

Werner H. Lerch

Zwischen Suhrenbord und Etzelgraben

Gedanken, Erinnerungen und Ideen
unterwegs

Druck: HDS Hofmann Druckvorstufenservice GmbH, 5057
Reitnau

Auflage: 250 Exemplare

© 2008 Erschienen im Eigenverlag der HWL Consulting,
Werner H. Lerch, Hängele 88, 5057 Reitnau

Titelbild: Die an der Suhre zahlreich vorkommende Gebänderte Prachtlibelle in einer seltenen Aufnahme mit offenen Flügeln auf einer Blume. Pro Natura wählte sie zum Tier des Jahres 2008. Foto: Urs Lustenberger.

Inhaltsverzeichnis	Seite
Inhaltsverzeichnis	3
Ein Dank	5
Zurück zu den Wurzeln	7
Glückliche Kinderjahre	8
Studieren in der guten alten Zeit	14
Wie ich im Bett Französisch lernte	17
Ingenieur - Beruf und Berufung	18
Die andere Art der HWL Consulting	22
Für Politik unbegabt	25
Menschen, die mich prägen	28
Bin ich religiös?	30
So alt, wie man sich fühlt	32
Wenn der Körper in die Jahre kommt	34
Essen und Trinken - unser Körper weiss Bescheid	37
Wundermittel soziale Kontakte	39
Mann und Frau	41
Vom Spittel zur Altersresidenz	42
Neue Umgebung	46
Schon wieder etwas kaputt	48
Gedächtnis	49
Besser Autofahren im Alter	51
Der liebe Gott und die Schweizer	54
1. August	56
Schule im erzwängten Wandel	58
Im Spital	64
Schritte zu einer neuen Gesellschaft	66
Harmonisches Reitnau	68
Unsere Su(h)re	71
Das Gedächtnis des Wassers	73
Mystischer Etzelgraben	77
Orte der Kraft	80
Blick nach vorne	82



Ein Dank

Für eine Publikation dieser Art braucht es Anstösse von innen und aussen. Den schliesslich entscheidenden Impuls gab mir mein Freund Ruedi T. Sonderegger an der Vernissage seines letzten Buches im Sommer 2008.

Werner Steiner, Gemeindeammann von Reitnau, hat mit seinem umfangreichen Wissen über die Geschichte unseres Dorfes meine Arbeit erleichtert.

Lilly Baumann, Attelwil, übermittelte mir wertvolle Hinweise zum Dorf in den 30er Jahren.

Von Urs Lustenberger, Mitautor der Publikation über die Libellen, stammt das Titelbild. Er sichtete auch den Text über die Suhre.

Urs Huber vom Bau-, Umwelt- und Wirtschaftsdepartement des Kantons Luzern gab mir ein Interview zum Thema Wasserkristalle und stellte die beiden Kristallbilder zur Verfügung.

Ard van Duuren war mein Gesprächspartner zu Fragen der Fitness im Alter und unterstützt mich in diesen Aktivitäten.

Fahrlehrer Kurt Wyser hat den Teil „Autofahren im Alter“ kritisch mitgelesen.

Zum Schreiben braucht es auch die richtige Umgebung. Familie Daniel und Anita Widmer mit Simeon und Raphael gaben sie mir – alle auf ihre eigene Art - in idealer Weise.

Mein Hausarzt Dr. Rudolf Widmer stellte präzise Diagnosen und sorgt durch kompetente Betreuung für mein Wohlbefinden.

Marianne hat in vielen Gesprächen, durch kritische Beurteilung der Texte und klare Ideen zur Gestaltung, mit

Kompetenz und Engagement die Verwirklichung tatkräftig unterstützt.



Zurück zu den Wurzeln

Seit einiger Zeit lebe ich wieder in der Gegend, in der ich meine ersten bewussten Jugendjahre verbracht habe und beabsichtige, hier meinen Lebenskreis zu schliessen. Eigentlich war ich nie ganz weg – ein Stück von mir blieb immer in dieser wunderbaren Gegend, dem obersten Teil des Aargauer Suhrentals.

Beim Marsch im Moos hinunter zur Suhre – unter Gewitterwolken und durch reife Getreidefelder - spüre ich die Landschaft förmlich. Vor mir erscheint die Urzeit mit ihrem tropischen Meer, die Zeit, als die Täler durch die Gletscher ausgehobelt wurden. Das Ende der letzten Eiszeit, der Würmeiszeit, liegt ja nur etwas mehr als 10'000 Jahre zurück. Sie vermachte uns ein unendlich fruchtbares Land. Wer jammert da, wir seien in der Erdgeschichte zu kurz gekommen, wir hätten kein Öl? Wir werden noch fruchtbares Land haben, wenn längst kein Öl mehr fliesst.

In den letzten Jahren habe ich während zahllosen Stunden, allein oder mit Marianne, die Gegend kreuz und quer durchwandert, auf alten und immer wieder auf neuen Wegen. Dabei ging mir vieles durch den Kopf. Einiges davon schreibe ich hier auf.

Es ist eine bunte Mischung aus Reminiszenzen, Gedanken zu der wunderbaren Welt, in der wir leben, und Ideen zum älter Werden, ohne alt zu sein. Meistens lebensnah, hie und da etwas utopisch. Die Gedanken gelten vorab mir, ich schreibe für mich. Während dem Schreiben habe ich mich oft gefragt, was es am Ende werden soll, eine Art Episodensammlung oder ein ideelles Vermächtnis.

Wir dürfen das Älterwerden nicht einfach hinnehmen, es mit Rückgang und Einschränkungen auf der ganzen Front gleichsetzen. Dabei gilt mein besonderes Mitgefühl denjenigen, die allzu früh durch ernsthafte Krankheiten im Erleben der reifen Jahre be-hindert werden. Wir wollen das Alter positiv als eigenen Lebensteil sehen, dessen einmalige

Besonderheiten bewusst erleben und die dem Alter eigenen Chancen nutzen. Das Alter in Dankbarkeit froh, zuversichtlich und glücklich gestalten.

Glückliche Kinderjahre

Quer zum Hang hinter Aufsehers Bauernhof in Attelwil, in dem unsere Mietwohnung lag, verlief ein Bächlein, eher ein Rinnsal. Das Leben um und in diesem Rinnsal, von den ersten Sumpfdotter-blumen über die Kaulquappen und das auf dem Wasser bunt-schimmernde Falllaubmosaik bis hin zu den bizarren Raureif-gebilden, bedeutete für mich weit mehr als noch so kunstvoll gestaltete „Kalenderblätter“, es waren Signale der Jahreszeiten. Ich weiss nicht, wie viele Stunden ich meine Gedanken im Banne dieser kleinen Welt spielen liess.

Unzusammenhängende Kurzscenen prägen in meiner Erinnerung den Beginn des bewussten Erlebens. Dabei dominieren Farben und Gerüche über Bewegungen und verdrängen Gesprochenes ins Nichts.

Die Freitage waren für mich Festtage, in den Bauernhöfen wurde gebacken. Ich hatte rasch herausgefunden, an welchen Freitagen welche Bäuerin buk. In der reinen Luft war der Geruch des frischen Brotes unverkennbar. Mein Streben ging jedoch nicht zum Brot, sondern zu den im bereits etwas kühleren Ofen gebackenen Wähen. Noch heute bringt der Duft einer Wähe die Bilder der zu Backstuben gewandelten Bauernküchen schlagartig und plastisch in mein Bewusstsein.

Vater und Mutter hatten in diesem Umfeld keine Sonderstellung. Sie gehörten einfach dazu, genauso wie der alte Herrmann mit den jungen Hunden und der Bienenzüchter Melchior. Genauso wie die Langholzfahrzeuge aus dem Schwarzwald, die riesige Tannenstämme in die Sägerei brachten. Gestört haben eigentlich nur die Autobusse aus Deutschland, die - gefüllt mit recht lauthalsen „Touristen“ - vorwiegend im Sommer, grosse Staubwolken hinterlassend, durchs Dorf rasten. Gestört haben insbesondere die Aufschriften, die mir mein Vater vorlas. Zum Beispiel: „Wir fahren in unsere Berge.“ Hinter dem Spritzenhäuschen hatte es glücklicherweise einen Steinhaufen

und die Kurve davor zwang zum Abbremsen. Verstecke gabs mehr als genug und mit fünf Jahren kann man schon ganz kräftig werfen. Dies waren meine ersten, handfesten Beiträge zur geistigen Landesverteidigung und gleichzeitig die ersten Aktivitäten über meinen engeren Lebens-raum hinaus.

Kontakt mit Geld war selten. Es war auch nicht so wichtig - man bezahlte im Dorf häufig mit Arbeit, Butter, Früchten und Fleisch. Ich sah Geld nur, wenn ich zu Rupps ins Lädeli geschickt wurde, um eine Kleinigkeit einzukaufen. Die Rupps umgab etwas wie der Duft der weiten Welt. Ihr Sohn flog mit einem der damals noch seltenen Motorflugzeuge herum. Dabei startete und landete er ab und zu auf frisch gemähten Wiesen am Dorfrand und stellte das Flugzeug in einer alten Scheune ein. Einen Hauch der weiten Welt brachte auch der einige Male das Dorf überfliegende Zeppelin. Ein sehr geheimnisumwittertes Fenster in diese weite Welt hinaus bildete das hie und da am damals noch tiefblauen Nachthimmel flackernde Polarlicht.

Im normalen Tagesablauf hatte meine Welt sichtbare Grenzen. Die Endmoräne bei Staffelbach, die Suhre, die Landstrasse und das Dorf umgrenzten oder unterteilten den „das Moos“ benannten, einige Quadratkilometer umfassenden Talgrund. Die für eine Kin-derwelt doch sehr weite Dimension dieses Spiel- und Wander-platzes war wohl in der Folge das ganze Leben lang bestimmend für meinen absoluten Bedarf an „Luft“ und Handlungsfreiheit.

Diese Grenzen verblassten in der Dämmerung und machten im Süden dem Farbspiel der untergehenden Sonne mit den Schnee-bergen Platz, bis diese in der Dunkelheit nur noch durch die fernen Lichter einiger Berghotels erahnbar waren wie das Nordlicht, das nur sichtbar ist in einer ohne Zivilisationslicht aufgehellten Welt. Direkt von meinem Bett aus erlebbar, vermischten sich am Ende des Tages die Grenzen von Raum und Zeit.

Der enge Kontakt mit dem Bauernleben hat mannigfaltige Prägungen hinterlassen. Dazu zählt das natürliche Verhältnis

zu den Tieren. Geachtete, lebensnotwendige Partner des Menschen, die sowohl vielfältige Arbeiten verrichten als auch der Ernährung dienen und zu diesem Zweck, unbesehen der echten Zuneigung, getötet werden. Für mich blieb Tier eben Tier und wurde nie zum Menschenersatz. Die Achtung vor allen Kreaturen ist deshalb nicht geringer.

Wir waren insofern glücklich, als wir einen Wasseranschluss in der Küche hatten. Eine praktisch das ganze Jahr fließende Quelle versorgte die Häusergruppe bei Aufsehers. Höchstens im Frühling

kam mit dem Wasser auch einmal ein Lebewesen, etwa ein kleiner Molch, aus der Pumpe. Und nur am Waschtage genügte der Mutter die Wasserqualität für die feinere Wäsche nicht. Da zogen wir den kleinen Handleiterwagen mit dem grossen Holzzuber zum Moos-brunnen und karrten die richtige Wasserqualität zur Freiluftwasch-küche hinter dem Haus. Das stossweise, mit dumpfem Gurgeln aus der Brunnenröhre schiessende Wasser hat mich schon damals fasziniert. Vor Jahren sprach ich mit einer Bäuerin in der Gegend darüber. „Das ist immer noch so, der Brunnen wird vom Überlauf unserer Brunnstube gespeist und so lange man weiss, ist der Widder¹ defekt.“ Viel mehr, als wir gemeinhin denken, widersteht eben unserer schnelllebigen Zeit.

Von allen Seiten wurde ich richtig verwöhnt. Als stolzer Besitzer einer echten Märklin-Uhrwerk-Eisenbahn mit Weichen, Barriere und Tankwagen war ich im Dorf die Ausnahme. Nach Weihnachten waren die Neuheiten jeweils eine der Attraktionen für die Jung-mannschaft der Umgebung. Der Hermann brachte mir jeweils, zusammen mit dem Familienbaum, einen eigenen kleinen Weih-nachtsbaum mit kleinen Kerzen. Und am 1. August vergass der Vater nie die drei obligaten Raketen, die mir in der Erinnerung schöner leuchten als jedes Grossfeuerwerk.

Nur ganz selten verspürte ich Einflüsse der akuten Wirtschaftskrise, etwa dann, als mein Vater plötzlich seine Stelle im Nachbardorf verlor und im 8 Kilometer entfernten Schöffland wieder einen Arbeitsplatz fand. Doch alle Männer, die das Bauerngewerbe nicht oder nur als Ergänzung betrieben, und auch viele Töchter von Vollzeitbauern fuhren weite Wege zur Arbeit. Bei jeder Witterung fuhren sie mit dem Velo, ohne irgendwelche Schikanen, über holprige Strassen. Das Geld fürs Postauto gab man nur in den schlimmsten Winterzeiten aus. Die Ferien nahm man in zwei Teilen zu je

¹ Der hydraulische Widder ist eine altbewährte Vorrichtung, die gestattet, die Energie des fliessenden Wassers in Schwingungsenergie umzuwandeln und diese auszunutzen, um einen Teil des Wassers in die Höhe zu pumpen.

einer Woche im Heuet und in der Erntezeit und zwar unabhängig davon, ob man einen Bauernbetrieb hatte



oder nicht. Solidarität war selbstverständlich. Ich weiss noch gut, wie ungläubig ich reagierte, als ich zum ersten Mal davon hörte, dass Leute während den Ferien verreisten.

Der Umzug in unser eigenes Haus in Schöffland bedeutete für mich so etwas wie den Wechsel aus der heilen in eine feindselige Welt. Zwar freute ich mich auf das Haus und ich war richtig stolz auf meine Eltern, die mitten in der Wirtschaftskrise, praktisch ohne eigene Mittel und nur mit etwas Geld von Tante Ida, den Mut zum Hausbau aufbrachten. Ich war damals durchaus in der Lage, die Zusammenhänge zu verstehen. Kaum waren wir richtig eingezogen, steckten mich meine Eltern für das letzte halbe Jahr vor dem Schuleintritt zur Angewöhnung in den Kindergarten. Spielen nach Anleitung und Basteln mit vorbereitetem Material kam mir richtig blöd vor. Mein Kampf gegen die Eingliederung ins Schema begann. Dieser Kampf überbordete im Laufe des Lebens hie und da, doch glaube ich, ihn letztlich im positiven Sinn gewonnen zu haben.



Studieren in der guten alten Zeit

Wie damals üblich, musste ich im Herbst der vierten Bez. in Begleitung des Vaters beim Berufsberater aufkreuzen. Dieser war gleichzeitig Rektor der Bezirksschule, ein Beispiel der damaligen Verflechtungen in Schöftland. Der Berufsberater machte es kurz: Die Lehrstellen auf der Bank und bei der Gemeinde seien längst besetzt, eine KV-Lehre deshalb kaum möglich. Und wir seien ja doch knapp an Geld. Er empfehle eine Gipserlehre, dort herrsche Mangel an Lehrlingen. Von Eignungsfragen war keine Rede. Das Gespräch endete abrupt, weil ich um Bedenkzeit bat.

Tage später fragt mich die Deutschlehrerin, was ich nun im Frühling mache. Keine Ahnung. Und sie darauf: „Du gehst in die Kanti. Überlass es nur mir, das den andern zu erklären.“ Schliesslich kommt der Berufsberater kleinmütig auf mich zu: Man hätte noch die Möglichkeit, die Kantiprüfung zu versuchen. Mein unerwartetes Ja löste Sturmwarnung aus, denn nun musste bis zur Prüfung der gesamte Lehrstoff verabreicht werden und einige Lehrer waren da ganz böse im Verzug. So kam ich in den Genuss von gratis Privatstunden und schaffte die Prüfung gar ohne die mündliche, die für Grenzfälle zusätzlich angesetzt wurde.

Ende Kanti die grosse Frage: Was soll ich nun studieren? Mein Traumberuf wäre Förster. Doch waren da die Beschäftigungschancen extrem schlecht, weil die Rückwanderer aus dem östlichen Europa Jobs in der Heimat suchten. Entschieden hat die Angelegenheit mein Mathematiklehrer: „Mach nur nichts in Mathematik, Physik oder als Elektroingenieur, dafür reicht deine Begabung nicht aus.“ Also bewies ich es, mit Erfolg!

Von Anfang an machte ich mir keine Illusionen, ich wusste, dass es mit dem Geld während dem Studium zeitweise knapp werden könnte. In der Kanti schuf ich mir etwas finanziellen Spielraum, indem ich während zwei Dritteln der Ferien in den

Bally Schuhfabriken in Schöffland, wo mein Vater Meister war, arbeitete.

Dramatisch wurde es nach einem Semester ETH. Hiobsbotschaft: Meinem Vater wurde nach 45 Jahren Bally und im Alter von 60 Jahren gekündigt. Kein offizieller Grund, inoffiziell piffen es die Spatzen vom Dach: Seilschaftsmanöver der unfeinen Art. Das hiess für mich mit grosser Wahrscheinlichkeit vorerst kein Studium, dafür Geld verdienen für die Familie.

Doch so einfach gaben wir nicht auf. Der Familienrat beschloss, alles zu unternehmen, um die Kündigung rückgängig zu machen. Ich bemühte mich um Geld (Darlehen, Stipendien) und auch die Familie suchte nach Geldquellen. Nun begann die Tragödie erst recht. Der lokale Berufsberater, der schon bei der Berufswahl zum Gipser geraten hatte, verfügte über keine Idee, wie man zu Stipendien kommen könnte, und ein angesehener Schöffler Bankfachmann erklärte klar und einfach: „Zum Studieren gibts kein Geld, nicht einmal bei der Kantonalbank.“ Von überall in Schöffland hörten wir: „Wer kein Geld hat, soll auch nicht studieren.“

Am Ende ebnete mir der Rektor der Kantonsschule problemlos den Weg zu einem Stipendium und einem Studiendarlehen des Kantons - zusammen 550 Franken pro Semester.

Die Voraussetzung fürs kantonale Stipendium war allerdings ein Studiengelderlass an der ETH. Den bekam nur, wer bei den Semesterarbeiten in allen Hauptfächern mindestens die Note 5 schrieb. Zusätzlich musste man sich bei einigen Professoren vorstellen und wurde in Einzelfällen auch noch - allerdings sehr wohlwollend - geprüft. Das hatte Null Nachteile, hingegen für nicht unbedingt geborene Champfer den grossen Vorteil, dass einen die Professoren bei den Prüfungen zu Vordiplom und Diplom bereits kannten. So hatte man kaum Grund zu Prüfungsnervosität.

Immerhin wurde die Kündigung meines Vaters zurückgezogen, aber erst, als zuoberst in der Ballyhierarchie

bei G.A. Frey-Bally interveniert wurde. Anstelle des Meistersalärs gab es nun normalen Stundenlohn mit entsprechender Arbeit. Von diesem Tiefschlag hat sich mein Vater nie mehr ganz erholt, er war im Herzen zu sehr Ballyaner. In den Augen vieler blieb er der Meister.

Ein Glücksfall war, dass die Stelle des Betriebsbeamten zu dieser Zeit frei wurde. Mein Vater wurde um die Kandidatur für dieses Nebenamt angefragt. Wir beschlossen, dass wir im Fami-lienteam das gemeinsam schaffen würden. Ergänzt durch eine alte Schreibmaschine aus den Beständen von Onkel Hans, gings los und zwar ohne je den geringsten Fehler zu machen! Mein Vater besuchte die entsprechenden Kurse (mit 60 Jahren), meine Schwester und ich erarbeiteten uns das Notwendigste aus den Büchern und die Mutter lernte Maschinenschreiben, System Adler. Für meinen Vater waren es die besten Jahre.

ETH-Ferien bedeuteten für mich logischerweise Arbeit, meistens in den Werkstätten von Sprecher und Schuh. Viel Zeit, um im Semester Freundschaften zu pflegen, hatte ich nicht und galt deswegen eher als Sonderling. Und was an fakultativen Vorlesungen wirklich interessant gewesen wäre, musste ich mir ans Bein streichen, denn die Bahnfahrerei Schöffland-Zürich brauchte Zeit und Kraft.

Kurz vor der Diplomarbeit drohte mir doch noch das Aus. Ganz einfach, weil mir das Geld ausging. Ich hätte dringend Bücher gebraucht, da wir in der Diplomarbeit einiges über den Schulstoff in Mathematik hinaus gingen. Und während den Prüfungen musste man in Zürich wohnen, sonst war man von der Nachrichtenbörse abgeschnitten und kannte die aktuellen Prüfungsthemen nicht. Es gab einen Professor, von dem man wusste, dass er jedes Jahr etwa 40 Fragen im Repertoire hatte, davon die Hälfte neu. An eine erinnere ich mich: „Ein Fisch ist in einem Eisklotz eingefroren. Sie legen beiderseits Elektroden an. Was spürt der Fisch?“ Grund-falsch war:

„Nichts mehr, denn er ist tot².“ Je rascher man die Schullösungen kannte, umso grösser die Chance durchzukommen. Das System hatte eine grosse Tücke. Wegen dem Vorabwissen war die Qualität der Antworten sehr hoch und mit normalen Kenntnissen, auch bei korrekter Antwort, hatte man kaum eine Chance.

Während den Prüfungen arbeitete ich nachtsüber in der Sihl-post. Dass dabei in den mündlichen Prüfungen einiges schief ging, ist verständlich. Immerhin kam ich durch. Bei Sprecher und Schuh nahm man es mit Nachsicht - insbesondere, weil die Diplomarbeit echt Spitze war! Sie wurde sogar in einer amerikanischen Fachzeitschrift publiziert.

Das Studium bedeutete für mich mehr Lebensschule als Fachstudium und das war gut so. Denn das Fachwissen muss man ohnehin später erwerben und vor allem aktualisieren.

² Erwartet wurde die Antwort, dass der Fisch an seiner Körperoberfläche Kräfte verspüre zufolge der unterschiedlichen Materialeigenschaften von Wasser und Fisch. Und natürlich deren Berechnung.

Wie ich im Bett Französisch lernte

Mein Austausch-Aufenthalt bei Delle in Villeurbanne (Lyon) im Herbst/Winter 1957 fiel in eine unruhige Zeit. Der Algerienkrieg griff auf das Mutterland über. Der grosse Retter der Grande Nation übernahm das Zepter erst Mitte 1958. In Lyon waren Attentate an der Tagesordnung. Die Flics regelten den Verkehr aus Betonröhren heraus und zeigten nur Arme und Kopf.

Wohl klar, dass an eine Aufenthaltsbewilligung für mich nicht zu denken war. Zuerst lebte ich im Hotel in Lyon, bis mir der Hotelier (wohl nach Fragen der Polizei) nahe legte, das Domizil zu wechseln. Was tun? In der Firma verwies man mich an eine Mademoiselle Jumelle, die im Zentrum von Villeurbanne in einem baufälligen Haus eine grosse Wohnung besass. Sie war auf Geld angewiesen und nur zu gerne bereit, mich ohne Anmeldung zu beherbergen.

Mein Zimmer war gross, vor allem sehr hoch, die Schreibtischlampe mit einer 15-Watt-Birne ausgestattet, die Deckenleuchte absolut ineffizient. Für die ganze Wohnung gab es einen Kohleofen im Korridor. Das dünne Bettzeug war eher für tropische Verhältnisse geeignet als für das neblige Lyon. Und Mademoiselle war misstrauisch bis zum Geht-nicht-mehr. Den Trick mit der zeit-weise ausgewechselten Birne erkannte sie, trotz zugestopftem Schlüsseloch und abgedecktem Türspalt, sofort.

Wenn ich nicht frieren wollte, blieb mir nichts anderes übrig, als möglichst rasch bei offener Zimmertür ins Bett zu kriechen. Und Mademoiselle tat dasselbe – in ihr eigenes in der Wohnungs-diagonalen. Sie war gut 75jährig und hörte fanatisch Radio, alle Informationssendungen. Ich gezwungenermassen auch, denn aus-ser den offenen Zimmertüren war da noch Mademoiselles Schwer-hörigkeit. Wenn sie genügend gehört hatte, musste ich mit ihr die ganzen Themen wiederkäuen – Dialog im Dunkeln von Zimmer zu Zimmer. Ich verwünschte die Situation oft, aber

Französisch lernte ich so wirklich perfekt; Mademoiselle war früher Lehrerin. Doch lernte ich nicht nur Französisch, sondern auch einiges von Frank-reich zu verstehen.

Ich habe Mademoiselle später noch ein paar Mal besucht. Wir lachten über jenen Krisenwinter bei einer guten Flasche Beaujolais. Und als sie gestorben war, fehlte mir etwas in Villeurbanne, etwas Wichtiges.

Ingenieur – Beruf und Berufung

Weitaus den grössten Teil meiner Berufstätigkeit verbrachte ich im Bereich der elektrischen Energieverteilung, genauer gesagt der Entwicklung, der Herstellung und dem Betrieb der dazu notwendigen Apparate. Jedermann kennt die grossflächigen Schaltanlagen, in denen sich die Überlandleitungen treffen. Kaum einer spricht je von den Menschen, die rund um die Uhr und bei jeder Witterung dafür sorgen, dass diese Systeme auch funktionieren. Nur wenn einmal eine Leitung ausfällt und halb Italien ohne Strom ist. Zwei Episoden aus dieser Zeit gehen mir auf meinen Wanderungen beim Anblick der Überlandleitungen immer wieder durch den Kopf.

Hoch über dem Rio Douro

Es war in den frühen 60er Jahren, seit kurzem leitete ich die Entwicklungsabteilung. Sprecher und Schuh hatte erstmals im Aus-land eine grössere Schaltanlage gebaut. Der Kunde, die portugiesische Energieerzeugungsgesellschaft Iberduero, produzierte im Norden des Landes elektrische Energie und leitete sie in den Raum Lissabon im Süden. Notruf aus Portugal, ein Hochspannungs-Leistungsschalter - immerhin ein Stück von einigen hundert Kilo-gramm - sei einfach von seinem Stützisolator gefallen und die Stadt und der Flughafen Lissabon hingen in Bezug auf elektrische Energie an einem dünnen Faden. Ich war der Auserwählte, der Hilfe bringen sollte. Vom Schalter hatte ich wenig Ahnung, also Blitzkurs am Nachmittag im Werk Oberentfelden bis tief in die Nacht und

am andern Nachmittag bereits Empfang durch unseren Vertreter in Porto.

Die Autofahrt von 5 Stunden hinauf zur Verteilanlage bleibt mir in greifbarer Erinnerung. Zuerst Vororte von Porto, fast brusker Übergang in eine landwirtschaftlich genutzte Gegend, die immer dünner besiedelt war. Langsam sehe ich mich in biblische Zeiten versetzt. Alle auf den Feldern Arbeitenden tragen lange schwarze Gewänder. Selten einmal zwei Menschen mit einem Esel. Dann in einem Dorf die Lösung: Unter einem grossen Baum lauter Männer, die eine Art Pétanque spielen und Wein trinken. Also waren das auf den Feldern die Frauen. Das Bild wiederholt sich unzählige Male, bis wir auf einem Hochplateau die Schaltstation erreichen.
Eine
andere



Welt: moderne Siedlung für Mitarbeiter, eigene Schule, eigener Laden. Muss für die Menschen dort ein Paradies sein.

Der Empfang ist eher frostig. Erste Schadenbesichtigung, dann schicke ich den Vertreter zurück nach Porto. Wenn ich nicht das Vertrauen der Leute gewinne, komme ich der Sache nie auf die Spur. Das geht nur im Alleingang. Der erste Tag vergeht ohne Ergebnis, der zweite ebenso. Am dritten Morgen beschliesse ich, den Sonnenaufgang zu bewundern und bin bereits um 04.30 Uhr in der Anlage. Zu meiner grossen Verwunderung sehe ich, wie ein Monteur allen Schaltern nachgeht und mit einem Spezialwerkzeug die untersten Klemmpratzen, die das Porzellan auf das Eisen-chassis pressen, nachzieht. Ganz wenig, sehr kontrolliert. Mir fällts wie Schuppen von den Augen. Durch die Abkühlung in der Nacht bekommen die Pratzen etwas Spiel, am Morgen zieht man sie nach, dann kommt die Sonne, erhitzt das Porzellan und irgend-einmal ist die Spannung zu gross und es bricht! Ich mache ein paar Fotos und lasse mir im Laufe des Morgens die Unterhaltsvor-schriften geben. Und siehe da – ein Übereifriger hat diese Arbeit eingefügt, im Original stand etwas ganz Anderes.

Der Rest war mehr Diplomatie als Technik. Alle hatten eine Riesenangst, den Job zu verlieren, wenn ein persönlicher Fehler auskäme. Schliesslich gelang es mir, zusammen mit dem Chef-ingenieur, die nötigen Korrekturen durchzuziehen - mit weisser Weste für Sprecher und Schuh, claro.

Turbulenzen in Kanada

Frühsommer Ende der 60er Jahre: Katastrophenmeldung bei der Landung in Dorval zu einem Routinebesuch bei Hydro Quebec. Im Umspannwerk Boucherville (735'000/330'000 Volt) am Stadtrand von Montreal gibt es ein Problem. Jean-Jacques Hum-bert-Droz hat vom Kunden soeben erfahren, dass die für morgen geplante Einschaltung einiger Felder nicht möglich sei, da ein Sprecher und Schuh-Spannungswandler nicht funktioniere. Guter Rat ist teuer und auch nicht erhältlich,

denn in der Schweiz geht es bereits gegen Mitternacht. Was tun? Jean-Jacques und ich sind uns rasch einig. Wir werden den Wandler über Nacht untersuchen. Pech ist nur, dass die abzuhebende Primärkapazität (grosser Kondensator) mehr als hundert Kilo wiegt und die Krane in den Reparaturhallen von Unterwerken hinsichtlich Feinregulierung ins Pfahlbauzeitalter gehören. Somit wollten wir keine Zaungäste des Kunden.

Wir machen uns nach 22 Uhr daran und bringen die Primärkapazität auch problemlos in die Höhe. Doch beim Absenkversuch stellen wir fest, dass die Mindestsenkstrecke des Krans mit diesem Gewicht etwa 20 cm beträgt. Notwendig wären Millimeter. Bereits ein Aufschlag aus einem Zentimeter bewirkt einen Bruch des Porzellans. Eine Ausweidlösung war nicht möglich, der Kran mit der Primärkapazität blockiert. Den eigentlichen Fehler finden wir übrigens rasch. Beim definitiven Verschrauben nach der Prüfung im Werk wurde eine Bride so stark angezogen, dass sie einen Kurzschluss verursachte. Wieder einer wollte den Job zu gut machen.

Aber wie den Porzellan wieder aufs Gehäuse bringen ohne Bruch? Nur eine Chance: An einer rasch aus Holz geschreinerten Gehäuseattrappe trainieren. Ich habe einmal ein Andockmanöver an der MIR ohne Steuersystem im Fernsehen miterlebt. Genau so fühlten wir uns. Nach einigen hundert Übungen - und einem unprogrammgemässen Kranantriebsservice in 10 Metern Höhe - wagten wir es. Wir wussten, es gab für uns (Sprecher und Schuh) nur einen Versuch. Die aufgeworfene Münze bestimmte mich zum Operator. Und es klappte! Ungläubiges Staunen seitens des Kunden am andern Morgen. Dafür gabs zum Frühstück für jeden einen grossen Hummer!

Wenn mir diese zwei Fälle immer wieder durch den Sinn gehen, hat es einen tieferen Grund. Ich wünsche mir für die Menschen, die Tag und Nacht dafür im Einsatz sind, dass unser Licht brennt, ein wenig Anerkennung. Mir kommen sie vor wie der Laternenanzünder im Kleinen Prinzen von Saint-

Exupéry. Wo immer auf der Welt ich war, konnte ich feststellen, dass diese Leute eine ähnlich hohe Moral haben wie Feuerwehrmänner und -frauen. Nur haben jene den Vorteil, dass man sieht, wogegen sie kämpfen, Wasser oder Feuer. Die Energieverteilende haben da den undankbareren Job. Sie fallen erst auf, wenn es nicht mehr geht. Aber ohne sie geht gar nichts. Die Welt würde dunkel werden und in wenigen Stunden beginnen stillzustehen.

Die andere Art der HWL Consulting

Angestellt oder nicht, seit meinem Deutschland Einsatz Ende der 60er Jahre habe ich stets als eine Art Berater gewirkt. Dabei war mir nie ganz klar, ob das mit meiner Unfähigkeit, eine Daueraufgabe zu erledigen oder mit meiner Eignung als Projektleiter zusammenhing. Jedenfalls liebte ich Aufgaben, die ein klares Ziel, einen definierten Anfang und Schluss hatten. Ebenso klar fiel mir die Leitung eines gut gehenden Geschäftes auf den Wecker. Der Übergang in die Selbständigkeit ergab sich harmonisch während meiner Saurerzeit gegen Ende des fünften Lebensjahrzehnts.

Gestützt auf Jahrzehnte Erfahrung, setzte ich auch in der eigenen Beratungstätigkeit auf das mit der Zeit entwickelte Konzept. Ausgangspunkt war die Erkenntnis, dass in jeder noch so miserabel funktionierenden Unternehmung auf allen Stufen verteilt eine Zahl von Mitarbeitern existiert, die eigentlich genau wissen, wo das Übel liegt und was zu tun wäre. Nur sind ihre Gedanken nicht geordnet, durch zwischenmenschliche Konflikte verzeichnet oder unterdrückt. Und oft hat es hemmende Querschläger und Stolpersteine. Ich ging stets davon aus, dass Zahlen zwar wichtig, die Menschen jedoch entscheidend und zudem Produzenten der Zahlen sind. Damit war auch das Vorgehen gegeben.

Vorab wurden jene Mitarbeiter identifiziert, die willens und fähig waren, das Schiff wieder flott zu machen. Bei dieser Gelegenheit hielt ich Ausschau nach Stolpersteinen. Waren diese Menschen einmal erkannt, mussten sie vorsichtig zu einer Gruppe zusammengeführt werden. Das lief meistens über eine gemeinsam erarbeitete Stärken/Schwächen-Analyse, bei der übertriebener Formalismus durch kreativen Freiraum ersetzt war. Daraus entstand – oft in einem Seminar - ein Strauß möglicher Massnahmen und alternativer, auch utopischer Konzepte. Erst am Schluss wurden die Ideen auch in Zahlen umgesetzt. Zu früh mit Zahlen herumwerkeln blockiert nur die Ideen.

Was aber mit den Stolpersteinen und Querschlägern? Sie laufen bei konstruktiv und vorwärts orientierter Arbeit geradewegs ins Offside und bestimmen damit Ihr Schicksal selbst.

Natürlich kenne ich die alte Binsenweisheit „Nur die finanziellen Ergebnisse zählen“. Doch allein die Menschen in den Unternehmen bringen diese Resultate. Sie bringen sie umso eher, je mehr sie als Menschen anerkannt werden, die nicht als „Schuft“ für den Boss, sondern für ein Vorbild und mit ihm zusammen für das Gemeinwohl arbeiten.

Eigentlich seltsam, dass vieles, das in der Unternehmenswelt sehr gut oder auch nicht gut ist, aus den USA kommt. So ist der Leitsatz „The company is the people“ (Die Menschen bilden das Unternehmen.) wohl *die* unternehmerische Grundwahrheit. Andererseits entziehen grosse amerikanische Consultingfirmen mit ihren allzu oft strickmusterartigen, anmassenden Vorgehensweisen intuitiv unternehmerisch geführten Firmen die tragende Substanz.

Zufrieden war ich immer dann, wenn der Kunde am Schlusse eines Auftrages sagte: „Eigentlich hätten wir sie gar nicht gebraucht – es war ja ohnehin alles klar!“ Das zeigte mir, dass es gelungen war, schlummernde Ideen und Kräfte zu wecken.

Ein Vorhaben konnte ich nur ansatzweise umsetzen, das Unternehmen mit sich operationell selbst führenden Einheiten. Im Idealfall würde von der Hierarchie nur noch so viel übrig bleiben, als zur Gewährleistung der Abläufe und Aufrechterhaltung der Ordnung notwendig ist. Die operationellen Sitzungen unter Chefleitung würden durch nach Bedarf einberufene Gespräche von Kompetenzgruppen ersetzt. Deren Inhalt wäre ganz einfach: Wo sind Probleme, wo brauche ich Hilfe und wer kann helfen.

Eine Beratertätigkeit dieser Art führt zur Grundfrage des sinnvollen Wirkungsbereiches der freien Marktwirtschaft, der Marktwirtschaft schlechthin. Mit geschlossenen Augen überall die Konkurrenz wirken oder wüten zu lassen, ist genauso ein

Unfug wie die generelle Verstaatlichung. Ein Beispiel: Es ist wohl klar, dass es unter dem Strich nicht wirtschaftlicher sein kann, wenn immer wieder neue Päckliverteiler mit überdimensionierten Fahrzeugen in den engen Strassen herumkreisen und in gebrochenem Deutsch nach irgendwelchen Hochulis oder Hauris suchen, um dann am Schluss ein Couvert eines Versandhauses am falschen Ort ab-zuliefern. Der Gegensatz ist unsere altbewährte Post, die vor-wiegend mit freundlichem, einheimischem Personal arbeitet und bestens funktioniert! Durch den persönlichen Kontakt nimmt sie auch noch eine nicht zu unterschätzende soziale Aufgabe wahr. In meinen Augen ist die Fremdkonkurrenz ein Unsinn, denn sie zerstört mit ihrem mörderischen Konkurrenzkampf vorab unsere Post und im weiteren Sinne ein Stück Lebensqualität.

Wie weit soll Konkurrenz spielen? Ich bin überzeugt, dass über-all dort, wo lückenlos funktionierende, lebenswichtige Aufgaben mit Monopolcharakter erfüllt werden müssen, unser Staat diese, min-destens zum Teil, zu gewährleisten hat. Nicht nur mit Gesetzen, sondern wo sinnvoll auch mit eigenen Unternehmen. Und nicht allein wegen der Versorgungssicherheit, auch wegen der Gefahr, dass unkontrollierbare Machtpolitik betrieben oder rücksichtslos der Gewinnsucht gefrönt wird. Dazu gehören beispielsweise die flächendeckende Post und die Versorgung mit elektrischer Energie. Diese kann man, im Gegensatz zu Benzin, nicht irgendwo posten. Da ist die Steckdose gegeben. Besonders problematisch erscheint mir, dass im Bereich der Durchsetzung von Ruhe, Recht und Ordnung zunehmend Wildwuchs von privaten Polizeiunternehmen gedeiht.

Auch der Staat kann heute als moderner Unternehmer wirken. Doch muss er die fachliche Kompetenz seiner Mitarbeiter steigern und unsinnige Pfründen abschaffen. Er muss bereit und in der Lage sein, seine Unternehmen nach marktwirtschaftlichen und ethi-schen Kriterien vorbildlich zu

führen. Sonst kommt als nächstes wohl die Privatisierung der Armee.

Der zentrale Punkt für mich ist auch hier die Goldene Regel „Was du nicht willst, das man dir tu, das füg auch keinem andern zu“. Ich bin überzeugt, dass die freie Marktwirtschaft nur dann andauernd funktionieren kann, wenn die Verantwortlichen in allen Bereichen, sei es in der Politik oder im Management, ethische Grundsätze einhalten. Da lief die Entwicklung in den letzten Jahren mit der absoluten Dominanz der Gewinnmaximierung in die falsche Richtung. Allerdings haben gerade die Medien, die nun laut gegen diese Gewinnsucht lamentieren, mit glorifizierenden Sendungen zu den besten Zeiten selbst viel zu dieser Manie beigetragen. Natürliches Einhalten ethischer Grundsätze und hohe Professionalität gehören untrennbar zusammen. Ethisches Versagen ist nicht selten Folge mangelnder Professionalität. Erstaunlich, dass in den aktuellen Wirtschaftsturbulenzen nicht häufiger davon gesprochen wird. Doch ohne ethische Basis ist die freie Marktwirtschaft genauso zum Scheitern verurteilt wie die Staatswirtschaft.

Für Politik unbegabt

Ich wurde als Freisinniger geboren. Für meinen Vater gab es nie eine Alternative zum Freisinn, obschon er in seinem Leben immer wieder die Arroganz gewisser Leute des freisinnig dominierten Wirtschaftssystems am eigenen Leib erfahren musste. Freisinnige Geisteshaltung war etwas vom Wenigen, das ich von ihm widerstands- und kritiklos annahm.

Mit der Politik kam ich erst hautnah in Kontakt, als ich nach Oberentfelden zog. Das dortige politische Establishment griff gerne zu, nachdem ein Prokurist des grössten industriellen Steuerzahlers im Dorf Wohnsitz genommen hatte. Ohne dass ich etwas dafür tat, landete ich direkt im Vorstand der Partei, wurde bei erster Gelegenheit Mitglied der ERPK (heute Finanzkommission) und gleich auch deren Präsident. Ich nahm an kantonalen Parteitagungen teil und bekam bereits einen ersten Vorgeschmack vom kantonalen Filz, den ich auch später in anderen Kantonen, nur in viel bescheidenerem Ausmass, wahrnahm. In der Kantonalen Verwaltung oder bei der Stadt Aarau musste man tätig sein – dann war man jemand. „Was wollen die aus dem Sozikkaff Oberentfelden in der Stadt?“

Ich nahm den Job als Präsident der ERPK ernst und versuchte, die Effizienz der Gemeindeverwaltung zu steigern, indem ich ihr – schön portionenweise – unternehmerisches Handeln einzuflössen versuchte. Prompt scheiterte ich schon daran, als ich beim Büro-materialeinkauf die Konkurrenz spielen lassen wollte. Bisher wurde jeder Bleistift einzeln in der Papeterie über die Strasse gepostet.

Ich lernte rasch, dass Unternehmertum und Beamtenstaat zwei unvereinbare Welten sind. Das haben andere, in weit höheren Ämtern, vor nicht allzu langer Zeit ebenfalls einsehen oder doch erdulden müssen. So war ich nicht unglücklich, dass mein Engagement in Stuttgart den Ausstieg aus dem Amt diktierte. Für die zehn Mittwochssitzungen fuhr ich ein Jahr lang per Auto von Stuttgart nach Oberentfelden und retour,

quer durch den Schwarzwald. Dann wars zu Ende, auch meine bereits vorjalonierte Karriere in den Gemeinde- und Grossrat. Weder ich selbst noch das politische System der Schweiz haben dadurch etwas verpasst. Und ich kann meine Meinung unbesehen der Parteidoktrin vertreten. Das tue ich bei Bedarf vehement und oft auch mit Erfolg.

Natürlich beschäftigt mich die aktuelle politische Situation. Ich versuchte bereits vor vielen Jahren, der Freisinnigen Kantonalpartei neue Impulse, Konzepte und Stossrichtungen aufzuzeigen. Mit Missbehagen sah ich, wie die SVP eine traditionell freisinnige Position nach der andern besetzte und an ihre Ideen anpasste. Zwar wurde ich einmal halbherzig angehört, doch redete man aneinander vorbei. Erst ganz am Schluss des Treffens merkte ich, dass meine Gesprächspartner nur den Begleitbrief und gar nicht mein Dokument gelesen hatten. Der Ehrenrettung halber sei festgehalten, dass es eine Ausnahme gab - die einzige Frau im Gremium.

Ich blieb im Herzen ein Freisinniger und bin es heute noch. Doch sehe ich einen Freisinn, der Fragen der Umwelt und der Zukunft unseres Planeten in einem wirtschaftlich vertretbaren Rahmen zum integralen Bestandteil seines Programms macht, gleichwertig mit anderen Kernzielen. Ohne Rückeroberung von heutigen SVP-Inhalten geht es nicht, denn ein Grossteil des SVP-Programmes betrifft grundschweizerisch liberale Anliegen. Allerdings werden sie jeweils mit populistisch-nationalistischen Wählerködern erweitert. Deshalb und weil allzu viel Parteikompetenz in den Händen von Parteigrössen liegt, die einem mir fremden Politstil frönen, hat die Partei in meinen Augen kein Anrecht auf die von ihr beanspruchte Führungsrolle. Es sei denn, besonnene Leute mit einer gesunden ethischen Basis gewinnen deutlich mehr an Einfluss. Dann würde Selbstbesinnung wohl die derzeit unübersehbare Selbstdemontage ablösen.

Für unsere Zukunft sind die grünen Belange viel zu wichtig, als dass sie politischen Parteien überlassen werden können, die – für mich nicht nachvollziehbar – links angesiedelt sind. Hier herrscht Handlungsbedarf, sonst sind diese Positionen von den Grünliberalen definitiv besetzt. Und was sie dann daraus machen, ist reichlich unklar, ausser, dass vieles blockiert wird. Die SP verliert in meinen Augen kontinuierlich an Glaubwürdigkeit. Sie setzt echt schweizerische

Standortvorteile - einer der wichtigsten: Vermeidung unnötiger Arbeitskonflikte durch konstruktive Zusammenarbeit von Arbeitgebern und Gewerkschaftern - mutwillig gegen Effekthascherei aufs Spiel. Wie sonst kann sie einen Streik für einige hundert SBB-Mitarbeiter in Bellinzona gegenüber dem Schweigen bei einem stillen Stellenabbau einer ganz andern Dimension im Bankwesen im Grossraum Zürich erklären? Bähnler sind sympathisch, Bänkler eben weniger. Familien haben beide.

Zur Armee reform: Das Problem ist, dass sich die Bedrohungslagen und globalen Einsatzwünsche schneller ändern, als der Aufbau oder grundsätzliche Umbau einer Milizarmee möglich ist. Also weg vom zögerlichen Reduzieren des Vorhandenen ohne allzu viele Bobos und hin zu einem mutigen Neukonzept. Da würde sich ein „echter“ SVP-Vertreter eher schwer tun. Was es undiskutabel braucht, ist ein effizienter Schutz des Luftraumes. Ob es sinnvoll war, eine so grosse Zahl von Festungen in Museen zu wandeln, ist fragwürdig. Und topmoderne, professionell ausgerüstete und ausgebildete mobile Einsatzverbände sind unerlässlich. Armee dreimal JA, doch eine solche, die sich selbst und alle Angehörigen durch ihren Auftrag motiviert. Ob das in einem Milizsystem im bisherigen Stil weiterhin möglich ist, stellte ich schon in Frage, als ich eine Übermittlungsabteilung kommandierte.

Zurück zur Politik: Ohne Visionen und Emotionen gibt es keinen politischen Erfolg. Dem Freisinn fehlen sie und die meisten der zur Zeit führenden Leute schaffen das nicht. Gleichzeitig ist die FDP für Jahre die einzige Partei, die für eine umfassende Armee reform die innere Handlungsfreiheit und Sachkompetenz hat, respektive noch hat.

Menschen, die mich prägten

Wenn ich mir zu diesem Thema Gedanken mache, kristallisieren sich vier Persönlichkeiten heraus, unter denen Jean Rey einen Sonderplatz einnimmt.

Mit Jean Rey durfte ich einige Jahre gemeinsam im Verwaltungsrat der Balteau-Gruppe Belgien zusammenarbeiten. Er war dessen Präsident, ich leitete den Ausschuss. Nie in meinem Leben bin ich einem Menschen begegnet, der soviel natürliche Autorität und Kompetenz ausstrahlte. Er konnte sehr gut zuhören, diskutierte partnerschaftlich offen und brachte seine Autorität nur dann ein, wenn Diskussionen unsachlich wurden oder ins Unfaire abzugleiten drohten. *„Er war schon früh in die Entwicklung der Euro-päischen Gemeinschaft für Kohle und Stahl und in die Verhandlungen zur Schaffung der Europäischen Wirtschaftsgemeinschaft und der Europäischen Atomgemeinschaft eingebunden. Von 1958 bis 1967 war er als Mitglied der EWG-Kommission verantwortlich für die Außenbeziehungen und beeinflusste vor allem die zähen GATT- und EFTA-Verhandlungen am Anfang der 1960er Jahre. 1967 folgte Rey Walter Hallstein als Präsident der EG-Kommission nach. Jean Rey war nach dem Fusionsvertrag der erste Präsident der gemeinsamen Kommission der Europäischen Gemeinschaften.“*

Dr.h.c. Adrian W. Roth war während 30 Jahren, in direkter oder indirekter Form, mein Vorgesetzter innerhalb der Sprecher Gruppe. Er überragte alle andern durch seine Visionen. Diese waren primär dem technisch-wissenschaftlichen Bereich zuzuordnen. Im Laufe der Zeit verlagerten sie sich zunehmend in den gesamtwirtschaftlichen und gesellschaftspolitischen Bereich, wobei sein besonderes Augenmerk den Ausbildungsfragen, insbesondere den Hochschulen, galt. Ich schätzte an ihm seinen hohen Intellekt, sein uneingeschränktes Vertrauen, seine menschliche Toleranz und das konsequent gelebte Vorbild in allen Belangen.

Mit Dr. Tito Tettamanti hatte ich punktuelle Kontakte, sie waren dennoch prägend. Für mich war beeindruckend, wie ein Schweizer Financier sich in die Rettung der Firma Saurer involvierte und dem Unternehmen einen Neustart in einer Dimension ermöglichte, von dem wir nicht einmal zu träumen wagten. Er spricht unternehmerische Grundwahrheiten nicht nur aus, sondern lebt danach. Ein Beispiel: „Wie man etwas tut, ist oft viel wichtiger, als was man tut.“ Man arbeitete gerne für ihn.

Professor Dr. Reto Tscholl hat die Urologische Klinik am Kan-tonsspital Aarau aufgebaut und durch seine hohe Professionalität und Ethik nachhaltig geprägt. Er führte an mir einen lebensretenden Eingriff mit Bravour durch. Nach seiner Pensionierung hat Professor Recker die Urologische Klinik am KSA zu einer führenden Urologie weiterentwickelt. Bei den regelmässigen Kontakten mit der Klinik beeindruckt mich jedes Mal die mit menschlicher Wärme harmonisch einhergehende Kompetenz.

Die Liste wäre fortsetzbar: Walter Hess, ein Mensch mit ausserordentlicher Geradlinigkeit, der sich als VR-Präsident für die AG Adolph Saurer aufopferte, Claude Rousseau, der mit einmaliger Intuition seine Montel (Kanada) führte, Walter Güttinger, einer der ersten industriellen Elektronikunternehmer in der Schweiz, Dr. Hans von Werra, der die Sprecher-Gruppe unter schwierigsten Randbedingungen als Ganzes zu erhalten versuchte und für die einzelnen Teile Lösungen fand, Dr. Heinz Stoffregen, mein Mentor in Deutschland.

Der viel zu früh verstorbene Kurt Huber war über zahlreiche Jahre mein bester Freund. Er hat seinerzeit mein arg angeschlagenes Selbstvertrauen wieder gestärkt und trug sehr viel dazu bei, dass ich meine zweite Lebenshälfte positiv gestalten kann.

Während dem Schreiben fiel mir auf, dass es, mit einer Ausnahme, Persönlichkeiten sind, mit denen ich primär aus beruflichen Anlass in Kontakt kam. Offensichtlich lebte ich vor allem im Beruf. Bei meinen Vorbildern hat mich jedoch die

Persönlichkeit als Ganzes überzeugt. Und solche Menschen, die bereit sind, in Beruf und Dienst für die Gesellschaft aufzugehen, braucht die Welt nach wie vor.

Bin ich religiös?

Was ist denn überhaupt ein religiöser Mensch? Sicher war ich ein begeisterter Sonntagsschüler, hörte jeden Sonntagmorgen fasziniert die Geschichten aus der Bibel, welche die Sonntagsschullehrerin spannend erzählte. Und ich sagte an Weihnachten in der Kirche perfekt mein Sprüchlein auf.

Später dienerte ich mich bei den alljährlichen Krippenspielen vom stummen Hirten über den Sternenträger zum König hoch, wobei ich die Rolle als König weniger meinen schauspielerischen Fähigkeiten als der Tatsache verdankte, dass wir ein brokatdurchwirktes, dunkelgrünes Tischtuch unser eigen nannten. Ein jäher Karrierebruch erfolgte, als ich endlich die Topplatzierung als Josef erreicht hatte. Man teilte mir die falschen Maria zu und ich verliess den Hoffnungsbund unter Protest.

Protest war auch bei uns im Pubertätsalter gang und gäbe, und ich habe nur eine sehr vage Erinnerung an die Konfirmation. Es folgten Jahre auf der Achterbahn – von Schopenhauer über Sartre und Lessing zu Kant und so weiter. Wann meine religiösen Lehr- und Wanderjahre begannen, etwas weniger stürmisch zu sein, weiss ich nicht genau. Genau weiss ich jedoch, dass es keine Phase in meinem Leben gab, in der ich mich nicht mit irgendwelchen religiösen Fragen auseinandersetzte.

Und etwas Weiteres steht fest: Die Arbeit im Rahmen des Forums „Offene Landeskirche“ in der Kirchgemeinde Schöffland hatte für mich richtungsweisenden Charakter. Ich erkannte die überragende Bedeutung der Goldenen Regel – das zentrale Gebot der Liebe -, die eigentlich alle christlichen Kirchen vereinen müsste. Heute gehört das tägliche Gebet, die Besinnung auf das Wesentliche, die Zwiesprache mit Gott, zum festen Tagesablauf. Ich suche dafür Orte mit spürbarer Strahlung aus. Beim Wasserfall an der Suhre, beim Hochulstein, am liebsten in einer Kirche. Schade, dass die Reitnauer Kirche so kalt wirkt und fast immer geschlossen ist.

Dafür ist die Kirche in Winikon ein echtes Bijou. Und Konfessionen stören mich längst nicht mehr. Nur weiss ich noch immer nicht, ob ich eigentlich religiös bin.



So alt, wie man sich fühlt

Steht dieser Spruch nicht im Gegensatz zum allgemeinen Empfinden? Demnach hätte man mit 50 den Zenith erreicht, man findet ja im Katastrophenfall keinen Job mehr, ist alteisen und baut schön langsam ab, bis man es endlich gegen 65 geschafft hat. Und ab dann ist man definitiv alt, man bekommt ja auch die Altersversicherung ausbezahlt.

Oft lassen wir uns allzu leicht in ein Schema pressen, nehmen den AHV-Rhythmus zum Mass aller Dinge. Doch was war denn mit den grossen Geistern, die bis weit über 70 Höchstleistungen erbrachten wie Eleonore von Aquitanien, Hildegard von Bingen, Goethe, Florence Nightingale, G.B. Shaw oder Adenauer, und dies zu einer Zeit, da die Medizin und Chemie noch weit davon entfernt waren, als einzig „Verantwortliche“ für einen ausgedehnten Lebensabend zu gelten?

Es scheint im Alter etwas ganz Besonderes vor sich zu gehen. Der Vergänglichkeit des Körpers steht die Unvergänglichkeit des Geistes gegenüber. Mehr als das: Herz und Geist öffnen im Alter neue Dimensionen, bringen vorher kaum spürbare Wesenseigenschaften zum Blühen. Oder wie der deutsche Schriftsteller Jean Paul sagte: „Die Jugend des Geistes ist ewig, und Ewigkeit ist die Jugend.“

Nun ganz praktisch. Goethe machte vier positive Gewohnheiten da-für verantwortlich, dass er mit 80 Jahren so frisch und aktiv war wie mit 50:

- Unermüdliche Pflichterfüllung als oberstes Gebot
- Das Streben, nichts Halbes zu tun und ganz zu sein
- Die Beachtung der Wirkung des Geistes auf den Körper, die positive, gleichmässige Lebensweise
- Die Wachhaltung der Begeisterung durch liebende Hingabe an Menschen, besonders auch Kinder, und Dinge. Täglich

etwas Anderes, Neues tun und sich so mit wachem Herzen ändern, erneuern, verjüngen.

Je älter man wird, umso mehr spielt sich in Herz und Kopf ab. Wer das nicht akzeptiert und ganz bewusst pflegt, ist bereits uralt. Ebenso wahr ist, dass nur ein entgifteter Körper die späten Jahre genießen lässt. Wie man lebt, wie man sich ernährt, sich bewegt, seine Zeit einteilt, sich immer wieder fordert, ist ausschlaggebend. Es ist nie zu spät, Jugendsünden etwas zu korrigieren.

Alt und allein sein kann bittere Not bedeuten, doch auch mit innerem Reif- und Glückseligkeit einhergehen. Entscheidend ist, was man daraus macht. Auf Gesellschaft kann man verzichten, doch nicht auf Gemeinsamkeit, das gemütsbetonte Verbundensein in gegenseitiger Achtung und Schätzung mit durch gemeinsame Ideale oder Aufgaben verwandten, gleichgestimmten Menschen.

Glücklich sind Menschen, die den Wechsel von Einsamkeit und Gemeinsamkeit genießen, die ebenso gern zeitweise allein wie mit anderen zusammen sind. Schopenhauer stellte fest: „Ganz selbst sein kann ein jeder nur, solange er allein ist. Wer nicht die (zeitweise) Einsamkeit liebt, der liebt auch nicht seine Freiheit (die innere Freiheit, nicht die äussere, individuelle „Freiheit“), denn nur wenn man allein ist, ist man frei.“ Zeitweise frei sein in seiner gewohnten Umgebung, seien es die Familie oder Freunde. Allein sein im Sinne von All-Einssein und der dahinter verborgenen All-Gemeinsamkeit, das Vernetztsein alles Sichtbaren mit dem für uns Unsichtbaren.

Mit offenen Augen durch unsere wundervolle Welt gehen, sich an allem Schönen freuen, sich unabhängig vom nach Jahren gezählten Alter für alles Neue begeistern. Und stets die Gewissheit haben, dass über uns ein Wesen ist, das uns liebt, bewacht und leitet - ein Weg zum Glück im Alter!

Wenn der Körper in die Jahre kommt

Seinerzeit in der Badi, wenn aus Langeweile ein Streich ausgeheckt wurde, musste man zuerst nachschauen, ob die Luft rein sei. Da gab es ein paar Pensionierte, die herumtigerten und uns un-schuldigen Knaben das Leben schwer machten. Aber es gab ein untrügliches Zeichen, wie man diese Aufpasser auf Distanz erkannte: Sie hatten dünne Beine.

Mit zunehmendem Alter bauen wir Muskeln ab, besonders wenn wir sie zu wenig beanspruchen. Mindestens 250 Gramm Muskeln verlieren wir im Durchschnitt pro Jahr. Das führt dazu, dass unser Körper mit 65 Jahren bereits 20% mehr Fett aufweist als mit 25. „Wenn die Natur es so eingerichtet hat, macht es wohl irgendwie Sinn.“ Wir vergessen bei einer solchen Betrachtung leicht, dass wir nicht mehr natürlich leben. Und mit Schlankkeits-diäten wirkt man meistens in die falsche Richtung. Da purzeln zuerst die Pfunde – es ist aber reines Wasser, das man „abbaut“. Und dann kommt das Muskelgewebe dran, weil es leichter zugänglich ist als das abbauresistente Körperfett. Je grösser der Fettanteil, umso geringer ist dann der Energieverbrauch des Körpers. Fettgewebe braucht, im Gegensatz zum Muskelgewebe, kaum Energie zur Eigenversorgung. Jedes Pfund verlorener Muskelmasse reduziert den täglichen Energieverbrauch substantiell. Ein Fettpolster verringert dagegen – als Isolator - die Energieabgabe des Körpers.

Also nichts wie weg mit dem Zuviel an Körperfett, Blutdruck und Cholesterinspiegel danken es. Das Risiko von Herz- und Kreislauf-erkrankungen, Diabetes mellitus und Magen/Darmerkrankungen sinkt. Das allgemeine Wohlbefinden steigt deutlich. Grosse Frage: Wie erreicht man das?

Es kommt noch etwas Altersunabhängiges dazu, unsere genetische Veranlagung. Als unsere Vorfahren – wie immer sie auch waren - vor etwa 5 Millionen Jahren begannen, die

Welt zu besiedeln, half ihnen eine ganz besondere Tugend ihres Körpers beim Überleben. Das Glück, Nahrung zu finden, war eher selten. Und wenn schon, dann fiel sie meist in grossen Mengen an. Mit Heisshunger konnten sie ungeheure Mengen verschlingen. Ihr Körper legte das Zuviel in Form von Fettreserven unverderblich und gut verteilt in ihrem Körper an. Diese an sich wunderbare Eigenschaft blieb bis heute erhalten. Nur haben wir heute kaum je Mangel an Essen, hingegen meistens Überfluss und der Körper legt diesen nach wie vor in Form von Fettreserven an, ob wir sie nun brauchen oder nicht.

Wenn der Körper Energie verbraucht, entnimmt er sie vorerst den leicht zugänglichen Kohlenhydraten. Erst bei längerem, kontinuierlichem Bedarf greift er auf die Fettreserven zurück und zwar nur dann, wenn die benötigte Menge pro Zeiteinheit nicht zu hoch ist. Denn das Abbauen der Fettreserven ist für den Körper mühsam. Das hat er gut eingerichtet, handelt es sich ja um Eingemachte. Der Zugang zu den Muskelfasern ist einfacher, besonders wenn sie nicht gebraucht werden.

Wir würden es natürlich am liebsten sehen, wenn bei jeder Bewegung nur Fett verbraucht würde. Der Körper kennt diesen Fettverbrauchsmodus. Er schaltet bei relativ niedriger Ausdauerleistung nach etwa einer halben Stunde darauf um und bleibt dann ganz gerne eine Weile dabei. Auch im Schlaf verbraucht der Körper Fett, vor allem, wenn er beim Einschlafen in diesem Fettverbrauchsmodus ist oder dazu gebracht wird, etwa mit einem Abendspaziergang, und nicht dazwischen gefuttert wird. Da ist er sehr schnell im Umschalten auf Kohlenhydratverbrauch. Mitternachtsbuffets sind kontraproduktiv.

Beiden Modellen unseres Körpers – dem altersspezifischen Muskelabbau und dem erbten Aufbau- und Erhaltungsmechanismus der Fettreserven – ist entgegenzuwirken, wenn wir im Alter das Verhältnis Muskelmasse zu Körperfett erhalten oder sogar verbessern

wollen. Es geht somit nicht primär ums Gewicht, sondern um die Zusammensetzung unserer Körpersubstanz, um die Körperstruktur. Das heisst, die Nahrung nicht nur in Bezug auf totale Kalorien, sondern in ihrer Zusammensetzung dem Bedarf im Alter anpassen und mit einem gezielten Fitnessprogramm den Muskelabbau verhindern. Fitness heisst Ausdauer- und Krafttraining. Ohne Fitnessstudio geht es kaum, nicht zuletzt deshalb, weil es dort auch viel mehr Spass macht als zu Hause im Keller.

Kein Rezept – es ist sowieso alles individuell -, doch einfach meine wesentlichen Erkenntnisse aus jahrelangem Bemühen:

- Es gibt keine Schnellmethode, um nachhaltig Gewicht abzubauen und die Körperstruktur zu verändern. Forciertes Wasser-austreiben kann lebensgefährlich sein. Der Körper braucht - genauso gut wie die ganze übrige Welt - Wasser, um seine Grundfunktionen zu erfüllen. Ein Zuwenig ist gefährlicher als ein Zuviel.
- Eine individuell angepasste Ernährung ist die unabdingbare Ba-sis für eine optimale Körperstruktur im Alter.
- Die Gewichtsabnahme allein ist kein Kriterium für die optimale Körperstruktur. Ein leichter, aber überfetteter Körper kann gesundheitsgefährdend sein.
- Es gibt keine einseitige Einzelmassnahme, beispielsweise forcier-tes Joggen oder Walken, die ausdauernd zum Erfolg führt. Indi-viduell angepasstes und überwachtes Ausdauer- und Krafttrai-ning sind ein Muss.
- Eine langfristig durchgehaltene Gewichtsreduktion von etwa 0.2 bis maximal 0.4 Kilogramm pro Monat mit einem überpropor-tionalen Anteil von Fettabbau ist ein Spitzenresultat für ein zwei-jähriges Fitnessprogramm.
- Mit einem individuell ausgewogenen Erhaltungskonzept von Ernährung, Ausdauer- und Krafttraining kann man, bei konstant gehaltenem Gewicht, im Jahr etwa 1 Kilogramm Körperfett in Muskeln umwandeln - die Königsdisziplin.

Und wie überall: Entscheidendes geschieht mit dem Herzen und im Kopf. Nur ein verinnerlichtes Ziel führt zum Erfolg.

Essen und Trinken – unser Körper weiss Bescheid

„Was ist nur in dich gefahren, früher konnte dir das Steak nicht gross genug sein und heute bist du zu einer Art Edelvegetarier geworden!“ Dabei ist alles ein ganz natürlicher Prozess.

Auf meinen vielen Auslandsreisen hatte ich nie Probleme mit der Akklimatisation und schreibe das zu einem grossen Teil meinem Essverhalten zu. Bei Ankunft in einem Land stellte ich schlagartig auf dessen Ess- und Trinkgewohnheiten um - situatives Ess- und Trinkverhalten. Gelernt habe ich das bei meinem ersten Brasilien-besuch. Da musste man einen Vorgänger nach drei Tagen in kritischem Zustand wegen Dehydration ins Spital einliefern; Wasser-verlust kann akute Lebensgefahr auslösen. So galt es, das Patent-rezept zu beherzigen: Bier, Salznüsschen und natürlich die einheimische Küche berücksichtigen, soweit es die dort überhaupt gab, und auf jeden Fall die herrlichen Früchte geniessen.

In Kanada habe ich Zeiten erlebt, da war der Hummer in der Saison (Monate ohne r) wesentlich billiger als Kalbfleisch. An die Saucen in Deutschland und die Angulas in Spanien gewöhnte ich mich allerdings nur sehr bedingt. Mit den Trinksitten hielt ich es wie mit dem Essen, lernte überrascht, dass Stuttgart die grösste Weinbaugemeinde Europas ist, die echten Stuttgarter demzufolge genauso Wein trinken wie die Bayern Bier.

Auf für mich unerklärliche Weise nahm bei mir die Lust auf Fleisch mit etwa 70 Jahren stetig ab und ich fand Geschmack am natürlichen Aroma von Gemüse, Früchten und Fisch. Sogar Kinder-speisen wie Griessköpfli, Kirschenauflauf und Birchermues kamen auf die Hitliste zurück. Gleichzeitig bildete sich der Alkoholgenuss zu einem festtäglichen Feinschmeckererlebnis um. Unklar ist, wie weit die Arbeit im Rebberg am Hängele einen Beitrag leistete. Ebenso hervorragend schmeckt hier das Quellwasser.

Mit der Zeit begann ich, mich für die Zusammensetzung der Nahrungsmittel zu interessieren. Eiweiss, Calcium, Magnesium und Vitamine, besonders B12, rückten ins Blickfeld. Und ich lernte, dass wir gewisse Stoffe nur dazu brauchen, damit andere Stoffe transportiert und zur Wirkung gebracht werden können. Das alles wäre sehr komplex, doch machte ich eine weitere, entscheidende Feststellung: Ich lernte auf meinen Körper achten und merkte, dass für uns normalerweise gut ist, wonach wir Lust haben. Je mehr es uns gelingt, unseren Körper zu entgiften – ohne das geht es nicht und auch Nikotin ist Gift -, umso mehr sendet er klare Signale zu seinen echten Bedürfnissen.

Und so sind meine neuen Essgewohnheiten nichts als konsequent situatives Essverhalten, das ich während des ganzen Lebens praktizierte. Mehr als früher achte ich auf meinen Körper und versorge ihn mit allem, was er braucht, um optimal zu funktionieren. Wenn ich mit andern Menschen im gleichen Alter darüber spreche, stelle ich erstaunt fest, dass es vielen ähnlich geht. Man möchte es eigentlich gerne tun, aber man genießt sich: „Me het sech halt ned deför!“

Wundermittel soziale Kontakte

Es fehlte nicht an guten Ratschlägen, als ich mich in meine Einsiedelei nach Reitnau zurückzog. Der wohl häufigste war: Du musst möglichst alle Tage einen sozialen Kontakt haben, sonst drehst du durch. Der zweite: Du musst täglich etwas Rechtes essen. Also kehrte ich mehr oder weniger täglich ein im Sternen zu Moosleerau, einem Nachbardorf. Die damaligen Wirtsleute gehören zu meinen besten Freunden.

Nach kurzer Zeit stellte ich mir die Frage: Was ist eigentlich dieser soziale Kontakt? Unter sozial findet man im Wikipedia: *Das Wort sozial (von lat. socius = gemeinsam, verbunden, verbündet) bezeichnet wechselseitige Bezüge als eine Grundbedingtheit des Zusammenlebens, insbesondere des Menschseins (der Mensch als soziales Wesen).* Also eine recht anspruchsvolle Definition, die nicht so recht zu Niveau und Gerede am Stammtisch passt. Aber wo und wie findet man denn diesen sozialen Kontakt? In Vereinen natürlich – aber dafür bin ich nun etwas alt.

Wie oft, kam mir der Zufall zu Hilfe. Nach einiger Zeit des mehr oder weniger anonymen Wohnens fragt mich die Hausmeisterin, ob ich nicht kurz zu ihrem Nachwuchs schauen könnte, sie müsse unerwartet weg. Natürlich nahm ich gerne an. Ein eher vorsichtiges Beschnuppern durch die beiden Buben. Aber schon am Abend das Aha-Erlebnis: Das war wohl der erste, echte soziale Kontakt seit langem.

Die Beizenbesuche verlegte ich dann in den Reitnauer Bären und machte dort Bekanntschaft mit Einheimischen. Angefangen beim Gemeindeammann bis zu den verschiedensten Menschen, die sich nicht in ihren vier Wänden verkriechen wollten. Ohne diese Bärenpräsenz hätte ich wohl nicht so schnell Fuss gefasst, wäre ich wohl auch nicht in der Kultur- und Landschaftskommission gelandet. Die brachte mir dann jede Menge von sozialen Kontakten.

Frägt man mich heute, was ich unter sozialen Kontakten verstehe, ist die Antwort einfach: Kontakte zwischen

Menschen, die etwas auslösen, die für jemanden etwas bewirken, die irgendwie Sinn haben. Die Voraussetzung dazu ist, dass man bereit ist, etwas zu leisten, etwas zu geben. Also auch hier - das Leben ist ein Geben und Nehmen.

Da las ich sehr treffend: „Wenn man älter wird, braucht man weniger Geselligkeit, dafür mehr Gemeinsamkeit“. Irgendwo dazu gehören, auch wenn man gerade allein zu Hause sitzt, das zählt. Geselligkeit ist ja recht, aber sie ist stets kurzfristig und meist oberflächlich. Darum braucht es sie oft. Echte Gemeinschaft ist immer da.

Doch von allein geschieht im Bereich der sozialen Kontakte gar nichts. Je länger, desto mehr glaube ich, dass auch Vereine eine wichtige Aufgabe wahr nehmen und der oft verpönte Gang ins Wirtshaus kann durchaus ein erster Schritt sein. Diese Häuser sind Gott sei Dank angeschrieben. Leider hats davon immer we-niger. Aber beim Herumsitzen in der Stube findet man mit Sicher-heit keine Kontakte dieser Art. Begegnungsstätten sind gesucht!

Nur reichte mir das alles auf Dauer nicht. Es muss auch einen Kontakt zu einer Welt geben, die nicht gerade sichtbar vor unserer Nase liegt. So beginnt man im Leben wieder einmal zu suchen. Ähnlich, wie man es bereits in und nach der Pubertät getan hat. „Es gibt mehr Dinge zwischen Himmel und Erde, als wir uns vorstellen können.“ hat bereits Shakespeare gesagt. Heute bin ich überzeugt davon, dass der wichtigste soziale Kontakt in der täg-lichen Selbstbesinnung liegt und damit untrennbar verbunden der Kontakt mit dem Überirdischen, das wir als Gottheit bezeichnen. Auch glaube ich, dass jeder Mensch, der sich darum bemüht, diesen Kontakt auf seine eigene Weise findet und dass es keine Wertung für die Art dieses Kontaktes braucht.

Mann und Frau

Die beiden Pole Frau und Mann bringen, unabhängig vom Alter, ein gesundes Spannungsverhältnis in Gruppen, besonders in kreativ tätige Arbeitsteams. Das regt an, motiviert und verbessert das Umgangsklima. Dabei ist ein gewisses Niveau aller Beteiligten Voraussetzung. Diese positive Dynamik zeigt jedoch nur dann aus-dauernd Wirkung, wenn sie nicht durch Ausrutscher ins Primitive getrübt wird.

Die Motivation durch weibliche Ausstrahlung trifft bei mir in vielen Bereichen zu. So gelingen die Kraftübungen im Fitness-training wesentlich müheloser, beschwingter und die Gewichte scheinen deutlich leichter, wenn aufgestellte weibliche Wesen mit im Umfeld sind. Das gleiche gilt bei Arztgehilfinnen, Kranken-schwestern, Verkäuferinnen – die Reihe ist beliebig erweiterbar.

Es lohnt sich, vermehrt darüber nachzudenken, ob wir nicht durch die übersteigerte Wertung der Sexualität à tout prix bis ins hohe Alter viel an geschlechtsorientiertem Anreiz verlieren. Das vor allem von den Medien in zentralen Gefäßen übertriebene Hochspielen der Sexualität auf allen Altersstufen führt zu ganz falschen Wertungen, auch bei der Jugend. Ein ganz normaler Ausklang der Sexualität und die Nutzung der damit brachliegenden Energien kann zur Quelle besonderer Leistungen werden. Die Fähigkeit, durch den Verzicht auf Trieb- oder Wunscherfüllung andere Aktivitäten zu entfalten, kann die Lebensqualität wesentlich verbessern. Die Frage stellt sich, ob man gewillt ist, den Umdenk- und Umfühlauwand zu leisten, der Teil eines natürlichen Reife-prozesses ist. Er braucht Kraft und Beharrlichkeit, doch wird dadurch bedeutend mehr Kraft und Lebensfreude freigesetzt. Sie stehen im Alltag zur Verfügung für die Pflege von Hobbys, für Dienste an der Gemeinschaft, für das eigene Wohlbefinden, die Entdeckung neuer, weiter, faszinierender Horizonte.

So lasse ich mich nach wie vor gerne oder vielleicht erst recht durch das andere Geschlecht motivieren - offen und unbeschwert.

Vom Spittel zur Altersresidenz

Mit fröstelndem Bedauern sah ich als Schüler zum Spittel einer Nachbargemeinde hinauf. Ein massiver Steinbau mit kleinen Fens-tern klebte düster am Hang, deutlich getrennt vom normalen Dorf-teil. Man wusste: Dort wurden die wenigen alten Menschen ver-sorgt, die ihre letzten Jahre nicht zuhause verbringen konnten - Knechte, Mägde, Korbflechter und Zigeuner.

Und heute? Nur noch „Einzelfälle“ finden am Lebensabend Auf-nahme im Kreis der Angehörigen. Man hat zuwenig Platz, keine Zeit und Alte eignen sich weniger zum Vorzeigen als neue Wohn-einrichtungen oder Autos. Sie reduzieren den Sozialstatus, statt ihn zu erhöhen. Und die Alten sind gstabilig, weil sie unvorbereitet viel älter werden, als erwartet. Wenn man Besuch hat, weiss man nicht recht wohin mit ihnen. Am Tisch essen sie nicht mehr so schön und wenn man sie anderswo futtert, wirft das ein schiefes Licht zurück. Hunde oder Katzen sind da einfacher zu halten.

Anstelle der Spittel stehen heute topmoderne, möglichst zentral gelegene Betreuungseinrichtungen. Die körperliche Betreuung ist kompetent, optimiert und jede Handreichung hat ihren Preis.

Die Senioren leben jedoch in einer Art Altersgetto, in dem ihnen pausenlos Altersgenossen mit ihren Leiden und Sorgen vor Augen geführt werden. Mangels Perspektive zelebriert man das Altsein, den zwangsläufig zunehmend gesundheitlich angeschlagenen oder mit sich selbst beschäftigten Menschen. Dabei würde eine normale Umgebung mit einer Mischung von Alt und Jung, Krank und Ge-sund, Sparsam und Verschwenderisch, Träg und Aktiv auf einfache Weise Impulse zur Gestaltung eines Teils des Lebensabends vermitteln. Auch wartet moderne Haushaltstechnik darauf, genutzt zu werden.

Warum wohl sucht man heute überall nach anderen Möglich-keiten als Altersheimen? Warum entstehen nun plötzlich Alters-wohnblöcke, Alterssiedlungen? Weil man das

Problem erkennt, doch vorwiegend im Baulichen verhaftet bleibt. Die Lösung wäre zuerst in der Einstellung der älteren Generation zu sich selbst und derjenigen der jüngeren Generation zu den Senioren zu suchen. Daraus ergäbe sich eine Umsetzung ohne Prinzipfehler, ohne wieder neue Probleme zu schaffen.

Jedermann weiss, dass wir im Durchschnitt eine wesentlich höhere Lebenserwartung haben als früher und diese Jahr für Jahr zunimmt. Politik und Wirtschaft turnen nach wie vor mühsam an der Pensionsgrenze um die 65 Jahre herum. Wie wenn der klar ersichtliche Verlauf durch Verzögerungstaktik verhindert werden könnte. Vielen Menschen steht nach dem Abschluss des Erwerbslebens zunehmend mehr Zeit zur Verfügung. Viel zu viel Zeit, um sie einfach in einem Heim zu verbringen oder um sie in einer andern Form von Altersgetto totzuschlagen. Oder haben die Politiker doch recht mit ihrem Zuwarten? In letzter Zeit zeigen Studien zunehmend auf, dass die Lebenserwartung zufolge der ungesunden Ernährung unserer jüngeren Generation wieder drastisch abnehmen wird. Die Weltkriegs- und Nachkriegsgeneration hat vergleichsweise gesund gelebt, weil ihr nichts anderes übrig blieb.

Der Umschaltprozess von der Arbeitswelt in eine Welt, die – bewusst oder unbewusst – eine Art Wartsaal für das Ende darstellt, wird in die Menschen hineinprojiziert. Er findet so gar nicht statt, wenn man nur etwas dagegen unternimmt. Es gibt in Wirklichkeit keine Zweiteilung mehr in die aktive Berufszeit und die Zeit danach. Diese verläuft nicht in einem starren Rahmen, weil sie eben selbst sehr viel länger dauert als früher und deutlich unterscheidbare Lebensabschnitte umfasst.

Unmittelbar nach der Pensionierung genießt man endlich die eigenen vier Wände rund um die Uhr. Man pflegt Freundschaften, engagiert sich kulturell und erbringt Leistungen oder Handreichungen für die Allgemeinheit. Irgendeinmal wird einem die bisherige Wohnung oder das

Haus zu gross, zu mühsam. Man sieht sich nach einer neuen Bleibe um, möchte aber, sofern es die Gesundheit zulässt, weiterhin als vollwertiger Teil der Gemeinschaft wahrgenommen werden und leben. Und irgendwann gibt man sich den entscheidenden Ruck. Je nach Gesundheit und Persönlichkeit sind viele Möglichkeiten offen, doch ist allen eines gemeinsam: Gefragt sind Wohnformen im Alter, die der Seele Raum zum Atmen geben und soweit wie möglich die Eigeninitiative anregen und belohnen. Und dies individuell ganz unterschiedlich und wertungsfrei abgestimmt auf die körperliche und geistige Verfassung. Man kann sich folgende Phasen vorstellen:

- Ist man geistig noch sehr rege, gesund und unternehmungslustig, wird man sich nach einer Wohnung umsehen, die neue Herausforderungen stellt. Grösse, Lage und Komfort müssen für ein paar Jahre stimmen. Solange gesundheitlich möglich, ist ein bis zwei Treppen zu Fuss besser als Liftfahren. Auch das Umfeld muss passen und harmonisch sein. Solche Lösungen wird man auf dem Wohnungsmarkt suchen.
- Erlaubt einem die Gesundheit ein weitgehend selbständiges Leben und hat man nach wie vor den Wunsch nach Wohnen in der Nähe des bisherigen Umfeldes, doch gleichzeitig Bedarf nach etwas Anlehnung und mehr Dienstleistungen, braucht es neue Wohnformen. Diese wären ideal so verschachtelt, dass man sie gar nicht als Alterswohnungen wahrnimmt, mit einer allgemein zugänglichen und benutzten Infrastruktur (Laden, Post, öffentlicher Verkehr) sowie einer altersmässig gemischten Bewohnerschaft. Da stellen sich besondere Anforderungen an alle. Bewusst gepflegte Nachbarschaftshilfe ist nur eine der neu zu aktivierenden Tugenden, eine Art Ablösung des früheren Wohnens im Kreis der Familie. In solchen Wohneinrichtungen sind auch Senioren-WG denkbar. Altersspezifische Dienstleistungen können durch ein

Altersheim oder eine andere Organisation an Ort erbracht werden. Viele der nun überall gebauten Alterszentren sind für diese Anforderungen eher ungeeignet. Senioren sollen nicht – und wollen auch gar nicht - gettoisiert werden. Das zeigen mir viele Gespräche klar auf. Und Zentralisierung ist häufig eine Art Gettoisierung. Leben im Umfeld wie bisher, als aktiver Teil der Bevölkerung wahr-genommen werden, ist das Rezept. Ich bin überzeugt, dass so lebende Betagte auch weniger krankheitsanfällig sind.

- Ist man auf eine alterskonforme Infrastruktur angewiesen und möchte doch eine gewisse Selbständigkeit wahren, sind die heute vielerorts bereits bestehenden Alterswohnungen im Einflussbereich von Altersheimen eine ideale Lösung.
- Die Altersheime konzentrieren sich in einem solchen Konzept mehr als bisher auf diejenigen Mitmenschen, für die eine der erwähnten Lösungen nicht in Frage kommt.

Baulich ist also recht wenig zu ändern, gedanklich schon und im Herzen fast alles. Die Allgemeinheit muss sich daran gewöhnen, Menschen über 65 weiterhin als vollwertige Menschen zu akzeptieren, bei denen es weiter vorwärts und nicht bergab geht. Menschen, die nun ihre Erfahrung und ihre Zeit in den Dienst der Gemeinschaft stellen können. Menschen, die möglichst lange weitgehend selbständig sind und für sich selbst Verantwortung tragen, bewahren ein gesundes Selbstbewusstsein, sind aktiv, offen für Neues und damit weniger anfällig für Krankheiten. Sie fallen der Allgemeinheit nicht oder zumindest länger nicht zur Last. Diese Menschen haben sich konsequent von der Vorstellung gelöst, dass es nun bergab gehe. Gewisse Breiten lassen sich nicht vermeiden, doch lässt sich gekonnter Umgang damit lernen und man kann viel dagegen tun.

In der Tat ist es längst vorbei, dass nur die Jungen von den Alten lernen. Die schnelllebige Zeit und die gute Auffassungsgabe der Jungen führen dazu, dass zunehmend die Alten auch von den Jungen lernen. Zudem läuft hintergründig eine weitere Entwicklung: Ermöglicht durch die moderne Kommunikation, bilden Alte immer mehr Netzwerke unter sich oder mit Jungen. Leben in Netzwerken könnte in Zukunft das Zusammenziehen von alten Menschen in Altersheimen hinauszögern, weil das Wichtigste nicht mehr standortgebunden und praktisch kostenfrei ist – die umfassenden, stets zugänglichen zwischenmenschlichen Kontakte.

Wenn sich ein stattliches Dorf damit rühmt, der grösste Arbeitgeber sei das Altersheim, ist das in mehrfacher Hinsicht bedenklich und zwingt zum raschen Handeln. Nicht zuletzt deshalb, weil es eine Kostenfrage gibt und irgendjemand das alles bezahlen muss. Je länger viele Menschen ganz oder teilweise für sich selbst sorgen können und es auch tun, umso mehr bleiben Mittel frei für die wirklich Bedürftigen. Für sie erfüllen die Altersheime einen unabdingbaren, segensreichen Auftrag. Mangels geeigneter Lösungen und wider den Willen

mancher älterer Menschen werden sie heute immer noch als Wartesaal missbraucht, statt dass sie sich ihrer urtümlichen, wichtigen Aufgabe widmen können.

Neue Umgebung

Man gesteht sich nach langem Zögern ein, dass die Wohnung oder das Haus aus der berufsaktiven Zeit zu gross geworden ist. Den richtigen Zeitpunkt dafür zu erwischen, ist gar nicht einfach. Zum einen hängt man an dem selbst Erschaffenen, es hat irgendwie Symbolwert. Zum andern wird die Belastung immer grösser, braucht einen immer grösseren Teil der Kraft, die man zur Neu-gestaltung des Lebens und zur Erhaltung der Gesundheit dringend brauchen würde.

Man hängt an vielen Dingen und kann sich davon nicht trennen. Das Ergebnis ist dann am neuen Ort eine Art Möbellager mit inte-grierter Wohnmöglichkeit. Alle erinnerungsträchtigen Mitbringsel aus der alten Zeit blenden jedoch die Optik zurück in die Ver-gangenheit, blockieren den Blick nach vorne. Und plötzlich merkt man, dass diese Retrospektive nur täglich daran erinnert oder uns einredet, dass man alt ist, dass man auf eine vornehme Art das Ende abwartet.

Ein erster Schritt in die gute Richtung ist, sich einmal von so viel Ballast zu trennen, dass man in den neuen Räumen frei atmen kann. Zwar stellt man mit Erstaunen fest, dass für die hoch geschätzten Wertgegenstände kaum etwas zu lösen ist und für deren Entsorgung sogar bezahlt werden muss. Nach einigen Schockperioden akzeptiert man auch das. Dadurch gewinnt man einen etwas entmaterialisierten Blick. Folgerichtig sollte dann der zweite Schritt auch noch gewagt werden: Sich neu einrichten wie ein jungvermähltes Paar, zum Beispiel Stühle posten, die alters-konform sind, sich neues Geschirr und Besteck leisten, den Kleider-stil überdenken. Das Diplom vom Berufsabschluss, das ohnehin jeder längst kennt, durch ein Bild ersetzen, das Wärme und Har-monie ausstrahlt und gleichzeitig Fragen stellt.

Und vor allem vergessen, am Licht zu sparen. Das bringt sowie-so nichts. Neue Lichtquellen sorgen für Wärme auch fürs Herz, aber nur, wenn man sie einschaltet.

Man kann das schrittchenweise tun und wird erstaunt sein, wie sich der Blick von der Vergangenheit löst, wie man beginnt, die Zukunft zu gestalten. Oft setzen ganz praktische Aktionen in Kopf und Herz neue Akzente.



Schon wieder etwas kaputt

Was solls? Ich brauche ja die Mikrowelle nicht unbedingt, es geht auch mit dem Herd. Früher lebte man auch ohne. Und warum jetzt noch Geld ausgeben für die paar Jahre?

Mit solchen Gedanken betreiben wir gefährliche Selbstdemon-tage, reduzieren die Lebensfreude Schritt für Schritt und bereiten uns auf ein unschönes Ende vor. Wir schwimmen gegen den Strom der Zeit, der uns, nebst allem nicht gerade Positiven, immerhin das Leben vereinfachen will. Dabei schwemmt er uns allerdings auch das Geld aus der Tasche. Aber das fliesst ja so in den Wirtschaftskreislauf zurück, hilft Arbeit schaffen. „Das letzte Hemd hat keine Taschen“, sang schon Hans Albers!

Glücklicherweise war Gwärbi in unserem Dorf, der Elektriker zeigte, als absolute Neuheit, einen Aufstell-Steamer. Zufälliger-weise hatte ich vor einigen Tagen eine Sendung dazu gehört. Soll der absolute Hit für das Kochen im Alter sein. Augen zu und ge-kauf. Von Anfang an war ich begeistert. Der Hersteller offerierte den Neukäufern ein eintägiges Gratiskochseminar. Mit etwas gemischten Gefühlen fuhr ich hin. Wie alt sehe ich wohl aus unter lauter jungen, investitionsfreudigen Leuten? Apropos jung: Praktisch alle Leute waren in meinem Alter und sie wollten sich jetzt nochmals etwas leisten. Ein Ehepaar sagte mir, sie hätten das Geld echt zusammenkratzen müssen. Aber jetzt hätten sie den Plausch und es sei nicht die letzte Spätinvestition.

Für mich war es eine Art Weichenstellung. Ging es zuerst nur darum, die Lebensqualität nicht zu mindern, so kamen Schritt für Schritt weitere Aspekte dazu: das Erfüllen eines Jugendtraumes oder dann – als eine Art hohe Schule – das bewusste sich Lösen von der Vergangenheit, das Erschliessen neuer Horizonte, das Streben nach Ästhetik und Harmonie im persönlichen Umfeld. Ganz ohne Anstösse von aussen ging es allerdings nicht.

Es muss ja nicht unbedingt ein Steamer sein, schon ein moderneres Kochgeschirr schafft Freude. Die Geisteshaltung entscheidet auch hier.

Gedächtnis

Das liebe Gedächtnis lässt uns scheinbar öfter als bisher gewohnt im Stich. Begegnung mit einer guten Bekannten: Grüezi Frau – wie heisst die jetzt schon wieder? Mit dem besten Willen kommt es uns nicht in den Sinn. In diesem Fall richten wir an die gute Frau „Nomperdu“ einen aufrichtig gemeinten Satz: „Ein herrlicher Tag heute, geht es Ihnen gut?“ Und niemand vermisst den vergessenen Namen. Mit etwas Glück kommt dann bald jemand vorbei und grüsst Frau „Nomperdu“ mit Namen.

Die beliebte Eselsbrücke kann bei Namen eher gefährlich sein und uns als solchen im Regen stehen lassen. Frau Kauz ist die Sekretärin in einem Empfang, wo ich oft aufkreuze. Ich konnte ein-fach im richtigen Moment den Namen nicht hervorzaubern. So kam ich auf die Idee, es mit der Eselsbrücke zu versuchen und merkte mir, für Kauz naheliegend, Uhu. Man ahnt richtig, ich konn-te den Lapsus bisher zwar knapp verschlucken, aber das Fett-näpfchen steht immer noch bereit. Ich bitte Frau Kauz im Voraus um Entschuldigung.

Etwas anders ist es mit den Zahlen. Ich habe die Gewohnheit, in gewissen Zeitabschnitten meine Ausgaben peinlich genau aufzu-schreiben. Nur, wie stelle ich es an, dass ich die Beträge noch weiss, wenn ich auf Umwegen zu Hause ankomme und ich Kassa-zettel sowieso vernosche? Ganz einfach: Ich stelle beim Bezahlen sofort einen Bezug zur Zahl her. 13.50 ist einige Jahre vor der Schlacht bei Sempach (1386), 36.40 zwei Jahre nach der Geburt meiner Schwester (1934), 23.45 ein Viertel vor Mitternacht. Interessanterweise kommen die Rappenbeträge mit etwas Trai-ning wie von selbst ins Gedächtnis zurück, sobald man sich an die Franken erinnert. Das funktioniert natürlich ebenfalls mit den Abfahrtszeiten der Bahn, dem Termin beim Coiffeur oder anderen Abmachungen.

Mit dem Verlegen der Schlüssel und sonstiger Gebrauchsgegenstände ist es auch so eine Sache. Da hilft nur eines: Aufbewahrungsorte festlegen und sich eisern an diese halten. Je logischer diese sind, umso besser. Auch Päcklibildung bewährt sich: Ein komplett gepacktes Handtäschchen mit Geld, Handy, Ausweisen oder Kopien davon, Medikamente-Notbestand, Adressen usw. verhindert Turbulenzen nach ungeplantem Blitzstart. Das machten wir schon in der Rekrutenschule so mit der Notwäsche. Moment mal – in der Rekrutenschule waren wir ja noch keine Senioren. Diese Verknüpfung führt zu einem sonderbaren Gedanken: Ist etwa die Vergesslichkeit im Alter nur ein Märchen? Weil wir so geprägt sind, dass im Alter sowieso alles zurückgeht, abnimmt, schlechter wird? Ich jedenfalls hatte im besten Mannesalter bereits Probleme mit dem Hervorzaubern der Namen im richtigen Moment. Bei meinen monatlichen Besuchen in Kanada empfing mich jeweils bei Hydro Quebec ein mir nicht gerade sympathischer Sekretär und stets musste ich seinen Namen mühsam suchen. Bis ich mir dachte, dass ich mit dem nicht verwandt sein möchte. Bonjour Monsieur Parent!

Wer hat schon eine klare Erinnerung an sich selbst als Kind? Was weiss man von sich selbst als Erstes noch bewusst? Ich sehe mich deutlich auf einer der obersten Stufen in einem Treppenhaus sitzen. Von einem ausgepackten Ankemödeli schlecke ich reine Butter mit Hochgenuss. Ein Lädeli im Parterre des Hauses, wo man mich posten schicken konnte, hatten wir nur in der Handlung Hüssy in Schönenwerd und von dort zogen wir weg, bevor ich zwei-jährig war. Feinschmecker scheinbar seit Geburt?

Ein etwas geringeres Erinnerungsvermögen als Senior hat auch einen grossen Vorteil: Was man nicht (mehr) weiss, kann man niemandem nachtragen. Man wird friedfertiger.

Besser Autofahren im Alter

Vor mir liegt das Aufgebot zum zweijährlichen Gesundheitstest für das Strassenverkehrsamt, etwas schroff oder doch sehr bestimmt abgefasst. Man vermittelt, wohl unbeabsichtigt, den Eindruck, es sei eine Ausnahme, im Alter noch Auto fahren zu dürfen. Gerade jetzt, wo man endlich das tun kann, was einem während den Jahren der beruflichen Aktivität verwehrt war: Wenn man Lust verspürt, irgendwann irgendwohin fahren. Einen Sonntag nutzen, um eine schöne Ecke in unserer wunderbaren Schweiz zu besuchen, statt wie früher gestresst zu einem geschäftlichen Termin zu hetzen.

Ob man auch schon bedacht hat, welchen wirtschaftlichen Nutzen das Autofahren der Senioren hat? Eigentlich seltsam, dass sich die Automobilindustrie und das Gewerbe nicht vermehrt für Senioren einsetzen. Die technischen Neuerungen sind doch für diese besonders wertvoll und helfen mit, altersbedingte Defizite zu kompensieren. Oder das Gastgewerbe, oder die Gesundheitsbehörden. Denn Mobilität im Alter spart Kosten, auch für die Allgemeinheit. Viele „Alte“ fahren für „Alte“.

Da höre ich per Zufall eine Sendung von Radio DRS zum Thema „Autofahren im Alter“ und schreibe spontan, wie in der Sendung gewünscht, eine Mail: *Gut, dass das Thema behandelt wird. Ich bin 80, fahre seit fünf Jahren ein New Beetle Cabriolet. Ich finde es schade, dass das Älterwerden immer wieder mit dem Altwerden gleichgesetzt wird. Das hat sehr wenig miteinander zu tun. Mit richtiger Ernährung, Fitnesstraining und vor allem einer positiven Lebenseinstellung kann man älter werden, ohne in gleichem Masse alt zu werden. Man kann auch entsprechend lange sicher fahren. Dafür sollte man im Radio viel mehr wirken.*

Natürlich gibt es neben der ärztlichen Untersuchung sinnvolle Massnahmen. Von Obligatorien halte ich allerdings nicht viel. Alle 1–2 Jahre absolviere ich zwei freiwillige Fahrstunden bei einem Fahrlehrer und lasse mich dabei auch praktisch in die neuesten Verkehrsregeln einführen. Ich glaube, dass Alkohol Null Promille für betagte Fahrer ein Muss ist. Ich fahre in der Verkehrszeit nicht mehr in grosse Zentren und so wenig als möglich nachts. Aber ich halte bis-

her eine jährliche Fahrleistung von etwa 15 000 km unbeirrt durch – so bewahrt man die Fahrfertigkeit.

Resultat: Keine Antwort und auch kein Zitat in der Sendung, die auf eher bescheidenem Niveau dahinplätschert. Aber eben, es ging – wie oft in den Medien – gar nicht um konstruktive Beiträge, sondern ganz einfach um einen möglichst hohen Unterhaltungswert. Diesmal auf dem Buckel der Senioren, scheinbar dankbare Objekte, weil sie sich kaum zur Wehr setzen. Baut ein Senior einen Unfall, wird es medial sofort hochgespielt ohne Berücksichtigung der Tatsache, dass es sich um eine bedeutende Gruppe von älteren Fahrern und bei den Unfällen um Ausnahmen handelt. Ganz anders bei irgendwelchen Randgruppen. Da findet sich sofort eine Interessengruppe, die auf den aussergewöhnlichen, nicht repräsentativen Einzelfall verweist. Es fehlt offensichtlich die Vereinigung „Besser Autofahren im Alter“. Welche politische Partei spielt da Winkelried?

Ich kritisiere hier in keiner Weise die sehr gute BfU-Broschüre, die dem Aufgebot zum ärztlichen Test der Fahrtüchtigkeit beiliegt. Ich möchte ganz einfach eine andere Denkweise zum Thema aufzeigen. Weil es mich ärgert, ständig – nicht nur beim Autofahren - mit Einschränkungen, Warnungen und Wertungen eingedeckt zu werden.

So schreibt man beispielsweise in der BfU-Broschüre *„Beweglichkeit, bestimmte Bewegungen wie das Kopfdrehen sind nur noch bedingt möglich. Arthrose und Rheuma sowie die abnehmende Körperkraft und langsamere Bewegungsabläufe können das Autofahren erschweren.“*

Das könnte man doch positiv formulieren und folgende Anregungen geben: *Der Körper ist auch im Alter trainierbar. Mit einem angepassten Fitnessstraining können sowohl die Beweglichkeit wie die Kraft erhalten oder sogar erhöht werden.* Habe ich persönlich erlebt. Ich bin heute im Hals beweglicher als vor der Oestoprose.

So mache ich es, meine persönlichen Tipps:

- Koordination der Bewegungen fördern durch einfache Übungen. Zum Beispiel täglich auf einem Luftkissen stehend mit zwei Tennisbällen jonglieren.
- Fit bleiben: körperliche Schwächen wegtrainieren, gezieltes Kraft- und Beweglichkeitsprogramm in einem Fitnesscenter.
- Moderne Technologie nutzen. Automat, Lenk- und Bremshilfen sind selbstverständlich. Warum nicht – wenn's irgendwie geht – nochmals ein neues Auto, das genau passt?
- Genügend Fahrpraxis. Bei weniger als 5000 km pro Jahr sollte man sich Gedanken dazu machen.
- Fahrstunden nehmen. Zwei Lektionen alle zwei Jahre bei einem professionellen Fahrlehrer. Ergebnis: Man kennt die Neuerungen, korrigiert schlechte Modelle und schätzt die eigenen Fahrkünste richtig ein.
- Vor jeder längeren Fahrt sich etwas Spezielles vornehmen. Beispielsweise: Heute spüre ich überall tipptopp ein. Oder ich stelle den Blinker perfekt. Oder ich bin besonders zuvorkommend an Fussgängerstreifen.
- Bevor man während dem Fahren aufs Armaturenbrett oder in die Gegend hinaus schaut, bewusst die Fahrbahn fixieren und nachher den Blick sofort wieder zurück auf die Fahrbahn: Man fährt dorthin, wo man – auch nur kurz - hinblickt.
- Das Radio so einstellen, dass nur der Verkehrsfunk zu hören ist. Macht die Ohren frei für Verkehrsgeräusche.
- Stossverkehr und Risiken meiden. In kanadischen Grossstädten fuhr ich entspannt, weil meistens „no left turn“ (kein Linksabbiegen) signalisiert ist. Der etwas längere, risikoärmere Weg ist der bessere.
- In ruhigeren Zonen parkieren und ein paar hundert Meter zu Fuss gehen. Schafft Parkplätze für Eilige und fördert die eigene Kondition.
- Und zum Schluss: Null Promille und genügend Pausen. Bei Müdigkeit hilft kurzfristig lautes Singen, gibt erst noch gute Laune.

Währenddem ich das Kapitel einige Tage später noch einmal kritisch überarbeite, trifft auch bereits die Bestätigung des Strassenverkehrsamtes ein. Man dankt für die verkehrsmedizinische Kontrolluntersuchung und wünscht ausdrücklich weiterhin gute Fahrt. Tönt doch recht ermunternd. Die 100 Franken für die Untersuchung sind gut angelegtes Geld!

Der liebe Gott und die Schweizer

Warum hat der liebe Gott den Schweizern die Schweiz nicht schon lange weggenommen? Das war immer wieder meine bange Frage, wenn ich als junger Ingenieur von einer Auslandsreise zurückkam. Meistens waren es irgendwelche unangenehme Katastrophen-Einsätze, die einen in unmittelbaren Kontakt mit dem Alltag der Menschen in anderen Ländern brachte. Der Goodwill war also alles andere als vorprogrammiert.

Man hatte zwar einiges gehört von der unendlichen Geduld der Engländer, von ihrem mustergültigen Schlange stehen. Was man dann erlebte – vor allem in Nord- oder Südamerika, doch auch anderswo – das beeindruckte. Die Menschen nahmen irgendwie, als Ausdruck ihrer normalen Lebensart, Rücksicht aufeinander, kümmerten sich spontan darum, dass es uns gut gehe. Liessen uns nicht spüren, dass wir Ausländer seien. Gaben uns mit gesundem Stolz Hinweise, wo man was sehen könne und warnten vor dem, was man meiden müsse. Die Amerikaner standen auch dazu, dass sie in den USA ohnehin alle Ausländer seien. Ich kann mich nicht erinnern, einmal ein Wochenende allein verbracht zu haben. Ohne viel Aufhebens wurde man auf natürliche Weise in die Familie eingeschlaucht.

Dann jeweils die Rückkehr in die Schweiz. Erstes Gerangel bereits am Förderband fürs Gepäck. Folgte die Fahrt mit dem Bus zum HBF. Glück hatte, wer mit dem Zug weiter reiste. Da war man nur mit den ernststen, manchmal griesgrämigen Gesichtern der Menschen konfrontiert. Musste man mit Reisegepäck in Zürich ein Tram besteigen, geriet das zu einer Art Nahkampfübung. Krethi und Plethi drängten an einem vorbei und man hatte Glück, wenn man, mit schwerem Reisegepäck handikapiert, nicht noch durch die Türen eingeklemmt wurde. Der missbilligende Blick des damals noch vorhandenen Sitzkondukteurs war einem sicher. Dabei lebten

wir in einem wunderbaren, vom Krieg verschont gebliebenen Land.

Warum also hat der liebe Gott den Schweizern die Schweiz damals nicht weggenommen? Wohl, weil es auch Schweizer gab, die anders waren, vielleicht etwas verschlossen, doch freundlich, zuverlässig, hilfsbereit. Damals konnte man, wenn man Aarau ein-mal hinter sich hatte und das Suhrental hinauffuhr, wieder atmen.

Später nahm ich wahr, dass es auch hier ganze Gegenden gibt, die anders sind, zum Beispiel das Schwabenland um Stuttgart und die ganze Bodenseeregion. Und im Laufe der Zeit hat sich bei uns einiges gebessert – positive Auswirkungen der Globalisierung? Zum einen hat der recht grosse Anteil von Zuwanderern nicht nur Negatives gebracht, die kulturelle Besonderheit wurde aufgebrochen, bereichert. Zum andern hat der oft als Übel bezeichnete Massentourismus vielen Schweizern gezeigt, dass es anderswo auch geht, wohl bescheidener, doch fröhlicher und unbeschwerter.

Verdanken wir es der Globalisierung, dass uns der liebe Gott die Schweiz noch liess – zum mindesten vorläufig?

1. August

Wie versprochen, holte ich Marianne am Bahnhof mit einer Schweizerfahne ab – 80-Jähriger winkt auf Perron! Beim Warten sehe ich erstaunt die Headline des Tagi: „Der Rütlichswur eine Lüge“... Ist es denn wichtig, ob der Rütlichswur genau so stattfand, wie er uns geschildert wurde? Wesentlich ist doch die dahinter verborgene Idee der Freiheit, der Gemeinsamkeit, des Einstehens füreinander, dass es sich auf dem eidgenössischen Boden gut und in Freiheit leben lässt. Und dies schon lange und nicht durch Zufall, sondern weil einige unserer Vorfahren etwas dafür getan haben. Beim Besuch der Ausstellung über Karl den Kühnen in Bern wurde mir unsere reiche Vergangenheit wieder einmal so richtig bewusst. Bewusst auch, wie unsere Vorfahren Heimat und Freiheit erkämpft und errungen haben.

Wir fahren Richtung Sempachersee-Vogelsang. Im Aargau hat es andeutungsweise etwas Beflaggung, ab Triengen fehlt sie vollständig. Vor einigen Wochen, bei der Fussball EM, strotzte die Schweiz vor Fahnen. Scheinbar wecken Equipen, die zu je 11 Grup-pensport betreiben, ganz andere emotionale und nationale Gefühle, obschon die Hälfte der Spieler nicht alteingesessene Eidgenossen sind. Oder gerade deswegen? Gott sei Dank ist das Restaurant Vogelsang beflaggt und öffnet einmal mehr die eindrückliche Kulisse zum Herzen der Schweiz - links flankiert von der Rigi, rechts vom Pilatus.

Am Abend Kurzbesuch an der gemeinsamen Augustfeier Attel-wil-Reitnau. Praktisch alle Vereine zeigen sich, die Dörfer leben. Und irgendwie spüre ich, dass im vollbesetzten Zelt etwas herrscht, das über die Geselligkeit hinausgeht: echte Gemeinschaft – Tagileitartikel hin oder her.

Mein eindrücklichster 1. August? Ganz klar während den Ferien in den Rustici della Verzasca, einem Feriendorf. Da fragte man mich, ob ich zweisprachig ein paar Worte sagen könne. Die Einheimischen aus der Umgebung kamen nämlich am Abend zu uns ins Feriendorf und wir feierten gemeinsam -

auch da echte Gemein-schaft wie heute in Reitnau. Viva la Svizzera!



Schule im erzwängten Wandel

Auf dem Marsch durchs Moos rückt ganz automatisch die Schule ins Blickfeld. Gegen Norden sieht man das leer stehende Attelwiler Schulhaus, in dem bald eine Privatschule wirken soll. Und vom schönsten Punkt im Reitnauer Dorf - meine Tochter sagt dem „Postkarteneingang von Reitnau“ - grüsst das ehemalige Bezirks-schulhaus. Von hier aus ginge der Blick der Bezler in die Weite – Weitsicht für die kommende Elite. Aus einem Schulhaus mit einer derartigen Panoramasicht ins Herz der Schweiz kann man eine Bezirksschule nur verlegen, wenn man mit Scheuklappen und ohne Herz die Zukunft unseres Landes lösen will. Weshalb liess man sich das gefallen? Als ob finanzielle Sachzwänge, die aus selbst ge-schaffenen Gesetzen und Verordnungen entstehen, massgebend für die Ausbildungsfragen unserer Jugend wären. Wir seien ein rei-ches Land, habe ich bisher gemeint. Ich kann nicht alle Gedanken wiedergeben, die mir durch den Kopf gingen und gehen. Am meis-ten beschäftigt mich, dass die Schulfragen in meinem Denken weit-aus den grössten Platz beanspruchen. Es sind Fragmente, die ich hier wiedergebe.

Wir durften uns lange Zeit rühmen, in der Schweiz über das beste Schulsystem weit und breit zu verfügen. Pestalozzi war Schweizer. Schweizerschulen waren im Ausland – ich habe das immer wieder erlebt - die gesuchtesten. In der Schulpflege einer Schweizer Schule zu wirken, brachte nicht selten mehr Prestige als eine gute Stelle im Erwerbsleben. Nun passen wir uns Schritt für Schritt, mehr als erforderlich, den umliegenden Ländern an und verlieren dabei ebenso schrittweise. Symptomatisch dafür ist auf oberer Ebene die Gründung der ETH Foundation. Was auf den ersten Blick als Top-Idee erscheint, ist nichts anderes als ein beginnender Überlebenskampf, der durch die Nivellierung aus-gelöst wurde. Die Fachhochschulen machen Druck nach oben, Bologna nivelliert nach unten, für die bisher als elitär geltende

ETH wird die Luft eng. Nicht zuletzt darum, weil viele unserer Techniken bereits vor Lancierung der Fachhochschulen deren Europeaniveau erreicht hatten. Der Text spricht für sich.

„Was sich in anderen Ländern mit angesehenen Spitzenuniversitäten bewährt, soll auch in der Schweiz Realität werden: Die ETH Zürich will ihre Flexibilität und Handlungsfähigkeit durch eine deutliche Erhöhung des Drittfinanzierungsgrades stärken. Dazu wurde die ETH Zürich Foundation gegründet, deren langfristiges Ziel der Aufbau eines substanziellen Vermögens zugunsten der ETH Zürich ist.“

Beim ersten Hören des Wortes „Bologna“ werden wohl bei einigen meiner Alterskollegen die Ohren geläutet haben. Wie war es doch, als man nach abgeschlossenem Studium den Dokortitel erwerben wollte? Entweder mühte man sich einige Jahre mit Assistentenarbeit bei einem Professor ab oder – sofern Papa die nötigen Mittel hinblätterte – ging man an eine italienische Hochschule und kam recht rasch mit dem begehrten Doktorhut zurück. Erst später merkte man, dass dieser ganz unnötig war. In Italien sagte man ohnehin jedem ETH-Ingenieur „Dottore“.

Nun zu den Schulstufen, die uns hier im Dorf beschäftigen. Ich habe vor allem Bedenken in zwei Richtungen: Die Kinder werden bei den geplanten Reformen Stück um Stück, schön portionenweise, dem Elternhaus entzogen, entfremdet. Solange es bei Blockzeiten bleiben würde, könnte man es verkraften. Ich habe je-doch ernsthafte Bedenken, dass es bei den Folgeschritten zur Tagesstruktur längerfristig bei der nun beschworenen Freiwilligkeit bleibt. Warum liess man denn bei den Blockzeiten keine Freiwilligkeit zu? Weshalb soll anstelle von Müttern, die während einer gewissen Zeit auf eine berufliche Tätigkeit verzichten, um mehr Kraft und Zeit für die Kinder zu haben, eine „Lehrperson“ sich mit den Kindern beschäftigen? Der Unbegriff Lehrperson sagt vieles aus: Eine

neutrale Fachperson verdrängt die Mutter - der Verstand das Herz! Wenn schon Lehrperson, dann doch bitte „das“ Lehrperson. Dann ist es ganz sächlich, weg vom menschlichen Wesen. Oder man macht konsequent weiter. Es kommt die Kaminreinigungsperson zu Besuch oder auch die Heilperson. Da muss man schon aufpassen, dass man diese nicht mit der Heilperson verwechselt.

Alles, was sich nicht weiter entwickelt, geht ein. Deshalb braucht es Reformen. Sie bringen für viele, insbesondere für Familien, in denen Doppelverdienst ein Muss ist, eine Verbesserung der Lebensqualität. Sie motivieren jedoch indirekt auch dort zum Doppelverdienst, wo es keine Notwendigkeit gibt, sondern der Befriedigung eines luxuriöseren Lebensstils und dem Entrinnen eines Hausfrauendaseins zu Lasten der Kindererziehung dient³.

Mich erstaunt, dass die Entwicklung auf so wenig Widerspruch stösst. Es scheint, als ob viele Mütter und Väter froh wären, dass die Kindererziehung schrittweise in andere Hände übergeht. Man muss sich dann nur noch am Abend oder übers Wochenende mit ihnen befassen. Kinder würden zum familiären Accessoire. Das passt zum Abbau an Eigenverantwortung und Freiheit, der die gegenwärtige Gesellschaft kennzeichnet. Die Schwächung und Auflösung der engsten menschlichen Beziehung ist die Folge.

Es werden unzählige „stichhaltige“ Argumente für Schulreformen genannt, energisch vertreten und publiziert. Was man betreibt, ist jedoch nichts anderes als Symptombekämpfung. Man kämpft einseitig gegen die Auswirkungen des Wandels in Gesellschaft und Familie statt für eine Aufwertung der Familie.

³ Ich habe während meiner Berufszeit im Zuge von Umstrukturierungen x-mal Berechnungen ausführen lassen, um Fälle von Muss-Zusatzverdiensten von Frauen zu klären. In weit mehr als der Hälfte der Fälle schaute unter dem Strich – bei Berücksichtigung aller Fakten – ein kumuliertes Mindereinkommen heraus! Der echte Anlass ist nicht der Mehrverdienst, sondern die Selbstbestätigung und das eigene Einkommen.

Zum Zweiten stosse ich mich an der Tendenz, alles vorzuprogrammieren, zu standardisieren, zu vereinheitlichen. Eine mini-male Eigenverantwortung, wenn sie auch nur im aufmerksamen Verfolgen eines abwechslungsreichen Tagesablaufes besteht, überfordert die Kinder in keiner Weise. Sie würden dadurch sogar gefördert. Wir orientieren uns in allem zunehmend am Vorbild einer Gleichschaltung, welche die Interessenlage der Schwächeren in den Vordergrund rückt. Der faire Umgang mit Schwächeren, die Integration von Zuwanderern, ist eines der ernsthaftesten Probleme, die wir lösen müssen. Was wir ebenso sicherstellen müssen, ist das Wecken von Talenten, die optimale Förderung der Elite von Morgen für Wirtschaft, Politik, Kultur. Ohne Unternehmer gibt es keine KMU – ohne schweizerische Führungskräfte langfristig keine schweizerisch geprägten Gross- und Kleinunternehmen. Und ohne Unternehmen gibt es keine Arbeitsplätze.

Wir alle haben berechtigterweise ein mehr als ungutes Gefühl bei den astronomischen Bezügen gewisser Manager. Das wird im Wesentlichen dadurch verursacht, dass schlicht zu wenig Topleute zur Auswahl stehen. Der Markt spielt nicht (mehr). Unsere Unternehmen müssen für Führungsaufgaben zunehmend Ausländer einstellen. Die Zeit, in der wir ausschliesslich für sogenannt niedrigere Arbeiten auf Zuwanderer angewiesen waren, ist längst Geschichte. Und mit jeder Verflachung des Schulsystems behindern und verhindern wir die Entwicklung von Ausnahmetalenten bereits im Ansatz. Spezielle Elite-Schulen bringen wenig, da viele Ausnahmetalente – sie sind nur allzu oft in der Lernfähigkeit Spätzünder – bereits vor der Selektion ausgebremst würden.

Die Kosten der laufenden Reformen sind ein Kapitel für sich. Für immer weniger Schüler wird immer mehr Geld verbraucht. Und man macht es sich sehr einfach. Anstelle eines dezentralen Schulsystems mit kurzen Schulwegen, zentralisiert man und spart Kosten. Wobei die Wegkosten für

neue, weite Schulwege den Eltern verbleiben. Ich glaube nicht, dass die laufende Schulreform langfristig finanzierbar ist.

Was ist sinnvoll an Reformen, wo liegen die Schwerpunkte? Wir müssen weg von revolutionären Projekten, die oft Denkmalcha-rakter aufweisen.

Die Schule ist für die Schüler da, für alle Schüler und nur für sie. Lehrpläne und Schulformen beinhalten, neben der Vermittlung von Wissen und Können für das Berufsleben, auch die Elemente für ein harmonisches Zusammenleben in unserer multikulturellen Gesell-schaft. Die Integration der Schwächeren und die Förderung der Begabten sind wichtig, doch gehen sie nicht zu Lasten des grossen Mittelfeldes. Der prägende Einfluss der Schulstruktur und die Ein-bettung der Schule in die Umwelt werden bei Reformen ent-sprechend gewichtet.

Eine Schule ist so gut wie ihre LehrerInnen. Das erfordert höchste Motivation für die Wahl dieses Berufes. Das ist nur möglich, wenn das Sozialprestige des Berufstandes (wieder) deutlich besser wird. Daran müssen LehrerInnen und Bevölkerung gemeinsam arbeiten. Die einen durch Abkehr von einer teilweise aufgekommenen überholten Beamtenmentalität, die andern durch bewusste Anerkennung der erbrachten Leistungen, Respektierung der beruflichen Kompetenz und der Persönlichkeit der Lehrer-Innen. Um Ermüdungserscheinungen zu verhindern, werden her-vorragende Weiterbildungsmöglichkeiten, Betreuung und Moti-vation während der ganzen Berufsdauer, Aufstiegs- und Ausstiegs-



modelle angeboten. Lehrerinnen und Lehrer unterstützen die Eltern bei der Erziehung, tragen aber nicht die Verantwortung.

Das schwächste Glied in der Kette sind heute oft die Eltern. Sie sind, ohne dafür ausgebildet zu sein, mit der Erziehung der Kinder in einer sich dauernd und rasch ändernden Gesellschaft konfrontiert. Hier liegt die grosse Aufgabe – auch für den Staat –, wenn man die Schule reformieren will. Schon die Motivation zum Tragen der umfassenden Verantwortung fehlt oft. Es sind Anreize zu schaffen für die Bereitschaft, den Kindern Zeit zu widmen.

Eine in die Umwelt harmonisch eingebettete Schule, welche die Kinder in den Mittelpunkt stellt, von hoch motivierten LehrerInnen getragen und von kompetenten Eltern gestützt wird, ist der Schlüssel.

Im Spital

Man schmiedet Pläne für das Wochenende, denkt in keiner Weise an Krankheit und landet unversehens in der Notfallstation des Kan-tonsspitals. Die Aufnahme ist mit jedem Mal freundlicher, die Ab-läufe professioneller, und einiges gebaut wurde auch.

Ich verstehe eigentlich nicht so recht, weshalb man immer von den Gesundheitskosten spricht, dem Reizthema Nummer 2 neben den Managersalären. Auch mir missfallen die weit übertriebenen, durch nichts zu erklärenden Bezüge gewisser Manager, doch gibt mir etwas ganz Anderes zu denken: Warum macht eigentlich nie-mand Quervergleiche zwischen den Salären dieser Top-Manager und Spitzensportlern? Warum vergleicht niemand den effektiven volkswirtschaftlichen Nutzen beider Aktivitätstypen? Wobei man nicht die gerne beleuchteten Versager, sondern diejenigen heran-ziehen müsste, die Tausende von Arbeitsplätzen erhalten oder neu schaffen. Warum sagt man nicht klar, dass die utopischen Vermö- gen der Unternehmer oft beinahe ausschliesslich in Firmen inves-tiert und damit gar nicht verfügbar sind und ein Verbrauch dieser Gelder einen Abbau von Arbeitsplätzen bringen würde? Warum reagiert die Börse praktisch immer positiv, wenn Personal abge-baut wird?

Zurück zu den Gesundheitskosten. Niemand will sinnlos Geld verschleudern, doch sparen im Gesundheitswesen? Da gäbe es wohl Sparpotential bei vielem anderem - Subventionen nach dem Giesskannenprinzip ist ein Hinweis, vernünftig leben ein anderer. Warum sind wir eigentlich nicht stolz darauf, ein teures und dafür erstklassiges Gesundheitssystem zu haben?

In einem abgesehenen Spital wäre mein Fall etwa wie folgt verlaufen. Der behandelnde Arzt im Notfall: „Wir haben zwar einen Verdacht, aber damit wir weiterkommen, brauchen wir die Er-gebnisse der Blutanalyse. Das Labor wurde letztes Jahr reduziert, wir müssen uns etwa vier Stunden gedulden, bis wir

die Werte aus Baden haben. Eigentlich könnten wir in der Zwischenzeit einen Ultraschall machen, nur ist dort eine grosse Warteschlange, weil unser eigenes Gerät wegrationalisiert wurde.“ Und in der Zwischenzeit wären meine Fieber gestiegen, gestiegen.

Es klappte jedoch alles vorzüglich. Wohl gab es Wartezeiten, doch waren sie vertretbar und vor allem verkraftbar. Um 22 Uhr war die Diagnose klar und ich unterwegs ins Zimmer. Wohl-informiert, dass der Schüttelfrost noch ein- bis zweimal kommen könne und ich dann nicht den Winkelried spielen, sondern mich sofort bemerkbar machen müsse. Was dann auch geschah. Es war alles vorbereitet und in kürzester Zeit mehrere Pfleger und Pflegerinnen am Werk. Dank deren Einsatz nahm ich auch diese Hürde.

Wie wieder Ruhe herrscht und ich am Eindösen bin, spüre ich im Dunkel eine Hand am Fussende meiner Decke. Ich bewege meinen Kopf und erkenne im Dämmerlicht eine kleine dunkel-haarige Frau. „Geht es Ihnen besser?“ fragt sie in gebrochenem Deutsch. Meine Antwort ist Ja. „Dann ist es gut. Wissen Sie, wir haben Sie gern.“ Es ist eine Südländerin, die in der Notequipe etwas handlangert. Sie kommt noch zweimal in derselben Nacht mit ähnlichen Fragen. Wahrlich, die Ausländer haben uns nicht nur Probleme gebracht.

Schritte zu einer neuen Gesellschaft

Kein denkender Mensch kommt an den Problemen unserer Gesellschaft vorbei. Wir leben länger als früher und sind länger leistungsfähig. Vorab die Medien lassen keine Gelegenheit aus, uns plastisch aufzuzeigen, dass unsere Gesellschaft – ganz besonders wir Älteren - in Zukunft weder trag- noch finanzierbar seien. Man redet uns ein, dass wir eigentlich schon heute zu viel Geld ver-brauchen, das uns gar nicht zustehe. Dass dafür zu einem schönen Teil die willkürlich festgehaltene Altersgrenze von 65 Jahren verantwortlich ist, verschweigt man, weil es unpopulär ist, darüber zu sprechen. Als ob in einem Gefüge, in dem sich sonst alles bewegt, ein Punkt ohne Schaden einfach festgehalten werden könnte. Mir kommt es so vor, als versuche man einen Luftballon aufzublasen und halte dabei einen Punkt mit einem Nagel fest.

In einer Gesellschaft, in der Geld immer mehr zum alleinigen Kriterium der Machbarkeit wird, spielen die Fragen der Finanzier-barkeit eine zentrale Rolle. Es wird gar nicht mehr um Sinn oder Unsinn von Abläufen diskutiert, die Finanzierbarkeit ist das Mass aller Dinge. Die zunehmende Anonymisierung oder Gettoisierung der Wohn- und Arbeitswelt wird nicht mehr in Frage gestellt und die Bewältigung der durch die Veränderung der Altersstruktur der Bevölkerung hervorgerufenen Probleme mit anderen als gesetzlich abgestützten finanziellen Massnahmen schon gar nicht in Erwä-gung gezogen.

Wie wäre es, welche Auswirkungen hätte es, wenn wir wieder mehr Leistungen für unsere Gesellschaft, unsere Gemeinschaft, auf freiwilliger Basis, ohne Bezahlung, erbringen würden? Die allge-meine Militärdienstpflicht wird durch eine ethisch motivierte Senio-rendienstpflicht ergänzt. Das beginnt bei der Nachbarschaftshilfe im Kleinen und geht bis zur Vollzeit-tätigkeit in Institutionen und Gemeinschaften. Ohne Entschädigung tut man ja nur Sinnvolles – kaum

vorzustellen, was sich alles ins Positive dreht, wenn die Mehrheit unserer Mitmenschen so denkt und handelt.

Dazu ein kleines Rechenbeispiel: Von 7 Millionen Einwohnern sind vorsichtig geschätzt etwa 10 % in einem Alter, in dem sie für eine solche Leistung in Frage kämen. Nehmen wir an, dass die Hälfte davon es wirklich tut und dafür pro Woche 2 Stunden ein-setzt. Der volkswirtschaftliche Wert der Stunde sei 50 Franken. Man rechne: $350'000 \times 52 \times 2 \times 50 = 1.82$ Milliarden Franken pro Jahr, die so „produziert“ werden und unser Sozialsystem um die-sen Betrag entlasten. Weil die Leistung ohne jeden Verwaltungs- und Steuerungsaufwand am richtigen Ort entsteht, darf man den Betrag ruhig verdreifachen = 5 Milliarden pro Jahr!

Jetzt haben wir schon wieder mit Zahlen operiert. Doch entscheidend wäre die Vorbildwirkung, das, was in den Herzen geschieht.

Im Dorf kann man sich eine solche Lösung gut vorstellen, sie existiert bereits ansatzweise. Aber in den Grossstadt? Vielleicht kommt die Gesundung unserer Gesellschaft vom Dorf aus, sind für Grossstädte dörfliche Zusammenlebensraster zu schaffen. Eine Grossstadt wie Quebec hatte zum Teil solche Strukturen. Das hat mich seinerzeit sehr beeindruckt. Da sang der Staranwalt am Sonntag als Vorsänger in der Kirche und seine Familie engagierte sich für unzählige Gemeindemitglieder. Die Kirchgemeinde war je-doch weit mehr als eine religiöse Gemeinschaft, sie war vergleich-bar mit einem Dorf bei uns und gab der gesichtslosen Grossstadt eine ländliche Struktur. Es fehlten weder Tennisplätze noch Jugend-fussballklub, weder Frauenkränzchen noch Gesangsverein. Die Kirchgemeinden – les Paroisses - als Kern menschlicher Strukturu-ren?

Gut, dass man mit 80 etwas fabulieren darf. Zu sehr, werden Politiker einwenden. Doch sollte die so populäre Fusionitis sehr kritisch gehandhabt werden. Alles werde dadurch professioneller, sagt man. Nur wird es auch teurer

und unpersönlich. Sicher kann man vieles gemeinsam besser lösen – im Sinne von Schulter-schluss. Das heisst, gemeinsam all das tun, was man gemeinsam besser tun kann. Dabei aber nicht in Anonymität verfallen, die mit der Zeit automatisch zur Passivität wird. Das Problem ist längst nicht mehr, wie wir unsere Strukturen bezahlen können, sondern welche Strukturen wir uns tatsächlich leisten können. Das gilt fürs einzelne Dorf wie für unnatürlich zusammengepresste Fusions-gebilde. Nur was zusammenwächst, macht längerfristig auch Sinn.

Harmonisches Reitnau

Ich bin unterwegs auf einer meiner Standardrunden via Bockwegli, alte Pleggasse, Hochulibänkli, Hubel, Feldmatte und Moos an die Suhre, der Suhre entlang retour über den Winkel an der Fabrik vorbei zum Hängele.

Die neue alte Pleggasse ist wirklich perfekt saniert. Da liegt kein Randstein falsch, da stimmt jeder neu verlegte Böschungstein. Muss auch so sein, denn während der Bauzeit bemerkte ich im Vorbeigehen einige Lokalbesprechungen, an denen diese Fragen diskutiert wurden. In deren Folge wurde meistens etwas geändert. Schön und makellos ist sie geworden, die neue alte Pleggasse. Zu guter Letzt bekam sie auch wieder ihr Fahrverbot.

Wenn ich es mir heute durch den Kopf gehen lasse, stellt sich mir die Frage nach der Verhältnismässigkeit der Perfektion. Mir kommen die seinerzeitigen Velofahrten mit meinem Vater ins Luzernische in den Sinn. Fuhr man an einem Hof vorbei, vor dem ein Stück Strasse geteert war, sagte er: „Da wohnt ein Gemeinde-rat.“ Dementsprechend wäre an der neuen alten Pleggasse der Wohnsitz eines Bundesrates.

Nach Hause gehe ich den Hang aufwärts auf dem Weg an der Fabrik vorbei. Weg ist ein etwas stolzer Name, eher ist es ein Sammelsurium von Teerstücken, Löchern, Kies. Nach der Fabrik steht ein Fahrverbot, brandneu. Unmittelbar dahinter eine Barriere, die wohl das Verbot durchsetzen soll. Oder ist sie als Schikane für Kinderwagen gedacht, die ja vom Fahrverbot nicht abgedeckt werden? Direkt anschliessend hat der Bauer, dem das Land gehört, einen Elektrozaun errichtet. Kurz vor der Weinhalde Ende des Verbots, doch auf der anderen Strassenseite klar sichtbar ein neu-es Verbot für das schmale Weglein an der Pferdekoppel vorbei zum Beck. Fördert man jetzt endlich diese vielbegangene Abkürzung, wertet sie zum echten Fussweg auf? Den Stolpermarchstein

hat der Eigner bereits perfekt eingebettet. Nur kreuzt man nach wie vor die vielfrequentierte Weinhaldenstrasse, die von manchen bereits als ausserorts betrachtet und mit entsprechender Geschwindigkeit befahren wird. Man nimmt da oft Anlauf zur Rennstrecke.

Was wäre, wenn man anstelle der vier Verbotstafeln und der Barriere einen Fussgängerstreifen über die Weinhaldenstrasse errichtet hätte? Vielleicht kommt er noch. Wenn man zur richtigen Zeit bei der Bank ein paar Radarkontrollen durchführen würde, wäre er rasch bezahlt.

Mich stört einfach jedes neue, unnötige Verbot, und in unserem schönen Dorf ganz besonders. Verbote haben noch nie zu Frieden und Harmonie geführt, im Gegenteil. Das wäre jeweils zu bedenken. Wir alle wollen doch, dass Reitnau so lebenswert bleibt, wie es bis anhin war.



Unsere Su(h)re

Bach, Kanal, Gewässer, Wasserlauf? Was trifft zu auf unsere Su(h)re, die sich im Kanton Luzern traditionell ohne h, im Kanton Aargau mit h schreibt. In mittelalterlichen Urkunden hatte der Fluss verschiedene Namen, Suron (1036), Suranum flumen (1210), Sure (1241).

Etwa 14 km fliesst das Wasser aus dem Sempachersee bis zur Einmündung des Gründelbaches bei der Brücke, die Reitnau mit Moosleerau verbindet. Einige Kilometer nördlich durchbricht sie die Endmoräne bei Staffelbach und hört damit auf, meine Su(h)re zu sein.

Monoton, langweilig, begradigt sei die Su(h)re, keinen besonderen Augenschein wert. Das hört man auch von prominenter Seite. Immerhin führt einer die Schweiz Nord–Süd querenden Radwege ihrem rechten Ufer entlang. Und so findet sie mindestens Beachtung in Reiseführern für Radtouristen.

Aber wo kommt sie wirklich her, wo verlässt sie den Sempachersee? Wer in Sursee am untersten Ende des Sees sucht, hat Pech. Die Mündung findet man am westlichen Seeufer in Oberkirch. Neckischerweise wendet sie sich zuerst nach Südwesten, um in einer grossen Schlaufe über Norden–Nordwesten schliesslich ihre nördliche Richtung zu finden. Auch heute macht das Mündungsgebiet mit dem Fischerhaus einen romantisch verträumten Eindruck und erinnert an das bekannte Ölgemälde des Luzerner Malers Robert Zünd (1827–1909), das im Kunsthaus Aarau zu sehen ist.

Vor und in der Stadt Sursee teilt sie sich, nachweislich seit dem 13. Jahrhundert, als Stadtbach zweimal in zwei Arme. Ein Zeuge der Zeit, als fließendes Wasser den Lebensnerv jedes städtischen Lebens darstellte. Seit dem Jahr 2001 steht am Stadtrand sogar wieder ein Wasserkraftwerk (-lein) in Betrieb. Im Bereich der Altstadt verbreiten die Surenarne eine Spur kleinvenezianischer Atmosphäre.

Der Weg der Su(h)re vom Stadtrand durch den Surseerwald und weiter durch die Talmitte bis ins Reitnauer Moos könnte unterschiedlicher nicht sein. Strecken mit streng verbauten Ufern wechseln ab mit solchen, die das Wasser sich selbst gebaut hat. Ebenso vielfältig ist die Bepflanzung, die nur dank professioneller Pflege daran gehindert wird, den Bach ganz zuzudecken. Rund 20 grössere oder kleinere Bächlein münden auf den ersten 14 km in die Su(h)re.

Wer nun ein biologisch totes Gewässer erwartet, wird enttäuscht. Mit ihren minutiösen Untersuchungen haben Urs Lustenberger und Ruedi Wüst-Graf⁴ 2002 die Su(h)re zwischen See-austritt und Gründelbach nach ihrer Libellenpopulation untersucht. Dabei wurden acht Fliessgewässerarten von Libellen gefunden, von denen sich sechs auf der Liste der gefährdeten Arten befinden. Die meisten dieser Arten kommen an der Su(h)re in einer weit höheren Dichte vor als an vergleichbaren Nachbarflüssen. Sie hat somit für einige Arten durchaus nationale Bedeutung. Mich haben Libellen schon als Bub fasziniert, die damals noch nicht erkannte Arten-vielfalt und deren Form- und Farbenpracht lassen mich heute noch andächtig werden.

Wunderbar - die Su(h)re lebt! Unter anderem dank der persönlichen Initiative der beiden Libellenforscher. Auch die Kantone als Gewässerbesitzer sind aktiv. Mit Steinen wurde der monotone Strömungsverlauf gebrochen. Das Suhreknie bei Triengen ist seit Anfang 2008 neu gestaltet. Die Gemeinden haben Teile der Zu-flüsse renaturiert, ein Beispiel aus letzter Zeit ist die Einmündung des Reitnauer Dorfbaches. Es bestehen klare Konzepte (Landschafts-Entwicklungspläne) für die Region (siehe Internetseiten des Kantons Aargau).

Auch die Vogelwelt hat einiges zu bieten. Ein besonderes Augenmerk gilt dem Eisvogel am Suhrenbord und der

⁴ Urs Lustenberger und Ruedi Wüst-Graf: Die Libellenfauna der Suhre im Kanton Luzern 2002. Ansichtsexemplare gibt es auf den Gemeindekanzleien.

Feldlerche, die im Reitnauer/Attelwiler Moos mit mehreren Paaren heimisch ist. Und man hofft auf den Storch!

Die 14 km vom Ausfluss aus dem See durch Sursee, den Sur-seerwald bis ins Reitnauer Moos laden zu jeder Jahreszeit zu einer prächtigen Wanderung ein. Nicht weniger reizvoll ist der vielfältige Bereich der Endmoräne.

Man muss sie einfach gern haben, unsere Su(h)re!

Das Gedächtnis des Wassers

Ich machte mir oft Gedanken über Sinn oder Unsinn der Sanierung des Suhrenkniees. Jedes Mal, wenn mich mein Weg daran vor-beiführte, versuchte ich herauszufinden, was nun das Besondere an der durch natürliche Schikanen erzwungenen Strömung sei. Mit bescheidenem Ergebnis, aber immerhin: Je nach Wassermenge änderte sich das Strömungsbild sowohl im Ausmass als auch in der Art deutlich sichtbar. Nicht zu übersehen sind allerdings auch kleinere oder grössere an der Oberfläche dahintreibende Blasen, die sofort den Verdacht einer Verschmutzung nähren.

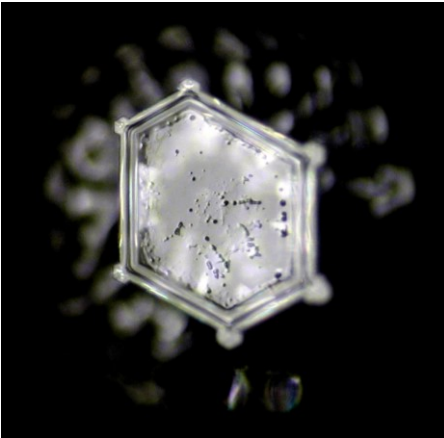
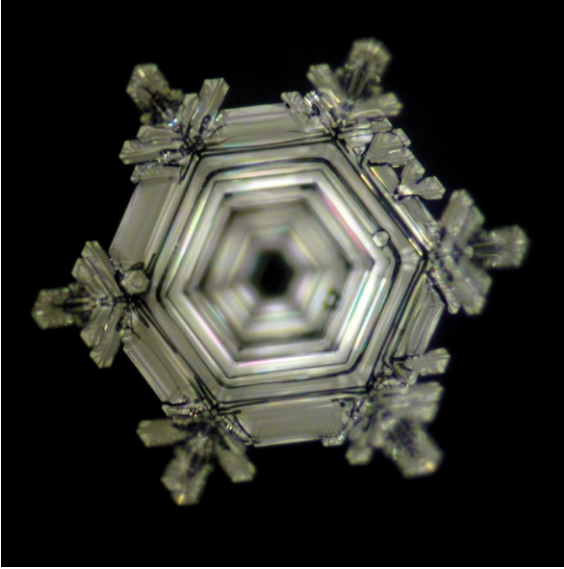
Eines Tages hing am Anschlagbrett beim Suhrenknie eine neue Information. Nebst einem erläuternden Plan waren da Bilder von Eiskristallen zu sehen – vor und nach der Sanierung. Das erinnerte mich an Texte, die ich in Pier Hännis Buch „Quellen der Kraft“ gele-sen hatte. Es ist bekannt und wird zunehmend auch anerkannt, dass Wasser energetische Eigenschaften besitzt, ein Gedächtnis hat. Das kommt unter anderem in der Art der Kristallbildung beim Gefrieren zum Ausdruck. Gesundes Wasser ergibt vollendet ausge-formte Kristallstrukturen, Kristalle von ungesundem Wasser sind beschädigt.

Steckt im Wasser noch viel mehr als wir gemeinhin annehmen? Hat der Stoff, den wir mit unseren Sinnen als Wasser wahrneh-men, eine entscheidende energetische Dimension? Weil Wasser über elektrische Leitfähigkeit verfügt, bildet es über die ganze Welt ein riesiges, wohl das grösste, Netzwerk. Es laufen derzeit wissen-schaftliche Untersuchungen, die beweisen sollen, dass Wasser Informationen speichern kann. Die Frage beschäftigt mich als streng wissenschaftlich orientierten Ingenieur. Machte nicht schon Einstein auf eine noch weitere Stufe der Erkenntnis aufmerksam?

Der Gemeindeammann von Triengen mailte mir die Adresse des Verantwortlichen Urs Huber, Initiator der

Kristallfotos vom Suhrenwasser. Dieser gab mir zahlreiche Hinweise und stellte mir die beiden Fotos von Suhrenkristallen zur Verfügung.

Der Japaner Massaru Emoto hat als Erster in zahlreichen Versuchen gefrorene Wassertropfen unter dem Mikroskop fotografiert und entdeckte dabei, je nach Herkunft und Geschichte



des Wassers, die unterschiedlichsten Kristallformen. Eine wissenschaftliche Erklärung der Resultate fehlt, man bewegt sich im Grenzbereich zwischen Wissenschaft und Ästhetik. Ernst Braun⁵, der die Methoden von Emoto in der Schweiz weiterentwickelt hat und dem wir auch die beiden Kristallfotos in diesem Buch verdanken, bewertet seine Arbeit ausdrücklich nicht als wissenschaftlich, sondern als ein wertungsfreies, künstlerisches Beobachten und Dokumentieren von Phänomenen.

Konkret zum „Fall Suhre“: Die Wasserproben wurden im November vor der Suhrenkniesanierung und im Mai danach entnommen. Die Entnahmepunkte waren die Brücke oberhalb und die Holzbrücke unterhalb des Knies. Die Proben wurden in kleinen Fläschchen mit einem Strahlungsschutz versehen zur Analyse transportiert. Dort wurden je 22 Tropfen auf Petriplättchen gegeben und eingefroren. Die sich in der Tropfenspitze bildenden Kristalle wurden durch das Mikroskop digital fotografiert. Die beiden Bilder zeigen das faszinierende Resultat: Stark gestörte Kristallbildung vor und nahezu perfekt ausgebildete Kristalle nach der Sanierung. Besonders interessant: Die Proben aus dem Oberlauf zeigen tendenziell eine stärkere Verbesserung als jene aus dem Unterlauf. Eine möglich Erklärung ist die elektrische Leitfähigkeit des Wasser. Weitere Ergebnisse lassen aufhorchen: Destilliertes Wasser zeigt kaum Strukturen, nachdem ein Stein aus der Suhre hineingelegt wurde, sind sie ausgeprägt. Das gleiche Bild zeigt sich bei destilliertem Wasser nach intensiver Beschallung durch Kirchenglocken. Der Versuch wurde übrigens mit den Reitnauer Glocken durchgeführt.

Für einen erfahrenen Ingenieur rückt alles näher zusammen, wissenschaftliche Erkenntnisse, altes menschliches Kulturgut und Ästhetik als möglicher, zu oft vergessener Oberbegriff der Kunst.

Wenn wir bedenken, dass wir zu 70% aus Wasser bestehen, ahnen wir, dass wir in uns noch unzählige

⁵ www.wasserkristall.ch

unerforschte Geheim-nisse bergen. Die DNA-Erkenntnisse sind wohl noch lange nicht die letzten. Hatte die Erde bereits ein Gedächtnis bevor es auf ihr Leben gab?



Mystischer Etzelgraben

Etzel, das war doch der Hunnenkönig Attila (406–453), der als sogenannte Geisel Gottes Europa bedrängte und ein kurzzeitiges Grossreich errichtete. Bekannt ist auch eine Bedeutung des Wortes als Eichenwald (friesisch êtzelâ). Die wahrscheinlichste Herkunft ist nach verschiedenen Quellen jedoch von Eczelin, Etzlin = Elster. Etwas Sagenhaftes strahlt somit bereits aus dem Namen des schrundartigen Taleinschnittes.

Den Einstieg findet man auf dem markierten Wanderweg nach Sursee im Bereich Lättgrueb. Ganz oben am Graben führt ein neu angelegter Wanderweg zur jungen Uerke und dieser entlang hin-unter, bis sie sich mit dem Zweig vereint, der aus dem Gebiet Lätten zufliesst. Apropos Lätten: Von dort führt ein schlichter, aber umso eindrücklicher Kreuzweg durch den Wald in Richtung Dag-marsellen bis zur Kreuzbergkapelle, einem echten Kleinod.

Das ganze Gebiet auf der Südseite des Etzelgrabens, der Lättenwald, ist ein Feuchtgebiet, in dem es vorerst schwer fällt, eine Quelle zu orten. Nicht zuletzt auch deshalb, weil sich der Uerkenast in unzählige Quelläste verzweigt, denen man besser mit dem Ohr als mit dem Auge folgt. Versiegt das Plätschern und Gurgeln, ist man an der Quelle, sehr oft ein intensiv grüner Moostepich geschützt durch Dornengebüsch. Die junge Uerke bildet hier die Grenze zwischen Luzern und Aargau. Mitten im Wald stösst man auf geschichtsträchtige Marchsteine. Lange Zeit wa-ren Gemeindegrenze und Kantonsgrenze nicht identisch. Letzte Zeugen davon sind die Grenzsteine, die zwei Meter neben dem Grenzbach stehen. Auf der Nordseite findet man, vom Weg aus, leichter einzelne Rinnsale. Nach Norden führen auch einige alte, teils ausgespülte Wege wieder zurück in die Gegend des Feldli-moos oder man folgt der Uerke bis in die Moosersäge.

Nichts Spektakuläres, wird man sagen. Man muss ruhig wer-den, um das Geheimnisvolle zu spüren. In der

Moosebene staunen wir über die Fruchtbarkeit der Erde, im Etzelgraben fließt das kostbarste Gut der Erde - das Wasser - aus allen Poren, als ob sie da-von zuviel hätte.

Wasser ist immer auch Kraft, spürbare Strahlung aus unserer Erde - etwas Unnatürliches. Jeder kann davon schöpfen, man muss nur hingehen. Vielleicht begegnet man doch einmal König Attila...

Orte der Kraft

Ich suche oft einen Ort der Stille, einen Ort, an dem ich meine Gedanken unbeeinflusst von Störeinflüssen auf das lenke, was mir Ruhe gibt, was mich zu einem Dialog mit einer spürbar gegenwärtigen und bestimmenden Macht führt. Wichtig ist mir ganz besonders das, was wir nur ahnen, was in irgendeiner Form über uns schwebt und uns lenkt. Und dafür ist eine Kirche ein optimaler Ort, doch kann es auch ein Ort in der freien Natur sein. Natürlich wäre da für mich die Kirche Reitnau gegeben, nur ist sie etwas sehr nüchtern und vor allem meistens geschlossen. Ich habe mich seinerzeit in der reformierten Kirchgemeinde Schöffland im Projekt „Offene Landeskirche“ engagiert und erlebe nun, dass diese Reformierte Landeskirche ihre Begegnungsstätten unter Verschluss hält.

Da sucht man überall Orte der Kraft und macht jeweiligen, weg von der Autobahn, einen rechten Abstecher, um ein paar Minuten die Kraft im Kloster Fischingen zu erleben. Und fast zufällig entdeckt man in unserer Nähe ein wahres Juwel. Das ist sie wirklich, die Kirche St. Maria Himmelfahrt in Winikon. Sie ist zwar katholisch und war früher eine Art Wachturm gegen den „feindlich“ reformierten Berner Aargau.

Im reformierten Glauben erzogen, stehe ich zu vielen reformierten Grundsätzen. Bin jedoch Anhänger des Weltethos von Hans Küng und kann in einer katholischen Kirche genauso gut zu Gott Kontakt finden wie anderswo. Er ist ja sowieso überall derselbe, nur wir Menschen sehen ihn unterschiedlich.

Wie die meisten der Kirchen im oberen Suhrental steht die Kirche Winikon weit sichtbar auf einem Hügelsporn im Zentrum des Dorfes. Die Gegend ist übrigens seit der Steinzeit nahtlos besiedelt. Wen wundert – man muss nur einmal hingehen und sehen, rundherum Schönheit, Fruchtbarkeit, Anmut. Was der Kirche fehlt, ist ein archäologischer Hit als Vorgänger. Die erste Kirche stand quer zum heutigen hinteren

Kirchenteil und datiert etwa vom Jahr 1400. Die heutige Kirche wurde 1699-1702 erbaut und 1710 durch den Konstanzer Weihbischof Konrad Ferdinand Leist geweiht. Aus den Vorgängerkirchen fand eine Lindenholzstatue der Muttergottes mit Jesuskind den Weg ins Schweizerische Landesmuseum.



Die spezielle Anziehungskraft der Kirche geht nicht nur von den Besonderheiten der Ausstattung aus. Es ist die einzigartige Strahlung, welche die Kirche zu jeder Tageszeit und bei allen Lichtverhältnissen erfüllt und damit den Raum zwischen mir als Mensch und dem unfassbar Göttlichen schliesst. Und man muss keine Stille zur Andacht suchen, sie ist einfach da. Das Ganze wird abgerundet durch die Freundlichkeit der verschiedenen, zumeist weiblichen, dienstbaren Wesen, die sich um die Kirche kümmern. Abgerundet auch durch einen prachtvoll gepflegten Friedhof.

Ganz unbedeutend ist die Kirche Winikon allerdings nicht: Die Gesellschaft für Schweizerische Kunstgeschichte widmet ihr eine eigene Broschüre⁶.

⁶ Yves Yolidon, Winikon Pfarrkirche St. Maria Himmelfahrt. ISBN 3-85782-599-5, Serie 60, Nr. 599.



Blick nach vorne

Soll man sich die Frage nach dem Wie-weiter überhaupt stellen? Soll man nicht einfach zufrieden zurücklehnen und mit dem bisher Erlebten glücklich sein? Das eine schliesst das andere nicht aus. Allein die Bewahrung des aktuellen Zustandes erfordert mit zunehmenden Jahren ein Mehr an Engagement. Die Intensität im Fitnessprogramm muss etwas dosiert werden, also braucht man mehr Zeit.

An verschiedenen Stellen weise ich darauf hin, dass der Aufbruch zu neuen Zielen das A und O eines dynamischen Alters ist. So habe ich mir einiges vorgenommen. Gestützt auf die bereichernde Erfahrung mit der vorliegenden Erstpublikation, werde ich ein zweites Werklein in Angriff nehmen. Noch offen ist, ob das im Alleingang oder als Kollektivprojekt geschieht.

Im Laufe der Wanderungen durch unsere wunderbare Landschaft hat sich bei mir mehr und mehr eine Vorliebe für spezielle Orte - Kraftorte - entwickelt, an denen unsere Erde nicht nur sicht- und riechbar, sondern auch spürbar ist. In ganz besonderem Masse fasziniert mich diese Erscheinung, wenn sie mit Wasser, Quellen oder einfach mit wasserreichen Gegenden zusammen auftritt. Ich werde versuchen, in der näheren und weiteren Umgebung solch bekannte Orte zu besuchen oder gar neue zu entdecken. Meistens handelt es sich bei ihnen nicht nur um Naturphänomene, sondern um geschichtsträchtige Orte. Kelten und Römer hatten für sie ein besonderes Gespür.

Ein weiteres Ziel ist, unsere herrliche Gegend möglichst vielen Mitmenschen näher zu bringen. Eine regionale Wanderkarte wäre ein Weg dazu.

Ein besonderes Augenmerk gilt weiterhin der Kultur, seien es der Besuch eines klassischen Konzertes im KKL oder kulturelle Anlässe im weitesten Sinne in Dorf und Region. Diese sind für mich ebenso wichtig. Es gibt sie – man muss

dafür nur offene Augen und Ohren haben. Und ein aufnahmebereites Herz.

Alle meine Aktivitäten stehen unter dem Motto „Sich für die Gemeinschaft nützlich machen und dem Leben dankbar sein für alles, was es uns gibt“.



Marianne an einem Quelltopf im Rohrer Schachen unweit der Mündung der Suhre in die Aare. Ohne sie wäre das Buch nicht entstanden.

Literaturverzeichnis

Ladislaus S. Dereskey: Gedächtnis bis ins Alter, Ariston Verlag, Genf 1982

Pier Hänni: Quellen der Kraft, AT Verlag, Baden 2004

Hans Küng: Projekt Weltethos, Piper Verlag, München, Zürich 2005

Urs Lustenberger und Ruedi Wüst-Graf: Die Libellenfauna der Suhre im Kanton Luzern 2002

K. O. Schmidt: Schönheit des Alters, Reichl Verlag St. Goar 1992

Manfred Reitz: In Alters Frische, Verlag Gesundheit, Berlin 1996

Ruedi T. Sonderegger: Auf Gedankenpfaden zum Jakobsweg BoD GmbH, Norderstedt 2008

Vereinigung der Strassenverkehrsämter und bfu –
Beratungsstelle für Unfallverhütung: Broschüre „Autofahren im Alter“

Yves Yolidon: Winikon - Pfarrkirche St. Maria Himmelfahrt ISBN 3-85782-599-5, Serie 60, Nr. 599

Bildernachweis

Das Libellenbild auf der Titelseite stammt von Urs Lustenberger, Mitautor des Berichtes „Die Libellenfauna der Suhre im Kanton Luzern 2002“.

Die Wasserkristallbilder auf Seite 72 hat mir Urs Huber vom Bau-, Umwelt- und Verkehrsdepartement des Kantons Luzern zur Verfügung gestellt. Sie stammen von Ernst Braun. Siehe auch Internet www.wasserkristall.ch.

Alle übrigen Aufnahmen sind vom Verfasser.