

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 61 (1983)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Un-  
**Autor:** Staub, Eleonore  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723804>

### 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:** 31.01.2026

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



## Un-

Mich beschäftigt immer wieder die Vorsilbe «un-». In der Schule schon freute ich mich, dass ich zu den Eigenschaftswörtern «unwirsch», «unbändig» und «unwirtlich» keine «wirsche Miene», keine «bändige Kraft» und erst recht keine «wirtliche Gegend» fand.

Vor einigen Jahren erschien ein Taschenbuch mit dem Titel «Der «(Un-)Ruhestand». Darin war zu lesen, dass die heutige ältere Generation aktiv am Leben teilnimmt. Dass sie die dritte Lebensphase zu geniessen anfängt. Und dies frei von Schuldgefühlen tut. Dass sie sinnvolle Beschäftigung anstrebt und sich im voraus auf diesen Abschnitt seelisch, geistig und körperlich vorbereitet.

Inzwischen erlebe ich, dass dieser Unruhestand mindestens in meinem Bekanntenkreis die Regel ist. Das zeigt mir, dass Altwerden und Altsein eine Frage der Einstellung ist. Einige Beispiele: Das ältere Ehepaar wird ständig von jungen Familienmitgliedern belagert und hilft aktiv und unaufdringlich. Der pensionierte Musiker hat ein altes Haus erstanden, in dem er unaufhörlich repariert und verschönert. Andere Altersgenossen sind ständig auf Reisen oder bereiten sich auf unbekannte Länder vor.

Vielleicht sind aber jene ebenso zufrieden und gut gestimmt, die auf innere Reisen gehen und das Alter als eine Entwicklung auf eine neue Geburt hin betrachten. Wunderschön ist das beschrieben in einem Buch der Journalistin Marie M. Brumagne: «Die Reise der Seele». Es ist die Lebensgeschichte einer alten Walliserin, welche die Autorin in vielen Gesprächen erfahren hat.

Marie Metrailler (1901–79) wurde oft die «Weise von Evolène» genannt. Sie kam aus beengten Verhältnissen und fast nie über das heimatliche Val-d'Hérens hinaus. Aber sie erreichte das, wovon viele Menschen heute träumen: eine kreati-

ve handwerkliche Tätigkeit in ihrer weit über die Landesgrenzen hinaus berühmten Webkunst; Unabhängigkeit – sie baute ein eigenes Geschäft auf; Harmonie mit der Natur – das kleine Bergdorf und die herbe Umgebung bildeten den vertrauten Umkreis ihres ungewöhnlichen Lebens; schliesslich eine intuitive Beziehung zum Über- sinnlichen: alte Bräuche, Traditionen, Volks- glauben, Feen, Einhörner und andere wundersame Geschöpfe waren für sie wirklich. In Mär- chen und Legenden fand sie Wahrheiten, die heute längst vergessen sind.

Die Lektüre der «Reise der Seele» liess mich über das zweite Wort mit der Vorsilbe «un-» nachdenken, das mir in letzter Zeit nicht aus dem Sinn will: das Eigenschaftswort «unheil» in Verbindung mit der Welt, in der wir leben.

Presse, Radio und Fernsehen, aber auch Litera- tur und Kunst wetteifern geradezu, uns die Um- gebung, die Nahrung, die Häuser, alle modernen Einrichtungen, die Natur als verseucht und un- gesund, als gefährlich und furchterregend dar- zustellen. Die Wissenschaft liefert entsprechen- de Grundlagen, die Politiker tun das ihrige, um Pessimismus, Skepsis, Unglauben und Ängste, Zukunftsangst als vollauf gerechtfertigt erschei- nen zu lassen.

Nach den Gesetzen unserer Erde steht aber ne- ben dem Negativen ebensoviel Positives. Hell und Dunkel, Licht und Schatten sind gleichmä- ßig verteilt. Wenden die Medien, Künstler, Wis- senschafter und Politiker ebensoviel Mühe und Sorgfalt auf, Gutes und Vertrauenerweckendes herauszustellen?

Von solchen allgemeinen Fragen führen mich Marie Métraillers Gespräche rasch zu mir selber. Habe denn ich in meinen sechzig und mehr Jahren die Lektion gelernt, dass Glück, Zufrieden- heit, Harmonie, Erfolg und zwischenmenschliche gute Beziehungen von meiner eigenen Ein- stellung abhängen, die ich zu meiner Umgebung habe? Und wem – ob im Ruhestand oder nicht – fällt es leicht, sich hier und jetzt und stets zu be- währen und mit «unbändigem» Optimismus schliesslich zu sagen: «Ich liebe alles Leben – das helie und das dunkle.»

*Eleonore Staub*