

**Zeitschrift:** Neue Wege : Beiträge zu Religion und Sozialismus  
**Herausgeber:** Vereinigung Freundinnen und Freunde der Neuen Wege  
**Band:** 108 (2014)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Ich habe gelebt, und es war gut  
**Autor:** Altwegg, Leni  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-514128>

#### 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:** 03.02.2026

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

# Ich habe gelebt, und es war gut

*Hochbetagsein sei eine neue Dimension, sagen die einen. Andere warnen, dass die Zahl der Hochbetagten die Gesellschaft überfordere. Dritte finden, man solle von den Hochbetagten lernen. Es scheint fast, als ob jene, die ein hohes Lebensalter erreichen, für allerlei instrumentalisiert werden.*

*Leni Altwegg formuliert für die Neuen Wege authentisch und autonom die Gedanken einer 90-Jährigen.*

*Alles hat  
seine Zeit*

**Wenn** es nach den Reaktionen meiner Umgebung ginge, müsste ich in stetem Glück schweben. Es stimmt schon: Für meine neunzig Jahre geht es mir blendend. Ich bin munter und meistens fröhlich, ich bin weitgehend unabhängig, einigermassen beweglich, vor allem geistig, und im Allgemeinen noch ganz gern gesehen in nicht allzu jungen gesellschaftlichen Kreisen. Ich muss nichts mehr, auch keine Rücksichten nehmen. Das kommt meinem ab und zu losen Mundwerk entgegen.

Indes: Schmerzen tun nicht weniger weh als früher, auch wenn ich mich kaum mehr daran erinnern kann, wie es einmal war ganz ohne. Eher im Gegen teil – ich habe mehr Zeit, darauf zu achten. Steife und Ungeschicklichkeit sind relativ; aber sie stören mich trotzdem. Mit der Langsamkeit kann ich mich (langsam!) befreunden, schon weil ich genügend Zeit habe dafür! Der Geist funktioniert noch beachtlich gut, aber die Fehlleistungen häufen sich in für mich beängstigender Weise, und das Gedächtnis nimmt langsam aber sicher ab. Da hilft auch die Nachsicht der Mitmenschen nicht viel. Überhaupt diese Nachsicht! Sie ist gewöhnungsbedürftig bis verletzend. «Gueti Frau» und «Mameli» und dergleichen empfinde ich nicht gerade als Ehrentitel, ich fühle mich deklassiert als Alte, Überflüssige oder Überfällige. Nun, man gewöhnt sich. Auch an den Helfer-Tick so vieler netter Leute, die einen unbedingt die Treppe hinunter oder über die Strasse hinüber führen wollen. Ich persönlich fühle mich mit Stützen aus solidem Material immer noch sicherer – sorry! Wirklich problematisch ist das alles aber nicht.

## Das Problem ist die Zukunft

Die Zukunft ist zwar voraussichtlich kurz, kann sich aber in die Länge ziehen. Und die Aussichten sind nicht rosig: Ins gesamt kann es nur noch bergab gehen, der Auflösung entgegen. Diese Auflö

sung, das heisst der Tod, ist das einzige Sichere, nicht aber das Wie. Werde ich ihn in Würde bestehen können? Es wird viel von Würde gesprochen und geschrieben, gerade in Bezug auf das Alter. Ich habe Mühe mit dem Begriff. Ja, ich weiss: Die Würde als Gottes Geschöpf, als Mensch, kann mir niemand nehmen. Aber ob ich das als lallendes, hilflos auf Andere angewiesenes, schmerzgeplagtes und sabberndes Geschöpf noch glauben könnte? Ich kann nur hoffen, dass es mir erspart bleibt, ebenso wie ich hoffe, dass ich nicht allzu schlimme Schmerzen durchstehen muss.

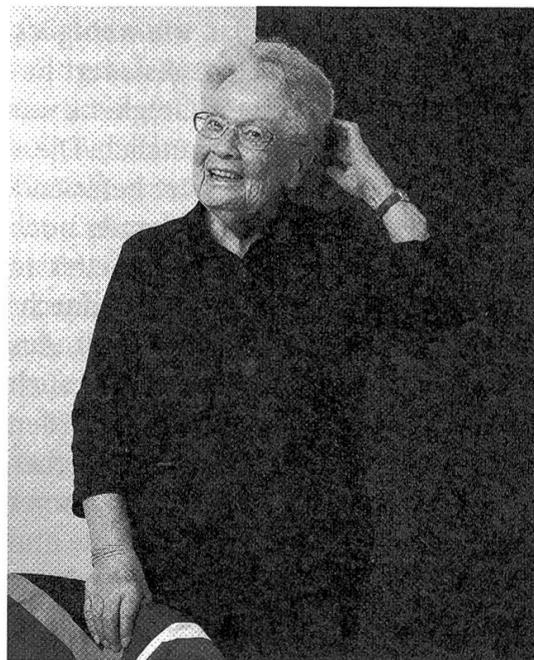
### **Eingestehen, dass es offenbar noch nicht an der Zeit war**

Ich habe vor gut einem halben Jahr einen starken Einbruch in meine körperliche Stabilität durchgemacht. Ich wagte «noch einmal» die Teilnahme an einer Gruppenreise, zum ersten Mal im Leben nach Irland. Mein angeschlagener Rücken überstand zwar die nicht immer ganz glatten Carfahrten und die Besichtigungen von keltischen Ruinen relativ gut; aber ich erwischt einen Virus und kehrte mit einer Lungenentzündung heim. Der Rücken verschlimmerte sich derweilen ziemlich rapid und bereitete mir fast unerträgliche Schmerzen. Ich wurde notfallmäßig operiert, und der Organismus reagierte mit Durchblutungs- und Stoffwechselstörungen. Ich wollte nicht mehr, verweigerte das Essen und fasste einen Abgang mit «Exit» ins Auge.

Aber der Chirurg war begeistert über seinen Operationserfolg und meine «fantastische Konstitution». Und das Personal glaubte mir nie so recht, dass es mir schlecht ging. Meine Nächsten hatten zwar viel Verständnis, auch für meine Todeswünsche. Aber dann musste ich mir doch eingestehen, dass es offenbar noch nicht an der Zeit war. Die Erholung verlief für mich mühsam, nach ärztlichem Ermessen normal. Nur dauerte es eine ganze Weile, bis ich wirklich wieder leben wollte.

### **Wir wissen nicht, was sein wird**

Die Frage, was gewesen wäre, wenn ..., stellte sich mir kaum. Dabei scheint es doch zum Menschen zu gehören, dass er auf irgend eine Weise an die Unzerstörbarkeit mindestens menschlichen Lebens glaubt – die frühesten Zeugnisse des Homo sapiens bezeugen es. In neuester Zeit haben wir sogar die naturwissenschaftliche Bestätigung dafür, indem erwiesen ist, dass weder Materie noch Energie je zerstört werden – nur verwandelt. Paulus lässt grüssen!, siehe 1. Korinther 15,51. Die Vorstellungen von Paulus sind für seine Zeit unvorstellbar fortschrittlich: Verwandlung von Sa-



*Leni Altwegg.  
Bild: Martin Volken,  
Zürich*

men zu Frucht. Für uns sind sie ein schönes, aber viel zu konkretes Bild. Was wir heute sagen können, ist ganz einfach: Wir wissen nicht, was sein wird. Ich denke auch nicht, dass Menschen es je wissen werden. Für uns gilt: Wir sind sterblich. Leben lebt davon, dass es stirbt. Über die Verwesung hinaus gibt es keine Gewissheiten. Nach der Bibel hat Christus den Tod besiegt. Aber nicht indem er uns durch seine Auferstehung davon erlöste, sterben zu müssen, sondern indem er den Tod freiwillig auf sich nahm – und zwar in seiner hässlichsten, schmerhaftesten und ungerechesten Form. Damit ist gesagt, dass Gott mit uns

---

ist, und zwar immer und in jeder Lage, ob wir es wahrnehmen oder nicht.

### **Die Welt, in der ich lebe, birgt auch Geheimnisse**

Ich bin zufrieden. Ich finde es sogar schön, wenn die Welt, in der ich lebe, auch Geheimnisse birgt, auch wenn ich nicht weiß, ob ich je ihre Lösung erfahren. Ich lebe jetzt, und es ist mir auch recht, wenn es nicht mehr lange dauert (wenn auch nicht gerade nur bis morgen!). Ich habe gelebt, und es war im Rückblick geschenkt gut. Ich lebe ja jetzt auch vorwiegend im Rückblick, und ich bin mit dem meinigen sehr zufrieden. Nicht selbst-zufrieden, denn je älter ich werde, desto mehr wird mir klar, wie wenig ich meinen Werdegang selbst gesteuert habe, wie sehr alles Gelingen Geschenk war und auch das Misslingen nützlich. Diese Sicht erlebe ich als unerhört befreiend. Sie gibt mir Vertrauen. Was immer noch kommt, ich fühle mich eingebettet in einen Sinn-Zusammenhang – undurchschaubar, aber letztlich zugewandt. Aus ihm kann ich nicht herausfallen, auch wenn es schwierig und dunkel werden sollte. Ich erlebe mich selber fröhlicher, unbekümmter als früher, (fast) immer bereit zu lachen, und meine nächste und übernächste menschliche Umgebung mehrheitlich als zugewandt.

### **Jetzt geht es also einfach weiter**

Inzwischen habe ich meinen neunzigsten Geburtstag, den ich schon vor der Krankheit eingefädeln hatte, mit Glanz und Glorie gefeiert, und er hat mir Auftrieb gegeben. Jetzt geht es also einfach weiter – nie ganz schmerzfrei, aber durchaus erträglich, nicht schlechter als vorher. Immer wieder bekomme ich zu hören, ich sei ein Vorbild. Wie wenn ich etwas dafür könnte, dass ich so lange und so gut erhalten geblieben bin! Ich möchte aber gerne auf irgendeine Art «nützlich» sein, gebraucht werden. Es ist sonst so schwierig, einen Sinn darin zu sehen, dass man täglich aufsteht, Toilette

macht, sein Turn- und Gehtraining absolviert, und was es sonst noch so zu tun gibt – viel ist es ja nicht. Lesen? Ja, Gott sei Dank kann ich das noch – nicht auszudenken wie es wäre ohne. Aber auch da stellt sich ab und zu die Frage: wozu? Einfach zum Vergnügen? – Ich werde schnell müde, körperlich und geistig. Um die nächste chirurgische Arterienerweiterung hinauszuschieben, sollte ich möglichst viel und rasch laufen. Soll ich? Atemlos und schwitzend? Dito für Muskeltraining wegen Osteoporose.

Den Gedächtnisschwund bekämpfe ich mit möglichst schwierigen Kreuzworträtseln. Das hingegen macht mir Spass. Zeitlebens war ich eine Leseratte. Meist las ich alles, was mir unter die Finger kam, von A bis Z. Jetzt kann es vorkommen, dass ich einen Schmöker mittendrin weg oder gleich für den Flohmarkt beiseite lege – ich vergesse ja den Inhalt ohnehin fast sofort. Aufschieben all dessen, was irgendwie Mühe macht, wird zur täglichen Versuchung. Was macht's?

### **Mich in die Wölbung des Weltalls schmiegen**

Ich bin froh, dass ich in eine Seniorenresidenz umgezogen bin, solange ich noch selber entscheiden und mich neu einrichten konnte. Jetzt gefällt es mir sehr. Ich habe eine eigene Kleinwohnung mit Kochgelegenheit, inbegriffen eine tägliche, sehr gute und reichliche Mahlzeit und den Reinigungsdienst, sowie die Möglichkeit, gegen Zuschlag weitere Dienste in Anspruch zu nehmen. Das nimmt mir einiges ab, was mir Mühe machte oder mich langweilte. Ich bin unter Leuten, kann Kontakte pflegen, muss aber nicht.

Alles in allem werde ich dem Leben gegenüber gleichgültiger, unbeteiligter. Ich habe gelebt, und es war gut. Etwas Besseres kommt nicht nach, auch nichts Neues. Ich bin nicht mehr neugierig. Ich habe mein Testament gemacht, meine «Weisungen für den Todesfall» hinter-

---

legt und mehrfach unterschrieben, dass man mein Leben auf keinen Fall verlängern soll. Was das in meinem Fall heisst, ist mir weitgehend unklar. Natürlich keine Wiederbelebung, keine aussichtslose Operation, keine Zwangsernährung. Aber was ist mit den Medikamenten, die ich täglich schlucke? Mit der «gesunden Lebensweise», die ich fast zwangsläufig führe? Mit dem erwähnten Krafttraining? All das verlängert doch das Leben! Die Antwort lautet jeweils: Es geht um Lebensqualität. Das akzeptiere ich, vorläufig.

«Es gibt kein unnützes Leben.» Diesen Satz habe ich mit Überzeugung unterschrieben, solange ich dazu beitragen konnte, ihn umzusetzen. Jetzt muss ich eher darum kämpfen, ihn auf mich selber anzuwenden. Dabei hilft mir: ein sehr treuer,verständnisvoller Freundeskreis, die Dankbarkeit für ein gutes Leben mit vielen gnädigen Führungen, einschliesslich einer allfälligen Weiterexistenz nach dem Tode, und daraus die Zuversicht für das, was noch kommen mag, und das grosse Geschenk eines bisher unbezwinglichen Humors. Das Wesentlichste aber ist wohl ein Wandel, der sich mit mir über Jahre, vor allem die

späteren, vollzogen hat: von persönlicher Unsicherheit, Angst vor Versagen, Schuldgefühlen, ängstlichem Schießen nach Akzeptanz zu einem ruhigen Stehen zu mir selbst, meinen Sonnen- und Schattenseiten. Ich habe verinnerlicht, dass das Auf und Ab von Gelingen und Versagen, von guten und schlechten Gedanken, Worten und Werken, zum Leben auf dem Planeten Erde gehört und vermutlich zu einem grossen Gesamtplan, den zu ergründen den kleinen Menschlein wohl nie gelingen wird. Auch diese Gelassenheit ist ein Geschenk, ist mit mir «passiert» – erkennbar bisweilen durch Lektüre oder Begegnungen, aber mehr noch «einfach so», gleichsam im Schlaf. Ich finde es überwältigend, dass es mich überhaupt gibt: ein bewegtes Pünktchen auf dem Erdball, der seinerseits ein Stäubchen ist im Weltall, unendlich unwichtig und doch am Leben. Manchmal habe ich ganz konkret das Gefühl, mich in die Wölbung des Weltalls schmiegen zu können, geborgen in einem unerklärlichen Wohlwollen.

Die Bilanz bleibt also positiv, ohne dass ich sie frisieren muss. Ich vertraue darauf, dass sie mir abgenommen wird. ●

*Leni Altwegg, geb. 1924, Pfarrerin auf dem zweiten Bildungsweg, Mitglied von Escherbund und ReSo, bekannt durch jahrelanges Engagement gegen die Apartheid in Südafrika und in vielen weiteren Projekten. Sie lebt in Zürich.*

*lenialtwegg@bluewin.ch*

---

## **Wenn sie doch aufhören könnten zu siegen**

*Christa Wolf, Kassandra*

Es war ein launischer Sommer. Immer wiederkehrende Kaltfronten, Gewitterfronten, Tagesgangwetter, Unwetter – sie verunmöglichen das sonst vertraute Azorenhoch des Sommers. Und die täglichen Nachrichten von allen Politfronten verhinderten ein Aufkommen von sommerlicher Gelassenheit: markige Töne, Imponiergehabe, Recht des Stärkeren, Gewalt, Sanktionen, Gegensanktionen, Gesprächsabbruch, Gesprächsverweigerung, Raketen. Panzer, Bomben, Krieg, Drohnen... Kassandra war mir nahe:

---

## *wenn sie doch aufhören könnten zu siegen...*

*Und dann eine bescheidene Nachricht: Papst Franziskus hat den nicaraguanschen Priester und früheren sandinistischen Aussenminister D'Escoto nach dreissig Jahren rehabilitiert. D'Escoto hatte laut Radio Vatikan einen Brief an Franziskus geschrieben. Darin habe er seinen Wunsch geäussert, vor seinem Tod nochmals die Heilige Messe lesen zu dürfen. Diesem Wunsch habe der Papst entsprochen. Was immer das im kirchlichen Hierarchiegebäude heisst: Wenn sie doch aufhören könnten zu siegen!*

*Monika Stocker*

**WEG  
MARKE**