**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz
**Band:** 90 (1981)
**Heft:** 1

**Artikel:** Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...
**Autor:** Stucki, Helen
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-975537

**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:** 02.07.2025

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

# Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...

*Helen Stucki*

Vor etwas mehr als zehn Jahren schrieb und sprach ich zum Thema *Mut und Freude zum Lebensabend.*
Aus dem vielfältigen Echo durfte ich heraushören, dass da und dort die Angst vor den späten Jahren geschwunden war, dass man ihnen mit mehr Zuversicht entgegenlebte. Ich zitierte damals auch den Satz eines chinesischen Weisen: «Wer seinen neunzigsten Geburtstag feiern kann, gilt als besonderes Glückskind des Himmels.»
Nun ist es soweit, der hohe Festtag verklungen, die Grenzen sind enger gezogen; auch frohe Stunden und Tage sind von der Frage begleitet: Wie lange noch? – nun melden sich leise Zweifel an der Weisheit des chinesischen Philosophen, nun hebt zu der frühern eine neue Alters-Problematik an.
Was die letzten Lebensjahre belastet, auch wenn Körper und Geist den Strapazen gewachsen sind, das ist vor allem die Erfahrung des Todes so vieler jüngerer, mitten im aktiven Leben stehender, wirkensfreudiger Menschen. Warum beruft Gott sie ab, wo die Welt ihrer noch so sehr bedürfte und lässt mich ein längst erfülltes Leben immer noch weiter – ich darf fast sagen – geniessen? Da geht mir etwa der fromme Wunsch Gottfried Kellers durch den Kopf:

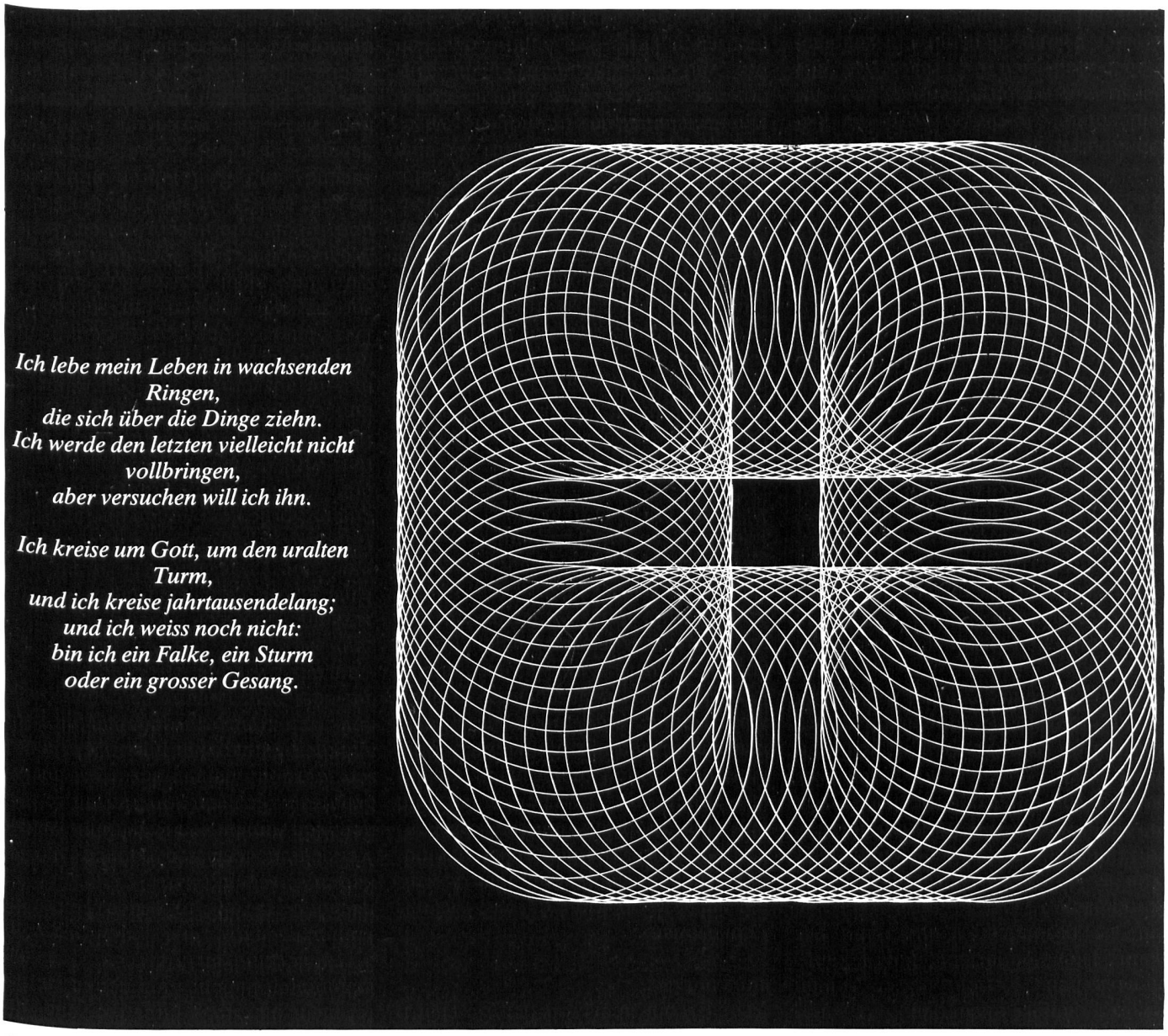
*«Wenn du für meines Wesens Raum*
*Ein bessres weisst zu finden,*
*Dann lass mich aus dem Lebenstraum*
*Rasch und auf ewig schwinden.»*

Dankbaren Herzens, aber mit etwas schlechtem Gewissen, wird der Lebenstraum weitergeträumt, und fast täglich stellt sich die Frage: Wie fülle ich den Raum, den mir ein gnädiges Schicksal noch zugemessen hat, wie gebe ich meinen alten Tagen das Stücklein Lebenssinn, an dem heute so viele junge Menschen vorbeileben, ja verzweifeln? Gibt es noch Lebensaufgaben für einen Menschen, der eben, auch bei sorgenfreier Geborgenheit, am Rande des vollen Lebens, der geliebten Arbeit, des erfolgreichen Wirkens seine Tage verbringt? Von den Verzichten, die jeder leisten muss, vom Loslassenkönnen, das vielen so schwer fällt, sei hier nicht die Rede. Wohl aber von der Beschäftigung mit der

**Lebensbilanz,**
mit der Aufarbeitung dessen, was uns das Leben geschenkt hat, auch dessen, was wir ihm schuldig geblieben sind. Das eine erfüllt uns mit Dankbarkeit, das andere mit Bescheidenheit und Demut. Schöne Erinnerungen beglükken und öffnen uns immer wieder die Augen für das, was uns vom goldnen Überfluss der Welt noch zu trinken angeboten wird – an Naturschönheit, an Kunstwerken, an liebenswerten Menschen; Unterlassungssünden machen uns nachsichtig gegen unsere Mitmenschen, geduldig den eigenen Unzulänglichkeiten gegenüber.
Was man mit dem Begriff

**Lebensqualität**
bezeichnet, braucht im Alter nicht zu verkümmern, es gilt nur, das Wesentliche vom Unwesentlichen zu unterscheiden:
«dass uns werde klein das Kleine
Und das Grosse gross erscheine.»
Zu dieser Lebensqualität, die sich im Alter steigern, nicht vermindern sollte, gehört unter anderem die *Freude am Helfen und die Freude am Schenken.* Bedauernswert ist der alte Mensch, der nicht mehr spürt, wo eine Handreichung, das freundliche Angebot einer Stütze, ein geduldiges Zuhören und Anteilnehmen einem Mitmenschen Hilfe sein kann. Glücklich der, der sich allmählich von seinem Besitz, sogar von geliebten Gegenständen, von Schmucksachen, Büchern und Bildern trennen kann, um andern eine Freude damit zu machen. Ist es nicht tröstlich zu wissen, dass etwas, das unser Leben bereichert hat, nun in Freundeshand geborgen ist, in Herzen geliebter Menschen weiterwirkt? Ein Glück, dass heute die meisten alten Menschen materiell in der Lage sind, noch schenken zu können, sofern der Besitzteufel, der Geldbeutel nicht die Stelle ihres Herzens eingenommen haben. Man denke an das Sterntalerkind im Märchen, dem die Himmelsschätze erst zuteil wurden, nachdem es alle irdischen Habseligkeiten verschenkt hatte.
Verzichten, loslassen können, das ist der Weg zum innern Reichtum, zu den Schätzen, die nicht von Motten gefressen werden, denen der Rost nichts anhaben kann. Man muss viel Ballast abwerfen können, wenn man alt wird, auf dass, wie Goethe es einmal sagt, «nur das Ewige jeden Augenblick gegenwärtig ist, so dass wir nicht an der vergänglichen Zeit leiden».
Eine grosse Hilfe kann auch der *Humor* sein. Wie herrlich, wenn eine vielleicht etwas missliche Situation mit einem Sprüchlein von Wilhelm Busch oder einem andern Humoristen quittiert wird!
Unseres Wesens Raum, auch wenn ihm enge Grenzen gezogen sind: Er müsste ausgefüllt sein. Nur keine innere Leere!
Der letzte Ring, von dem Rilke spricht, wir müssen ihn suchen, er wird uns nicht geschenkt; auf dem Wege zu ihm sind vor allem Dichter- und Bibelworte unsere treuen Begleiter und Helfer. Wohl dem, der sich in Jugend- und Reifejahren mit einem Schatz von solchen Begleitern umgeben hat! Sie verkürzen schlaflose Nächte, verklären und vergolden viele neblige Tage, viel glanzlose Lebenssituationen. Eine blinde Frau tröstete sich an solchen auswendig-inwendig gelernten Sprüchen und prägte den Ausdruck: Ich lebe halt jetzt von dem Gedörrten. Glücklich der, welcher ein Säcklein Gedörrtes mitnimmt ins Al-

tersheim! Er kann selber, wie weiland auf einer Bergwanderung, die aufgespeicherten Säfte kosten, er kann andere damit beschenken.
Aber alle freundlichen Lebenshilfen sollen dem alten Menschen die Auseinandersetzung mit

**Sterben und Tod**

nicht ersetzen. Der moderne Mensch flieht vor solchen Gedanken. Er verdrängt, übertönt sie, weicht aus, weil sie so etwas wie Angstgefühle wecken. Der reifgewordene Mensch sucht mit dem letzten, dem stillsten Freund in gute Beziehung zu kommen. Gottfried Keller, der Dichter der Daseinsfreude, schreibt in einem Brief:
«Für mich waren es sehr feierliche und nachdenkliche Stunden, als ich anfing, mich an den Gedanken des wahrhaftigen Todes zu gewöhnen. Ich kann dich versichern, dass man sich zusammennimmt und nicht eben ein schlechterer Mensch wird.»
Auf dem Schreibtisch eines meiner Freunde fand man nach dessen Hinscheiden folgende Sätze: «Es ist mir weit über meine eigenen Verdienste hinaus gut gegangen. Nun lebe ich noch und freue mich über jeden Tag, jeden Monat, über jedes Jahr, die mir noch geschenkt werden. Aber ich gedenke auch des Todes, dem sich mein Weg nähert. Es wäre mein Wunsch, von ihm mitten aus der Arbeit abgeholt zu werden. Darüber aber verfügt ein Anderer. Mein Leben hat sich in hohen Massen erfüllt, und es ist kein Grund zu übermässiger Trauer über meinen Hingang. Denkt daran: Hier wurde ein glücklicher Mensch den Flammen übergeben.»
Eindringlich mahnend und tröstend zugleich spricht Hermann Hesse:
*«Sterben lern auch du und dich ergeben.*
*Sterbenkönnen ist ein heil'ges Wissen.*
*Sei bereit zum Tod – und hingerissen*
*Wirst du eingehn zu erhöhtem Leben.»*
Und am Schluss seines vielzitierten Gedichtes «Stufen» heisst es:
*«Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde*
*Uns neuen Räumen jung entgegensenden,*
*Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden . . .*
*Wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde!»*