

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 69 (1991)
Heft: 5

Artikel: Bilanz
Autor: Staub, Eleonore
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-724062>

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: 07.01.2026

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

Bilanz

Oft frage ich mich, warum mir diese oder jene Formulierung eigentlich einen solch besonderen Eindruck gemacht hat. Liegt es an der Stimmung, in der man sich gerade befindet, oder daran, dass der Verfasser genau jenen Punkt getroffen hat, der vielleicht empfänglich oder gereizt oder auch dankbar belustigt reagiert? Mir ging es so mit einer der witzigen Definitionen des österreichischen Autors Johann Nestroy: «Die edelste aller Nationen ist die Resignation.» Die Mitglieder dieser Gruppe, also die Resig-Nationalen, bilden zwar keinen eigenen Staat, erkennen einander jedoch in jeder Gesellschaft recht schnell. Zum Beispiel an bestimmten Gesten wie unmerkliches bis deutliches Kopfschütteln, erstautes Dreinschauen, vorsichtig demonstratives, aber doch rechtzeitig einsetzendes Räuspern oder Zungenschnalzen, Stuhlrücken. Alles Verhaltensweisen, die ungeübte Gesprächsleiter leicht aus der Fassung bringen können. Dabei handeln die Resig-Nationalen keineswegs in böser Absicht oder um Verwirrung zu stiften, nein, sie sind echt Sucherinnen und Sucher, und der Kurs, in dem sie jetzt sitzen, ist nur selten der erste in seiner Art.

Da theoretiere ich über Bilanzen des Lebens, der Vergangenheit und der Gegenwart, und frage mich schliesslich, welche Plus- und Minuspunkte für einen Menschen in meinem Alter, der fünfund-siebzig Jahre bald hinter sich hat, angeführt werden könnten. Beginnen wir beim Negativen, um



Eleonore Staub

das Positive als aufmunterndes Resultat verbuchen zu können. Als schlimm empfinde ich Rechthaberei und die ständige Wiederholung der Geschichten von gegenwärtigen oder vergangenen Krankheiten oder Gebrechen. Die Kritik an anderen, gleichaltrigen oder jüngeren Mitmenschen. Dass man die Rücksichtnahme und Zuvorkommenheit uns Älteren gegenüber als selbstverständlich hinnimmt. Dass man sich gehen lässt in der Kleidung, im Alltag, zum Beispiel im Essen: Warum in der Stube decken, das bisschen Abendessen kann ich ja auch in der Küche verzehren. . . Eine gewisse Gleichgültigkeit gegenüber angeblich unnötigem Aufwand beginnt übrigens viel früher und verstärkt sich später sehr. Die Pflege der eigenen Person ist im Alter fast noch wichtiger als vorher. Das leitet über zu den positiven Seiten: Wie eben gesagt – eine fast pedantische Pflege der eigenen Person und Umgebung darf nie zugunsten von Bequemlichkeit vernachlässigt werden. Man sollte auch nicht nachlassen am Interesse für kommunale und künstlerische Belange, allgemeine politische, wissenschaftliche und andere Ereignisse. Für mich habe ich es so formuliert: «Ich möchte mitreden können, aber es ist nicht notwendig, dass ich immer zu Wort komme!» Nach so vielen Theorien wächst in mir das Verlangen, die Lehrsätze auch in der Praxis durchzuführen. Ich verlasse darum die Schreibmaschine und wandere in die Küche, um das «Zmorgegschirr», das dort herumsteht, aufzuräumen ...

Schlaflosigkeit? Nervosität?

Naturheilmittel
aus Hefe und den
Arzneipflanzen
Baldrian (Wur-
zeln), Passions-
blume (Kraut)
und Pfefferminze
(Blätter)



BIO-STRATH Nr. 8
Schlaf-Nerven-Tropfen

BIO-STRATH®