Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2014)
Heft: 1

Artikel: Mit dem geerbten Leben leben
Autor: Fischer, Monika
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-820878

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

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

Mit dem

Fotos: Peter Lauth

Wir tragen das Erbe einer langen Menschheitsgeschichte mit und in uns. Geschichte, gesellschaftliche und familiäre Traditionen haben unser Leben geprägt. Durch bewusstes Erinnern können wir unsere persönliche Lebensgeschichte besser verstehen und uns damit versöhnen. ZENIT-Redaktorin Monika Fischer im Gespräch mit der Philosophin, Psychoanalytikerin und Traumatherapeutin Maja Wicki-Vogt.

geerbten Leben leben

VON MONIKA FISCHER

Bellerivestrasse: Die Adresse klingt verheissungsvoll. Nur eine vierspurige Strasse und ein Gehweg trennen das Haus vom Ufer des Zürichsees. Der Blick durch die Fenster der Wohnung im vierten Stock weitet sich bis hin zur schneebedeckten Kette der Alpen. «Nach der Arbeit sitze ich am Abend oft hier, geniesse die Sicht auf das Wasser, den Sonnenuntergang, die Ruhe.» Maja Wicki-Vogt sagt dies mit einem Lächeln.

«Erbschaften ohne Testament.» Der Titel des Ende Januar erschienenen Buches der 74-Jährigen hat die Neugier der Journalistin geweckt. Die Autorin zitiert aus dem Vorspann: «Wir werden hineingeboren in die grosse Erbschaft einer Herkunftsgeschichte und Zeitgeschichte, Vormütter- und Vorvätergeschichte, Sprachgeschichte und Denkgeschichte, Kulturgeschichte, Kriegs- und Leidensgeschichte, auch in die Geschichte der Wälder, der Gebirge, Wüsten und Gewässer und ihrer zahllosen Bewohnerinnen und Bewohner. Ungefragt sind wir Erbe und Erbin. Tatsächlich ohne Testament? Ohne persönlichen Auftrag?» Maja Wicki ist überzeugt: «Nur auf der Auseinandersetzung mit der Vergangenheit, mit dem Bewährten und Verworfenen, lässt sich der Prozess des selber gewählten Werdens aufbauen.»

> „Viele Fehler oder Unglücke im Leben entstehen wider besseres Wissen."

Anhand der Porträts von zwölf bedeutenden Menschen – zwei Frauen und zehn Männern –, darunter Hannah Arendt und Simone Weil, Sigmund Freud, Arnold Zweig, Franz Kafka und Ludwig Wittgenstein, beleuchtet sie Zusammenhänge, wie im Laufe der Geschichte eins aus dem andern herausgegangen ist. Sie deckt auf, wie die Menschen verwoben sind mit ihrer Zeit, mit ihrer Umgebung und wie diese Prägung ihr Leben und ihr Handeln bestimmt. In ihrem Buch «Kreative Vernunft» hatte sie dies bereits mit den Porträts mutiger Frauen belegt.

Übernommenes Erbe

Die Fragen, die an Beispielen bedeutender Denkerinnen und Denker geklärt werden, stellen sich für jeden Menschen: Wie kommen wir mit dem in unserem Leben zurecht, das wir nicht gewählt haben? Mit der Prägung im früheren gesellschaftlichen Umfeld? Mit den Entscheiden, die wir mangels besseren Wissens gefällt haben?

Maja Wicki verweist auf ihre persönliche Lebensgeschichte. Viele Menschen, die wie sie zur Zeit des Zweiten Weltkrieges geboren wurden, erfuhren in ihrer Kindheit und Jugend ähnliche Lebensbedingungen. Gesellschaftsordnung und Geschlechtersystem waren vergleichbar mit jenen im 19. Jahrhundert, die Rollen in der Familie klar verteilt. Kirche und Staat wurden als Autoritäten wenig hinterfragt. Das Leben war durch Pflichten, durch Gebote und Verbote, durch die Anpassung an die geltende gesellschaftliche Ordnung bestimmt. Mädchen wurden durch obligatorische Kurse in Hauswirtschaft auf ihre Aufgabe als Hausfrau und Mutter vorbereitet. Die Sexualität war weitgehend tabuisiert. Es war undenkbar, vor der Ehe mit einem Partner zusammenzuleben. Zudem war die Geburtenkontrolle vor der Pille schwierig.

Maja Wicki verfügt über einen Schatz an Kindheitserinnerungen, aufgewachsen in einem Vorort von Luzern als Älteste von sieben Geschwistern. In Mädchenpensionaten verbrachte sie die Pubertät und frühe Adoleszenz, die sie mit der Matura an der Kantonsschule abschloss. Sie heiratete zu Beginn des Studiums mit 22 Jahren und zog vier Kinder auf. Daneben übersetzte sie Bücher aus dem Französischen und unterrichtete Deutsch für AusländerInnen. Ihr ursprünglich rebellisches Lebensgefühl musste sich während Jahren den konventionellen Ehebedingungen anpassen. Gleichzeitig wollte sie ihren Wissenshunger wachhalten und setzte in langsamen Schritten ihr Studium fort.

Mut zum eigenen Weg

Wie kommt ein Mensch zurecht mit dem, was er im Leben nicht selber gewählt hat? Was er als Erbe seiner Eltern und Vorfahren, als Erbe der Zeit, in die er hineingeboren wurde, bewusst oder unbewusst mit sich schleppt? Offen räumt Maja Wicki ein: «Viele Fehler im Leben entstehen wider besseres Wissen. Menschen verursachen Unglück, weil sie im Zeitpunkt des Entscheidens nicht fähig sind, anders zu handeln und die Folgen ihres Handelns zu bedenken.» Oder sie fühlen sich unzufrieden und unglücklich mit ihrem Leben, das durch mangelnde Kenntnisse und unüberlegte Impulse in einen bestimmten Rahmen gedrängt wurde. Im

Nicht daheim und doch zu Hause.

Kompetente Betreuung mit Herz

Willkommen zu einer Auszeit an der sonnigen Südflanke der Rigi am Vierwaldstättersee!

Familiäre Atmosphäre, guter Service, professionelle Pflege. Ideal für Urlaub und Kuren.

Frisch restauriert: unser herrlicher Jugendstilsaal!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch: Kurhaus Seeblick | Baumenweg 20 | CH-6353 Weggis
T +41 (0)41 392 02 02 | reservation@kurhaus-seeblick.ch | www.kurhaus-seeblick.ch

seeblick
KURHAUS WEGGIS

HÖRZENTRUM SCHWEIZ LUZERN

Gutschein für:

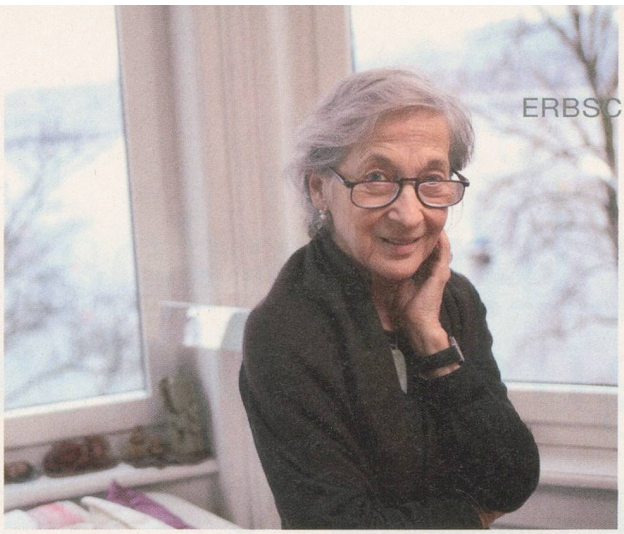
- Hörtest
- Hörgeräteservice/-kontrolle
- Optimierung jedes Hörgerätes
- Hörberatung

Testen Sie unverbindlich die neuesten Hörsysteme –

individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Hörzentrum Schweiz Luzern AG
Maihofstrasse 95A
6006 Luzern
Tel. 041 420 71 91

www.hzs.ch



Laufe eines Entwicklungsprozesses werden sie sich bewusst, wie stark ihre persönliche Lebensgestaltung lange Zeit durch das gesellschaftliche, politische und religiöse Umfeld geprägt wurde. Es kann zur schmerzlichen Erkenntnis führen, dass eine Fortsetzung des Gewohnten verhängnisvoll wäre, dass es den Mut braucht, einen anderen, neuen Weg zu wagen.

Die Psychotherapeutin rät, in Situationen der Krise nicht in Selbstvorwürfe oder in Hader zu verfallen. Es sei hilfreich, über das Klären der Ursachen die Fehlentscheide zu verstehen und sie akzeptieren zu lernen, gleichzeitig den Blick nach vorn zu öffnen und so zu ermöglichen, sich selber und anderen – den Eltern, Angehörigen und weiteren Bezugspersonen – zu vergeben.

Die dadurch gewonnene Freiheit verändere die Beziehung zum eigenen Ich wie jene zu anderen Menschen, sie trage bei zur persönlichen Zufriedenheit, zur Erfahrung von Lebenssinn, ja von Glück. Für Maja Wicki ist dies «eine Chance, die wir keinesfalls verpassen sollten. Dafür ist es nie zu spät. Versöhnung mit sich und dem Leben ist auch kurz vor dem Tod noch möglich, damit wir im inneren Frieden mit uns und unserem Leben sterben können.»

„Eine Versöhnung mit sich und dem Leben ist auch kurz vor dem Tod noch möglich."

Von der Herzenskraft leiten lassen

Den Erkenntnisprozess über das übernommene Erbe bezeichnet sie als Chance, aus alten Mustern auszusteigen, neue Möglichkeiten und Angebote aufgrund unserer Fähigkeiten zu prüfen, Wahlmöglichkeiten zu ergreifen und das Leben zu verändern.

Doch wie findet ein Mensch zu dem, was für ihn gut und richtig ist? Maja Wicki verweist auf die Bedeutung der inneren Stimme, auf die kreative Kraft des denkenden Herzens, der Gegenkraft von Angst und Gewalt. Es gehe darum, Courage als Herzenskraft zu spüren, die uns im Hinblick auf die richtigen Entscheide leite. Dabei betont sie den Wert der selber wählbaren «Erbschaften», über die wir verfügen, indem wir Vorbilder finden, die uns ermutigen, stärken und bestätigen. Vorbilder, die uns zeigen, dass wir den Mut haben dürfen, Veränderungen zu realisieren und Wünsche zu erfüllen: in Freiheit, nicht im Sinne einer Pflicht, als Dürfen, nicht als Müssen.

Zugunsten von uns selber und in der Verantwortung gegenüber anderen und der Natur geben wir durch die Art und Weise, wie wir leben, Erbschaften ohne Testament weiter an die nächste Generation.

Die Worte von Maja Wicki sind nicht Theorie. Vielmehr schöpft sie aus ihrer reichen Lebenserfahrung, verbunden mit einer späten, vielfältigen Karriere: Ihr Philosophiestudium schloss sie 1983 mit einer Dissertation über die Denkerin Simone Weil ab. Anschliessend studierte sie bei Stefan Herzka in Zürich Psychologie und Traumatherapie. Mitte der Achtzigerjahre arbeitete sie als Journalistin bei der alten «Weltwoche», beim «Tages-Anzeiger», beim «Magazin».

Beim Schweizer Fernsehen trug sie zum Aufbau der «Sternstunde Philosophie» bei. Stets hatte sie Lehraufträge an Universitäten im In- und Ausland. Ihre öffentliche und politische Arbeit lief immer parallel zum humanitären Engagement. Unermüdlich setzt sie sich für Menschen ein, die auf Hilfe angewiesen sind, und kämpft gegen die Sprachlosigkeit. Eindringlich mahnt sie, in unserer lauten und von Kommerz geleiteten Leistungsgesellschaft Kinder, Gebrechliche, Kranke und Fremde nicht zu benachteiligen.

Alter als Gewinn

Was es heisst, sprachlos zu sein, hat sie selber vorübergehend infolge einer Hirnblutung kurz vor ihrem 60. Geburtstag erfahren. In einer langen Genesungsphase gelang es ihr, das Sprechen langsam wieder zu lernen. Das Treppensteigen in ihre Wohnung nach verschiedenen Brüchen bezeichnet sie lachend als praktische Physiotherapie.

Seit ihrer Scheidung alleinstehend, ist Maja Wicki auch mit 74 Jahren noch aktiv. Sie arbeitet – «etwas langsamer geworden» – als Psychotherapeutin und Supervisorin, engagiert sich für Menschenrechte, schreibt Bücher, hält Vorlesungen und Vorträge: «Ich bin dankbar für das gelebte Leben und glücklich. Es geht mir gut, kann ich doch meine zwischenmenschlichen und beruflichen Möglichkeiten bei allen körperlichen Einschränkungen weiter ausschöpfen.»

Sie bezeichnet das Alter als Gewinn: «Ich habe gelernt, vieles im Leben – auch den Körper mit seinen Einschränkungen – besser zu verstehen und angstfreier zu leben. Zusätzliches Wissen steigert den Wert des Lebens, den Wert der Zeit. Ich schätze jeden neuen Tag, jede Begegnung, den Wert von Freundschaften und bin froh, dass mich die Stimme des denkenden Herzens – die kreative Vernunft – weiter leitet.»