruktionen, jedes Grab trägt ein Monument, das von den Angehörigen im Andenken an den verstorbenen Menschen errichtet wurde. Diese Eisenkonstruktionen sind komplett verwittert, haben sich teilweise fast aufgelöst in einem Jahrhundert. Inmitten dieser wildwuchernden Natur, die allmählich Eisen und Stein zudeckt oder auflöst, überkam mich zum erstenmal ein Gefühl der Zuversicht, als ich an meinen Tod dachte. Ich stand in einer anderen Welt, ein scheinbarer Ort des Friedens, und die Zeit schien all die klaffenden

Wunden etwas verheilt zu haben. Behutsam umarmten grüne Zweige die schräg stehenden Steine, der ganze Ort war durchflutet von Licht; wenn der Wind sich manchmal einmischte, spielten Licht und Schatten miteinander. Die Gewissheit, dass sich die Natur über all diese menschlichen Greuel hinwegsetzt und überlebt, war mir ein grosser Trost.

Warum reden wir so wenig über den Tod? Sibylle erzählt, wie sie als Kind versuchte, sich vorzustellen, irgendwann einmal für immer tot zu sein. Weil ihr diese Vorstellung nie gelang, machte ihr der Tod angst. Hinzu kam die Angst, vom Tod zu reden oder an ihn zu denken. Beides könnte diesen womöglich verursachen. Vor allem traute sie sich nicht, daran zu denken, dass Menschen sterben könnten, die sie gern hatte. Irgendwann hat sie Gedanken zugelassen, Gespräche gesucht über den Tod, und es ist nichts passiert. Beten war für sie auch so eine Sache. Was würde geschehen, wenn sie es nicht tat, weil sie zu müde war oder einfach keine Lust hatte? Lange traute sie sich nicht, dies auszuprobieren. Wieder aus Angst, es könnte etwas Schreckliches passieren.

Hinter dieser Angst, tot zu sein, steckt die christliche Moral, mit der wir als Kind schon oft in Berührung kamen. So wie Du Dich hier benimmst, so kommt es später auf Dich zurück! Obwohl ich nicht an diese Drohung – im christlichen Sinne – glaube, bin ich immer sehr fasziniert, wenn ich Bilder betrachte, die das jüngste Gericht darstellen. Kürzlich schaute ich in lodernde Flammen, in die grässlichen Fratzen der Verdammten. Sie purzelten in den verdrehtesten Stellungen in die Hölle, alle nackt. Einige versuchten noch zu entkommen. Ein Bild des Grauens und der Panik, im Gegensatz zur linken Himmelseite, wo die «Reinen» warteten, um in den Himmel hereingelassen zu werden. In der Mitte die Waage, die bestimmte, wer in den Himmel und wer in die Hölle kommen sollte. Und heimlich, halb belustigt fragte ich mich, was wohl heutzutage die Kriterien für ein gutes Leben wären und auf welche Seite ich wohl käme.

Tod löst Ungewissheit und Unsicherheit aus. Vielen Menschen gibt darum die Vorstellung, dass mit dem Tod nicht alles zu Ende ist, Halt. Sie machen Bilder davon, wie es weitergehen



könnte. Die Ungewissheit ist schrecklich. Und wir können ja auch im Leben nichts geschehen lassen, brauchen immer einen sicheren Zustand. Wie oft verbauen wir uns neue Möglichkeiten, indem wir eher bereit sind, unglücklich und in einer Scheinsicherheit zu leben, als z. B. eine Beziehung zu lösen – sterben zu lassen. Müssten wir lernen, über unseren Tod zu sprechen? Denn wenn wir über unseren Tod sprechen, sprechen wir zugleich über unser Leben. Würden wir dann auch vermehrt Ängste und Unsicherheiten zulassen in unserem Leben?

Wir leben in einer Zeit, wo es als sehr wichtig gilt, die Kontrolle über alles zu haben. Die Kontrolle etwa über das Leben. Manchmal denke ich, hat dabei das Sterben immer weniger Platz. Dies zeigt sich z. B. an unserem Verhalten gegenüber Krankheiten. Wenn wir krank sind, ist das oberste Ziel, gesund zu werden. Ganze Wissenschaften beschäftigen sich nur mit «Gesundwerden» und «Sterbenverhindern». Als sich eine Nierenkranke weigerte, die Dialyse zu machen, stiess sie auf Unverständnis: «Aber, aber, Sie können fast genauso gut leben wie vorher!» Nur dass ihre eigene Niere nicht mehr funktioniert. «Sie werden doch nicht einfach sterben wollen.» Ihr Leben ist verlängert, aber was dies für ihre Seele bedeutet, darüber haben wenige Menschen mit ihr gesprochen.

Vielleicht ist heute der Tod viel mehr ein Tabu als früher, als vermehrt in der Familie gestorben wurde. Heute sind die Sterbesachen an Institutionen delegiert, was ein Abschieben und somit Einsamkeit und Angst bedeutet.

Ob ich Angst vor dem Tod habe? Nein, Angst eigentlich nicht. Aber ich bräuchte noch etwas Zeit. Ich möchte noch so viel, mein Leben hat, so scheint es mir, gerade erst richtig angefangen. Angefangen in dem Sinn, dass ich nicht nur suchend herumtappe und da und dort etwas ausprobiere, sondern dass ich immer bestimmter weiss, wo ja und wo nein zu sagen. – Sibylle macht im Moment der Gedanke, dass ihr etwas passieren könnte, keine Angst. Für sie heisst das, dass ihr Leben aufgeht, dass sie zu sich stehen – sich selber leben kann. In Zeiten, wo ihr Leben chaotisch verläuft oder nicht stimmt, würde sie der Gedanke, sterben zu müssen, beunruhigen.

Aber die Sterbearten sind so verschieden. Ich denke, dass ich mit einer Krankheit vielleicht wachsen könnte, dass ich Zeit hätte, mit meinem erst angefangenen Leben abzuschliessen. Bis vor kurzem wünschte ich mir einen möglichst schnellen Tod, so wie der meiner Grossmutter. Sie schlief während des Strickens ein, auf dem Balkon sitzend, an ihrem Lieblingsort. Im Moment möchte ich keinen schnellen Tod. Vielleicht ist dies wirklich ein Zeichen dafür, dass mein Leben noch nicht ganz so verläuft... und vielleicht bin ich einfach noch zu jung. Das Sterbenkönnen hat mit Reife zu tun, mit einem reifen, vollen Leben. Der Gedanke etwa, von einem Auto überfahren zu werden, ist für mich grässlich. Ich möchte sterben und nicht getötet werden. Würde von aussen ein massiver Eingriff geschehen, wie Krieg oder ein Atomunfall, würde ich versuchen, mich noch mit meinen engsten FreundInnen zu treffen, um gemeinsam zu überleben oder zu sterben, würdig zu sterben.

Dieses würdig sterben ist immer wieder wichtig, dabei könnte ich doch sagen: «tot ist tot...»

Angesichts der Gewissheit, dass wir alle sterben müssen, gibt es grundsätzlich zwei Lebensarten. Die eine ist das «Darauflossauen», ohne sich umzusehen; sich herauszunehmen, was für einen gut ist und dabei nicht auf andere zu achten. Andrea, Sibylle und ich neigen zu einer zweiten Lebensweise, indem wir versuchen möchten, Zeichen zu setzen, das Leben zu erhalten, Leben hervorzuholen, wo scheinbar fast keines mehr ist. Das heisst auch, Festgefahreneres und scheinbare Klarheiten in Frage zu stellen, Beziehungen offener zu leben und Geschlechterverhalten darzustellen und zu verändern. Das heisst, so zu leben, dass wir am Ende sagen können: «Ich habe so konsequent gelebt, wie es mir möglich war.»

Was bleibt denn übrig nach unserem Tod? Bleibt von unserem Bewusstsein etwas zurück? Die Art etwa, wie wir mit Menschen umgehen? Etwas, das vielleicht «Seele» genannt werden könnte, wenn der Begriff nicht allzu verbraucht wäre?

Andrea fragt sich, inwiefern wir demnach für andere schaffen. Wenn wir etwas Lebenserhaltendes gemacht hätten, nütze dies ja nachher den anderen. Ob wir nicht damit die bestehenden Strukturen erhielten?

Ich glaube, dass Bemühungen, Leben zu erhalten, eher die Kraft geben könnten, Strukturen zu verändern. Jede mit einem kleinsten Anteil.