

**Zeitschrift:** Schweizerische Lehrerinnenzeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Lehrerinnenverein  
**Band:** 81 (1977)  
**Heft:** 11-12

**Artikel:** Loslassen und Festhalten  
**Autor:** Stucki, Helene  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-317860>

#### **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:** 10.02.2026

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

# *Loslassen und Festhalten*

## *DAS ALTE HAUS*

In einem Gedicht von Friedrich Hebbel hält ein alter Mensch Zwiesprache mit dem Haus, das sein Ahnherr gebaut hat, das seiner Familie Geburts-, Lebens- und Todesstätte war und in dessen Gebälk nun der Maurer steigt, um «*mit Macht zu brechen, dass Stein und Ziegel fliegen*». — Das Haus beklagt die Zerstörung; es ist, wie wenn ein Lebenswille sich in ihm aufbäumte. Und der Zeuge seines Vergehens dichtet:

«*Nun schweigt es still, das alte Haus,  
Mir aber ist's, als schritten  
die toten Väter all heraus,  
um für ihr Haus zu bitten,  
und auch in meiner eig'nem Brust,  
wie ruft so manche Kinderlust:  
Lass stehn das Haus, lass stehen.»*

Es geschieht wohl selten, dass in unserer zerstörungsfreudigen Zeit der Abbruch eines alten Hauses auf diese Weise betrauert wird. Wenige Menschen gibt es, deren Herz an ihrem Hause hängt wie an einem geliebten Menschen. Das Haus ist uns nicht mehr, was es zum Beispiel für Pestalozzi war: Mittelpunkt, Keimzelle, eine Stätte, für die und durch die man lebt. Näher als Pestalozzi und Hebbel ist uns schon Goethe mit seinem Spruch aus dem Westöstlichen Divan:

«*Wer auf die Welt kommt, baut  
ein neues Haus.  
Er geht und lässt es einem zweiten,  
Der wird sich's anders zubereiten.  
Und niemand baut es aus.»*

Es kann also auch sein, dass das alte Haus einem zweiten gelassen wird, «*der sich's anders zubereitet*», es kann neues, junges Leben in den alten Mauern erblühen, und dann erwächst nicht Trauer, sondern echte Freude in dem alten Menschen, der es liebte und verlassen musste. So erlebte kürzlich eine betagte Frau das Wiedersehen mit dem Heim, das ihr während eines langen Lebens Stätte der Arbeit, der Pflege der Gemeinschaft, Refugium gewesen war. Ihr Haus war dem Zerstörungsprozess entgangen, weil junge Menschen, vom Zauber des alten, winkligen und irgendwie geistgeprägten Gebäudes bewegt, sich als Käufer meldeten.

Das alte Haus wurde eine Stätte neuen Werdens: Mauern wurden eingerissen, auf dass ein riesiger Wohnraum entstand mit über grossem Kamin; seltsame Spiegeleffekte blendeten und verwirrten, alles schwarz-weiss, alles umgeschaffen in eine Welt der Künstler, der Jugend. Die alte Frau fühlte sich keineswegs heimisch und doch irgendwie beglückt, dass die Fundamente stehen geblieben waren, dass statt eines Trümmerhaufens ihr Haus den Dienst am Leben, am

Werden weiter ausüben durfte. Sie spann den Gedankenfaden weiter zu einem Gewebe, welches vor allem den alten Menschen mit Wärme und zugleich mit einer gewissen Anmut umhüllt.

### MAN MUSS LOSLASSEN

Loslassen erfordert Mut. Man verlässt eine gesicherte Stellung oder Haltung, um sich dem Unsicheren preiszugeben. Zögernd löst sich das Kleinkind von der Mutterhand, um selbstständig die ersten Schritte zu tun. Ungern lassen die Eltern die Zügel los, die ihren Kindern bis dahin Halt gegeben und Richtung gewiesen haben. Das Verlassen der Heimat ist oft ein schmerzliches Losreissen, ein Sprung aus der Geborgenheit ins Unbekannte. Wer mit alten Menschen zu tun hat, spürt häufig, dass dieser Sprung nicht gelungen ist. Eine liebe Bekannte kann nicht an ihrem alten Haus vorbeifahren, ohne dass ihr die Tränen in die Augen treten, weil dort andere Menschen eingezogen sind und neues Leben herrscht. Dies erfüllt sie mehr mit Groll als mit Freude. Und wie wird den Dingen nachgetrauert, den Möbeln, Bildern, den Vasen und Nippssachen, den Tassen und Schüsseln, die dem Umzug in die engere Wohnung zum Opfer fallen mussten! Wie wenige von uns gleichen dem Piloten, der Ballast abwirft, um höher zu steigen! Über Bord werfen, was den Höhenflug hindert, das wäre wohl Weisheit des Alters. Auf behördlichen Befehl mussten wir seinerzeit unsere Estriche entrümpeln. Damals haben wir in Truhen und Schränken nach Entbehrlichem gesucht und damit freien Raum geschaffen, Raum zum Atmen, Platz für Neues. Damals bedeutete das Loslassen, das Weggeben eine Art Befreiung. Sollte es anders sein bei der grossen Entrümpelung, welche der Auszug aus dem alten Haus bedeutet? Es mag heilsam sein, sich von vielen Dingen zu trennen und sich stärker zu verbinden mit denen, die uns besonders ans Herz gewachsen sind.

Es muss doch beglückend sein, in seinem letzten Heim auf dieser Erde nur noch Dinge um sich zu haben, die irgendwie im Einklang sind mit unserem innersten Wesen. Es könnte auch hier heißen: Ballast abwerfen, um höher zu steigen; loslassen, um besser festhalten zu können. —

Der Entrümpelung des Hauses, dem Sichten und Auswählen dessen, mit dem man weiter zu leben gewillt ist, sollte auch so etwas wie eine Entrümpelung der Seele folgen, ein Aufräumen mit Vorurteilen, mit sogenannten Ressentiments, dem bohrenden Gefühl, im Leben irgendwie zu kurz gekommen zu sein, seine Chancen nicht ausgenutzt zu haben, von den Menschen nicht verstanden worden zu sein. Auch mit den gemachten Fehlern muss man fertig werden, kurz, der Rückblick auf das vergangene Leben sollte eine positive Bilanz aufweisen; wir sollten vergessen, was Menschen uns zuleide getan haben, was an Wünschen unerfüllt geblieben ist. Mag sein, dass die-

ses Loslassen, diese seelische Entrümpelung, das Vergessen und Verzeihen uns schwerer fällt als der Verzicht auf geliebte Gegenstände, auf die gewohnte Umgebung, auf alte Gewohnheiten.

Auch dieses Loslassen erfordert Mut, erfordert absolute Ehrlichkeit sich selbst gegenüber, Verwirklichung der griechischen Forderung: «*Erkenne dich selbst!*»

#### **FESTHALTEN**

Das Loslassen, das Sichbefreien von Ballast, wird nur sinnvoll, wenn wir gleichzeitig festhalten an dem, was dem alten Haus, der geliebten Heimat, ihren Dauerwert gab, was wir mitnehmen und weiterentwickeln müssen, auf dass unser Alter ein getrostes werde. — Welches sind die Werte, die unsere Kindheit besonnten und die wir nicht preisgeben dürfen bis ans Ende unserer Tage? Ich möchte als zentrale Kraft, als tragenden Grund das

#### **URVERTRAUEN**

bezeichnen, das jede rechte Mutter dem Kinde mitgibt auf seinen Lebensweg. Zahlreich sind die Beweise in Literatur und Alltagsleben für die Tatsache, dass die Liebe der Mutter das Kind umgibt mit einem Panzer der Lebenssicherheit, der es unverwundbar macht für die Bedrohungen der Welt. So erzählt zum Beispiel der Dichter Hans Carossa in seinem wunderschönen Kindheitsbuch: «*Kaum drei Jahre alt, war ich weder für Furcht noch für Entzücken genügend entfaltet, ich sass am Arm der Mutter und spürte durch sie hindurch den sichern Gang der Welt.*»

Ralph Bunche, der schwarze Amerikaner und Nobelpreisträger, spricht von der geistigen Stärkung auf seinen gefährlichen Reisen und stellt fest:

«*Wort und Beispiel der Mutter haben mir Kraft geschenkt daheim und in den entferntesten Gegenden auf Erden. Sie können jedem helfen, der sich an sie erinnert und bereit ist, ihnen Folge zu leisten.*»

Neulich sagte mir der Vorsteher eines Knabeninstitutes, es sei erschütternd, wie viele seiner Zöglinge an Existenzangst leiden. Jeder Erzieher, jeder Nervenarzt weiss um die Unsicherheit der jungen und auch der älteren Menschen, die in ihrem Leben keinen Sinn sehen und darum der Angst, der Neurose, vielleicht sogar der Drogerei verfallen. Ihnen fehlt eben das Urvertrauen, sie haben die wahre Geborgenheit in der Kindheit nicht erlebt, sie fühlen sich nicht getragen von einer Macht, die grösser ist als das Menschenherz. Was in den ersten Lebensjahren versäumt wurde, ist kaum nachzuholen. Wer aber etwas von diesem Segen erleben durfte, der zieht aus diesen Erinnerungen Nahrung und Lebenssicherheit. Das Mutterbild soll als

Trägerin des Urvertrauens hineinleuchten ins spätere Leben, aber auch das *Vaterbild* darf nicht erlöschen, nicht über Bord geworfen werden. Die kürzlich verstorbene Jugendschriftstellerin *Elisabeth Müller* hat aus ihrem *Vaterbild* Kraft gesogen ein Leben lang. Wie schön schildert sie ihren Vater, wie er auf einem Waldspaziergang die Kinder das Wunder der Quelle erleben lässt! Sie schreibt: «*Es will mir scheinen, als ob Du, Vater, für uns so etwas warst wie eine Quelle, die uns speist mit ständig fliessendem frischem Wasser. Du hast es aus der Höhe empfangen, hast es gesammelt und in Dir bewahrt, bis es sich wieder Luft schaffte, die entquoll, um unsere leeren Behälter zu füllen.*»

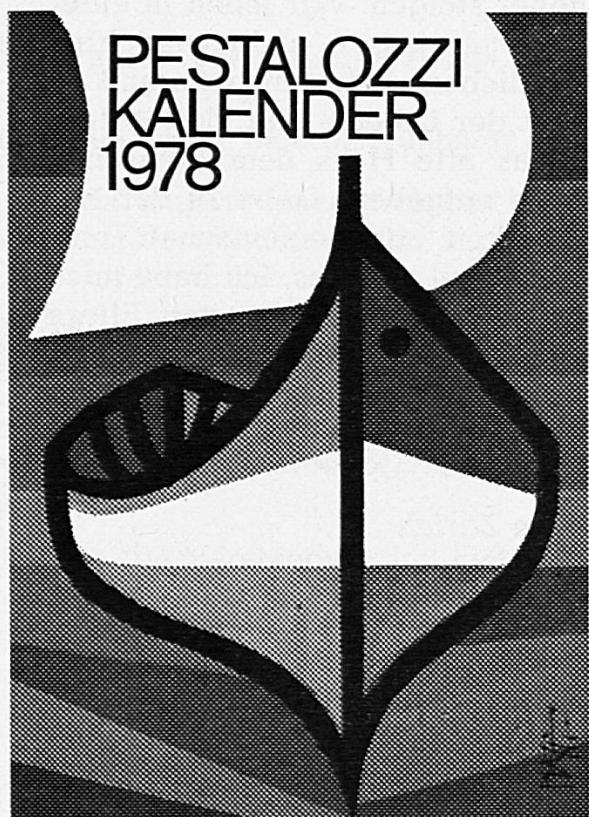
Der Dichter *Kügelgen* erzählt in seinen «*Erinnerungen eines alten Mannes*», wie der Vater ohne irgendwelche Absicht sein religiöses Gefühl geweckt hat. Das Kind schaut ihm beim Malen zu und fragt, wieso man denn wisse, dass Gott die Welt erschaffen habe. Der Vater verweist den Knaben auf sein gemaltes Bild und sagt: «*Wenn so ein kleines Ding nicht ohne Meister sein kann, wie sollte da die ganze grosse Welt selbst entstanden sein? Der Meister ist allzeit grösser als das Werk; wer aber grösser als die ganze Welt wäre, könnte niemand anderes sein als der liebe Gott.*» Und auf die oft gehörte Kinderfrage, wer denn den lieben Gott gemacht habe, bekam das Kind zur Antwort: «*Gott ist von Ewigkeit zu Ewigkeit, ohne Anfang und ohne Ende.*» In dem Moment fiel ein Samen in die Kinderseele, eine Ahnung von dem Schöpfer-Gott, dem Urgrund allen Seins. — Das Kind spürte den Vater als Wegweiser zu einer geistigen Macht, die er als Autorität verehrte. Der Vater soll aber auch die göttliche Stimme, das Gewissen, im Kinde wecken. Ist es nicht wunderbar, dass der Gott, den heute auch gelehrte Naturforscher als unergründliches Geheimnis anerkennen, gleichzeitig in jedem Menschen Wohnung hat und ihn zur Verantwortung, zur Mitarbeit an seinem Werke aufruft?

«*Ganz leise spricht ein Gott in unsrer Brust,  
Ganz leise, ganz vernehmlich zeigt uns an,  
Was zu ergreifen ist und was zu fliehn.*»

(*Goethe*)

Das Kind muss den Vater als den Wecker der Gewissenskraft in sich aufnehmen. *Hans Zulliger* berichtet: «Ein ABC-Schütze, etwas über sieben Jahre alt, sagt dem Lehrer: „Man hat den Vater in sich!“ „Wie meinst du das?“ erkundigt sich der Lehrer. „Man hört ihn manchmal sprechen, wenn man etwas Schlimmes tun möchte!“»

Und wenn auch das Gottesbild des Kindes sich weitet und vertieft, wenn die Stimme des Gewissens sich vom Vater löst und ihrem eigenen Gesetz folgt: Die Grundlage wurde doch vom Vater gelegt, und was sich aus ihr entwickelt hat, gibt dem Menschen einen festen Halt und seinem Leben einen Sinn. Wer festhält am Urvertrauen der Mutter und an den geistigen Wertmaßstäben des Vaters, mag viel



Erhältlich in Buchhandlungen  
und Papeterien      Fr. 10.90

## PESTALOZZI KALENDER 1978

NEU

Betty Knobel

### **Hier im Süden**

Neue Tessiner Miniaturen  
128 S. Grossoktav. Viele Zeichnungen  
von **Verena Knobel**. Leinen Fr. 22.50.  
Ein lebendiges, überaus reich illustriertes  
Tessinerbuch der beiden Künstler-  
schwestern.

NEU

Heidi Keller

### **Aus verborgener Mitte**

Gedichte. Mit Originalholzschnitten von  
**Heinz Keller**. Grossformat, bibliophile  
Ausstattung. In Schuber Fr. 62.—.  
Innige Lyrik der (als Kindergärtnerin  
tätigen) Winterthurer Dichterin mit kraft-  
vollen Bildern ihres Bruders.

In jeder Buchhandlung  
**ROTAPFEL-VERLAG ZÜRICH**

## **UNIVERSAL FLUGREISEN**

sucht per April 1978

### **Reiseleiterin**

mit guten Deutsch- und Französisch-Sprach-  
kenntnissen.

Wir garantieren gratis Hin- und Rückflug, Kost und  
Logis in einem unserer Hotels und guter Verdienst.  
Angenehme Arbeitszeit.

Vergessen Sie den Alltag und verpflichten Sie sich  
für eine Sommersaison auf die Sonneninsel

### **MALLORCA**

Kurzofferten mit Lebenslauf und Foto an SUAC AG,  
Generalagentur, Steinbachgässlein 34, 4002 Basel,  
Tel. 061 22 15 44

**Bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen**

**die Inserenten der „Schweiz. Lehrerinnen-Zeitung“!**

Ballast über Bord werfen und dabei höher steigen. Wir leben in einer Zeit, in welcher die einen Menschen nicht loslassen, nicht verzichten und opfern können, sich mit Unwesentlichem belasten, während so vielen anderen der feste Halt und damit der Lebens- und Gottesglauben fehlt. Selbstverständlich müsste das alte Haus dem Menschen noch andere festzuhaltende Lebenswerte mitgeben: Liebe zu der Natur und Freude am Schönen, die Fähigkeit zur Gemeinschaft, entscheidende Eindrücke und Erlebnisse und viel anderes. Ich habe mich auf eine zentrale Aufgabe der heute weithin verunsicherten Eltern beschränkt, weil diese meines Erachtens viel zu wenig gesehen und erfüllt wird.

*Helene Stucki*

#### ***JAHRESTAGUNG DER IKA UND IUK in Zürich***

Der grosse Saal des Volkshauses in Zürich war am 29. Oktober sehr gut besetzt mit Lehrerinnen und Lehrern, die der Einladung zur Tagung 1977 der Interkantonalen Arbeitsgemeinschaft für die Unterstufe und der Interkantonalen Unterstufenkonferenz Folge geleistet hatten. Die Präsidentin der IKA, Frau *Hedy Bach-Berger*, Zürich, begrüsste die Gäste sowie die Kolleginnen und Kollegen herzlich. Fräulein *Streuli*, Vizepräsidentin des Schweizerischen Kindergartenvereins munterte die Lehrerschaft auf, das Gespräch und den Kontakt mit den Kindergartenrinnen vermehrt zu suchen.

Im Mittelpunkt der Tagung stand dieses Jahr der Vortrag «*Heimat und Sachunterricht auf der Unterstufe*» von Frau *Agnes Liebi*, Bern. Wir freuen uns, dieses gehaltvolle und grundlegende Referat in der Märznummer 1978 bringen zu dürfen. Anschliessend an den Vortrag fand eine Lektion mit Drittklässlern statt. Es ist immer ein Erlebnis, wenn Schüler vom Unterricht so gefesselt werden, dass sie bald die so grosse Zuhörerschaft vergessen.

Während der Tagung konnte die Ausstellung der Buchhandlung *Waldmann*, Zürich, und diejenige des *Schubiger-Verlages*, Winterthur, besichtigt werden.

*M. E.*