

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 87 (2009)  
**Heft:** 6

**Nachwort:** Und adieu! : was ich noch sagen wollte : Funde aus der Zitatenschatztruhe  
**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:** 31.01.2026

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



# Und adieu!

Was ich noch sagen wollte: Funde aus der Zitatenschatztruhe

Mit diesem «Schlusspunkt» setze ich einen Schlusspunkt hinter meine Kolumnen in der Zeitlupe. Es war mir stets wichtig, Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, Anstösse zum Nachdenken zu geben: keine fertigen Rezepte, sondern Anregungen zum Selberdenken. Dass sich daraus mancher Dialog ergeben hat, dass ich viele Feedbacks erhalten habe, dass ich immer wieder erfahren durfte, dass die Texte für Sie mehr waren als blosses Unterhaltungsfutter, hat mich sehr gefreut. Danke!

Jeder meiner «Schlusspunkt»-Texte hat sich um ein Zitat gerankt. Zitate, die ich in irgendeiner Hinsicht als Perlen empfunden habe: wert, bedacht und weitergegeben zu werden. Für den letzten «Schlusspunkt» habe ich nochmals in meine Schatztruhe gegriffen.

Beim italienischen Lyriker und Nobelpreisträger Salvatore Quasimodo (1901–1968) findet sich in einem Gedicht die Zeile: «Ed è subito sera» – «und plötzlich ist es Abend». Ein ganz einfacher Satz, von dem es mich aber dünkt, er bringe eine ganz wichtige Lebenserfahrung auf den Punkt. Man lebt sein Leben, man packt an, was auf einen zukommt, man sucht sein Glück, man bewältigt Schwierigkeiten, man begegnet Menschen, die für einen ganz wichtig sind, man liebt, man streitet, man sieht die einzelnen Tage und tut sich schwer damit, das grosse Ganze zu begreifen... Und so vergehen die Jahre, «und plötzlich ist es Abend». Eben erst hat man zu verstehen angefangen, und schon stehen einem längst nicht mehr alle Möglichkeiten offen. Das mag etwas pessimistisch klingen, ist es aber nicht. Es ist einfach so, sagt der Dichter: Wir wähen den Abend fern, doch subito ist er da. Es gilt, dazu Ja zu sagen: nicht bitter, nein, um Himmels willen, vielleicht aber mit einer kleinen Prise Melancholie.

In einem Roman der deutschen Schriftstellerin Monika Maron (geboren 1941), deren Werk um Lebensentwürfe und Lebensbrüche kreist, heisst es: «Man kann im Leben nichts versäumen als die Liebe.» Das ist nun kein einfacher Satz mehr, aber ganz sicher ein ganz wichtiger. So vieles hält uns auf Trab, so vielem jagen wir nach, so vieles halten wir

für unverzichtbar, dieses will man nicht versäumen und jenes nicht verpassen... Und versäumt und verpasst doch das Allermeiste, weil die Welt zu gross ist für ein einziges Leben. Aber ist all das, was da unsere Tage füllt, und all das, was wir nicht auch noch schaffen, so wichtig? Irgendwie wichtig vielleicht schon, wir wollen dem lebendigen Leben in all seinen Facetten sein Recht nicht absprechen. Aber, sagt die Dichterin, wenn es darum geht, das wirklich Wichtige ins Auge zu fassen, muss klar sein, dass man im Leben nichts versäumen kann als die Liebe. Vielleicht können wir nur ahnen, was ein solcher Satz meint, und es nie wirklich erfassen. Und schon gar nie ganz umsetzen. Aber schon die Ahnung ist wichtig. Nur schon der Versuch führt in die richtige Richtung.

Mein liebstes Zitat zum Thema Älterwerden stammt vom Schweizer Schriftsteller und Lyriker Gerhard Meier (1917–2008). Er hat geschrieben: «Älterwerden ist kein reines Zuckerlecken. Aber es ist schon ein Vorrecht, so lange dem Wind ein wenig

**Man kann  
im Leben  
nichts  
versäumen  
als die Liebe.**

Monika Maron

begegnen zu dürfen und dem Wiesenschaumkraut, den Leuten und den Schwalben.» Der Satz besticht durch seine Leichtigkeit. Es ist ein tiefgründiger Satz, der ohne jede vordergründige Bedeutungsschwere aus-

kommt. Gerhard Meier beschönigt nichts, das Alter ist kein Spaziergang, das Älterwerden kein Zuckerlecken. Dann aber lässt er anklingen, was auch die späten Jahre lebenswert macht: den Wind spüren, das Wiesenschaumkraut sehen, den Leuten begegnen, den Schwalben zuschauen... Also allem begegnen, was um uns ist, der Natur und den Menschen. Das Kleine ist das Grosse, das Erhabene findet sich im Unscheinbaren. Allem begegnen, aber nicht, um alles festzuhalten. Wir sollen, wir können heiter und gelassen in der Welt sein, um diese dann, wenn die Zeit gekommen ist, auch wieder heiter und gelassen loszulassen. So älter werden. So alt werden. Ich kann es uns, Ihnen und mir, nur wünschen.

**Alles Gute und adieu!**

Martin Mezger, 60, hat Theologie und Publizistikwissenschaft studiert; als Spezialist für Altersfragen ist er Inhaber der focusALTER GmbH sowie Geschäftsführer der Hatt-Bucher-Stiftung.