

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 87 (2009)  
**Heft:** 1-2

**Buchbesprechung:** Lebenssplitter [Yvette Z'Graggen]

### **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>**



# Zuversicht? Zuversicht!

Das neue Jahr hat angefangen. Wohnt ihm ein Zauber inne?

Wer kennt es nicht, das Gedicht «Stufen» von Hermann Hesse? Es fasst die Erfahrung, dass das Leben nie stehen bleibt, in gültige Worte. Etwa in der Mitte des Gedichts heisst es: «Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft zu leben.» Gilt das auch für den Beginn eines neuen Jahres?

Wichtig dünkt mich die Blickrichtung, die der Dichter vorgibt. Er richtet unsere Augen und Sinne nach vorn, in die Zukunft, auf das, was beginnt, nicht auf das, was zu Ende geht. Und er sagt: Da steckt ein Zauber drin – schwer in Worte zu fassen, aber doch da. Er lädt uns ein zu spüren, dass das ständige Vorwärtsgen nicht ein Müssen, sondern ein Dürfen ist.

Es gibt die Neigung zurückzublicken (sie nimmt mit dem Älterwerden zu). Man kann das mit Wehmut und Bedauern tun: All die schönen Zeiten, all die guten Erfahrungen, wo sind sie geblieben? Man kann es auch mit Schmerz oder im Zorn tun: so vieles, was wehgetan hat, so vieles, was ungerecht war! Beides kann wichtig sein. Gute Erinnerungen nähren, versöhnen einen mit dem raschen Lauf der Zeit. Und schwierige Erinnerungen wollen verarbeitet und verdaut werden, sonst plagen sie einen auf immer und ewig. Und doch. Er ist heikel, der permanente Blick zurück. Er kann einen davon abhalten, im Hier und Heute zu leben. Er kann einen davon abhalten, offen zu sein für das, was kommt. Wer zurückblickt, stolpert vorwärts.

Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne... Dieser Zauber liegt darin, dass wir gerade nicht wissen, was auf uns zukommt. Es ist wie ein frisches Schneefeld: noch ohne jede Spur – und wir schicken uns an, unseren Fuss hineinzusetzen. Wohin führt uns der Weg? Was bringt er uns?

Solcher Zauber lässt sich leicht zum Verschwinden bringen. Es gibt diese massive, resignierte Feststellung: Es wird wohl weitergehen, wie es immer gegangen ist. Was soll schon anders werden? – Und so fängt auch nichts anderes an. Es geht einfach nur weiter. Und wer geneigt ist, immer zuerst das Schwere und Schwierige zu sehen, wird es mit jeder Garantie auch in Zukunft entdecken.

Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft zu leben... Hermann Hesse spricht die Erfahrung an, dass wir Menschen zum Leben immer etwas mehr Zuversicht brauchen, als wir «einfach so» haben, als aufgrund unserer Lebenserfahrung gerechtfertigt ist.

Die Erfahrung sagt: Bleib realistisch, du kennst das Leben ja! Warum träumst du immer noch? Die Zuversicht geht, geleitet vom Zauber eines Neuanfangs, darüber hinaus und fragt: Muss es so bleiben? Kenne ich das Leben schon gut genug?

Wer den Zauber ernst nimmt, wer seiner Seele Flügel erlaubt, wer daran festhält, dass auch mit dem Alter noch nicht alles festgelegt und fertig ist, kann Gutes und Neues entdecken. Einfach nur schon deshalb, weil die Seele auch erschafft, was sie glaubt.

Ich wünsche Ihnen viel gute Zuversicht für das Jahr, das soeben angefangen hat!

Martin Mezger, 59, hat Theologie und Publizistikwissenschaft studiert; als Spezialist für Altersfragen ist er Inhaber der focusALTER GmbH sowie Geschäftsführer der Hatt-Bucher-Stiftung.

FÜR SIE GELESEN

## Stationen eines erfüllten Lebens

Yvette Z'Graggen gilt als Doyenne der Westschweizer Literatur. Sie hat ein gewichtiges Werk mit zahlreichen Büchern vorzuweisen. Ihr neuester auf Deutsch erschienener Band kommt dagegen ausgesprochen schlank daher. «Lebenssplitter» enthält 25 Geschichten aus der Biografie der Autorin, alle nur wenige Seiten lang, aber gefüllt mit Leben und Lebenserfahrung, die weit über das Private hinausweisen. Yvette Z'Graggen blickt zurück bis in ihre Kindheit, erinnert



Ein gelassener, souverän gestalteter Gang durch die private und die Weltgeschichte. Da wird nichts beschönigt, aber auch nichts dramatisiert. Das genaue Hinsehen, so wie es Yvette Z'Graggen in ihren Geschichten

sich und stellt Verbindungen her, die – unabhängig vom Alter der Lesenden – alle weiterbringen, weil sie, ausgehend von persönlichen Erlebnissen, zu allgemeinen Erkenntnissen führen.

pflegt, tut zwar oftmals weh, aber es vermag auch zu heilen. Der Kreis schliesst sich, wenn die Autorin schildert, wie sie sich heute auf ihren Enkel stützen muss, den sie in den letzten Jahren hat heranwachsen sehen. Die nächste Generation übernimmt – und hat hoffentlich in ein paar Jahrzehnten eine ebenso reiche Lebensgeschichte weiterzuerzählen. hzb

Yvette Z'Graggen: «Lebenssplitter», Lenos, Basel 2008, 124 Seiten, CHF 31.–. Talon Seite 71.