

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 90 (2012)
Heft: 6

Artikel: Ewige Liebe kommt nicht von selbst
Autor: Novak, Martina
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-724502>

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: 02.02.2025

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



Helga und Peter Keller:
Auch wenn Aktivitäten
wie Tennis, Curling oder
Velofahren in den
Hintergrund treten
mussten: Seinen Humor
hat das sportliche
Ehepaar nicht verloren.

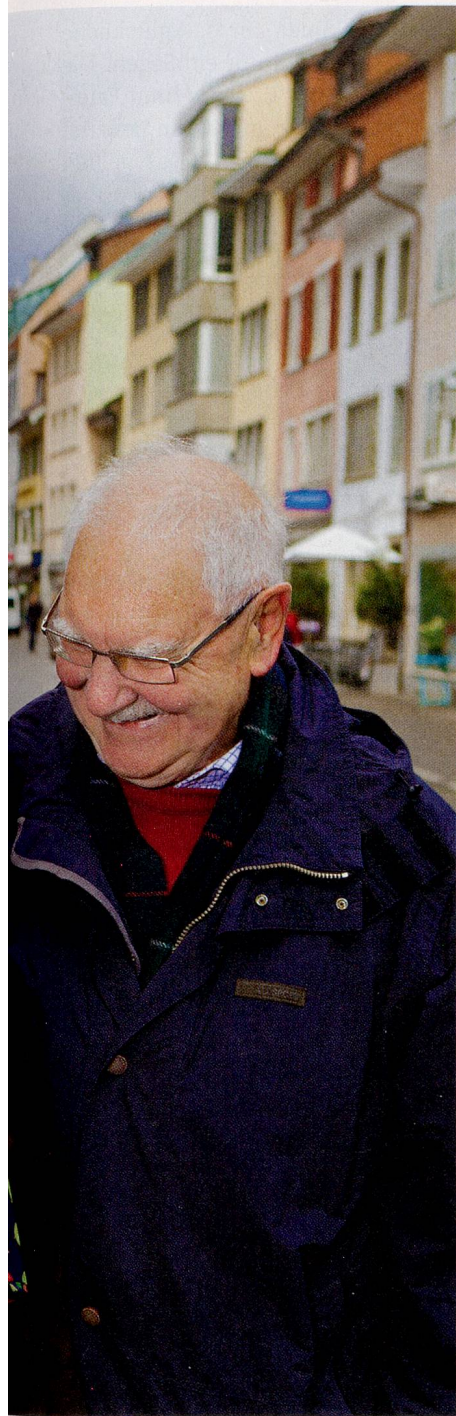


Jolan und Hans-Jakob
Tobler: Das politisch
und kulturell interes-
sierte Ehepaar ist oft in
Winterthurs Altstadt
unterwegs – einzeln
oder zu zweit, je nach
bevorzugtem Anlass.

Ewige Liebe kommt nicht von selbst

Was braucht es, damit zwei Menschen ein halbes Jahrhundert in Liebe verbunden bleiben? Zeitlupe-Redaktorin Martina Novak fragte drei Paare, die auf 47, 54 und 55 Ehejahre zurückblicken können. Echtes Interesse aneinander, Toleranz und die Bereitschaft, sich im Konflikt zusammenzuraufen, müssen von Anfang an vorhanden sein – darin sind sich alle einig.

Von Martina Novak, mit Bildern von Nathalie Guinand



Margrit und Klaus Bietenholz: Nach sechzig Jahren ist die gegenseitige Anziehung der Eheleute noch gross. Sie geniessen innige Zweisamkeit, lassen sich aber auch viel Freiraum.

Meinen Mann habe ich halt immer noch gern», sagt Margrit Bietenholz fast entschuldigend auf die Frage nach dem Geheimnis ihrer langen Beziehung. Vor sechzig Jahren begegnete die damals 21-jährige Sekretärin bei einem Praktikum in einem Bündner Hotel dem sechs Jahre älteren Tonassistenten Klaus.

Für sie war ziemlich rasch klar, dass der gut aussehende Zürcher der Mann ihres Lebens werden sollte. Er hingegen wollte noch seine Unabhängigkeit geniessen und geschäftlich ins Ausland gehen. Vier Jahre später waren sie ein Paar

und heirateten. Zur gegenseitigen äusserlichen Anziehung kamen andere Aspekte hinzu, welche die junge Liebe stärkten: Margrits Unterstützung bei Klaus' beruflichem Weg und die ähnliche Herkunft, der hoch entwickelte Familiensinn, das friedliche und befruchtende Miteinander der unterschiedlichen Charaktere der beiden.

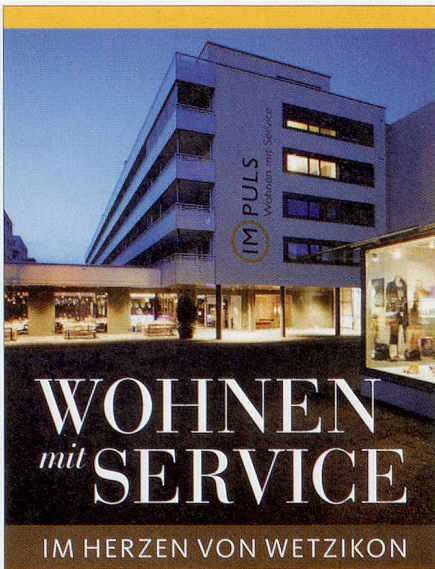
Was es am meisten braucht

«Toleranz und Verständnis» sind gemäss einer deutschen Längsschnittstudie aus dem Jahr 2003 die wichtigsten «Zutaten» des «Eherezeptes». Rund 600 in erster Ehe verheiratete Paare wurden befragt,

was für ihre Beziehung am verbindlichsten sei. 32 Prozent der Befragten antworteten an erster Stelle: Den Partner, die Partnerin so sein lassen, wie er oder sie ist, und auch die Schwächen akzeptieren können. Eine Tatsache, die sich bei zufriedenen Langzeitehepaaren immer wieder zeigt.

Bei manchen nimmt die Toleranz im Lauf des gemeinsamen Lebens gar zu oder wird noch wichtiger, wenn zum Beispiel ein Partner altersbedingt vergesslicher und ungeschickter wird. Bei anderen Paaren dagegen ist das Ver-

Lesen Sie bitte weiter auf Seite 12



WOHNEN mit SERVICE

IM HERZEN VON WETZIKON

In den grosszügigen und komplett rollstuhlgängigen 2,5- bis 6,5-Zimmer-Mietwohnungen geniessen Sie ein sicheres, selbständiges und komfortables Leben mit individuellen Dienstleistungen.

- Serviceangebote nach Wunsch und Bedarf
- Rezeption und 24-Stunden-Notfall-Dienst
- Hauseigenes Restaurant
- Hallenbad und Sauna
- Ärztezentrum mit Physiotherapie-Angeboten
- Familiäre Atmosphäre und beste Lage



Rezeption



Hallenbad



Wohnen mit Service

ImPuls Wohnen mit Service
 Bahnhofstrasse 137
 8620 Wetzikon
 Telefon 044 931 22 20
 info@impuls-wetzikon.ch
 www.impuls-wetzikon.ch

ständnis für den anderen von allem Anfang an sehr gross.

«Sie ist die Exakte, ich kann besser improvisieren», beschreibt Klaus Bietenholz den Unterschied zwischen sich und seiner Frau. Das ergebe zwar manchmal Diskussionen, die dank gegenseitiger Nachgiebigkeit aber meistens schnell beendet seien. «Wir haben uns immer verständigen können», ergänzt er.

Gute Kommunikation und Bereitschaft zur Konfliktlösung ist nicht nur bei Margrit und Klaus Bietenholz Garant für eine dauerhafte, funktionierende Beziehung. In der deutschen Ehestudie wurden diese Eigenschaften an vierter Stelle der wichtigen «Zutaten» genannt, nach «Vertrauen», «Offenheit» und – am dritthäufigsten – «Liebe». Auffallend: Mit zunehmendem Alter und Ehedauer der Befragten nahm die Bedeutung der «Liebe» für harmonisches Zusammenleben kontinuierlich zu.

Trotz der statistischen Erkenntnis wird wohl kein Ehepaar an der goldenen Hochzeit verkünden, dass «die Liebe gleich ist wie am ersten Tag». Der Schweizer Psychotherapeut Jürg Willi definiert es im viel beachteten Buch «Was hält Paare zusammen?» so: «Im längeren Zusammenleben wandelt sich der Charakter der Liebe. Die Liebe geht in die Schaffung einer inneren und äusseren Behausung ein, welche den Partnern Geborgenheit und Vertrautheit gibt. (...) In der Langzeitbeziehung wird Liebe immer mehr zur Rahmenbedingung, in welcher sich die Partner autonom bewegen und doch untergründig aufeinander bezogen bleiben. Die Liebe wird zur miteinander geteilten Lebensgeschichte.» Margrit Bietenholz ergänzt: «Die Liebe wird reifer, man kann sich hundertprozentig auf den andern verlassen.»

Wie Probleme belasten können

Trotzdem ist es auch bei Beziehungen, die aus Liebe entstanden, nicht selbstverständlich, dass die emotionale Verbindung durch alle möglichen Lebenslagen bis ins Alter erhalten bleibt. Ereignisse wie Geburten, Hausbau, Arbeitsbelastung, Arbeitslosigkeit, Krankheit oder Todesfälle können das Band zwischen zwei Menschen stärken, aber auch empfindlich auf die Probe stellen. Wie die steigenden Scheidungszahlen von über 20-jährigen Ehen zeigen, kann die Liebe noch abhandkommen, auch wenn man ein ganzes Stück Weg zusammen zurückgelegt und viel gemeinsam gemeistert hat.

Die zunehmende Lebenserwartung, die Ehepartnern nach der Pensionierung gemeinsame Jahrzehnte ermöglicht, ist,

so seltsam es klingt, für das glückliche Leben zu zweit nicht nur ein Segen. Die Zeit, die vorher mit Erwerbs- und Familienarbeit gefüllt war, muss nun bewusst als Paar verbracht werden. Das gelingt dort gut, wo ähnliche Interessen Partner verbinden – und wo jeder dem anderen Raum für dessen eigene Aktivitäten gibt.

Margrit und Klaus Bietenholz reisen seit Jahren zusammen auf die Kanaren-Insel Lanzarote, wo sie in trauter Zweisamkeit wandern und die unwirtliche Natur bewundern. Im geräumigen Reihenhäuser in Gockhausen ZH können sich die Eheleute zurückziehen und den eigenen Interessen und Beschäftigungen nachgehen: Er malt im Dachstockatelier, sie liest, bastelt mit der Enkelin oder besorgt den Haushalt. «Es hilft der Beziehung, wenn die Wohnsituation gut ist», sagt Margrit Bietenholz.

Raum für beide

Viel Raum, in dem sie sich individuell aufhalten können, schätzen auch Jolan Tobler-Borkowski, 79, und Hans-Jakob Tobler, 80, aus Winterthur. In der grosszügigen Stadtwohnung besitzen sie und er je ein eigenes Arbeitszimmer und ein eigenes Bad. In diese Einzelbereiche redet man sich nicht drein. «Ich bin eher chaotisch veranlagt», gibt Hans-Jakob Tobler zu. «Aber meine Frau, die selbst viel ordentlicher ist, lässt mich gewähren.»

Es waren nicht nur die Unterschiede im Charakter und auch nicht die verschiedenartige Mentalität ihrer Herkunftsfamilien, weshalb sich Jolan und Hans-Jakob Tobler voneinander angezogen fühlten, sondern das gleiche berufliche Umfeld. Vor 55 Jahren waren die Sozialarbeiterin und der Primarlehrer im selben Jugendheim tätig. Nach «rückblickend abenteuerlichen nur drei Monaten» wussten sie, dass sie zusammengehören. «Das war eindeutig Glück oder vielleicht Fügung, aber nicht nur unser Verdienst», sagt Hans-Jakob Tobler. Jolan Tobler ergänzt: «Wenn man sich im Beruf kennenlernt, weiss man schon recht viel über den anderen. Man sieht, wie er oder sie etwas anpackt, das ist ein gutes Element für eine Beziehung.»

Verschiedene gemeinsame «Brennpunkte» wie das abgelegene Haus im Tessiner Onsernonetal und kulturelle Interessen kamen dazu. Noch heute diskutiert das Ehepaar gerne über pädagogische oder politische Themen, auch wenn nicht immer beide einer Meinung sind. Konflikte wurden immer verbal gelöst. Hans-Jakob Tobler: «Wir sind beide keine ex-



plosiven Typen. Unsere Kinder sagen, sie hätten uns nie laut fluchen oder streiten gehört. Das heisst aber nicht, dass wir nie Krach gehabt hätten!»

Dass es nie zu einer grossen Krise kam, ist nicht nur der Übereinstimmung in vielen Dingen zu verdanken. «In der Zeit, als wir heirateten, war die Familie auch eine Existenzgemeinschaft, der Zusammenhalt war für uns überlebenswichtig», sagt Hans-Jakob Tobler. «Das bleibt in einem drin, auch wenn sich die Gesellschaft verändert.»

Enkel können kitten

Viele langjährig liierte Paare erleben eine neue Verbundenheit, wenn sie Grosseltern werden. Enkelkinder bedeuten eine Weiterführung der familialen Generationenfolge, und der Kontakt mit deren Eltern stellt einen Anknüpfungspunkt an frühere Lebenserfahrungen dar. Die Altersforscher Pasqualina Perrig-Chiello und François Höpflinger schreiben in ihrer Studie «Die Babyboomer. Eine Generation revolutioniert das Alter» von 2009: «Das gemeinsame Engagement als Grosseltern für die Unterstützung der Kinder und Enkel kann für die Partnerschaftsbeziehung sehr verbindend und beglückend sein.» Wie das Beispiel von Jolan und Hans-Jakob Tobler zeigt, kann aber auch ein Paar mit acht Enkeln neben der Grosselternrolle noch zahlreiche andere Aufgaben übernehmen, sofern es die Gesundheit zulässt.

Helga und Peter Keller aus Bellikon AG müssen sich nach dem Besuch der vier Enkel im Alter zwischen einem und neun Jahren jeweils «immer länger erholen», erzählen sie lachend. Trotzdem ist es für das ehemals sehr sportliche Ehepaar selbstverständlich, statt gemeinsam

auf dem Tennisplatz oder in der Curlinghalle zu stehen wie in jüngeren Jahren, nun vermehrt Anlaufstelle für die Kinder ihrer zwei Töchter zu sein. Der Aktionsradius des Ehepaares hat sich in den letzten Jahren mehr auf Haus und Garten verlegt, seit Peter Keller eine Herzoperation über sich ergehen lassen musste und andere körperliche Beschwerden die beiden plagen.

In ihrem Heim hoch über dem Reusstal mit traumhafter Aussicht auf den Jura und die Alpen geniessen sie jeden Tag, auch ohne ständig etwas zu unternehmen oder das Haus voller Leute zu haben wie früher. Dafür kochen die 73-Jährige und ihr ein Jahr älterer Mann gerne miteinander etwas Feines. In der geräumigen Wohnküche klappt das bestens. «Wenn Peter ein bestimmtes Menü ausprobieren möchte, dann lasse ich ihn machen. Ich schnetzle sogar noch die Zutaten», erzählt Helga Keller, deren eigentliches «Revier» der Haushalt ist, während Peter Keller als selbstständiger Unternehmer noch immer teilweise Kundenanfragen bearbeitet.

Ein ähnlicher Sinn für Humor

Kennengelernt hatten sich die kaufmännische Angestellte und der Maschinenbauingenieur vor fünfzig Jahren im Tanzlokal Mascotte in Zürich. Obwohl – oder gerade weil – Helga in Dresden aufgewachsen war und aus ganz anderen Verhältnissen stammte, verstanden sie sich auf Anhieb. «Wir hatten und haben grosses Glück miteinander!», sagt Peter. «Wir sind uns im Wesen sehr ähnlich, finden fast immer dasselbe gut, sei es beim Essen, bei Freunden, bei der Einrichtung oder bei politischen Themen. Einen ähnlichen Sinn für Humor haben

wir ebenfalls.» Helga Keller, die mit einem Viertel italienischen Blutes die Temperamentvollere der beiden ist, ergänzt: «Wenn Peter etwas macht, dann stimmt das auch für mich.»

Nur einmal, vor vielen Jahren, war sie mit seiner Entscheidung, ein Grundstück im Aargau zu erwerben, nicht glücklich. Nach schlaflosen Nächten bat sie ihn, es wieder zu veräussern, weil sie sich nicht vorstellen konnte, so abgelegen auf dem Land zu wohnen. Er gab nach und ein Inserat auf. Als sich bereits ein anderer Bauherr interessierte, lenkte Helga ein, das Land doch zu behalten. Sie hatte erkannt, dass er ihr zuliebe darauf verzichtet hätte, obwohl es ihm sehr am Herzen lag. Sie musste es nie bereuen.

Jedes Paar ist einzigartig

Es braucht eine ganze Menge von passenden Zutaten, damit eine über Jahrzehnte dauernde Beziehung zweier Menschen beiden möglichst viel Zufriedenheit bringt oder sie gar glücklich macht: Glück und Liebe, Verständnis und Vertrauen, Nachgiebigkeit und Durchhaltevermögen, Nähe und Distanz.

Die Beziehungszutaten variieren in der Menge und in der Zusammensetzung, denn jedes Paar ist einzigartig. Und sie müssen im Lauf der Jahre immer wieder neu abgewogen werden, denn jede Lebensspanne mit ihren speziellen Herausforderungen stellt auch neue Ansprüche an die Akteure. Wer das schafft, tut sich und anderen etwas Gutes.

«Studien belegen, dass Personen in Paarbeziehungen gesünder sind, länger leben und einander auch bei Pflegebedürftigkeit Unterstützung leisten, was letztlich der Gesellschaft nützt», erklärt der Gerontopsychologe Mike Martin von der Universität Zürich (siehe Interview auf Seite 15). Beratende und unterstützende Massnahmen zur Förderung einer guten Beziehungsqualität seien deshalb wünschenswert und manchmal auch nach vielen gemeinsamen Jahren noch hilfreich.

Für die Anstrengung, die es von beiden Seiten braucht, um eine Beziehung glücklich und lebendig zu erhalten, erhalten Langzeitpaare zudem die Gewissheit, mehr geleistet zu haben als viele andere: In einer Zeit, da rund die Hälfte der Ehen nach durchschnittlich 14 Jahren geschieden wird, sind silberne, goldene oder gar diamantene Hochzeitsjubiläen eine ehrenvolle Auszeichnung.

Interview mit Mike Martin auf Seite 15