

**Zeitschrift:** Gehörlosen-Zeitung  
**Herausgeber:** Schweizerischer Verband für das Gehörlosenwesen  
**Band:** 94 (2000)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** Besinnung

#### 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:** 12.02.2026

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

## Der Garten in uns



«Unser innerer Garten braucht Pflege.»

Pfrn. Franziska Bracher

**Liebe Leserin, lieber Leser,** beim Spazieren bewundere ich immer die verschiedenen Gärten und freue mich an den farbigen, leuchtenden Blumen. Diese wohl gepflegten, schönen Gärten haben mich angeregt, über unsere inneren Gärten, die Seelengärten, nachzudenken.

Ich brauche dabei den Garten als Bild für das Innenleben von uns Menschen. Wie in Wirklichkeit jeder Garten anders aussieht, so gibt es auch in uns drinnen verschiedene Anlagen. Einige bevorzugen mehr diese oder jene Blumen, mehr oder weniger Nutz- und Zierpflanzen. Und wie im richtigen Garten geht es auch im inneren Garten nicht ohne Arbeit, wenn er nicht verwildern und überwachsen soll.

Da ist einmal das Unkrautjäten. Immer wieder nisten sich

in uns drin negative Gedanken, Vorurteile und Hoffnungslosigkeit ein, die plötzlich unsere guten Vorsätze und Einstellungen, unsere Grundhaltung zu überwuchern und erstickten beginnen. Manchmal ist es schmerhaft, bei sich selbst das «Hackeli» anzusetzen, und manchmal lässt sich ein Unkraut auch erst spät erkennen, vielleicht erst, wenn es schon abgesamt hat. Diese Arbeit ist hart und mühselig, nie abgeschlossen und erfordert immer wieder Zeit und Ehrlichkeit sich selbst gegenüber.

Ich bin aber überzeugt davon, dass es sich lohnt, den wirklichen Lebenswerten in uns Raum zu schaffen, damit sie wachsen und sich entfalten können.

Eine andere Aufgabe, die in unserem inneren Garten auf uns wartet, ist das Säen und Setzen. Wo wollen wir unsere Kräfte und Energien einsetzen? Wem wollen wir uns anvertrauen, mit wem unsere Gedanken austauschen? Wie pflegen wir die Beziehungen zu unseren Freundinnen, Bekannten, Nachbarinnen, Angehörigen und Arbeitskolleginnen? Manches gelingt sicher nicht beim ersten Mal, und vielleicht kann auch nicht alles, was wir gerne hätten, auf unserem Seelenboden wachsen, so wie in der Natur draussen zum Beispiel die Rüebli nicht in allen Gärten gleich gut errinnen.

Es gilt auch zu bedenken, dass wir nicht nur von dem leben können, was uns nützlich und verwertbar erscheint. Fast

alle Gärten haben eine Ecke mit Blumen, die uns zwar nicht den Magen füllen, aber unsere Augen und das Herz erfreuen. Lassen wir also auch in uns drin Blumen blühen, die unserem Innenleben Farbigkeit verleihen, die unser Herz höher schlagen lassen, die uns Freude und ein Stückchen Seligkeit vermitteln. Wie im Garten draussen, so ist es auch im inneren Garten nicht mit einer einmaligen Aktion getan. Die einjährigen Blumen müssen jedes Jahr neu gesät oder gepflanzt werden, und die mehrjährigen brauchen Pflege und Sorge, damit sie nicht eingehen.

Da unsere inneren Kräfte und Reserven nicht unerschöpflich sind, müssen wir uns immer wieder abgrenzen, unsere begrenzten Möglichkeiten wahrnehmen und annehmen. Es mag sein, dass es Jahre gibt, wo wir mehr innere Energien freimachen können und den Gartenzaun etwas weiter ausstrecken.

Unser innerer Garten braucht auch Nahrung, Humus und Wasser, die wir uns bewusst holen müssen. Für die einen sind dies Gespräche und Begegnungen mit andern Menschen, Gedankenanstösse durch Bücher und Medien, für die andern Zeiten der Stille und Einkehr und das Suchen und Aufsuchen von Gott. All diese Arbeiten an uns und unserer inneren Entwicklung dürfen uns nicht darüber hinwegtäuschen, dass wir nicht alles selber vollbringen können.

So wünsche ich euch allen die Gewissheit, dass auf euren Werken auch Gottes Wirken und sein Segen liegen, und dass ihr bei aller Arbeit in euren äusseren und inneren Gärten Freude und Erfüllung erleben werdet.