

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 85 (2007)

Heft: 10

Nachwort: Mit dem Engel reden?

Autor: Mezger, Martin

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: 13.01.2026

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

Mit dem Engel reden?

Was machen, wenn man nichts machen kann? Was, wenn man sich ohnmächtig fühlt?

Ich erinnere
mich noch gut,
obwohl seither
wohl zwanzig

Jahre vergangen sind.
Ich trat nichts ahnend vor

unser Häuschen im Glarnerland – und auf einen Schlag blieb mir das Herz fast stehen: Ich sah unseren mittleren Sohn, damals vielleicht ein Zweit- oder Drittklässler, zuoberst auf der grossen Esche neben dem Haus. Höher hinauf wärs nicht mehr gegangen. Und die Esche ist wirklich sehr hoch, sie steht noch, und ich kann problemlos überprüfen, dass sie in der Fantasie nicht gewachsen ist.

Da war er: ganz hoch oben. Nicht etwa ängstlich und verzagt, ganz vergnügt war er, geschaukelt hat er, gerufen hat er: Schau her, Vater, was ich kann! Was macht man als Vater in dieser Situation? Als Mutter? Man kann eigentlich nichts machen. Nur ruhig bleiben und warten. Warten, bis das Jauchzen und Schaukeln 15 Meter über dem Boden aufhört. Warten, bis der Knabe wieder heruntersteigt, sicher, sorgfältig, geschützt nicht zuletzt von der eigenen Furchtlosigkeit. Warten. Würde man rufen, schreien:

Pass auf, halt dich fest, lass ja nicht los, komm sofort runter, man würde ihn verunsichern, die Gefahr vergrössern, ja sie vielleicht erst schaffen. Warten also, bis sich alles klärt. Warten und hoffen auf den guten Ausgang.

Was aber mit dem eigenen klopfenden Herzen? Was mit der Angst? Mit dem Gefühl der Ohnmacht? Man möchte etwas machen. Und kann nichts machen. Der Kindermut hoch auf dem Baum, die Elternangst unten auf dem Boden ... Das Muster wiederholt sich. Und alle, die Eltern sind, wissen, dass es nie ganz aufhört. Auch wenn die eigenen Kinder keine Kinder mehr sind: Immer wieder gibts Situationen, in denen man nichts tun kann, nichts tun darf, nicht reden, nicht schreien, kaum denken darf: Pass auf, hör auf, siehst du nicht ... Nach den Bäumen kommen Töfffahren, Alkohol, Reisen in ferne Gegenden, Umgang mit Menschen von zweifelhaftem Ruf ... Es ist letztlich die gleiche Situation wie beim Drittklässler auf dem hohen Baum. Er dort, ich hier. Er auf seiner eigenen Spur unterwegs, ich mit meiner Sorge an einem anderen Ort.

Wir müssen und dürfen unsere Kinder loslassen. Was aber sagen wir unserem

Herzen, das sich ängstigt? Was unserem Kopf, der tausend Ratschläge produziert? Ich weiss nur ein Rezept, und es tönt frömmel, als es in Wirklichkeit ist: Red mit dem Engel deines Kindes, bitt ihn, es zu begleiten. Sag ihm, er möge dort sein, wo du nicht sein kannst.

Vielleicht denken Sie jetzt: Was soll das jetzt? An Schutzengel glaube ich nicht. Ich glaube auch nicht wirklich daran, dass es Schutzengel gibt – so, wie es die Menschen oder die Sachen dieser Welt gibt. Aber ist es nicht hilfreich, seinen Lieben in einem Moment, in dem man sich ohnmächtig fühlt, einen guten Gedanken zu schicken, eine sichere Kraft zu wünschen, für sie auf gutes Gelingen zu hoffen, sie ihrem Engel zu empfehlen? Sollte das nur einfach dummes Zeug sein? Ich glaube nicht.

Seine Lieben loszulassen, gehört für alle Eltern zu den grossen und wichtigen Aufgaben im Leben. Die Zwiesprache mit dem Engel kann helfen, nicht falsch in ihre Leben einzudringen. Und es muss ja niemand etwas davon erfahren.

Martin Mezger, 58, ist Spezialist für Altersfragen; er leitet das Alterswohnheim Studacker in Zürich und berät die Hatt-Bucher-Stiftung.

Für Sie gelesen ...

Glarner Frauenleben. Einer hat sie alle geprägt: der Föhn. Wie sich der warme Südwind als laues Lüftchen oder als stürmischer Orkan zeigen kann, so verschieden sind auch die zwanzig porträtierten Frauen im Buch «Föhngeflüster. Glarnerinnen erzählen»: Die Tabakladenbesitzerin und die Ärztin, die Steinbildhauerin und die Anwältin, die Lehrerin und die Barmaid, die Ordensschwester und die Kabarettistin, die Unternehmerin und das ehemalige Verdingkind, die Fabrikarbeiterin und die Politikerin. Die zwanzig Glarnerinnen mit den Jahrgängen 1914 bis 1967 erzählen von ihren Träumen und Erfahrungen, von Beruf und Berufung, von Liebe und



Familienleben, Höhepunkten und Tiefschlägen. Die Porträtierten stammen aus verschiedenen Regionen und verschiedenen sozialen Schichten. Manche von ihnen schwärmen aus in die Fremde und kehrten wieder zurück, andere kamen der Liebe wegen ins Tal der Linth und blieben. Ihre Lebensbilder vermitteln nicht nur Einblick in individuelle Biografien, sondern auch in die Mentalitäts- und Kulturgeschichte des ganzen Kantons. In intensiven Gesprächen haben sich die Autorinnen mit den Porträtierten auseinandergesetzt. Als roter Faden ziehen sich die Bilder der Fotografin Barbara Beglinger durch das Buch. agh

«Föhngeflüster. Glarnerinnen erzählen», 20 Porträts. Limmat-Verlag, Zürich 2006, 242 Seiten, CHF 42.–. Bestellfoton Seite 83.