

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2004)
Heft: 4

Artikel: Vergangenes schärft den Blick für die Gegenwart : das Jetzt bewusst leben und erleben
Autor: Planta, Eleonora von
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-819280>

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: 09.01.2026

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

Das Jetzt bewusst leben und erleben

Die Sicht auf das Vergangene und das Auffrischen von Erinnerungen sind Dinge, die den Blick für die Gegenwart schärfen. Aus der eigenen Geschichte heraus die Optik auf das Heute lenken ist gerade für ältere Menschen eine wertvolle Auseinandersetzung mit sich selbst und all jenen, die ihnen nahe stehen. Ein Wiedersehen mit der Vergangenheit kann die Möglichkeit dazu bieten, das Jetzt so anzunehmen und es so zu erleben und zu lieben, wie es ist.

Eleonora von Planta

Die Bäume im Hotelpark sind mächtig gewachsen in den letzten fünfunddreissig Jahren, aber die Pinien auf dem Hügel stehen noch genau so windschief in der Landschaft wie damals. Weisst du noch? Wir schwammen im warmen Thermalwasser wie heute und schauten unserem damals sechsjährigen Enkel bewundernd zu, wie er zum ersten Mal in seinem Leben vom Dreimeterbrett in den Pool sprang.

Rundum Veränderungen

Der Sprungturm? Er wurde wohl abgebaut, als man den Pool vergrösserte – es gibt jetzt dafür drei nierenförmige Schwimmbecken, Sprudel-Düsen und eine Fontäne. Überall im Wasser schwimmen bunte gebogene Gummischlangen, die man um sich legen kann. Das Schwimmen wird dann überflüssig. Auch ein Hallenbad ist neu dazugekommen, angereichert mit allerlei Geräten zur Erlangung von umfassender Fitness. Man kann nun von drinnen nach draussen schwimmen und dann in der Sonne oder im Schatten der Bäume ausruhen – wie damals. Die Liegestühle von einst haben zu komfortablen Liegebetten mutiert, mit weichen, leuchtend gelb bezogenen Polstern. Wellness wird angesprochen. Wellness? Haben wir uns nicht damals auch wohlgefühlt? Aber Wellness, lassen wir uns belehren, ist mehr als Wohlbefinden, es umfasst die ganze Schönheits- und Körperpflege. Zwischen Hotel und Badezone flanieren die Gäste, uniformiert in den weissen Bademänteln, die im Zimmer parat liegen, wie vor fünfundzwanzig Jahren ... Es ist ein bisschen gespenstig.

Das Heute mit dem Gestern vergleichen

Gespenstig? Ist es denn damals besser gewesen als heute, war der Ort gemütlicher, das Hotel heimeliger, das Leben einfacher? Ging es geruhsamer zu, als wir das Wort «Stress» noch nicht entdeckt hatten? Erinnern wir uns noch, wie es wirklich war? Und was wissen

die Jungen von gestern? Wollen sie überhaupt etwas von der so genannten guten alten Zeit wissen? Jaja, Oma, wir glauben es dir, schon gut, sagen sie gähnend. Wir von einst, wir verstehen, dass unsere Erinnerungen für euch Junge langweilig sind. Und doch können wir es nicht lassen, das Heute mit dem Gestern zu vergleichen. Was? Das Handy gab es damals noch nicht? Natürlich nicht, aber heute besitzen sie alle eins, die Alten wie die Jungen. Und wenn irgendwo ein Signal dudelt, dann greift jeder zu seiner Tasche, sucht aufgeregt und seufzt dann erleichtert oder enttäuscht «nein, meins ist es nicht. Diesmal nicht.»

Die Gegenwart bewusster erleben

Und irgendwann wird mir bewusst, dass du ja nicht mehr da bist, dass ich allein bin mit meinen Erinnerungen, dass ich den Jüngeren erklären muss: Wisst ihr, ich war schon vor fünfundzwanzig Jahren hier. Dann lächeln sie freundlich und ungläubig, geniessen ihre Softdrinks und lassen sich von ihrer Musik ab CD berieseln. Ich begrüsse still für mich die Vergangenheit und komme mir einen Moment lang sehr alt vor. Aber wie sagte doch neulich ein Neunzigjähriger zu mir: «Du musst nicht die Jahre zählen, sondern die Menschen, die du liebst und die dich lieben!» Dann bin ich wieder ganz da, weiss, dass ich noch gebraucht werde, weiss, dass mir die Jungen in ihrer Offenheit und Natürlichkeit gefallen. Und ich geniesse bewusst die neuen Bequemlichkeiten, benütze begeistert die Elektronik, könnte mir ein Leben ohne Computer, ohne E-Mail gar nicht mehr vorstellen – und wenn ein Handy dudelt, ist es womöglich meins! Ich bin noch unendlich neugierig, und ich erlebe die Gegenwart bewusster als früher. Ich bin für jede Stunde dankbar, in der es mir gut geht, denn ich weiss ja an keinem Tag, ob es nicht der letzte ist. So ist das Wiedersehen mit der Vergangenheit für mich zum Anlass geworden, das Jetzt zu lieben.