

**Zeitschrift:** Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung

**Herausgeber:** Schweizerische Stiftung Für das Alter

**Band:** 51 (1973)

**Heft:** 1

**Artikel:** Oikoumene : Gebet einer unbekannten Äbtissin

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-721604>

#### 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:** 11.01.2026

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



## Gebet einer unbekannten Äbtissin

Herr, du weisst, dass ich altere und bald alt sein werde.  
Bewahre mich davor, schwatzhaft zu werden,  
und besonders vor der fatalen Gewohnheit,  
bei jeder Gelegenheit und über jedes Thema  
mitreden zu wollen.

Befreie mich von der Einbildung,  
ich müsse anderer Leute Angelegenheiten  
in Ordnung bringen.

Bei meinem ungeheuren Schatz an Erfahrung und  
Weisheit ist's freilich ein Jammer,  
nicht jedermann daran teilnehmen zu lassen.

Aber du weisst, Herr,  
dass ich am Ende ein paar Freunde brauche.  
Ich wage nicht, dich um die Fähigkeit zu bitten,  
die Klagen meiner Mitmenschen über ihre Leiden  
mit nie versagender Teilnahme anzuhören.  
Hilf mir nur, sie mit Geduld zu ertragen,  
und versiegle meinen Mund,  
wenn es sich um meine eigenen Kümmernisse und  
Gebresten handelt.

Sie nehmen zu mit den Jahren,  
und meine Neigung, sie aufzuzählen, wächst mit ihnen.  
Ich will dich auch nicht  
um ein besseres Gedächtnis bitten,  
nur um etwas mehr Demut und weniger  
Selbstsicherheit,  
wenn meine Erinnerung  
nicht mit der anderer übereinstimmt.

Schenk mir die wichtige Einsicht,  
dass ich mich gelegentlich irren kann.

Hilf mir, einigermassen milde zu bleiben.  
Ich habe nicht den Ehrgeiz, eine Heilige zu werden,  
aber ein scharfes, altes Weib  
ist eins der Meisterwerke des Teufels.

Mache mich teilnehmend, aber nicht sentimental,  
hilfsbereit, aber nicht aufdringlich.

Gewähre mir, dass ich Gutes finde,  
wo ich es nicht vermutet habe,  
und Talente bei Leuten,  
denen ich sie nicht zugetraut hätte.

Und schenke mir, Herr, die Liebenswürdigkeit,  
es ihnen zu sagen. Amen.