

Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 61 (1990)
Heft: 9

Artikel: 1. Kappeler-Forum - VSA-Tagung für Menschen in helfenden Berufen :
menschliche Grundfragen in der Betreuung
Autor: Hofstetter, Irene
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-810095>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 16.03.2025

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

Menschliche Grundfragen in der Betreuung

Im Haus der Stille und der Besinnung in Kappel am Albis, das von der evang.-reformierten Landeskirche des Kantons Zürich für Seminare zur Verfügung steht, führten Imelda Abbt und Hermann Siegenthaler den in Einsiedeln begonnenen Fortbildungszyklus für betreuend Tätige fort. Wiederum soll ein Thema während fünf Jahren bedacht und besprochen werden, es lautet «Menschliche Grundfragen in der Betreuung». Am 1. Kappeler-Forum vom 27. und 28. Juni 1990 machten sich fünfzig Teilnehmerinnen und Teilnehmer gemeinsam auf den Weg; der Titel dieses ersten Abschnitts hiess «Der Mensch auf der Suche nach Symbolen». Die Bezeichnung Forum ist bewusst gewählt. Zur Zeit der Römer war das Forum der Marktplatz, wo Erfahrungen ausgetauscht wurden. So gehört es auch hier zur Tradition, dass aus der Alltagsarbeit von einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmern Erfahrungen zum Tagungsthema gesammelt und weitergegeben werden. Drei Berichte aus verschiedenen Tätigkeitsgebieten ergänzten die Hauptreferate. Zu diesen Forumstagen gehört immer auch die Kunst: der Konzertetabend in der Kirche, mit Musik für zwei Cembali von den Bach-Söhnen Wilhelm Friedemann und Johann Christian, virtuos dargeboten von Hermann Siegenthaler und Stefan Uster, war ein kostbares Geschenk für die Zuhörenden.



Eingang zum Haus der Stille und Besinnung, Kappel a.A., Teil des ehemaligen Zisterzienserklosters, gegründet 1185, dazu gehört das «Haus am See», das in diesem Frühjahr renoviert wurde; der VSA-Kurs fand im hellen Tagungsraum im Erdgeschoss statt.

Die Seele ist ein bilderschaffendes Wesen

Als Einstieg in sein Referat zur Psychologie der Symbole zeigte Prof. Dr. Hermann Siegenthaler zwei Bilder: eines mit dem Titel «Françoise dessinante» von Picasso, in welchem sich eine Mutter über ihre beiden Kinder beugt, das andere eine Zeichnung einer Viertklässlerin, auf welcher ein grosses Auge den Beschauer ansieht, die Pupille als Sonne gemalt, und ein von Bäumen umstandener Weg, der direkt zu dieser Mitte führt; es war die Aufgabe gestellt worden, ein Gottesbild zu malen. *Bilder betrachtet man zuerst einmal mit den Augen, man nimmt das Dargestellte wahr, und dann folgt die Frage nach dem Sinn und der Bedeutung. Die Einheit von Bild und Sinn ergibt ein Symbol.* Der Begriff Symbol stammt aus dem Griechischen und wird mit Sinnbild übersetzt, erläuterte Hermann Siegenthaler. Die Bildseite ist immer ganz eindeutig, der Sinngehalt immer mehrdeutig. Wie kommt es, dass ein 11-jähriges Mädchen aus seinem Innern heraus, ohne je ähnliches gesehen und gehört zu haben, Gott mit dem uralten, schon in der ersten Christenheit verwendeten Symbol «Auge» zeichnet und Sonnen- und Schöpfungssymbole hinzufügt? Da zeigt sich die nie ganz interpretierte Sinnsphäre von Symbolen. Sie betont den Geheimnischarakter des Menschen. Zwar hat auch der Mensch eine vordergründige Seite. Wir sehen, fühlen, spüren einander, die geistige Sphäre aber ist geheimnisvoll. Vielleicht liegt gerade darin die Würde des Menschen, die zu achten ist.

Unser Leben ist voller Symbole. Göttliche Wirklichkeit kann nicht anders erfahren und mitgeteilt werden als durch Symbole. Ein weiterer Bereich ist die Kunst, sei es nun bildende Kunst, Literatur, Film. Auch Musik ist voller Symbole, nur ist es schwieriger, sie zu erkennen. Vom Symbolhaften der Traumwelt haben uns Sigmund Freud und Carl Gustav Jung eine Vorstellung gegeben. In Märchen, Sagen, Mythen sind Symbole stark präsent. Wir müssen den Blick auf unser Inneres richten, wenn wir den Symbolen nachspüren wollen, fuhr Hermann Siegenthaler fort, und er gab einen kurzen Einblick in die Jungsche Psychologie vom Bewusstsein und vom Unbewussten. Der Mensch hat eine Sphäre, wo er sich bewusst ist, wo er denkt und sich erinnert. Dieses Bewusstsein schwimmt wie ein Stecknadelkopf auf dem grenzenlosen Meer des Unbewussten. Dieses Unbewusste umschliesst das persönliche Unbewusste, das aus der Lebensgeschichte des einzelnen erwächst und das kollektive Unbewusste mit einem riesigen Schatz von Bildern und Symbolen, die durch alle Jahrhunderte der ganzen Menschheit zugrunde liegen. Und im tiefsten Grund unseres Wesens haben wir ein Bild, das uns in eine andere, geistige Sphäre weist – Jung sprach von einem Übergang – und wo wir Botschaften aus einer andern Welt empfangen können.

Weil Symbole zwischen diesseits und jenseits, zwischen der bewussten Wirklichkeit in uns und dem Unbewussten, zwischen verschiedenen Kulturen, vermitteln, sind sie eine Hilfe in der Ar-



Der Tag beginnt mit dem Singen in der Kirche...

beit mit andern Menschen. *Heutzutage hat das Rationale mehr Gewicht, das Sinnhafte wird als minderwertig betrachtet. Das lässt sich die Seele nicht immer gefallen.* Hermann Siegenthaler sprach von der *Ausgleichsfunktion der Symbole*, die in vermehrtem Träumen zum Ausdruck kommt. Ausgleich kann der Mensch auch in einer Bildbetrachtung finden, in der Sinnsphäre und der Aura eines Originals. Mit Symbolen werden Erlebnisse auf einer andern als der rational-kritischen Ebene verarbeitet. Der Referent wies in diesem Zusammenhang auf das Malen mit Geistigbehinderten hin, das diesen Menschen Möglichkeiten zu bildhafter Verarbeitung öffnet.

Symbole tragen in sich so etwas wie Energien. Welche psychische Kraft ermöglicht uns, Erlebnisse aufzunehmen und zu verarbeiten? Unsere Seele hat sehr viel Energie zur Verfügung, woher sie kommt, ist ein Geheimnis. Symbole drücken bildhaft aus, was in unserer Seele passiert, sie sind Sinnträger und beeinflussen so das weitere psychische Geschehen.

Der Mensch ist Abbild Gottes

Die anthropologische Grundlage des Symbolhaften ist die Struktur des Menschen, das leib-geistig-seelische Menschsein. Mit diesen Worten begann *Dr. Imelda Abbt* ihre Ausführungen, und sie zitierte *Martin Buber*: «Der Mensch ist die höchste Manifestation des Symbols.» Die Bibel sagt: «der Mensch ist Abbild Gottes», damit ist er Symbol, Hinweis auf den Urgrund von Gott. Symbole sind Spiegel, sie zeigen, was wir sind und was wir verwirklichen sollen in unserem Menschsein. Wir können Symbole schaffen, wir können sie lesen, weil wir selber Symbol sind; wir können uns der Sinnfrage öffnen. Wir sind vom jüdisch-christlichen Glauben geprägt, auch wenn die Auseinandersetzung mit der Aussage, «der Mensch ist Abbild Gottes», heute nicht mehr selbstverständlich ist. Gott hat sich nicht begnügt, Gott zu sein, sagte Imelda Abbt, er schuf sich ein Gegenüber. Die Mystiker haben es am stärksten empfunden, dass Gott und Mensch aufeinander angelegt sind. Von Meister Eckhart sind die Worte: «Gott will nicht allein sein, sein innerstes Wesen ist Liebe, kann sich nur in freier Gegenliebe erfüllen. Gott hat den Mensch nach seinem Bild geschaffen und ihm die Freiheit geschenkt, die Liebe Gott zurückzugeben.»

Der Mensch ist aus dem Staub der Erde geschaffen, und er wird wieder Erde. Er ist als Geschöpf von Gott abhängig, und er ist allen andern Kreaturen geschwisterlich verbunden und verantwort-

lich. Die Solidarität mit der Natur, die in den letzten Jahrhunderten durch das Herrschaftsdenken verloren ging, hat also auch einen theologischen Hintergrund. Dass dem Menschen als Abbild Gottes und von seinen geistigen Fähigkeiten her Verantwortung auferlegt ist, stand im ersten Jahrtausend der Kirchengeschichte stärker im Vordergrund. Augustinus zum Beispiel sagte: «Das sind die Spuren von Gott in uns, im Geistigen.»

Als Abbild Gottes ist der Mensch eine kleine Welt, ein Mikrokosmos. Alle Elemente und Kräfte des Universums, alle Gestaltungsformen sind in ihm zusammengefasst. Im christlichen Verständnis bleibt aber Gott Gott und der Mensch Mensch. Erhebt sich der Mensch plötzlich zum Gott, ergibt das ungeheure Auswirkungen. Imelda Abbt sprach auch von der Hierarchie der Tätigkeiten des Menschen: loben, lieben, Dienst, Verantwortung.

Überdenken, besinnen, vertiefen

Anders als zuvor in Einsiedeln stand auf dem Programm nicht «leibliches» Tun, wie malen, werken, spielen, tanzen, sondern *geistige Auseinandersetzung mit dem Gehörten*. Denn, wie Hermann Siegenthaler immer wieder betonte, nicht die Erfahrung allein bringt Lernprozesse in Gang, sondern das *Reflektieren* des Erfahrenen. Die Anwesenden teilten sich in zwei Gruppen auf und setzten sich abwechslungsweise mit Imelda Abbt und Hermann Siegenthaler zu Gesprächen zusammen. Was besonders beeindruckt oder betroffen gemacht hatte, wurde nochmals formuliert, von allen Seiten betrachtet und in Bezug gesetzt zur eigenen Person und zur täglichen Arbeit. Es schälte sich heraus, dass von Symbolen nur gesprochen werden kann, wenn sie gemeinschaftlich verstanden werden. Imelda Abbt hatte vom christlichen Grundgedanken her über das Symbol Mensch als Abbild Gottes gesprochen, das setzt den Glauben an die christliche Botschaft voraus. Manchmal haben wir aber auch einfach den Zugang nicht mehr zur geistigen Welt. Dass weltweit die gleichen Urbilder im Unbewussten schlummern und vom Bewusstsein zumeist unter Verschluss gehalten werden, löste viele Kommentare aus. Der Bilderschatz der Seele wurde aber auch als verheissungsvoll empfunden. Dies wiederum veranlasste Hermann Siegenthaler zur Bemerkung, dass es von unserem eigenen Verhältnis zur Symbolik abhängt, was bei andern ausgelöst wird. Das Erkennen solcher Zusammenhänge bildet die Brücke zur Praxis. Mit dem Einbezug von Symbolen in die Betreuungsarbeit alter, pflegebedürftiger oder behinderter Menschen können ihre Lebensqualität erhöht und der Sinn der eigenen Tätigkeiten erfahren werden. Drei

in Helferberufen Tätige hatten dies in den Monaten vor dieser Tagung versucht und berichteten am zweiten Tag darüber.

Erfahrungsberichte

Walter Egli vom Alterspflegeheim «Lindehus» in Turbenthal schilderte eindrücklich, wie die Figurengruppe «Flucht nach Ägypten» – er hatte sie mitgebracht – des im Dezember 1989 im Alter von 80 Jahren verstorbenen Holzschnitzers Robert Hess in ihrem vielfältigen Symbolgehalt ungeheuer viel geholfen habe bei der Begleitung von Sterbenden, deren Zahl in jenem Weihnachtmonat aussergewöhnlich hoch war. Dieses Erleben wurde in Walter Eglis Beschreibung und Interpretation dieses Kunstwerks aus lebendig gemasertem Nussbaumholz stark spürbar. Alle Heimbewohner waren in dieses symbolhafte Betrachten und Befühlen einbezogen; die Figurengruppe ging während eines Jahres von Zimmer zu Zimmer.

Annemarie Gehring, Leiterin der Bernischen Schule für Aktivierungstherapie, Bärau, hatte durch ein persönliches Erlebnis das Sich-Finden im Symbol erfahren. Symbolische Handlungen schaffen eine Kommunikationsmöglichkeit, sie weisen auf etwas Übersinnliches, nicht Fassbares hin. In der Arbeit mit Behinderten kann dies zum Beispiel mit gelebten Ritualen versucht werden: beim Zusammensitzen im Kreis sich die Hände reichen wird zum Symbol des Beisammenseins und des Beginns der vorgesehenen Tätigkeit. Wichtig ist auch die Gestaltung des Raums; mit Bildern, Blumen, Kerzen kann eine Atmosphäre geschaffen werden, die das Erleben von Symbolen ermöglicht. Auch Malen, Weben, Sticken sind mögliche Wege zum nicht-biologischen Wesen behinderter Menschen. In Annemarie Gehrings Geschichte hatte

das Zeitempfinden eine Rolle gespielt, und Hermann Siegenthaler wies darauf hin, dass unser Unbewusstes keine Zeiteinteilung kennt, es ragt in die Vergangenheit und in die Zukunft. Sterbende haben deshalb nicht mehr die gleiche Zeit wie wir.

Peter Graditzky, Psychiatriepfleger, arbeitet zurzeit in einer medizinischen Akutstation eines Basler Spitals. Der in der Gesellschaft tonangebende Leistungsdruck ist auch in Spitälern spürbar, und die Suche nach Symbolen, die ihm persönlich etwas bedeuten, ging einher mit der Frage nach einer sinnvollen Gestaltung der Pflegearbeit innerhalb der routinierten Effizienz und Hektik. «Farben sind für mich Symbole», sagte Peter Graditzky, «Menschen sagen etwas aus mit Farben». Im Spital ist seine Kleidung weiss, die Bettwäsche ist weiss, die Wände meistens auch; weiss ist rein, sauber, kühl. Persönlich wählt er am liebsten violett, schwarz oder grün für die Kleidung. Formen beschäftigen ihn, wenn er malt: runde, geschwungene Formen, wenn er sich ausgewogen fühlt, fehlt die heitere Gelassenheit, entstehen eckige Kanten. Einklang ist dort, wo alles fliesst, Ecken und Kanten aber hindern den Energiefluss. Von den Ursymbolen, wie Kreuz, Kugel, Würfel, Säule, Dreieck, gehen ihm beim Gang durchs Spital viele Assoziationen zum Kreuz durch den Sinn. Die vielen Rückenleiden zum Beispiel, das Leiden im Tragen eines Kreuzes. Das Dreieck wiederum ist ein Kraftsymbol: Dreieinigkeit – Liebe, Glaube, Hoffnung – Körper, Leib, Seele. Dieser Kreislauf von Kommen und Gehen spricht auch aus den Jahreszeitbildern von Bäumen. Wie machen Sie es mit der Zeit, wurde Peter Graditzky gefragt. Es geht darum, den Patienten ernstzunehmen, ihm als *ganzem* Menschen zu begegnen. Das nimmt nicht mehr Zeit in Anspruch, es ist eine Sache der Haltung. Beziehungen können in kleinsten Momenten hergestellt werden.

Schulung Weiterbildung

Institut PLUS

Sekretariat
Sr. Ruth Stäheli
Obere Schulstrasse
9572 Busswil TG
073/23 26 29

Ziele:

- Neuorientierung in der Pflege. Betreuung von Langzeitpatienten und Betagten
- Bessere Lebensqualität der Betagten in Pflege-, Kranken- und Altersheimen sowie bei spitalexterner Betreuung
- Höhere Arbeitszufriedenheit und Motivation der Mitarbeiter
- Pflege- und Betreuungsarbeit stärker professionalisieren und das Management der Pflege und Betreuung verbessern
- Verbesserung der Zusammenarbeit SPITIN/SPITEX durch entsprechende Konzeption

EINLADUNG

Tagungsthema I

Pflegediagnose, ein Konzept und eine Neuorientierung zur Befindensverbesserung von Patienten, Betagten und Personal

Referent: **Erwin Böhm**

Datum: Montag, 19. 11. 90, Dienstag, 20. 11. 90

Tagungsthema II

Wie setzen wir die **Pflegediagnose** resp. die Leitideen und Grundsätze von **Erwin Böhm** bei der Pflege und Betreuung von Langzeitpatienten und Betagten in die **Praxis** um?

Datum: Montag, 21. 1. 91

(Wiederholungsdaten anfragen)

Programm und Anmeldeformulare sind bei obiger Sekretariatsadresse zu beziehen.

Tagungsthema III

Neuzeitliche, interdisziplinäre **Pflegeplanung**. Zielorientiertes Arbeiten als Voraussetzung zur Erlangung bestmöglicher Lebensqualität der Betagten bei SPITEX und SPITIN sowie einer grösseren Motivation und Arbeitseffizienz.

Pflegeplanung und Kardex per EDV

Datum: Montag, 25. 3. 91 (Wiederholungsdaten anfragen)

Tagungsort:

Paulus-Akademie, Carl-Spitteler-Strasse 38, 8053 Zürich

Kosten:

Fr. 160.- pro Tag, Pausengetränk + Mittagessen inbegriffen

Anmeldung:

Der Anmeldeschluss wurde verlängert bis Montag, den 15. 10. 1990

Merkmale des heutigen Menschenbildes

Der bevorstehende Übergang ins nächste Jahrtausend veranlasst zu Bestandesaufnahme und Ausblick. Wenn vom heutigen Menschenbild die Rede ist, müssen grosse Zeiträume ins Auge gefasst werden, sagte Hermann Siegenthaler. Mit dem Aufgreifen bestimmter Ausdrücke und Merkmale ergeben sich Hinweise auf ein notwendiges Umdenken.

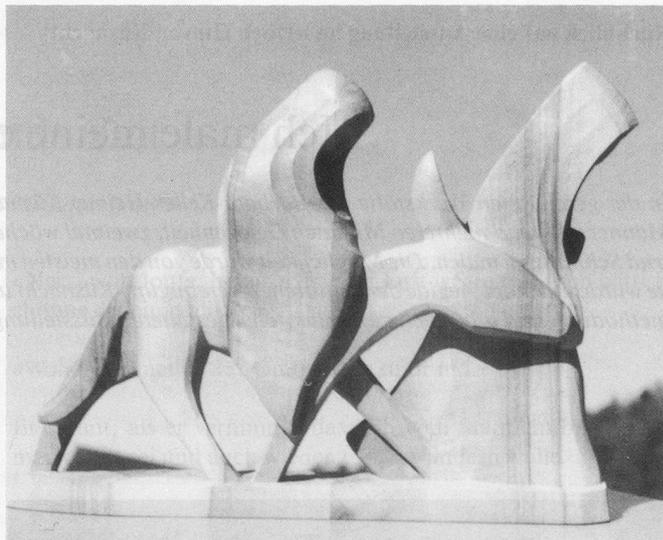
Der Glaube an die *Machbarkeit*, der nicht erst im 20. Jahrhundert aufgekommen ist, heute jedoch in der Gen-Manipulation einen unheimlichen Gipfelpunkt erreicht hat, lässt den Menschen zum Objekt unter andern Objekten verkommen, denn das letztgültige Geheimnis soll auch noch ergründet werden. Brauchen und Wegwerfen ist die Charakteristik der Konsumhaltung, so wird auch der Mensch zum Wegwerfartikel. Die Forschung kennt keine Grenzen, seit der Aufklärung herrscht das Prinzip, was man kann, soll man auch machen. Diese Erwartung spürt der Heilpädagoge auch immer wieder in der Frage von Eltern behinderter Kinder: «Da muss man doch etwas machen können!»

Ein anderes Merkmal nannte Hermann Siegenthaler die *«Wenn-dann-Relation»*. Dieses Denken ist uralt und galt auch in bezug auf das Gottesbild, Krankheit als Strafe Gottes zum Beispiel. Auf diesem binärem Denken beruht die ganze naturwissenschaftlich-technische Entwicklung und die Informatik. Prekär wird es, wenn solche Ursache/Wirkung-Modelle auf den Menschen übertragen werden, wo immer ein ganzes Bündel von Ursachen zusammenkommt. Die *Spezialisierung*, vor allem in der Berufswelt, ist ein anderes, in diesem Zusammenhang zu nennendes Stichwort. Spezialisieren heisst ja auch isolieren, dabei geht die Ganzheit des Menschen verloren. *Individualität* wird ebenfalls gross geschrieben in unserer Zeit. Wir päppeln sie so auf, dass der Nachbar dabei vielleicht kaputt geht, sagte Hermann Siegenthaler. Bedenklich stimmt auch das gängige *Bild vom gesunden, intakten Menschen*: körperlich fit, wohlgebaut, jugendlich frisch, tatkräftig soll er sein, mit gebräunter Haut! Da fängt die Ghettoisierung der Kranken, Alten, Behinderten an, sie haben keinen Platz in diesem heutigen Menschenbild. Auch für die Betreuer besteht die Gefahr, den Blick nur auf Defekte zu richten und die Ganzheit aus dem Auge zu verlieren.

Ganzheitsbegriff aufarbeiten

Symbole haben im durchschnittlichen Verständnis des modernen Menschen von der Ratio her wenig Platz, sie haben nicht den richtigen Stellenwert. Trotz der enormen Bilderflut, von welcher wir in unserem Alltag ständig überflutet werden, existiert eine unheimliche Armut an *innern* Bildern. Ursache ist die rasche Abfolge von Eindrücken, es bleibt keine Zeit zum Verweilen, und so kann kein inneres Echo, können keine Symbole erweckt werden. Die Reklamepsychologen hingegen verstehen sich bestens darauf, wie sie die Menschen mit Symbolen erreichen, sie verführen können. Als Beispiel wurde eine Reklame für Computer gezeigt, wo auf dem Bildschirm das Symbol für das Gottesbild, ein Auge in einem Dreieck steht. Da wird suggeriert, dass der Benutzer allmächtig werde. Auf diese Weise wird immer auch der Mensch und sein Sinnbild entleert und das ist, so Hermann Siegenthaler, die Not unserer Welt.

Jeder Mensch ist in jedem Moment seines Lebens ein ganzer Mensch, auch wenn wir diese Ganzheit nur in Augenblicken voll erleben können. Diesen Ganzheitsbegriff müssen wir aufarbeiten. Ein solches *Hinhören auf das Nicht-Rationale, das Geheimnis, und das was in unserem Innern geschieht, braucht Zeit und Musse*.



«Flucht nach Aegypten», Holzskulptur von Robert Hess

Die Hand als Symbol

Reflexion ist immer auch ein Auseinandernehmen von Begriffen, ein Beschauen von verschiedenen Seiten innerhalb der dem Menschen gesetzten Grenzen. Nach dem theologischen Zugang zum Symbol sprach Imelda Abbt zum Abschluss von der Hand als Symbol der Menschheit in ihrer ganzen Entwicklung und Geschichte. Schon Aristoteles nannte die Hand das Instrument der Instrumente, und Sartre sagte: «Der Mensch ist nur Mensch, weil er eine Hand hat.» Die Hand ist die erste Rechenmaschine des Menschen, er schafft sich Werkzeuge damit, Hände offenbaren Geist, sie schaffen Kunst, ihre Haltung und Form haben eine eigene Sprache. Mit einem Handschlag wurden Verträge besiegelt, Schwüre geschworen, mit der Faust wird gedroht. Die anthropologische und religiöse Bedeutung ist sehr vielschichtig. Die Hand ist eine Identität mit ihren individuellen Linien, Fingerabdrücken, Gesten. Die Hand ist das bevorzugte Werkzeug des menschlichen Handelns. Sie hat, neben der gestaltenden eine wahrnehmende und erkennende Funktion, und mit der Mimik bringt sie, analog zur Lautsprache, innere Befindlichkeit zum Ausdruck. Imelda Abbt zitierte Kant: «Die Hand ist das ausführende Organ des Herzens.»

In der anschliessenden Diskussion wurde das Gesagte wiederum illustriert mit eigenen Erfahrungen, und es zeigte sich, dass ein Besinnen auf gelebte Grundhaltungen neue Kraft und Freude in der Arbeit wecken kann.

Irene Hofstetter

Das 2. Kappeler-Forum in der Folge «Menschliche Grundfragen in der Betreuung» wird am 19./20. Juni 1991, ebenfalls im Haus der Stille und Besinnung in Kappel a.A. stattfinden, das Thema: «2. Der Mensch auf der Suche seiner Zeit».

Das Gedächtnis
gibt nach, wenn der Stolz hartnäckig
genug ist.

FRIEDRICH NIETZSCHE