

Zeitschrift: Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum
Herausgeber: Benediktiner von Mariastein
Band: 37 (1959)
Heft: [7]

Artikel: Von der Gnade zu Altern
Autor: Steinmann, Elsa
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1031880>

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: 04.02.2026

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

Gott; ich hatte kein Bewußtsein seiner Gegenwart; ich fühlte nur die brennende Wunde des Daseins.»

Und dann geschah es doch. Aber der Versuch mißlang. Der Tiefpunkt seines Fallens war erreicht. Das Leben setzte neu an: ein glühendes Verlangen nach der geistigen Welt überfiel ihn. Er kaufte sich die Dialoge *Platos*. Sie beschenkten ihn mit «rettendem Glücksgefühl». «Ich bin selten glücklicher gewesen als mit diesen Heften.»

Portugal

Ein Aufenthalt auf der Iberischen Halbinsel schenkte ihm neue Kraft und die Erkenntnis seiner Berufung. Hier fand er «die Landschaft seiner Seele». Im Werk und im Leben des größten portugiesischen Dichters — Camões — fand er einen Sinn, der sich über den Untergang erhebt. Er faßte den Plan, von Camões' Werk und Schicksal zu schreiben. So geriet er in die Welt der Geschichtsschreibung. In Spanien erlebte er den Escorial und die geheimnisvolle Gestalt Philipps II. Und nun trieb ihn «das immer reißendere Gefälle europäischer Geschichte» *Christus* entgegen. P. Bruno

Von der Gnade zu Altern

Ein chinesischer Weiser schrieb vor etwa dreitausend Jahren: «Der Mensch wird Herr über die Wandlungen der Natur, wenn er deren Folge erkennt und sich nach dem Wechsel der Jahreszeiten richtet. Auf diese Weise kommt Ordnung und Klarheit in den anscheinend verworrenen Zeitenwechsel und der Mensch kann sich im voraus den Forderungen der verschiedenen Zeiten angleichen.» Diese Erkenntnis war neu für den damaligen Menschen.

Uns Heutigen aber ist die Folge und die Anpassung an die Forderungen der Jahreszeiten etwas Selbstverständliches. Wir säen im Frühling, lassen im Sommer die Frucht reifen. Im Herbst ernten wir, und im Winter zehren wir von der Frucht der Arbeit des ganzen Jahres. Und niemandem kommt es in den Sinn, da irgendwelche Verschiebungen vorzunehmen, zum Beispiel im Frühling ernten zu wollen. Ja, wir haben überdies gelernt, die in jeder Jahreszeit verborgene, besondere Schönheit zu erkennen und uns daran aus ganzem Herzen zu freuen.

Jedoch scheint den meisten von uns Heutigen entgangen zu sein, daß diesem Wechsel der Jahreszeiten nicht nur die Natur draußen, sondern auch unsere eigene Natur unterworfen ist, daß nicht nur jeder Baum, jeder Strauch, jeder Grashalm seinen Frühling, Sommer, Herbst und Winter hat, sondern auch wir selber in diesen Wechsel einbezogen sind. Und ... daß jedem Einzelnen von uns die Aufgabe gestellt ist, diesen Zeitenwechsel für sein persönliches Leben anzunehmen, sich seinen Forderungen anzupassen und sein Auge offen zu halten für Sinn und Schönheit jeder einzelnen Lebensstufe.

An dieser Aufgabe aber scheitern die meisten, wenn es gegen den Lebenswinter geht. Den eigenen Lebenswinter als Tatsache anzunehmen, sich

seinen Forderungen anzupassen, in ihm gar Sinn und Schönheit zu entdecken, dagegen wehren sich die meisten verzweifelt. Denn wir haben Angst vor unserm Lebenswinter. Eine seelenverwirrende Angst vor Vereinsamung, vor einem In-den-Winkel-geschoben werden. Angst, vom tätigen, über das eigene Leben selbst bestimmenden Menschen zum Müßiggänger abzusinken, der machtlos zusehen muß, wie ihm sein Selbstbestimmungsrecht mehr und mehr entzogen wird. Dabei beklemmt uns stets die Furcht, in die Abhängigkeit von Menschen zu kommen, die nichts von unsern guten, unsern tüchtigen Zeiten wissen und darum nie im Stande sein werden, uns je eine rechte Antwort auf unsere Persönlichkeit zu geben — eine Antwort, in der nicht bloß Mitleid und Herablassung für den jetzigen alten bedürftigen Menschen mitschwingt, sondern stets auch ein bißchen von jener, uns zu einem Mindestmaß von Selbstachtung so bitter nötigen Anerkennung und Hochachtung für das, was wir in unsern besten Zeiten waren und geleistet haben.

Solche Ängste vor dem Alter sind menschlich verständlich, ja, sie haben, rein oberflächlich betrachtet, durchaus ihre Berechtigung. Denn all das, vor welchem wir uns ängstigen, kann im Alter Wirklichkeit werden. Die Kräfte des Leibes nehmen in unserm Lebenswinter tatsächlich ab. Auch bei uns gibt es wie in der Natur ein uns Zurückziehen ins Innere, in unser Leibeserdreich. Jedoch — und das sollten wir nie vergessen — ist auch unser Innenleben immer noch so keimhaft und kräftig wie die ruhende Wintererde. Mit andern Worten: unser Lebenswinter ist im Tiefsten nichts anderes als eine Verlagerung der Kräfte von außen nach innen, und, soll es ein sinnvolles Alter sein, ein Wissen um diese Kräfteverlagerung, ein bewußtes Hinnehmen der damit verbundenen Veränderungen und der Versuch, daraus etwas möglichst Schönes zu gestalten.

Wie aber läßt sich das praktisch verwirklichen?

Fürs erste scheint es mir wesentlich zu sein, das Schwachwerden und die leisen Zerfallserscheinungen unseres Leibes nicht tragisch zu nehmen. Auch von den kleinen Diensten und Hilfeleistungen unserer Umgebung sollten wir uns nicht bedrücken lassen, sondern sie in Demut und Dankbarkeit hinnehmen — im vollen Bewußtsein, daß solche kleine Abhängigkeiten von unserer Umgebung unserer menschlichen Würde nicht den geringsten Abbruch tun, den andern aber Gelegenheit geben, Liebe zu üben. Und dann wagen wir den Blick nach innen.

In der Jugend und bis weit ins reife Alter hinein werden die meisten von der Außenwelt voll beansprucht, sind mit ihr durch tausend Fäden verbunden. Mit wie vielen Menschen, mit wie vielen Schicksalen sind wir in unserm Frühling, Sommer und Herbst bekannt geworden. In wie viele helle und dunkle Lebenssituationen wurden wir im Laufe unseres Lebens gestellt! Wieviel Unausweichliches haben wir annehmen und verarbeiten müssen! Das alles aber ist Teil unseres Lebens geworden, hat sich in der Tiefe unserer Seele angesammelt und geklärt, liegt in uns wie eine reife Frucht, wie ein verborgener, lebendiger Schatz.

Solange wir noch mitten in der Tätigkeit standen, waren wir uns dieses verborgenen Schatzes meist nicht voll bewußt. Vielleicht haben wir während einer Krankheit einen flüchtigen Blick hineingetan, ohne jedoch lange dabei zu verweilen: dazu waren wir noch viel zu sehr an die Außenwelt und ihre

Anforderungen gebunden. Mit dem Herannahen des Lebenswinters aber hören diese Beanspruchungen durch die Außenwelt, durch Beruf und Familie, bei den meisten von uns normalerweise auf. Ich sage wohlbedacht: bei den meisten von uns. Denn zu allen Zeiten hat es Männer und Frauen gegeben, welche bis ins höchste Greisenalter, dank eines intakt gehaltenen starken Geistes, Hervorragendes für die Mitwelt geleistet haben, und wie oft mit einem müden, halb zerfallenen Leib beschwert.

Wie viele weise Staatenlenker hohen Alters hat es auf Erden im Lauf der Jahrhunderte und Jahrtausende gegeben! Wie manches geniale Kunstwerk wurde am Lebensabend großer Meister geschaffen. Wie mancher Wissenschaftler hat in seinem Fach bis ins höchste Alter fruchtbare Arbeit geleistet! Und das ist auch heute noch so. Denken Sie nur an all die Geburtstagsfeierlichkeiten bedeutender Achtzigjähriger der letzten Monate, die alle noch in einem Wirkungskreis stehen, der höchste Anforderungen an sie stellt. Diese verehrungswürdigen Menschen aber beweisen unwiderlegbar, daß Alter nicht Zerfall, sondern Sammlung der Geisteskräfte bedeutet — Sammlung der Erlebnisse und Erfahrungen eines ganzen Menschenlebens. Und haben wir ein rechtes, volles Leben gelebt, dann werden wir über den Reichtum staunen, der sich auch in unserm Innern angesammelt, über all das, was auch in uns Frucht getragen hat. Und wie beglückend kann es sein, wenn uns das Alter endlich die Muße zu einem Blick nach innen läßt, zu einem geruhsamen Verweilen bei dem Geschauten, zu einem sinnvollen Ordnen unseres innern Reichtums. Und dann die Hände in diese Schätze zu tauchen, um ihn an andere weiterzugeben!

In Indien heißt die Alte «Buddhi», die Erleuchtete, bei der man sich Rat und Weisheit holt. Erleuchtung ist mit wirklicher Reife auch stets verbunden. Denn diese geht immer Hand in Hand mit dem Abklingen der Leidenschaften, die auch den schärfsten Blick wie durch Nebel trüben. Schwindet indessen diese Trübung, dann wird der Blick frei, und wir vermögen die Dinge wie ein Lichtstrahl zu durchdringen und Zusammenhänge zu erfassen, die uns früher verborgen waren.

Der auf diese Weise Sehende und den wahren Wert und Unwert der Dinge Erkennende aber wird sich leichten Herzens von allem Überflüssigen lösen und dadurch ein einfacher, heiterer Mensch werden; Zuflucht, geistiger Schutz und Ratgeber für die andern.

In den großen Familien der alten Kulturvölker des Ostens wird diese Stellung den Alten bis heute zuerkannt. Sie sind der Mittelpunkt der Familie. Sie sind Träger der Konvention und Sitte und haben das entscheidende Wort in der Erziehung der Jugend. Auch in unsern christlichen Großfamilien hatten die Alten stets ihren Platz und ihre Aufgabe, und zwar in allen Gesellschaftsschichten. So lange sie tätig sein konnten, ließ man ihnen die selbstgewählte Verantwortung. Und nahmen die Körperkräfte ab, dann zogen sie sich in ihre Kammer zurück. Dort beteten sie Tag für Tag für die ganze Familie und wurden auf diese Weise zum Segensquell des Hauses. Eine schönere Aufgabe für den letzten Lebensabschnitt aber läßt sich schwerlich ersinnen.

Freilich: eines darf hier nicht verschwiegen werden: Diese überragende Stellung der Alten in der Familie birgt stets eine Gefahr in sich: nämlich,

daß die Alten, wenn sie nicht über den Dingen stehen, zu selbstsüchtigen Tyrannen werden, die völlig vergessen, daß die Vornehmheit des alten Menschen darin besteht, ein Gerechter zu sein, der jedem von ihm Abhängigen das zukommen läßt, was ihn fördert und seinem Wesen entspricht.

Daß der alte Mensch in der Familie die zentrale Stelle einnimmt und zugleich von der Familie getragen wird, kommt in unserm Zeitalter der Verflachung der menschlichen Beziehungen und des Familienzerfalls freilich nur noch selten vor. Alter bedeutet heute fast immer Vereinsamung, auf sich selbst gestellt sein. Wenn wir aus dem Berufsleben hinaustreten, warten selten in unserer Umgebung neue, unserem Lebenswinter entsprechende Aufgaben auf uns. Auf diesen Stand der Dinge heißt es sich rechtzeitig vorbereiten. Und zwar aus der Erkenntnis heraus, daß Aufgabe des Berufs nie vollständige Aufgabe jeder Tätigkeit sein darf, sondern nur deren Änderung, wenn auch unser letzter Lebensabschnitt schön und sinnvoll sein soll. Denn ein bestimmtes Maß von Tätigkeit gehört zu jedem gesunden Leben, auch zum Leben der alten Menschen. Für die Wahl der Beschäftigung im Lebenswinter aber sollten wir uns stets nach dem Grundsatz richten: die Arbeit hat für mich den größten Sinn, die mir am meisten Freude macht. Ob sie sich vor den Wertmaßstäben der Welt behaupten kann oder nicht, dem kommt im Lebenswinter keine Bedeutung mehr zu. Da gilt als einziger Maßstab die Freude: sie verleiht jeder, auch der unscheinbarsten Tätigkeit, Sinn und Adel.

Und sind wir in unserm Lebenswinter nicht ganz auf uns selbst gestellt, leben wir in der Familie eines Sohnes, einer Tochter oder in einer andern Gemeinschaft, dann werden wir uns nicht nur für das entschließen, was uns selber Freude macht, sondern unseren Blick überdies auch für das offenhalten, womit wir den andern kleine Freuden bereiten können. Denn nichts bringt so sicher Freude ins eigene Herz, wie andern Freude machen.

Und für die Stunden, in welchen wir durch Krankheit oder Schwäche zur Muße gezwungen werden, möchte ich Ihnen empfehlen, sich dann mit Ihren schönen und heitern Erinnerungen zu befassen, sie frisch und lebendig werden zu lassen und in Ihrer Phantasie neu zu durchleben. Auf diese Weise können Sie sich eine eigene, schöne Welt gestalten, in der Sie jederzeit eine lichte Zuflucht finden; denn Schönes, Beglückendes gibt es in jedem Leben, und es liegt nur an uns, es ständig frisch und lebendig zu erhalten — nicht indem man sich in Sehnsucht danach verzehrt, sondern indem wir uns seiner als eines stets gegenwärtigen Geschenkes erfreuen, völlig unabhängig von der Umwelt, in welcher wir uns im Augenblick befinden.

Und sind wir gläubige Christen, dann werden wir uns, wo immer wir uns befinden, was immer wir tun, in unserem Lebenswinter mehr und mehr Gott und seiner lichten Welt zuwenden, im Glauben, daß uns nur noch eine kurze Zeitspanne von der verheißenen Herrlichkeit, unserem letzten und eigentlichen Ziele, trennt. In diesem Glauben aber verlieren alle andern Belange an Gewicht. Bis zuletzt bleibt uns jedoch die große Aufgabe, als Fürsprecher bei Gott für unsere Mitmenschen zu wirken und auf diese Weise teilzuhaben am Erlösungswerk Christi. So aber wird auch unser Lebenswinter voll Freude, Segen und Gnade sein.

Elsa Steinmann, Neggio bei Lugano