

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 9 (2001)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Porträt : ein selbstbestimmtes, unabhängiges Leben in hundert Jahren  
**Autor:** Betschart, Maria  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818630>

### 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:** 18.02.2026

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

# Ein selbstbestimmtes, unabhängiges Leben in hundert Jahren

**Sie beherrschte fünf Sprachen und verbrachte mehr als 23 Jahre in Asien. Sie war die erste weisse Frau, die den Titel eines Lamas erhielt und erkundete als erste Europäerin die heilige, verbotene Stadt Lhasa im Tibet. Die eigenwillige, abenteuerliche Französin Alexandra David, die den Buddhismus erforschte und darüber unzählige Bücher geschrieben hat, starb 1969 mit fast 101 Jahren.**

(meb) Es stürmte und blitzte, als Alexandra David geboren wurde. Der Regen prasselte und der Donner grollte, als sie starb. Zwischen ihrer Geburt in Frankreich am 24. Oktober 1868 und ihrem Tod am 7. September 1969 liegen der Ozean und der Himalaja, eine Gesangskarriere und Askese – die Entstehung des Fahrrades und die erste Landung auf dem Mond. Das kleine eigenwillige Mädchen entwickelte sich zu einer unbezähmbaren Frau, die ein reiches, schier unglaubliches Leben führte. Ein Vierteljahrhundert lang war sie zu Fuss in den Wüsten und Steppen, im Gebirge Zentralasiens und Chinas unterwegs.

Fortsetzung von Seite 12

betreffende Person noch urteilsfähig und entsprechend handlungsfähig ist. Wenn keine gemeinsame Lösung mit dem Betagten erfolgen kann, stellt sich unter Umständen die Frage einer Beistandschaft, oder bei Selbst- und Fremdgefährdung nach fürsorgerischem Freiheitsentzug.

Einen absoluten Anspruch auf Selbstbestimmung im Alter gibt es also nicht?

■ Nein, der fürsorgerische Freiheitsentzug bei Selbst- und/oder Fremdgefährdung ist im Gesetz enthalten und vorgesehen; er ist auf keine spezielle Altersgrenze limitiert. Die Behörden gehen mit dieser Massnahme bei alten Menschen nach meinen Erfahrungen aber sehr zurückhaltend um. Vielfach wird nach milderer Einschränkungen gesucht.

\* Werner Ulrich, Zürich,  
Redaktor BR

## Gelbe Seele in weißer Haut

«Tut es den Gräsern weh, wenn man auf dem Rasen geht?» Oder: «Dieser Baum ist so schön, so schön, dass es der liebe Gott sein muss, nicht wahr?» Solche Fragen stellt die lebenslustige Alexandra David ihrem Vater. Das kleine französische Mädchen studiert im Atlas die Landkarten und ist vor allem von China angetan. Ein chinesisches Schreibkästchen, das sie sich selbst gekauft und ein Tintenfäßchen aus chinesischem Porzellan, welches sie zu ihrem sechsten Geburtstag geschenkt bekommen hatte, liegen ihr sehr am Herzen. Der Vater sagt über die sechsjährige Alexandra: «Meine Tochter hat eine weiße Haut, doch ihre Seele ist gelb.»

Zu ihm hat sie immer eine innige Beziehung, ihrer Mutter kommt sie jedoch nie nahe.

## Sei dir dein eigenes Licht, deine eigene Zuflucht

Alexandra interessiert sich nicht für die Gesellschaft, für Ehe und Männer. Sie möchte Ärztin werden und schon als Fünfzehnjährige schlält sie auf dem nackten Fußboden, isst wenig und trinkt Unmengen an Wasser: Der Geist soll den Körper bezwingen. Als 20jährige darf sie nach England reisen. Dort studiert sie Philosophie und orientalische Religionen, lernt Englisch und Sanskrit. Sie ist neugierig auf okkultes Wissen und die Mysterien dieser Welt. Zurück in Paris perfektioniert sie die Sprachen, widmet sich den vergleichenden Religionswissenschaften,

der chinesischen Schriftensprache und nimmt Gesangsunterricht. Von Edouard Foucaux hört sie zum ersten Mal von einem Land, «das anders ist als alle anderen»: Tibet. Die vielen Lehren benebeln ihren Kopf und sie stürzt 1889 in eine seelische Krise, in der sie auch an Selbstmord denkt.

Dank der Erbschaft ihrer Patentante macht sie sich 1891 zum ersten Mal auf nach Asien. Sie ist begeistert von Ceylon. Sie begegnet Baschkarananda, einem Asketen, der nackt in einem Rosengarten lebte und ihr einige Worte ins Ohr murmelt, «die ich seither immer in meinem Gedächtnis trage».

Wieder in Europa, intensiviert sie ihr Gesangstudium und macht Karriere in den französischen Kolonien als Sopranistin, feiert 1895 als Violetta Valéry in La Traviata in Hanoi wahre Triumphe. Freudig schickt sie die Kritiken ihrem Vater nach Belgien, der diese Lobeshymnen voller Stolz liest und seine

## ANZEIGE

Suchen Sie Entspannung und Erholung?

Im Hotel Pension Nord in Heiden tanken Körper und Gemüt neue Kraft. – Inmitten einer herrlichen Landschaft.

 HOTEL  
**PENSION NORD**  
CH-9410 Heiden AR  
Fam. Gebr. A. und E. Stehli  
Telefon 0(041) 71/89114 22



## Erläuterungen

**Buddha** geboren 560 vor Christus, gründete den Buddhismus: Erlösung durch Aufgabe der Begierde, welche die Quelle des Leidens ist, Überwindung des Leides der Welt durch Versenkung und Läuterung.

**Lama** im tibetischen Buddhismus geistiger Lehrer mit politischem Einfluss. Heute wird jeder buddhistische Mönch mit Lama bezeichnet.

**Kali** eine Göttin: die Schwarze, Symbol der Ur-Gewalt, der Zerstörung und Auflösung.

**Sanskrit** religiöse, hinduistische Texte sind in der heiligen Sprache «Sanskrit» verfasst worden.

Freude darüber per Post ins ferne Hanoi mitteilt. Aufmerksam und eifrig widmet sie sich dem Rollenstudium, nichts überlässt sie dem Zufall, sogar die Kostüme entwirft sie bis ins letzte Detail selber.

1904 heiratet sie Philippe Néel, Franzose, einen blendend aussehenden Lebemann und gut situierter Eisenbahningenieur in Tunis.

Sie werden nur wenige Monate zusammenleben. Alexandra ist meistens unterwegs als Vortragsreisende, Journalistin, Schriftstellerin und Feministin. Sie schreibt ihm während 38 Ehejahren über 3000 Briefe: geistreiche, originelle, scharfzüngige, bildhafte Be trachtungen von Menschen und Göttern. Philippe hilft seiner Frau

immer wieder mit Geld aus der Patsche. Als sie 1941 in China die Nachricht seines Todes erhält, klagt sie: «Ich habe den besten aller Gatten und meinen einzigen Freund verloren», und sie weint, sie, die seit ihrer Kindheit keine Tränen mehr vergossen hat.

### Den Kopf in den Sternen, die Füsse im Staub

Alexandras wahres Leben beginnt mit 43: Ein Leben, das aus Studium und Reisen besteht. Mahadarschas, Gelehrte aus Ceylon, Indien, Sikkim und Nepal, selbst der Dalai Lama empfangen Alexandra. Überall will man die alleinreisende, weisse gelehrte Dame sehen und einladen. In Sikkim begegnet

sie ihrem Meister, Gömpetschen, dem Abt vom Kloster Lachen. Es ist der erste und einzige Mensch, der einzige Mann, dem sie sich unterwirft. Während zwei Jahren unterrichtet er sie, die er «die Leuchte der Weisheit» nennt, im tibetischen Buddhismus. In der einsamen Klausur taucht sie in tibetische Rituale, Magie ein, begegnet der Götterwelt und der Entsa gung. Im Zentrum der asketischen Lebensweise steht die Meditation. Sie lernt Gelassenheit, lernt zu beobachten ohne Hass und Gier, ohne Verblendung. «Ob Tapferkeit oder Feigheit, es ist alles nur eine Frage der Hypnose», sagt die Frau, die Aug in Aug einem Tiger gegenübergestanden hat.

Sie liebt die Stille und Einsamkeit, sie sucht das Licht. Mit Yongden, «Ozean des Mitleids», einem tibetischen Lama und ihrem späteren Adoptivsohn, bricht sie im Oktober 1923 ins verbotene, chinesisch besetzte Tibet auf. Auf einer unbekannten Route wandern sie durch das sagenhafte Land Po nach Lhasa. Ihr von Wind und Sonne gegerbtes Gesicht schmiert sie mit Russ ein, ihre Haare schwärzt sie mit Tusche, um möglichst wie eine Tibeterin auszusehen. Suppe aus Schuhsohlen, verstauchte Knöchel, menschenfressende Yogis und Räuber, überraschende Schneefälle, Irrwege, zerlumpte Kleider, schmerzende Füsse, schlaflose Nächte: entbehrungsreiche Monate bis die heilige Stadt Ende Januar 1924 von «Mutter und Sohn» erreicht wird. Das «tibetische Pilgerpaar» erkundet drei Monate lang die Sonnenstadt. Ein Jahr danach wird Alexandra in Le Havre wie eine Nationalheldin empfangen. Ganz Frankreich bejubelt sie als «Bezwingerin der Verbotenen Stadt». Die Orientalistin hält Vorträge in Frankreich, Belgien, der Schweiz.

### Festung der Meditation in der Hochprovence

Sie übersetzt, sie schreibt Bücher, Artikel, Referate. Sie lässt sich in Digne (Hochprovence) nieder. Sie hat sich ein ausgedehntes Anwesen, das sie Samten Dsong, Fest

## Auszug Bibliographie

### Alexandra David-Néel:

- Mein Weg durch Himmel und Hölle, Scherz Verlag, 1986
- Zwischen Göttern und Politik, Indien – gestern, heute, morgen, Brockhaus, Wiesbaden
- Altes Tibet und neues China, Brockhaus, Wiesbaden
- Wanderer mit dem Wind. Reisetagebücher in Briefen, Brockhaus, Wiesbaden, 1979

ung der Meditation, nennt, gekauft. Buddhas, Kalis, Dolche, Zauber schellen, Meditations gewänder schmücken Samten Dsong. Yongden ist ein unersetzblicher Lebensgefährte für Alexandra als Koch, Wäscher, Schneider, Sekretär. Er hilft ihr bei Übersetzungen und er verliert auch in den schwierigsten Situationen sein Lächeln nicht, er, der Kälte, Hunger, Alexandras Zornausbrüche und Ohrfeigen über sich ergehen lässt, ohne sich je zu beklagen. Die 68jährige Alexandra reist mit Yongden mit der Transsibirischen Eisenbahn nach Peking. Bedingt durch den japanisch-chinesischen Krieg weilen sie unfreiwillig neun Jahre in China. Als der «Ozean des Mitleids» 1955 stirbt, ist sie untröstlich.

### Was ist, kann nicht aufhören zu sein

In den fünfziger Jahren behindern Rheumatismus und Arthrose Alexandra David-Néel in ihrer Beweglichkeit. Die grosse Wanderin ist zum Stillsitzen verbannt. Doch ihre Hände sind weiterhin betriebsam. Ihre Briefpartner in Europa, Asien und Amerika sind ungezählt. In den letzten zehn Jahren widmet sich Marie-Madeleine Peyronnet der eigensinnigen und jähzornigen Dame. Im März 1969 lässt die 100jährige Alexandra ihren Pass verlängern. Ende August 1969 beginnt ein acht Tage dauernder stummer Todeskampf. Am 8. September um 3.15 Uhr macht Alexandra ihren letzten Atemzug. Ihre sterbliche Hülle wird auf ihren Wunsch den Flammen übergeben. Am 28. Februar 1970 streut Marie-Madeleine Peyronnet Alexandras und Yongdens Asche in den Ganges. Das Ende einer Pilgerreise...



Alexandra David-Néel  
1868–1969.