

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Zenit**

Band (Jahr): - **(2020)**

Heft 1

PDF erstellt am: **22.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



# inhalt

## Lebenskunst

Geschätzte Leserinnen und geschätzte Leser

Unser Leben ist vielfältig, bunt und kunstvoll. Eingebunden und festgefahren in den Alltagsstrukturen sehen wir aber oft nicht, wie sich das Leben wie ein Kunstwerk präsentiert. Wir lieben Gewohntes und die Routine. «Savoir-vivre» – wie es die Franzosen ausdrücken – liegt uns fern. (Zu) selten hören wir auf unsere Gefühle und unser Herz und kosten die angenehmen Seiten des Lebens aus. Manchmal lässt dies die aktuelle Lebenssituation nicht zu. Im Extremfall endet so die Lebenskunst gar in Überlebenskunst. In dieser Phase benötigen wir viel Lebenskunst, um unser Leben wieder in sichere und gewohnte Bahnen zu lenken.

Lebenskunst ist also nicht nur die Kunst, das Leben zu geniessen, sondern auch, mit dessen weniger geniessbaren Seiten zurechtzukommen. Genauso ergeht es Rita Merz, Beat Vogel und Ubald Zemp. Sie alle erhielten mitten im berufstätigen Alter die Diagnose Demenz. Wie sie seither ihr Leben meistern, erzählen sie in dieser Zenit-Ausgabe eindrucksvoll. Der 84-jährige Jazzmusiker Bruno Spoerri beschäftigt sich nicht erst seit dem Blutgerinnsel vor drei Jahren mit Lebenskunst. Er hatte Glück und ist wieder so genesen, dass seine Agenda nach wie vor mit Auftritten prall gefüllt ist. Praktisch täglich setzt sich auch Hanspeter Hunkeler mit Lebenskunst auseinander – einerseits als erdverbundener Bauer, andererseits als feingeistiger Künstler. Mit der Aufgabe ihrer Berufstätigkeit machte sich auch die ehemalige Sozialarbeiterin und Psychotherapeutin Anne Marie Schärer Gedanken über den Sinn des Lebens. Seither nimmt das künstlerische Schaffen wieder mehr Platz in ihrem Alltag ein.

Lebenskunst sei der Einsatz von mentalen Fähigkeiten, sein Leben gemäss seinen Werten und Zielen so zu führen, dass man zufrieden sei, sagt der Luzerner Facharzt Dr. med. Martin Schwarzin im Zenit-Interview. Und der deutsche Philosoph Wilhelm Schmid bezeichnet Lebenskunst als bewusste Lebensführung, als Orientierung im Leben mithilfe des Denkens. Zum Schluss seines Artikels hält er ein ganz simples Rezept für die Lebenskunst bereit. Lassen Sie sich überraschen.

**Ruedi Fahrni,**  
Geschäftsleiter Pro Senectute Kanton Luzern

### 4 IM ZENIT

Im Gespräch mit Bruno Spoerri.

### 8 LEBENSFREUDE

Der Philosoph Wilhelm Schmid erörtert, wie wichtig es ist, das Leben zu geniessen und ihm einen Sinn zu geben.

### 11 LEBENSKRAFT

Dr. med. Martin Schwarzin erklärt im Interview, was man selber für ein zufriedenes Leben tun kann.

### 14 LEBENSINN

Rita Merz, Beat Vogel und Ubald Zemp erzählen, wie sie trotz der Diagnose Demenz ihren Alltag meistern und ihre Lebensfreude nicht verloren haben.

### 18 PERSÖNLICHKEITEN

Anne Marie Schärer und Hanspeter Hunkeler berichten, welche Rolle die Kunst in ihrem Leben einnimmt.

### 25 RÜCKSCHAU

Auch 2020 waren die beiden Neujahrskonzerte im Luzerner Theater ein voller Erfolg.

### 28 BLICK IN DIE GESCHICHTE

Walter Steffen zeigt, wie in Sempach Historie und Moderne harmonieren.

### 31 WAS MACHT EIGENTLICH?

Zu Besuch beim einstigen Fussballstar Kudi Müller.

### 32 «WOHNEN 60+»

Auf dem NF49 können im Container «Pro Senectute Lab.LU» generationenübergreifende Projekte entwickelt werden.

### 34 AGENDA

Spannende Veranstaltungen und Messen zum Vormerken.

### 43 GUT ZU WISSEN

Wichtige Adressen von Pro Senectute Kanton Luzern.

**Impressum**  
ZENIT ist ein Produkt  
von Pro Senectute  
Kanton Luzern  
Erscheint vierteljährlich

**Redaktionsadresse**  
ZENIT, Pro Senectute  
Kanton Luzern  
Maihofstrasse 76  
Postfach 3640  
6002 Luzern  
Telefon: 041 226 11 88  
E-Mail:  
info@lu.prosenectute.ch

**Redaktion**  
Monika Fischer  
Jürg Lauber  
Esther Peter

**Layout/Produktion**  
Media Station GmbH

**Inserate**  
Pro Senectute Kanton  
Luzern, Geschäftsstelle

**Druck und Expedition**  
Vogt-Schild Druck AG  
Gutenbergstrasse 1  
4552 Derendingen

**Auflage**  
50 000

**Abonnemente**  
Für club-sixtysix-  
Mitglieder im  
Jahresbeitrag inbegriffen

**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER