

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 74 (1996)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Stille Nacht...  
**Autor:** Frösch-Suter, Trudy  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-725569>

### **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:** 08.04.2026

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

# Stille Nacht ...



Trudy Frösch-Suter

**S**amichlaustag! Sechster Dezember! Seit über siebenzig Jahren ist dieser Tag mit einer mich sehr belastenden Erinnerung verbunden, und ich wünschte mir oft, dass mein Kurzzeitgedächtnis so gut funktionieren würde wie das Langzeitgedächtnis. Ich war damals sechs oder sieben Jahre alt, als mich am Sanktniklaustag der Samichlaus vor der Haustüre in seine grosse Hutte packte und mich davontrug. Meine Eltern und alle Angestellten sahen zu, wie ich, mörderisch schreiend, in der Hutte strampelte, aber zu klein war, um herauszusteigen. Mein Gott, wie ich schrie, wie ich Angst hatte! Nach etwa dreihundert Metern (mir erschienen es dreitausend!) hatte der Samichlaus doch Erbarmen, und ich wurde herausgenommen, um dann laut schreiend nach Hause zu laufen. Ich habe keine blasse Ahnung, weshalb ich diese harte Strafe bekommen habe. Viele meiner Altersgenossen werden mir zustimmen, dass gerade in der Weihnachtszeit die Gedanken zurückwandern und nicht nur schöne Ereignisse im Langzeitgedächtnis auftau-

chen – unverdaut. An nebligen, trüben Tagen – dies besonders in der Weihnachtszeit – kauen viele von uns Alten an solch unerfreulichen Ereignissen wieder herum. Dies bedrückt uns, macht uns rumpelsurrig, Jüngere reden von den «komischen», sich unverständlichen fühlenden Alten.

Es gibt Zehntausende von Alleinstehenden, die sich über die Festtage einsam, unverständlich fühlen. Das Problem ist nicht Langeweile, sondern Einsamkeit.

Nach dem Unfalltod meines Mannes haben sich meine Kinder rührend um mich gesorgt. Dann wurde ich von meiner besten Freundin zum nächsten Weihnachtsfest eingeladen. Zu meiner grössten Überraschung war da noch ein anderer fremder Gast dabei. «Er ist Witwer, und ich habe gedacht, ihr zwei würdet doch noch gut zusammenpassen», lautete die Erklärung meiner «lieben» Freundin. Ich war stinksauer und habe nie mehr eine Einladung von «Fremden» am Heiligen Abend angenommen. Ich gehe seit langer Zeit am Abend überhaupt nicht mehr aus, denn ich habe Angst vor dem Umfallen und fürchte mich ganz einfach. Ich weiss aus vielen Gesprächen, dass es den meisten Weisshaarigen so geht. Einkaufsrummel? Hetzerei? Aufregung? Gibt es schon lange nicht mehr bei mir. Enkel und Urenkel erhalten (nach gemeinsamer Absprache) einen Geldbetrag (originell verpackt) von mir und meine Schwestern eine gute Flasche Wein. Ich geniesse es, durch die schön

geschmückten Weihnachtsgeschäfte zu schlendern, und denke dabei: «Wie viele Dinge gibt es doch auf dieser Welt, die ich nicht brauche!» (stammt von einem alten Weisen).

Traditionen sind, besonders an Weihnachten, Gold wert. So ziehe ich bei Beginn des Glockengeläutes meinen Mantel an und gehe auf meine Veranda. Dort lasse ich mir das vergangene Jahr durch den Kopf gehen und halte innerlich Abrechnung. Auch mit mir selbst. Ja, ich bin älter und auch reicher (im Gegensatz zu früher!), aber ich bin auch einsamer geworden, fühle mich öfters sehr allein. Der Unterschied zu meinem früheren, sehr abwechslungsreichen Leben ist gross. Aber wenn ich bedenke, wie meine Mutter, meine beiden Grossmütter ihre alten Tage verbringen mussten! Da leben wir jetzigen Alten direkt paradiesisch ...

Ich gehe von der Veranda in meine gemütliche Stube zurück und bereite mir das traditionelle Weihnachtsessen (Wienerli, so viele man mag, dazu frische Züpfle und etwas «Perliges»). Morgen bin ich bei meiner Schwester zum Weihnachtsessen eingeladen. Ich freue mich jetzt schon auf die (obligaten) Pastetli mit selbstgemachtem Kartoffelstock und dazu einem herrlichen Salateller. Das Dessert bleibt immer eine Überraschung.

Mir geht es gut. Ihnen hoffentlich auch. Und ... frohe Weihnachten! Hören Sie auf die Glocken! ♦

*Trudy Frösch-Suter war bis vor zwei Jahren Budgetberaterin in der «Zeitlupe» (Rund ums Geld) und gab 80jährig diese Tätigkeit auf.*



**Weihnachten im Ländli**

Wir laden Sie ein, die Weihnachtsfeiertage nicht einsam, sondern in der Geborgenheit unseres christlich geführten Hauses zu verbringen.

Ein reichhaltiges musikalisches und gottesdienstliches Angebot in weihnachtlicher Stimmung erwartet Sie. Lassen sie sich von uns verwöhnen und erleben Sie Gemeinschaft mit Menschen, die Zeit haben.

Auskunft und Reservationen: Telefon 041/754 91 11  
Kur- und Ferienhaus Ländli, 6315 Oberägeri



**Über dem Nebel ...  
über dem Alltag ...  
über dem Durchschnitt.**

**Reha-Klinik**  
Ärztlich geleitetes Kurhaus  
6083 Hasliberg  
Tel. 033/972 55 55

**Jetzt mit neuen, sonnigen Südzimmern mit Balkon und Panoramansicht im Neubau**

**Nach Hüft- und Kniegelenkoperationen, Herzinfarkt oder Herzoperationen, zur besseren Diabeteseinstellung und bei Erschöpfungszuständen**

Ärzte und Krankenschwestern im Hause, Physiotherapie, Schwimm- und Therapiebad, Sauna und Fitnessgeräte. Regelmässig begleitete Spaziergänge, Gruppenturnen, Wassergymnastik.

**Lernküche und Pauschalarrangements für Diabetiker.**