Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 84 (2006)
Heft: 3

Artikel: "Ich wähle einen anderen Weg"
Autor: Vollenwyder, Usch / Schaber, Peter
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-722634

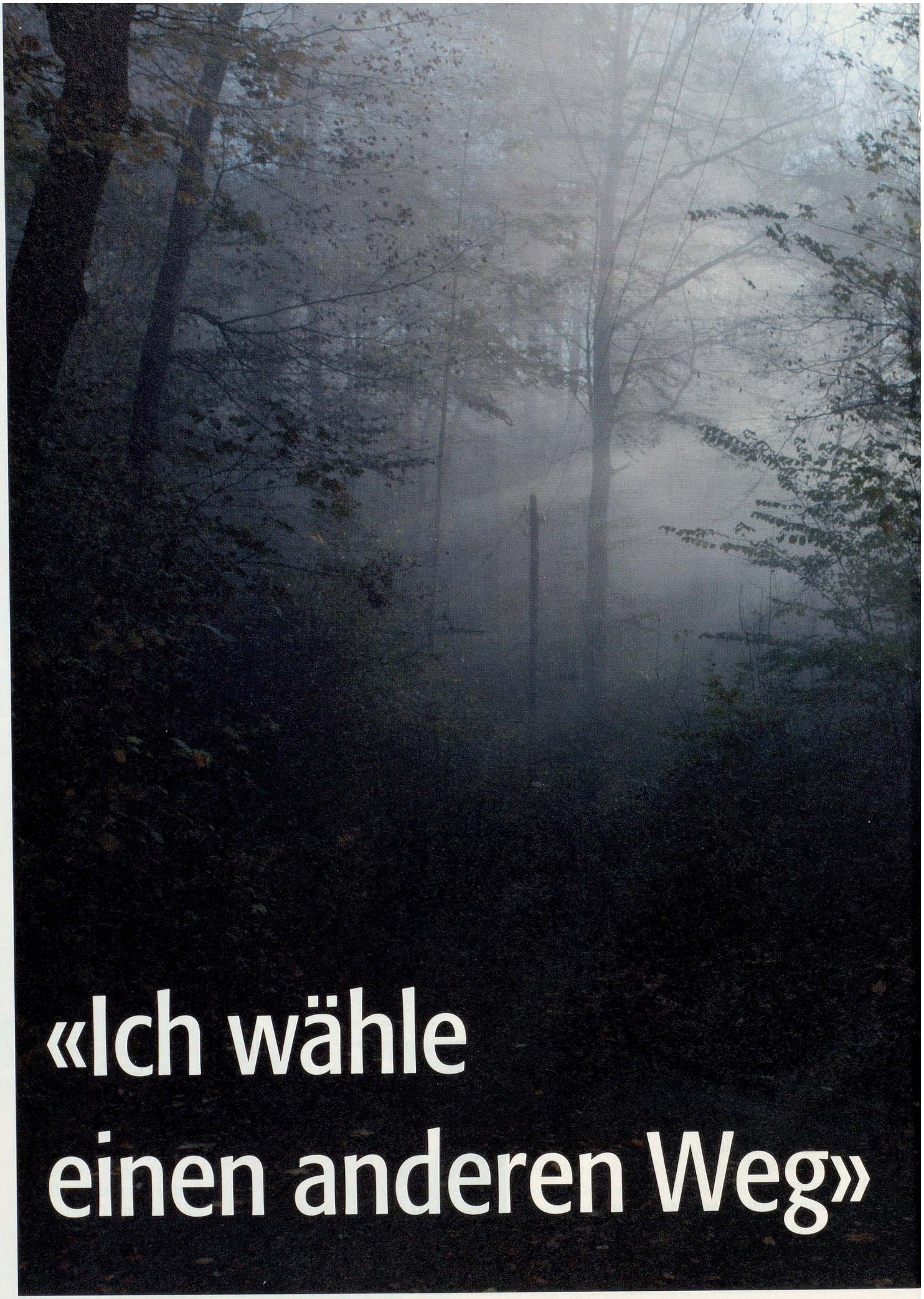
Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. 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: 21.07.2025

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



«Ich wähle einen anderen Weg»

Jede dritte Selbsttötung in der Schweiz betrifft einen Menschen im Pensionsalter. Gründe dafür sind oft Einsamkeit und Verzweiflung. Ein Suizid kann auch das Resultat einer wohl überlegten Entscheidung sein. Er darf kein Tabu bleiben.

VON USCH VOLLENWYDER
MIT BILDERN VON FREDERIC MEYER

Mehrere Male hatte Lory Strasser den gleichen Traum. Sie stand auf einem Hochhaus, unter sich sah sie Menschen, klein wie Ameisen. Und hinter ihr stand Fred, ihr Mann. «Spring», sagte er. «Dir passiert nichts. Du landest auf den Füssen.» In ihren Träumen sprang sie von einer Brücke, einem Turm, einem Felsen. Seit dem Tod ihres Mannes, seit er sich vor bald drei Jahren das Leben genommen hat, wünscht sie sich sehnlichst diesen Traum zurück. Doch er sei nie mehr gekommen.

Fred habe sie im Traum auf das Kommende vorbereiten und ihr Mut machen wollen – davon ist Lory Strasser heute überzeugt. Sie rührt nachdenklich in ihrem Kaffee. Vor sich hat sie ein Päckchen Nastücher, die Tränen können jederzeit noch fliessen. Aus dem Fenster ihres Hauses am Rand der Rebberge fällt der Blick auf das Schloss Spiez und das Städtchen dahinter, auf den Thunersee, auf den Niesen und die Stockhornkette. Auf einem Tischchen steht ein Foto von Fred: braun gebrannt, lachend, attraktiv. Daneben brennt eine Kerze.

Eine häufige Todesursache

Lory Strasser erzählt ihre Geschichte, weil Suizid kein Tabu mehr sein darf. Zu schmerzlich hat sie erlebt, wie Bekannte auf der Strasse die Seite wechselten, dass auch gute Freunde sich zurückzogen. Dünnhäutig, wie sie war, taten ihr hilflose Sätze wie «Du wirst sehen, in einem Jahr sieht alles anders aus» nur weh. Vorurteile spürte sie überall: «Da stimmt etwas nicht in dieser Familie, sonst hätte sich der Mann nicht umgebracht.» Lory Strasser begreift heute den Suizid ihres Mannes als Schicksalsschlag, wie er zum Leben gehören kann: «Es ist ein Sterben wie ein anderes Sterben auch.»

Täglich sterben in der Schweiz drei bis vier Menschen durch Suizid, pro Jahr etwa 1300 – mehr als durch Verkehrsunfälle, Aids und Drogen zusammen. Dreimal mehr Männer als Frauen sind betroffen. Bei 15- bis 44-jährigen Männern ist Suizid die häufigste Todesursache.

Die Suizidrate – die Anzahl der Selbsttötungen auf 100 000 Einwohner – ist im internationalen Vergleich mit rund 19 hoch. Das Suizidrisiko steigt mit zunehmendem Alter: Jede dritte Selbsttötung betrifft einen Menschen im Pensionsalter. Am meisten gefährdet sind dabei allein stehende Männer ab 85 Jahren: Ihre Suizidrate verdoppelt sich.

Mit der demografischen Entwicklung werden auch in Zukunft Selbsttötungen in den älteren Bevölkerungskreisen zunehmen. Im Gegensatz zu jüngeren Menschen, bei denen Suizidversuche in den meisten Fällen als Hilferuf aus einer verzweifelten Situation heraus verstanden werden müssen, endet im Alter ein Suizidversuch viel häufiger tödlich. Von den Sterbewilligen, die über 65 Jahre alt sind, wird zurzeit gut ein Drittel von einer Sterbehilfeorganisation wie Exit oder Dignitas in den Tod begleitet.

Augenfälligste Gründe für die Zunahme von Selbsttötungen im Alter sind körperliche Krankheiten, Depressionen, unter denen rund dreissig Prozent aller älteren Menschen leiden, und eine soziale Isolation mit daraus folgender Vereinsamung. Davon scheinen ältere Männer besonders betroffen zu sein: Verwitwete, geschiedene oder ledige Männer weisen ein anderthalb- bis zweimal höheres Suizidrisiko auf als Verheiratete.

Als Lory Strasser am 7. Mai 2003 von einem Ausflug nach Interlaken nach Hause kam, erwartete sie, Fred wie immer auf dem Balkon oder auf dem Sofa zu sehen. Stattdessen lehnte ein Brief an der Vase auf dem Stubentisch. Lory Strasser riss ihn an sich, las nur den Anfang: «Ich spüre, dass ich krank werde …» Lory Strasser wusste alles. Seit sie Fred kannte, hatte er gesagt: «Wenn ich alt oder krank werde, werde ich mich erschiessen.» Die völlige Abhängigkeit seines Vaters nach einem Schlaganfall hatte

«Jedem Menschen gehört sein eigenes Leben»

BILD: ELISABETH RIZZI

Der Philosoph Peter Schaber ist Professor für angewandte Ethik und Leiter des Ethikzentrums der Universität Zürich.

Jeder dritte Suizid in der Schweiz wird von einem Menschen im Pensionsalter begangen. Was sagen Sie dazu? Der Lebenswille ist in der Regel auch im Alter sehr gross, die Hoffnung auf Besserung noch lange vorhanden. Menschen begehen nicht leichtfertig Suizid. Die körperliche oder psychische Verfassung kann aber gerade im Alter durchaus einen Zustand erreichen, in welchem nicht mehr das «Leben um jeden Preis» gewählt wird.

Welche Aufgabe kommt bei einem Suizid der Gesellschaft zu? Soziale Rahmenbedingungen müssen verhindern, dass sich Menschen in unserer Gesellschaft nutzlos fühlen, vereinsamt sind, keinen Sinn im Leben mehr sehen – zum Beispiel wegen Arbeitslosigkeit, finanziellen Schwierigkeiten oder Beziehungsproblemen. Es ist auch die Aufgabe der Suizidprävention, Wege aus einer momentanen Verzweiflung heraus aufzuzeigen und so Kurzschlusshandlungen zu verhindern.

Ältere Menschen ziehen öfter Bilanz: Die Lebensrechnung geht nicht mehr auf …
… man hat keine Hoffnung mehr, und das, was einem das Leben freudvoll machte, ist nicht mehr vorhanden. Als Ethiker würde ich sagen: Es gibt einen berechtigten oder zumindest verstehbaren Bilanzsuizid.

Suizid ist fast immer eine Tragödie für die Hinterbliebenen. Wie können sie damit umgehen? Wut, Trauer, Schuldgefühle und Verzweiflung bei den Angehörigen sind verständlich. Es stirbt eine Person, die ja auch geliebt und geschätzt wurde. Ich denke aber, dass man verpflichtet ist, den Willen der Betroffenen zu respektieren – ob sie sich selber töten oder ob sie sich dabei von einer Sterbehilfeorganisation helfen lassen. Dieser Respekt gebührt allen Menschen, nicht nur Familienangehörigen.

Ist das nicht unglaublich schwierig? Ethische Vorgaben sind nicht immer einfach zu erfüllen. Doch gerade der Respekt einer anderen Person gegenüber ist ein zentrales moralisches Gebot. Bei aller Zusammengehörigkeit und Abhängigkeit gehört jedem Menschen sein eigenes Leben. Selbstbestimmung und Selbstverantwortung stehen deshalb über dem Willen von Familienangehörigen. Gespräche, Diskussionen, Anteilnahme können gegenseitig Verständnis schaffen.

Alte und kranke Menschen haben oft Angst, ihre Würde zu verlieren. Eine berechtigte Angst? Ich glaube durchaus, dass ein Mensch einen Zustand als entwürdigend empfinden kann. Daraus lässt sich aber nicht der Schluss ziehen, dass keine Lebensqualität mehr vorhanden ist und deshalb das Leben beendet werden sollte. Und ganz bestimmt dürfen und sollen solche Entscheidungen nicht vom Kostengesichtspunkt abhängig gemacht werden. Zudem ist das individuell verschieden: Wer sein Leben lang grossen Wert auf Unabhängigkeit gelegt hat, wird einen Zustand in der Regel eher als unwürdig empfinden als jemand, der weniger autonom war.

Wie stellen Sie sich Ihr eigenes Alter vor?
Ich wünsche mir ein Alter, das es mir ermöglicht, aktiv zu bleiben. Die Würde ist mir wichtig. Dazu gehört, dass ich mich als Person anerkannt fühle. Und wenn das mein Zustand nicht mehr zulässt? Ich habe Mühe, mir das vorzustellen. Meinen Lebenswillen unterschätze ich auch nicht. Trotzdem denke ich, dass ich – an einem bestimmten Punkt – auch sagen möchte: «So will ich nicht mehr leben. Jetzt ist es Zeit zu gehen.» ■

ihn in jungen Jahren geprägt: «Ich wähle einmal einen anderen Weg.»

In Panik rannte Lory Strasser durchs Haus. In der Dusche fand sie ihren Mann, zusammengekauert auf einem Tuch. Ein kleiner blauer Fleck neben dem Mundwinkel zeigte das Einschussloch. Fred hatte den letzten Schuss aus seiner Militärpistole für sich aufgehoben. Als guter Schütze wusste er, wie er sich selber töten musste.

«Er sah friedlich aus, so, wie er immer ausgesehen hatte, wenn er vor dem Fernseher eingeschlafen war», sagt Lory Strasser. Sie ging vor ihm auf die Knie, schüttelte ihn, schrie: «Du bist so fies, so fies.» In seinem Abschiedsbrief las sie später: «Du wirst denken, ich sei fies …»

Trauer, Wut und Schuldgefühle

Noch heute spürt Lory Strasser manchmal Wut über ihren Mann, der ihr das angetan hat. Dann schimpft sie mit ihm, dreht sein Foto gegen die Wand. Er hat sie allein gelassen – ausgerechnet in einem Alter, wo man einander doch brauche und gemeinsam noch so vieles hätte unternehmen können. Fred war 75 Jahre alt, sie ein paar Jahre jünger.

Im Nachhinein meint Lory Strasser, dass Anzeichen da gewesen wären – wenn sie diese damals nur richtig hätte deuten können:

Im Jahr zuvor hatte der Hobbymaler seine Malerei aufgegeben. Die Spanienferien verlängerte er um zwei Wochen, weil er wusste, wie sehr seine Frau im Winter die südliche Sonne schätzte. Nach den Skiferien versorgte er seine Skischuhe und die Reisetasche auf dem Estrich – beides hatte vorher jeweils noch wochenlang in seinem Zimmer herumgestanden. Die Heizölbestellung fürs ganze Quartier machte er frühzeitig. Und einmal nahm er ihre Hand: «Vergiss nicht, was auch geschieht, ich habe ein schönes Leben gehabt.»

Lory Strasser informierte die Polizei, den Arzt, die erwachsenen Kinder. Sie war voller Entsetzen: Warum war sie an diesem Tag nach Interlaken gefahren? Warum hatte sie die Pistole nicht weggeworfen? Warum hatte sie als ehemalige Krankenschwester ihren Mann nicht besser beobachtet und behütet? War das Zittern seiner Hand schon das erste Anzeichen einer ernsthaften Krankheit gewesen? Warum hatte sie ihm nicht we-

nigstens häufiger die Worte «I ha di gärn» zugeflüstert? Warum? Warum? Warum? Ganze Wände hätte sie mit diesem einen Wort voll schreiben können.

Lory Strasser landete auf den Füssen. Sie holte Hilfe bei einer Psychologin. Während langer Zeit schrieb sie ihrem verstorbenen Mann täglich einen kürzeren oder längeren Brief. Sie redete mit ihm an seinem Grab.

Unterstützung und Hilfe bekam sie im Verein Refugium, einer Selbsthilfegruppe für Hinterbliebene nach Suizid. Unter anderen Betroffenen spürte sie: «Ich bin nicht allein, ich kann über alles reden.» Das Leben sei zwar manchmal immer noch ein «Müssen». Doch Schuldgefühle und Trauer weichen langsam der Dankbarkeit für alles, was sie mit Fred geteilt hatte.

Selbstbestimmung auch im Tod

Ein plötzlicher Tod ist immer ein radikaler Einschnitt. Er teilt das Leben in ein Vorher und ein Nachher. Er verunmöglicht eine Vorbereitung und einen schrittweisen Übergang in eine neue Situation. Die Tabuisierung von Suizid als Todesursache erschwert diesen Prozess zusätzlich. Neben Trauer und Abschiedsschmerz fühlen sich Angehörige vor allem schuldig. Gefühle von Minderwertigkeit und Ohnmacht verdrängen die Sicht auf neue Lebensperspektiven. Sie vergessen, dass die Verantwortung zum Leben oder zum Sterben letztendlich jeder Mensch allein trägt.

Diese Aussage unterstreicht der Ethiker und Philosoph Peter Schaber, Leiter des Ethikzentrums der Universität Zürich (siehe Interview Seite 8). Er betrachtet es zwar grundsätzlich als eine Aufgabe der Gesellschaft, die sozialen Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass kein Mensch sich aus Verzweiflung, Zukunftsangst oder Einsamkeit das Leben nehmen muss. Er sieht es aber gleichzeitig als moralische Pflicht jedes Einzelnen, Sterbewillige nicht zu verurteilen und ihren Entscheid – «So will ich nicht mehr weiterleben» – zu akzeptieren.

Das war nicht immer so. Suizid galt während Jahrhunderten als «Sünde», war moralisch verwerflich und wurde gesellschaftlich geächtet. Der Begriff «Selbstmörder» zeugt davon: Das Wort «Mord» als Ausdruck einer Straftat gibt dem Suizid eine kriminelle Dimension. Fachleute, Betroffene und sensibilisierte Laien verwenden es deshalb nicht mehr. In der Öffentlichkeit, aber auch in Medizin und Psychiatrie gilt Suizid immer noch häufig als Krankheitssymptom. Ihn als freien Willensentscheid zu akzeptieren, fällt schwer. Der Begriff «Freitod» soll deshalb eher die Handlungsfreiheit eines jeden Menschen betonen. Als neutralster Begriff gilt das Wort «Suizid», auf Deutsch übersetzt «Selbsttötung».

Für die offizielle katholische Kirche ist Suizid immer noch gleichbedeutend mit Mord. Laut ihrem Glauben kann kein Motiv den Freitod wirklich rechtfertigen: Das Leben ist eine von Gott geschenkte Leihgabe, über die der Mensch nicht frei verfügen kann. Folglich hat er auch kein Recht darauf, es selbst zu beenden. Wurden früher katholische «Selbstmörder» noch mit Kriminellen zusammen ausserhalb der Friedhofsmauern begraben, sieht die Praxis heute anders aus. Ein katholischer Priester sagt: «Ich verstehe, dass es Situationen gibt, in denen das Leben nicht mehr lebbar ist.»

Die evangelisch-reformierte Kirche hält fest, «dass die Einstellung jedes und jeder Einzelnen dem eigenen Tod gegenüber zu respektieren ist». Dieser Respekt vor einer anderen Person gilt unbedingt. Auch wenn eine Tat nicht bis zuletzt gutgeheissen werde, gehe es darum, «Ja» zu sagen zum Menschen und zu seinem Ge-

heimnis, sagt ein reformierter Pfarrer. Trotzdem stelle er kritische Fragen an die Gemeinschaft: Sie trage die Verantwortung für eine lebenswürdige Umgebung. Und wenn ein alter Mensch Bilanz zieht und den Tod wählt? «Dann wäre es anmassend, wenn ich diesen Entscheid kritisieren wollte.»

Begleitet in den Tod

Wenn Marianne Moser an den Todestag ihrer Mutter Susanne Keller (Namen von der Redaktion geändert) zurückdenkt, findet sie dafür nur ein Wort: Friede. Ein halbes Jahr zuvor hatte ihre Mutter eine Gehirnblutung erlitten. Von einem Tag auf den andern war die aktive Therapeutin und engagierte Mutter und Grossmutter pflegeabhängig geworden. Dabei waren ihr Selbstständigkeit und Autonomie immer das Wichtigste gewesen. Sie hatte vorgesorgt, trug eine Patientenverfügung auf sich und war Mitglied der Sterbehilfeorganisation Exit. Als Alleinstehende hatte sie ihr Leben geordnet, vorgesorgt, geregelt. «Meine Mutter hatte alles im Griff», sagt ihre Tochter Marianne Moser.

Susanne Keller überlebte die Gehirnblutung, halbseitig gelähmt kam sie in ein Pflegeheim. Doch Besserung blieb aus. Sie, die so weltoffen, interessiert und belesen gewesen war, konnte nicht mehr lesen, nicht mehr fernsehen, kaum noch Radio hören. Zum Telefonieren musste ihr der Apparat eingestellt werden. Mit Mühe lernte sie eine Hand bewegen. Den Rollstuhl konnte sie nicht selber bedienen. Unerträglich blieb für sie, dass sie einen Katheter hatte und Windeln trug. Auch dass sie wie ein Baby an- und ausgezogen, im Bett gewendet oder zum Essen aufgesetzt werden musste, empfand sie als entwürdigend.

Tochter und Enkelin holten sie für Ausflüge ab, machten mit ihr Ausfahrten auf den Beatenberg, an den Thunersee, an die Aare. Die Wanderer und Velofahrer unterwegs waren für Susanne Keller ein Beispiel, wie es sein könnte, wenn … Doch Fortschritte gab es keine. Sie würde nie mehr als ihre eine Hand bewegen können. Die Hoffnung, je mithilfe eines Rollators gehen zu können, zerschlug sich. Susanne Keller entschied sich: Mithilfe ihrer Tochter würde sie mit Exit Kontakt aufnehmen. Die beiden Frauen hatten sich schon lange vorher Offenheit in jeder Situation versprochen.

Rechtlich ist der Freitod zulässig. Auch die Beihilfe zum Suizid ist nicht strafbar, sofern der Helfer oder die Helferin nicht aus eigennützigen Motiven – zum Beispiel aus finanziellen Gründen – handelt. Strafbar bleibt die Tötung auf Verlangen. Deshalb müssen Sterbewillige das tödliche Medikament noch selber einnehmen können.

Mit einem genau vorgegebenen Ablauf und entsprechenden Formalitäten sichert sich Exit gegen Missbräuche und Ansprüche ab. Hilfe gibt es nur für volljährige und urteilsfähige Mitglieder, die in der Schweiz wohnen und die nötigen Voraussetzungen für einen begleiteten Suizid erfüllen: Sie leiden an einer unheilbaren Krankheit, an unerträglichen Schmerzen oder an einer unzumutbaren Behinderung. Wenn immer möglich,

DIE TAGUNG ZUM THEMA

Die diesjährige Fachtagung von Pro Senectute Kanton Luzern zum Thema «Suizid im Alter» richtet sich an alle an dieser Frage interessierten Personen. Kurzreferate von Fachleuten und Betroffenen sowie eine Podiumsdiskussion gehen dem Thema nach.
Die Veranstaltung findet am 16. März von 13.30 bis 17 Uhr im Seminarhotel Sempachersee in Nottwil statt. Die Teilnahme kostet CHF 50.– .
Anmeldung: Pro Senectute Kanton Luzern, Jürg Lauber, Postfach 4009, 6002 Luzern, Tel. 041 226 11 88, Mail juerg.lauber@lu.pro-senectute.ch

werden auch die Familienangehörigen in den Prozess einbezogen.

Ein Haus- oder Vertrauensarzt muss die Diagnose stellen. Erst wenn diese schriftlich vorliegt, kann Exit aktiv werden: Eine Sterbebegleiterin oder ein Sterbebegleiter kommt zu einem ersten Besuch. Die Diagnose wird durch ein Exit-Fachgremium bestätigt. Dann kann der Freitod eingeleitet werden. Ob davon Gebrauch gemacht oder noch zugewartet wird, hängt allein vom Sterbewilligen ab: Manchmal befreit schon das Wissen um die Möglichkeit, dem Leben jederzeit ein Ende setzen zu können, von einem grossen Druck und gibt neue Gelassenheit.

Susanne Keller brauchte keine Bedenkzeit mehr. Gefasst, bestimmt und mit viel Humor führte sie die Gespräche mit der Sterbebegleiterin, mit der Heimleitung, mit dem Seelsorger. Und immer wieder mit ihrer Tochter. Hatten sie einander alles gesagt? Die Tränen waren geweint, alle Fragen geklärt, die Verzweiflung war vorbei. Auch über die Tochter war eine grosse Ruhe gekommen. Sie half ihrer Mutter beim Verfassen der Todesanzeige: «Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.» Susanne Keller legte ihr Sterbedatum fest. Tochter und Enkelin holten sie am Vorabend nach Hause.

«Ich liebe das Leben»

Der Tag begann mit einem wunderschönen Morgen. Im Gartenteich erblühte die erste von dreizehn Seerosen. Alles stimmte. Die Mutter sei von einer inneren Ruhe erfüllt gewesen und habe eine tiefe Gelassenheit ausgestrahlt. Gegen Mittag kam die Sterbebegleiterin von Exit, eine lebensbejahende, positive Frau. Susanne Keller schluckte die Medikamente gegen Erbrechen und füllte die Freitoderklärung aus. Schön angezogen und sorgfältig zurechtgemacht sass sie im Rollstuhl und setzte zum letzten Mal ihre Unterschrift unter ein Dokument.

Von allen nahm sie Abschied: «Ich liebe das Leben. Ich verlasse euch nicht. Ich verlasse nur meinen Körper.» Die Angehörigen legen die Mutter auf das Bett. Die Sterbebegleiterin reicht ihr das Glas mit dem aufgelösten Barbiturat, das Susanne Keller in einen tiefen Schlaf versetzen und ihr schliesslich den Tod bringen wird. Die 15-jährige Enkelin hält die Hand ihrer Grossmutter. Oh, sie werde so müde ... Dann gähnt Susanne Keller tief, die Atmung wird flacher, schliesslich setzt sie ganz aus. «Ihr Sterben war wie ein friedliches Einschlafen», sagt Marianne Moser.

Nachdem die Mutter gestorben war, musste die Polizei benachrichtigt werden. Die Sterbebegleiterin hatte die Familie darauf vorbereitet, dass – wie bei jedem aussergewöhnlichen Todesfall – Befragungen, Untersuchungen und Fotoaufnahmen anstehen würden. Erst danach konnte der Bestatter gerufen und die Mutter gemeinsam in den Sarg gebettet werden. Ein paar Tage später war die Kremation. Im Gartenteich ging jeden Tag eine neue Seerose auf. ■

ADRESSEN UND BÜCHER

➤ Der Verein Refugium steht allen Menschen offen, die eine ihnen nahe stehende Person durch Suizid verloren haben. Geleitete Selbsthilfegruppen gibt es auch in Basel, Bern, Luzern und Zürich.
Verein Refugium, Telefon 0848 00 18 88 (Normaltarif), Mail info@verein-refugium.ch, Internet www.verein-refugium.ch

➤ Ipsilon ist eine Initiative zur Prävention von Suizid in der Schweiz. In ihr sind verschiedene Organisationen und Institutionen zusammengeschlossen, die in ihrer Arbeit täglich mit Suizid zu tun haben.
Ipsilon-Geschäftsstelle, Elfenstr. 18, Postfach, 3000 Bern 16, Tel. 031 359 11 08, Mail info@ipsilon.ch, Internet www.ipsilon.ch

➤ Exit engagiert sich für das Selbstbestimmungsrecht des Menschen im Leben und im Sterben. In den Freitod werden nur Mitglieder begleitet.
Exit, Mühlezelgstrasse 45, 8047 Zürich, Telefon 043 343 38 38, Fax 043 343 38 39, Mail info@exit.ch, Internet www.exit.ch

➤ Der Verein Dignitas will seinen Mitgliedern menschenwürdiges Leben wie auch menschenwürdiges Sterben zusichern und steht für Sterbevorbereitung, Sterbebegleitung und Freitodhilfe zur Verfügung.
Dignitas, Postfach 9, 8127 Forch, Telefon 044 980 44 59, Fax 044 980 14 21, Mail dignitas@dignitas.ch, www.dignitas.ch

➤ Der Schriftsteller und Theologe Ulrich Knellwolf schreibt 23 Geschichten vom Begleiten in Leiden und Sterben. In einem zweiten Teil lädt der Theologe Heinz Rüegger mit ethischen Impulsen zum Mitdenken ein.
Ulrich Knellwolf, Heinz Rüegger: «In Leiden und Sterben begleiten.» Kleine Geschichten, ethische Impulse. Theologischer Verlag, Zürich 2004, 114 Seiten, CHF 18.–.

➤ Eine ausführliche Besprechung des Trauerprozesses nach einer Selbsttötung und praktische Übungen für die Hinterbliebenen bietet das Buch der deutschen Theologin Chris Paul.
Chris Paul: «Warum hast du uns das angetan?» Ein Begleitbuch für Trauernde, wenn sich jemand das Leben genommen hat. Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 2004, 128 Seiten, CHF 23.80.

➤ Rund fünfzig Abschiedsbriefe geben Einblick in die Gedanken von Menschen, die den Suizid gewählt haben. Der Autor ergänzt die Briefe mit den nötigen Informationen.
Udo Grashoff: «Ich möchte jetzt schliessen.» Briefe vor dem Freitod. Reclam Verlag, Leipzig 2004, 160 Seiten, CHF 16.50.

➤ Paul und Franca wollen freiwillig aus dem Leben scheiden. Auf der Suche nach den Gründen für das selbstbestimmte Lebensende seiner Eltern spürt Sohn Luca der Vergangenheit nach.
Nicola Bardola: «Schlemm.» A 1 Verlag, München 2005, 206 S., CHF 32.50.

➤ Eine Tochter nimmt Abschied von ihrer alten Mutter, die sich nach einem erfüllten Leben für den Tod entscheidet und ihr damit eine letzte Lektion erteilt.
Noëlle Châtelet: «Die letzte Lektion.» Verlag Kiepenheuer & Witsch, Köln 2005, 153 Seiten, CHF 30.–.

Bestelltalon Seite 62.