

**Zeitschrift:** Schweizer Monatshefte : Zeitschrift für Politik, Wirtschaft, Kultur  
**Herausgeber:** Gesellschaft Schweizer Monatshefte  
**Band:** 36 (1956-1957)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Der alte Mensch in unserer Zeit  
**Autor:** Vischer, A.L.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-160597>

#### **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:** 07.02.2026

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

# DER ALTE MENSCH IN UNSERER ZEIT

von A. L. VISCHER

Es ist noch gar nicht lange her, daß man in der Öffentlichkeit kaum über das Alter sprechen durfte. Das Alter war etwas, das man ignorierte oder weit weg von sich schob. Dies galt für den einzelnen und für die Gemeinschaft. Heute ist es damit ganz anders geworden. Das Alter ist zu einem dringenden sozialen Problem geworden und an Vorschlägen, Projekten und Studien zur Lösung dieses Problems fehlt es nicht; Berufene und auch sehr viele Unberufene leisten dazu ihren Beitrag. Eine neue Wissenschaft ist entstanden, die Gerontologie, die zum Ziel hat, die körperlichen und seelischen Vorgänge des Alters und Altwerdens und die Daseinsvorgänge und Lebensbedingungen des alten Menschen zu erforschen. Da aber ein jeder, der sich mit dem Alter beschäftigt, an diesem Lebensvorgang selbst beteiligt ist oder sein wird, so mischt sich selbst in die wissenschaftliche Forschung oft sehr Persönliches ein, und es ist unverkennbar, wie viel autistisches Denken und wishful thinking sich in das Schrifttum über das Alter einschleicht. Wir müssen deshalb immer wieder bewußt zu einer realistischen Betrachtung zurückfinden. Hier ist der Anlaß, auf eine wissenschaftlich wohlbegündete Darstellung hinzuweisen: «Der Mensch in der zweiten Lebenshälfte» (Rascher Verlag, Zürich). Der Verfasser, Professor *Erich Stern*, hat sich seit vielen Jahren ernsthaft mit dem Altersproblem auseinandergesetzt. Seine gediegene Arbeit beruht auf eigenen Beobachtungen und auf einer gründlichen Kenntnis sowohl der europäischen als der amerikanischen Forschungsarbeit. Die Tatsache, daß die Bevölkerungsgruppe der Betagten an Zahl ständig wächst und einen immer größeren Anteil in der Volksgemeinschaft ausmacht, mahnt eindrücklich, daß eine zuverlässige Altersforschung nicht nur wegen des Einzelschicksals jedes alten Menschen, sondern auch zum Vorteil der Gesellschaft gefördert werden muß. In jedem Lande gibt es heute sowohl absolut als relativ mehr alte Menschen, als dies je in der Menschheitsgeschichte vorgekommen ist. Es erreichen heute immer mehr Menschen die Lebensspanne, welche die Natur dem menschlichen Leben zugemessen hat und die dem einzelnen nach Heredität und Konstitution zukommt. Durch die Herabsetzung der Säuglings-Kindersterblichkeit, ferner durch die erfolgreiche Bekämpfung der Infektionskrankheiten werden die Risiken ausgemerzt, welche den Menschen in seinem Lebenslauf bedrohen. Entschieden abrücken müssen wir von schlagwortartigen Begriffen wie «Vergreisung» und «Überalterung»; wir sprechen besser ganz einfach von Altersverschiebung. Wer vermag zu behaupten, daß der Altersaufbau unseres Volkes zum Beispiel vor hundert Jahren «normal» war und daß jede spätere Entwicklungsphase

hieran gemessen werden muß? Die Erfolge der medizinischen Wissenschaft verbessern den Gesundheitszustand der Betagten, denen heute ärztlich viel wirksamer geholfen werden kann als früher. Man denke an die verbesserten Augengläser, an die Hörapparate, welche das Dasein so vieler alter Schwerhöriger ganz verändert haben. Wie viele alte Menschen verdanken die Erhaltung ihres Wohlbefindens und auch ihrer Leistungsfähigkeit den modernen Herz- und Kreislaufmitteln. Dank der heutigen operativen Technik und der neuen schonenden Anästhesieverfahren können bei alten Patienten lebensrettende und gesundheitserhaltende Eingriffe mit geringem Risiko ausgeführt werden. Freilich erhebt sich leise und gedämpft die bange Frage, ob durch alle diese Maßnahmen in vielen Fällen nicht nur das Leben, sondern auch das Leiden verlängert werde, und ob ein *medicated survival* — das Wort ist schon gefunden — immer die beste Lösung sei. Die amerikanische Gerontologische Gesellschaft sah offenbar diesen Einwand voraus, als sie ihr Motto erwählte: *to add life to years not just years to life*. Wir wollen die Jahre mit Leben erfüllen, nicht bloß dem Leben zusätzliche Jahre anhängen.

Nun zeigt es sich sehr deutlich, daß das Wohlbefinden der Alten nicht einzig von ihrem körperlichen Zustand abhängt, sondern weitgehend von dem Milieu, in dem sie leben, von ihren mitmenschlichen Beziehungen, von ihrer Stellung in der Gesellschaft, von ihrer finanziellen Sicherung, von ihren Wohnungsverhältnissen, von ihrer Beziehung zu Arbeit und Beruf. Deshalb ist das Altersproblem weitgehend ein soziales und sozialmedizinisches Problem.

Man spricht zu viel in Verallgemeinerung vom Alter und von den Alten. Jedermann weiß aber, daß die Menschen auf sehr verschiedene Weise alt werden, daß sich bei den einen Alterszeichen und Altersveränderungen früh, bei anderen spät einstellen und daß auch ihre Intensität sehr verschieden ist. Ferner kann man angesichts von solchen Alterszeichen und Altersveränderungen nicht ohne weiteres auf die Leistungsfähigkeit und das subjektive Wohlbefinden schließen. Der Begriff der Gesundheit im Alter ist ein relativer. Befinden und Leistungsfähigkeit sind sowohl von vorhandenen Altersveränderungen und Dysfunktionen abhängig, als auch und nicht weniger von den vorhandenen Kompensations- und Anpassungskräften. Diese sind zu einem guten Teil im Seelischen verankert. Diese Kräfte können trotz Altersveränderungen und Dysfunktionen das Befinden erträglich gestalten und die Leistungsfähigkeit vor einem Absinken bewahren. Bei der Beurteilung eines Betagten kommt es mehr auf das tatsächliche Befinden und auf seine vorhandene Arbeitskraft an als auf klinisch feststellbare Veränderungen. In neuester Zeit versucht man, sich auf dem Wege sozialer und sozialmedizinischer Enqueten Einsicht zu verschaffen, wie es den Betagten wirklich ergeht. Auf Grund einer solchen Untersuchung, die in den Vereinigten Staaten bei einer großen Zahl von Rentenbezügern im Alter von 70

Jahren durchgeführt wurde, läßt sich über den Gesundheitszustand dieser Altersklasse folgendes sagen: bei 24,4% wurde keinerlei Einbuße ihrer Leistungsfähigkeit nachgewiesen; 53,3% waren irgendwie gesundheitlich angeschlagen, waren aber relativ noch selbständig, vermochten Ausgänge zu machen, Vergnügungsanlässe beizuwohnen, 17,4% waren ans Zimmer gebunden und bei 4,9% bestand völlige Invalidität und Pflegebedürftigkeit. Wir gewinnen so ein Bild des Befindens der Menschen einer bestimmten Altersgruppe, wenn auch natürlich die Übergänge der einzelnen Kategorien durchaus fließend sind. Verschiedene Erhebungen, die in der Schweiz durchgeführt wurden, konnten den Anteil der Invaliden und alten Chronischkranken in dieser Altersgruppe bestätigen. Es ist einleuchtend, daß sich diese Zahlen im Hinblick auf die jüngeren und älteren Jahrgänge positiv und negativ verschieben. Man darf auch mit einiger Zuversicht voraussehen, daß die Zahl der Leistungsfähigen im allgemeinen zunehmen wird. Hier kommen wir zu den oben erwähnten Beziehungen des alten Menschen zu Arbeit und Beruf, denen größte Bedeutung zukommt. Wir berühren das Problem der Pensionierung und der Weiterbeschäftigung alter Menschen.

Ein sehr großer Teil der noch leistungsfähigen Betagten muß an einer Altersgrenze oder unter dem Druck der nachfolgenden Generation die gewohnte Arbeit niederlegen und aus dem Beruf ausscheiden. Es kommt zu einer eigentlichen Lebenswende, zu einer einschneidenden Umstellung im Lebensverlauf und in den Lebensbedingungen. Nicht wenige stellt die Lebenswende vor finanzielle Probleme, obwohl durch die staatliche Altersfürsorge und durch Pensionskassen diese Sorgen immer mehr vermindert werden. Man darf schon sagen, daß die Pensionierung in der Hauptsache heute zum Problem der Lebensführung und Freizeitgestaltung geworden ist. Die Reaktion auf diese Veränderung der äußeren Lebensumstände ist sehr verschieden. Je unpersönlicher, je drückender, je anstrengender die frühere Arbeit war, desto mehr wird der Ruhestand als eine Befreiung, als eine ersehnte Ruhe empfunden. Die Altersgrenze kann auch solchen Menschen eine Erlösung bringen, denen der Beruf nicht ihrer Begabung und Wesensart entsprach. Das schließt aber nicht aus, daß dann später trotz der ersehnten Befreiung von einer Last Schwierigkeiten auftauchen, weil man nicht weiß, mit was man die gewonnene Zeit ausfüllen kann.

Für viele bedeutet aber die Arbeit nicht nur Fron und auch nicht nur Erwerb. Die Arbeit hat noch einen schöpferischen Gehalt. Es entsteht dabei etwas, und das stärkt das Selbstgefühl. Mit der Arbeit ist meistens auch ein Beruf verbunden, und damit wird dem Menschen eine besondere Stellung im Zusammenhang einer menschlichen Gemeinschaft zugeschrieben. Arbeit und Beruf verbinden den Menschen fest mit dem Leben, sie werden zu wesentlichen Faktoren für das Lebensgefühl und für das Gefühl des eigenen Wertes. Alles wirkt zusammen: die Arbeit, die ge-

wonnene Erfahrung in dieser Arbeit, die Befriedigung über die Leistung. Das Vertrautsein mit dem Metier, der Berufsstolz, die Stellung im Beruf, die man sich in den langen, arbeitsreichen Jahren erworben und vielleicht erkämpft hat, und wenn es nur das Plätzchen ist, das man ausfüllt, wo man hingehört und mit dem man sich verbunden fühlt. Alle diese Faktoren machen für viele Menschen sozusagen das Leben aus; sie ordnen sie in der Gesellschaft ein, sie weisen den Ort an, mit dem sie verbunden sind und wo sie hingehören. Sie sind eigentliche Stützen der Persönlichkeit. Sie bestimmen auch den Wert, den der Mensch sich selbst zuerkennt und den er in den Augen seiner Mitmenschen genießt. Wenn ein Mensch nun in den Ruhestand versetzt wird, so schafft das eine Beeinträchtigung der Selbstverthaltung, aber auch der Außenweltbeziehungen. Das eigene Selbstgefühl sinkt, es sinkt aber auch sein Wert in den Augen seiner Mitmenschen. Es kommt zu einem fühlbaren Prestigeverlust.

Unter diesen Umständen kann diese Lebenswende zu einer Lebenskrise werden, man kann von einem eigentlichen Pensionierungsschock sprechen, an den sich depressive Zustände anschließen können. Es ist nicht leicht, wenn man dem Treiben und Handeln der Gegenwart nur noch als Zaungast zusehen darf, wenn man selbst nicht mehr Hand anlegen darf und sich beiseite geschoben fühlt. Solche krisenhaften Zustände sind um so gefährlicher, je unsicherer ein Mensch in seinem Selbstgefühl und je abhängiger er vom Urteil seiner Mitmenschen war, je ausschließlicher sein Selbstgefühl auf einem Amt oder auf einer äußeren Stellung gründete. Die Menschen sind nicht allzu häufig, die ihren Wert in der eigenen Persönlichkeit, in ihrem Menschsein und nicht in äußeren Umständen, in einem Amt, in Repräsentation, in einer Machtstellung bestätigt wissen. So sehen wir oft bei Persönlichkeiten, die es in ihrem Leben zu etwas gebracht haben, daß der Ruhestand zu einer kritischen Situation wird. Dazu kommt, daß bei solchen Menschen, wie schon gesagt, nicht selten auch ihr Wert in den Augen der Mitmenschen sinkt, wobei das Selbstgefühl aufs schwerste getroffen wird. Ein Beispiel: Der Direktor eines Betriebes, der unlängst entlassen wurde, erzählte mir, er hätte kürzlich seinen Nachfolger aufsuchen müssen; dabei hätte seine langjährige, ihm sehr ergebene Sekretärin kaum von ihm Notiz genommen; schon der Portier hätte seinen Gruß flüchtig erwidert! Die Einzelheiten der Pensionierungskrisen und Pensionierungsdepressionen können hier nur angedeutet werden.

Neben dem eigentlichen Pensionierungsschock — zeitlich meistens früher — werden bei Männern gelegentlich gewisse Störungen beobachtet, die oft als männliches Klimakterium bezeichnet werden. Unter dem Titel: «Die Revolte in Fünfzigjährigen» schildert der in New York lebende Psychoanalytiker *Edmund Bergler* (Europa-Verlag, Zürich 1956) krisenhafte Erscheinungen, denen er in seiner Praxis bei Männern begegnet, die fast ausnahmslos «dem Einkommen nach dem höheren ame-

rikanischen Mittelstand» angehören. Der soziale Standort dieser Patienten ist deutlich vermerkt, ebenso der chronologische.

Es handelt sich um Vorkommnisse der Lebensmitte. «Ein mittleres Alter ohne Konflikte gibt es für den Mann nicht». Mit dieser Behauptung schließt der Verfasser — vielleicht etwas einseitig — aus seinen Erfahrungen auf die Allgemeinheit. Ebenso einseitig scheint mir zu sein, daß sich die «Revolte» in allen Fällen gegen die Ehefrau richten soll. Schon früher hat sich der bekannte Wiener Kliniker und Herzspezialist *Wenckebach* mit den Problemen der männlichen Lebensmitte befaßt («Über den Mann von 50 Jahren», Wien 1916) und in der Novelle «Der Mann von fünfzig Jahren» hat *Goethe* gewisse zeitgebundene seelische Erschütterungen beim Manne geschildert. Ein solches Erleben kommt vor bei Männern, die ahnungslos dahinlebten, sich vom Leben treiben ließen und sich über ihren Lebenslauf keine Gedanken machten. Sehr oft handelt es sich um erfolgreiche Geschäftsleute, die oft plötzlich bei irgend einem körperlichen Versagen das Innenerwerden des Älterwerdens wie einen Anprall empfinden. Es kommt zu nervösen Störungen. Diese wurden sehr oft mit den sogenannten Wechseljahren des Mannes, mit einem männlichen Klimakterium in Verbindung gebracht. Es ist sehr verdienstlich, daß E. Bergler mit diesem irrtümlichen Begriff aufräumt. Es besteht keinerlei Analogie mit dem Klimakterium der Frau. Gegen Ende des fünften Jahrzehntes stellt der Eierstock seine natürliche Funktion ein. Die Fähigkeit, Kinder zu empfangen und zu gebären erlischt, während die Geschlechtsdrüsen des Mannes noch jahrzehntelang fortfahren, lebensfähigen Samen zu erzeugen. Die Zeugungsfähigkeit des Mannes nimmt nur langsam ab und nicht selten bleibt sie bis ins Höchstalter erhalten. Über die innersekretorisch bedingten Wechseljahre der Frau ist unendlich viel geschrieben worden. Der Schwierigkeiten des Mannes in der Lebensmitte hat man sich kaum angenommen. Für E. Bergler gibt es für seine Patienten keine andere Therapie als die Psychoanalyse. Ganz allgemein wirkt jedes Gespräch, in welchem die Schwierigkeiten und Nöte der zweiten Lebenshälfte besprochen, ihren speziellen Ursachen nachgegangen und auf das ähnliche Schicksal vieler Gleichaltriger hingewiesen wird, heilsam und befreiend. Überlegen wir uns einmal, was seit Pestalozzi von Erziehern, Psychologen, Ärzten geforscht, nachgedacht und erarbeitet wurde, um das Wohlsein des Kindes zu mehren. Man ist bestrebt, den Kindern nicht nur Kenntnisse zu vermitteln, sondern ihnen zu einem glücklichen Dasein zu verhelfen und sie auf die Lebensbahn und auf die Lebensarbeit vorzubereiten. Mit diesen Bestrebungen ist man ja nie zu Ende; sie müssen in jeder Generation neu erarbeitet und den wechselnden Verhältnissen angepaßt werden. Alle Erziehung beginnt damit, das Kind zu verstehen. Obwohl wir alle einmal Kinder gewesen sind, ist es gar nicht einfach, ein Kind zu verstehen. Wie viel schwerer ist es für die Jüngeren, die Alten zu verstehen, da

sie ja diesen Lebensabschnitt gar nicht kennen. So bedarf es sicher nicht *weniger* Bemühungen, nicht *weniger* Interesse und auch nicht *weniger* Liebe, um das nötige Verständnis für das Alter und die Alten zu erwerben. Als Beitrag zu diesem Verständnis begrüßen wir das Buch «Das Alter als soziales Problem» (Rascher Verlag 1956). Der Verfasser, *Jerome Kaplan*, der die Sozialfürsorge für alle Menschen in Minneapolis (USA) leitet, schreibt aus seiner amerikanischen Erfahrung heraus. Amerika mit seiner Betonung auf Jugend, Entwicklung und Tempo hat das Alter bis vor kurzem ignoriert. Der fortschrittsgläubige Amerikaner hat es schwer, sich mit dem Alter abzufinden. Amerika wurde durch die Um- schichtung der Bevölkerung vom Altersproblem sozusagen überfallen. Es hat dort wegen des Mangels an Vorbereitung einen äußerst dringlichen Charakter angenommen. Die staatliche und private Altersfürsorge und Altershilfe sind noch rudimentär. Das Schicksal des einzelnen Alten ge- staltet sich dort offenbar schwerer, da es viele Menschen gibt, die noch nicht Wurzel gefaßt haben oder entwurzelt sind, da die Bevölkerung stark fluktuierend ist und da es in den großen Städten offenbar an Ge- meinschaftsbildungen weitgehend fehlt. Nun werden aber gewaltige An- strengungen gemacht, um den Alten zu helfen, und zwar auf allen Gebie- ten. Man kann von den Amerikanern viel lernen, was sie projektieren und langsam beginnen, in die Tat umzusetzen. Kaplan sucht die Alten, die nirgends hingehören, sich verlassen und einsam fühlen, in Gruppen zusammenzuführen. Aus seiner mehrjährigen Tätigkeit berichtet er, wie es ihm gelungen ist, Altersvereinigungen in Form von Klubs zu gründen und zwar nicht nur *für* die Betagten, sondern *mit* ihnen. Die Gruppen- helfer stehen den Klubs beratend zur Seite, streben aber darnach, den Alten die Führung zu überlassen. Ihr Programm ist Förderung von Be- schäftigungsmöglichkeiten, Veranstaltung von Festlichkeiten, Hobby- Ausstellungen, Besuchsdienste bei bettlägerigen Alten und gemeinsame Lagerferien. Wenn auch die Lösungen und Vorschläge auf amerikanische Verhältnisse zugeschnitten sind und nicht ohne weiteres auf andere Län- der übertragen werden können, so enthalten sie doch eine Fülle wert- voller Anregungen.

In diesem Zusammenhang möchte ich noch eine andere amerikanische Stimme zum Worte kommen lassen; sie handelt von der Vorbereitung auf das Alter. Sehr viele Schwierigkeiten des alten Menschen entstehen, weil die Menschen unvorbereitet in die zweite Lebenshälfte eintreten. Der Mann läßt sich vom Leben weitertragen und wenn das Alter kommt, sich gleichsam von ihm mitschleifen, passiv und unbewußt.

Wie die Situation des Ruhestandes gemeistert wird, darüber ent- scheidet die Ausgangslage der Persönlichkeit, ihr innerer Reichtum, ihre Reife. Wie viele Menschen haben es versäumt, die geistige Kornkammer zu füllen, damals, als sie noch Gelegenheit hatten, für magere Jahre vor- zusorgen. Wer keine geistigen Kapitalien angelegt hat, dem fließen im

Alter auch keine geistigen Renten zu. Darum kann man sich nicht früh genug auf das Alter vorbereiten. Schon in den Entwicklungsjahren zeichnet sich das «Pattern» für das spätere Leben ab. In Amerika hat man beobachtet, daß sich in der Jugend in den letzten zehn Jahren ein Wandel abzeichnet. *George N. Raines*, Chef des neuropsychiatrischen Dienstes der USA Navy, hat kürzlich festgestellt («Geriatrics», Vol. 11, No. 4, April 1956), daß unter den jungen Matrosen der Naval Training Centres sich Fälle von seelischen Störungen mehren, die er als «Passive Aggressive Personality» bezeichnet. Diese Leute haben ein verminderter Pflichtgefühl und reagieren auf ihr Problem mit einer aggressiven Passivität, Raines fürchtet mit Recht für ihr Alter. «Wir müssen heute der Jugend helfen, ihr Leben sinngerecht zu gestalten, wenn wir von ihnen erwarten, daß sie sich später im Alter zurechtfinden sollen.» In der amerikanischen Wehrmacht wird nach Kräften versucht, dieser Jugend zu helfen durch Förderung des aktiven Sportes und eines gesunden Gemeinschaftslebens, wobei gerade dem Militärdienst eine wichtige Rolle zukommt. Die Jungen werden ermuntert, sich *aktiv* selbst Unterhaltung zu verschaffen durch Lektüre, Freizeitbeschäftigung, Hobbies und sich nicht bloß *passiv* unterhalten zu lassen im Kino, durch Fernsehen, durch Zuschauersport. «Unser ernsthaftes Eingehen auf die Persönlichkeitsprobleme der heranwachsenden Jugend wird derselben große Dividenden im Alter eintragen.»

Schließlich wird ein jeder Mensch sein persönliches Alter selbst meistern müssen. Das Leben, auch in seiner letzten Phase, ist etwas, für das man irgendwie verantwortlich ist. Man hat mit Recht von einem «Altersgewissen» gesprochen (A. Kehrer). Gewissen ist immer ein kategorischer Imperativ. Für die Betagten gilt es, die richtige gedankliche, gemütsmäßige und vor allem tätige Einstellung zu ihrem Altern zu erlangen. Niemand hat dies deutlicher ausgesprochen und sein Alter auch entsprechend gelebt als Goethe. Am 22. Oktober 1826, als 77jähriger, schrieb er seinem um eine Generationenspanne jüngeren Freund Sulpiz Boisserée: «Da mir Gott und seine Natur so viele Jahre mir selbst gelassen haben, so weiß ich nichts besseres zu tun, als meine dankbare Anerkennung durch jugendliche Tätigkeit auszudrücken. Ich will des mir gegönnten Glückes, so lange es mir auch gewährt sein mag, mich würdig erzeigen und ich verwende Tag und Nacht auf Denken und Tun, wie und womit es möglich sei. Tag und Nacht ist keine Phrase, denn gar manche nächtlichen Stunden, die, dem Schicksal meines Alters gemäß, ich schlaflos zubringe, widme ich nicht vagen und allgemeinen Gedanken, sondern ich betrachte genau, was den nächsten Tag zu tun ?, das ich denn auch redlich am Morgen beginne und so weit als möglich durchführe. Und so tue ich vielleicht mehr und vollende sinnig in zugemessenen Tagen, was man zu einer Zeit versäumt, wo man das Recht hat, zu glauben oder zu wöhnen, es gebe nach Wiedermorgen noch Immermorgen.»