

**Zeitschrift:** Frauezeitig : FRAZ  
**Herausgeber:** Frauenbefreiungsbewegung Zürich  
**Band:** - (1986-1987)  
**Heft:** 19

**Artikel:** ... friedlich und ruhig einmünden  
**Autor:** Zürcher, Monika  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1054325>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 12.04.2025

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

# ..... friedlich und ruhig einmünden

«Für mich ist Alter nicht mit Zahlen greifbar. Sobald ich mich nicht mehr dafür interessiere, was um mich geschieht, keine Neugier und Lebensfreude mehr habe, mich nur noch mit mir selber beschäftige, verbittere, weil ich bald sterben werde, dann bin ich alt.» Diese treffende Definition des Wortes ALTER gab mit Joy Matter, Sekundarlehrerin, Grossrätin des

«Jungen Bern» (zum drittenmal in die Legislative des Kantons Bern gewählt), drei erwachsene Kinder, verwitwet, wohnhaft in Wabern bei Bern. Mitarbeit in den verschiedensten Projekten und Kommissionen, u.a. Beratungsstelle «Frau-Arbeit-Wiedereinstieg», Stiftungsrat Frauenhaus Bern, Schweiz. Vereinigung der Eltern hörgeschädigter Kinder usw.

Mit Joy Matter sprach Monika Zürcher

*Woran denkst Du ganz spontan, wenn Du das Wort Lebensabend hörst?*

An das Gegenteil, Lebensmorgen, Jugend.

*Und bei Alter?*  
Weisheit.

*Du bist im Oktober 1985 50-jährig geworden. Ich arbeitete in dieser Zeit auch bei Dir und merkte, dass Du Mühe hattest. Was bedeutete Dir dieser Moment?*

Es war merkwürdig, denn ich habe mir immer gesagt, dass es mich beschäftigen müsste, dass ich 50-jährig werde. Aber ich habe es dann eigentlich nicht als Zäsur empfunden, obwohl ich annahm, dass es so sein werde. Während jenen Tagen habe ich mich sehr stark daran erinnert, wie es war, als ich 30 wurde. Damals war ich den ganzen Tag deprimiert. Wir waren in Frankreich in den Ferien, ich hatte bereits ein Kind und war wieder schwanger. Ich hatte das Gefühl, der «Lebensabend» beginnen nun. Mein Mann und unsere Freunde haben den ganzen Tag Witze über mein Alter gemacht und das hat mir dann irgendwie gut darüber hinweg geholfen. An meinem 50. Geburtstag habe ich dann eine viel stärkere Depression erwartet.

*Warum hat Dich Dein 50. Geburtstag überhaupt beschäftigt?*

Weil ich dachte, dass ich mir nun fast schlagartig bewusst werden würde, dass ich ab jetzt in der sogenannten zweiten Lebenshälfte stehe. Aber es hat sich überhaupt nicht bewahrheitet, ich kam mir nicht älter vor als mit 49 Jahren und 364 Tagen. Ein Fest habe ich nicht gemacht und zwar eigentlich mehr aus Trägheit, nicht weil ich mich nicht dazu bekennen wollte, fünfzig zu sein. Mein Alter steht ja auch z.B. in den Wahlunterlagen und manchmal in den Zei-

tungen, und das ist mir gleichgültig. Ich bin sogar daran gewöhnt, an manchen Orten die Älteste zu sein, besonders an Anlässen mit Frauen aus der Frauenbewegung. Das stört mich nicht und oft bin ich es mir auch gar nicht bewusst. Wenn mir nun jemand das Gefühl geben würde, ich sei zu alt und dadurch fehl am Platz, dann wäre das bestimmt anders.

## Gesellschaft und Alter

*Weshalb ist in unserer Gesellschaft das 50. Lebensjahr so etwas besonderes?*

Ich glaube, es hat sehr viel damit zu tun, wie unsere Gesellschaft mit dem Alter umgeht. Bei uns werden alte Leute nicht geschätzt z.B. wegen ihrer Lebenserfahrung und ihrer zunehmenden Weisheit. Heute ist es wichtig, jung zu sein und das grösste Kompliment, das man jemandem machen kann, lautet: «Du siehst jünger aus als du bist.» Dieser Satz stört mich immer sehr, weil er viel darüber aussagt, wie wir über das Alter werden denken!

Wir bauen auch so, dass alte Menschen ihren Lebensabend in Heimen verbringen müssen. Wegen den hohen Mietzinsen und den beschränkten Räumlichkeiten ist es meistens nicht möglich, dass sie in ihren Familien bleiben. Alte Leute haben wenig zu sagen in unserer Gesellschaft, leider.

## Loslösung der Kinder

*Vor 14 Jahren ist Dein Mann bei einem Verkehrsunfall ums Leben gekommen. Du hast die Kinder allein grossgezogen und nebenbei immer gearbeitet. Wie war es für Dich, als Sibyl und Meret kürzlich auszogen?*

Meine Gefühle waren gemischt. Auf der rationalen Ebene war mir völlig klar, dass es Zeit für sie war, auszuziehen, und ich fand

es auch gut. Auf der emotionalen Ebene ist es natürlich anders. Sie sind nicht mehr da, die Präsenz im Haus fehlt, und das finde ich natürlich traurig. Aber der Kontakt bricht nicht ab und das gegenseitige «Brauchen» hört nicht auf. Zudem bin ich in der glücklichen Lage, das ich sehr interessante Arbeit habe. Wenn ich mich ausschliesslich den Kindern und der Pflege des Hauses gewidmet hätte, dann würde ich sicher eine grosse Leere empfinden. Viele Frauen, die auf unsere Beratungsstelle kommen, erzählen von der grossen Leere, dem Frust, wenn die Kinder ausgezogen sind und sie nicht mehr gebraucht werden.

*Ich glaube, das ist ein wichtiger Punkt. Du hast immer gearbeitet, auch als die Kinder noch klein waren. Du hast ein Eigenleben und warst nie ausschliesslich auf sie fixiert. Ja genau. Meine ausserhäusliche Arbeit hat mir schon damals sehr geholfen, als mein Mann verunfallte.*

## Alter und Schönheit

*Wenn ich an Frauen und Alter denke, kommt mir sofort in den Sinn, dass Frauen auch dann noch schön sein müssen und wollen: faltensfrei, schlank usw. Männer mit grauen Haaren hingegen werden als aufregend bezeichnet. Wir Frauen verlieren im Alter eindeutig an Marktwert.*

Ja, es macht mich traurig, dass besonders wir Frauen nicht zu unserem Alter stehen können. Es ist erklärbar, denn es hat mit der Stellung der Frau in der Gesellschaft überhaupt zu tun. Für einen Mann ist es auch schwer, alt und aus dem Arbeitsprozess ausgeschlossen zu werden. Für uns Frauen ist es aber doppelt schwer. Der körperliche Abbau ist ja nur ein Aspekt und den beobachte ich je nach Stimmung auch an mir mit einem gewissen Ärger. Um die fünfzig

herum kommen die Frauen aber zudem ins Klimakterium, aus dem sie unfruchtbar, sozusagen geschlechtslos herausgehen. Das kann zusätzliche Probleme geben. Die Gefahr, dass sich Frauen überflüssig und nutzlos vorkommen, ist jetzt noch grösser. Da geht es den alten Frauen in unserem südlichen Nachbarland besser: in der italienischen Grossfamilie ist die «Nonna» eine Respektsperson, die eigentlich das Zepter führt.

Ich weiss, dass es nach Theorie tönt, aber ich glaube wirklich, dass jedes Lebensalter seine guten Seiten hat. Nur ist es im Alter offenbar schwieriger, diese wahrzunehmen.

*Weil Du ein ausgefülltes Leben hast, ist Dir äussere Schönheit etwas weniger wichtig, stimmt das?*

Ja, weniger lebensnotwendig. Das hat natürlich auch mit dem Selbstwertgefühl zu tun. Wenn du eine häusliche oder ausserhäusliche Arbeit so gut als möglich machst, gibt dir das eine gewisse Befriedigung. Wenn dir das aber fehlt, ist dein Selbstwertgefühl geringer. Auf unserer Beratungsstelle höre ich immer wieder, wie vielen Frauen Befriedigung und Anerkennung fehlen. Ich freue mich immer, wenn wir diesen Frauen helfen können, eine ihrer Situation gemässe Lösung zu finden. Das Gefühl, unnötig zu werden, ist entsetzlich.

Ich muss Dir dazu noch das Experiment einer hübschen, jungen, deutschen Journalistin erzählen. Sie verkleidete sich einmal als alte Frau und lief so, ungeschminkt und unscheinbar, durch die Strassen. Kein Mensch schaute sie an. Sie erzählte nachher, dieses Erlebnis habe sie völlig kaputt gemacht. Sie hatte erfahren, dass sie wegen ihrem Aussehen, ihrem Alter nicht beachtet wurde. Sie war auf der Strasse nicht existent.

Besonders für Frauen gilt es heute, jung und hübsch zu sein. Wir alle kennen aber wunderbare Beispiele von alten Frauen mit einer grossartigen Ausstrahlung. Ich hoffe, dass es immer mehr davon geben wird!

*Bist Du gerne mit Menschen zusammen, die älter sind als Du?*

Das ist für mich nicht altersabhängig. Ich kann mit ganz Jungen, ganz Alten oder Gleichaltrigen Mühe haben. Es ist mir viel wichtiger, wie sie leben, wie sie denken, ob sie in ihren Meinungen festgefahren sind oder nicht. Es kann auch ganz alte Junge geben. Ich glaube, wir sollten aufhören mit Begriffen wie jung, alt usw. Man kann Menschen damit sehr verletzen und sie unnötig auf etwas festlegen.

## Alter und Tod

*Ist der Tod für Dich ein Ende?*

Ja, in dem Sinn, dass der unmittelbare Kontakt zu den Kindern und Freunden zerrissen wird.

*Hast Du am Geburtstag auch daran gedacht?*

Ja, denn der Tod ist mir ein vertrauter Gedanke. Ich beschäftige mich viel damit. Einige Menschen, die mir sehr nahe standen, sind bereits gestorben und ich habe mich jedesmal intensiv damit auseinandergesetzt.

## Politische Arbeit – Altersutopien

*Wie stellst Du Dir die weitere politische Arbeit im Grossrat, in den Frauengruppen vor? Siehst Du Veränderungen, vielleicht Gebietsverlagerungen?*

Das weiss ich noch nicht genau. Mein Interesse an Frauenfragen ist unverändert. Was ich mir überlege ist, welche Arbeitsbereiche ich allmählich ein wenig abbauen möchte. Ich will nicht plötzlich aufhören müssen, weil ich zu alt, zu müde bin, zu wenig Spannkraft und Ideen habe. Ich will nicht pausenlos aktiv sein, bis ich nicht mehr kann. Sonst erlebe ich mit sechzig die gleiche Situation wie viele Frauen mit vierzig, wenn die Kinder weggehen.

Trauer. Dieses Bewusstsein steigert die Lebensintensität.

*Was fällt Dir sonst noch Positives ein zum Alter?*

Erfahrungen, die ich gemacht habe weitergeben zu können, wenn mir jemand zuhören will! Mehr Zeit zu haben für Dinge, die jetzt zu kurz kommen, weil ich die Prioritäten anders setze.

Es ist wichtig, dass man sich immer mit seiner Zukunft, seinem nächsten Lebensalter beschäftigt, auch mit dem Tod. Manchmal ist es schön, einfach im Moment zu leben, aber das Vorausschauen ist auch ein Teil meines Lebens. Ich will, auch wenn ich älter werde, ein sinnvolles Leben haben und daran muss ich jetzt denken. Oft kommt



*Welche Altersutopien hast Du? Wie und wo möchtest Du leben?*

Seit Jahren sage ich, dass ich nie in ein Altersheim aufs Land gehen möchte, wo ich mir isoliert vorkäme, weil ich immer in der Stadt gelebt habe. Ich stelle mir eine durchmischte Wohnform vor, z.B. in einem Mehrfamilienhaus, in dem ganz bewusst verschiedenste Altersgruppen wohnen, unabhängig und doch gemeinsam. Das kann für alle MitbewohnerInnen bereichernd sein und gefällt mir als Vorstellung. Ich möchte in einem meinem jeweiligen Alter entsprechenden Mass aktiv bleiben können.

Trotz all diesen Vorstellungen und Gedanken hat das Alter für mich auch etwas Melancholisches. Denn ich überlege mir, dass ich nicht mehr so viele Jahre vor mir habe, nicht mehr so manchen Frühling erleben. Das ist traurig, aber es ist auch eine gute

mir ein Aufsatz von Bertrand Russell, einem englischen Mathematiker und Philosophen, in den Sinn, den ich vor Jahren gelesen und seither nicht mehr vergessen habe. Er vergleicht das Leben mit dem Wasser. Am Anfang, am Lebensmorgen, ist das Leben wie ein munterer Bach. Er jagt über Felsen hinunter, stösst gegen Steine, verzweigt sich und fliesst wieder zusammen. Allmählich wird der Bach zum Fluss, seine Ufer werden breiter und das Wasser fliesst ruhiger. Andere Flüsse kommen hinzu und als breiter Strom, der immer träger wird, mündet er schliesslich ins Meer ein. Dieser Gedanke vom friedlichen, ruhigen Einmünden gefällt mir sehr. Mein Leben ist jetzt wie ein breiter Fluss, der noch sehr unruhig fliesst und ruhiger werden sollte.

*Ich danke Dir für das Gespräch.*