

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (1992-1993)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Die Stimme verloren  
**Autor:** Mattmüller-Frick, Felix  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-843636>

#### **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:** 14.01.2026

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

## Die Stimme verloren

Vor bald sechs Jahren konnte ich aus dem Berufsleben ausscheiden. Die Folgen dieses Schrittes waren mir nicht bewusst, bis ich zu dieser Zeit zweimal hintereinander für eine Woche die Stimme verlor. Dieses Signal zeigte unmissverständlich, dass ich nunmehr nichts mehr zu sagen hätte und demnach nichtssagend sei. Die Berufsaarbeit regelte den Tagesablauf. Erfreuliche und unerfreuliche Beziehungen bestätigten immerhin, dass ich dazugehöre.

**Und da stand ich nun unvermittelt vor der Frage: kannst du den Tagesablauf und die Beziehungen allein aus dir heraus neu gestalten und entwickeln? Findest du eine neue Stimme und einen neuen Ton?**

Ich suchte den neuen Weg. Ohne Weggefährten geht das nicht so gut. Ashley Montagu mit dem Buch «Zum Kind reifen» (Klett-Kotta) begleitet mich seither: Der Sinn des Lebens besteht darin, «jung» zu sterben und zwar so spät wie möglich! Demnach gehe es nicht darum, kramphaft jung bleiben zu wollen, sondern vielmehr darum, jung zu werden, jeden Tag neu!. Kindliche Verhaltensweisen und Fähigkeiten können wir dann nach jederzeit wieder aufnehmen:

«Welches sind aber nun diejenigen kindlichen Verhaltensmerkmale, die so wertvoll sind und die der Mensch allmählich verliert, wenn er älter wird? Wir brauchen nur die Kinder zu beobachten, um diese Merkmale deutlich vor uns zu sehen. Wissbegierde ist eines der wichtigsten, ferner gehören dazu Phantasie, Freude am Spiel, Aufgeschlossenheit, Experimentierbereitschaft, Flexibilität, Humor, Energie, Empfänglichkeit für neue Ideen, Ehrlichkeit, Lernwilligkeit und schliesslich die vielleicht verbreiteste und wertvollste Eigenschaft, die Liebesbedürftigkeit und Liebesbereitschaft. Alle normalen Kinder, soweit sie nicht schon von ihren älteren Mitmenschen verdorben worden sind, zeigen diese Eigenschaften an allen Tagen ihres kindlichen Lebens.»

Bei vielen von uns sind diese aussichtsreichen Möglichkeiten und Hoffnungen früh schon verdorben oder gar zerstört worden durch Liebesentzug, wenn wir nicht spurten, durch antrainierte und daher unnötige Schuldgefühle, die Lebensfreude und Sinneslust verbieten. So umstellt von Verbots- und Gebotstafeln haben wir nur wenig gelernt zu tun, was wir eigentlich möchten und zu sagen, was wir denken.



Felix Mattmüller-Frick

Foto: Lisa Schäublin

Nun habe ich mich allerdings in interessant gestalteten Informationskursen auf die Pensionierung vorbereitet. Gefühle und Ängste wurden aber nicht angesprochen. Die Vorbereitung auf entscheidende Lebensübergänge hätte wohl sehr früh schon einsetzen müssen.

Was haben wir denn da schon im zarten Alter als Lebensziele vorgesetzt bekommen? «Mit dem Hute in der Hand, kommt man(n) durch das ganze Land» – Nur mit Höflichkeit und Anstand kommst du voran! – «Ordnung ist das halbe Leben!» – Bevor du die Spielsachen aufgeräumt hast, kommst du mir nicht unter die Augen! – «Der Klügere gibt nach!» – Das ist zwar hochanständig, aber dummkopfisch, weil dann stets der Stärkere gewinnt. Nur wer schneller, raffinierter, rücksichtsloser ist, als die andern, überlebt. Deshalb auch sollst du «Höherstehenden» nie widersprechen. Sonst wirst du rasch auf ein Abstellgeleise geschoben und dort stehen gelassen. Und jetzt erkennen wir vielleicht, was wir alles nicht gelernt haben: Wir wissen zwar, dass es nur dumme Antworten, aber keine dummen Fragen gibt. Dennoch haben wir gelernt, das Maul zu halten. Wir haben nicht gelernt, uns zu wehren, korrekt zu streiten, zu kämpfen für gerechte Lebensbedingungen für alle und damit auch für uns persönlich. So haben wir uns zu harmlosen Untertanen emporgedient, mit denen «die da oben» ohne Probleme umzuspringen wissen. Ihnen gefällt es, wenn unsere Raffgier unsere Besitzeslust, (Menschen und Sachen), unsere Cleverness bei unmenschlichem Tempo überall mitzurennen, ablenkt von den wesentlichen Lebensbedürfnissen. Kein Wunder, serbeln viele Alte verbittert

dahin, anstatt Leben und Freiheit ohne Schuldgefühle kindlich zu genießen. («Wer nicht geniesst, ist ungenießbar!» Konstantin Wecker)

Einfühlung in Menschen, Situationen, Ideen braucht Zeit. Nachdenklichkeit, abwägendes Überlegen schützt vor Irrtum. Besinnlichkeit ist Zeitgewinn. Noch viel weniger haben wir gelernt, **loszulassen**. Im Loslassen erst entdecken wir die neuen Lebensmöglichkeiten. Ein lebenslanges Training in dieser Richtung könnte das Ausscheiden aus dem Arbeitsprozess zu einem willkommenen Abenteuer machen.

Und dann könnten wir mit den Grauen PantherInnen zusammen ausrufen: «... und nun, ihr lieben Weggefährten, ihr GOLDEN GIRLS und GOLDEN BOYS, ihr jungwerdenden Pantherkatzen und -kater, haben wir uns aufgemacht, neue Lebensmöglichkeiten für die letzten 40 Jahre zu schaffen: neue, vielseitige Beziehungen, neue Formen, des Zusammenlebens und Zusammenwirkens, neue Selbständigkeit und Selbstsicherheit, neue Kraft vor aus zur Verbesserung der Lebensbedingungen für jung und alt, PUSH zur politischen (nicht parteipolitischen!) Teilnahme am Geschehen hier und überall.

Wenn wir so miteinander lebendig und aktiv werden, haben wir zweifellos noch viele interessante und sinnvolle Jahre vor uns, so etwa mit Luise Rinser (Winterfrühling S.52): «Indem ich lebe und mich einsetze, weiss ich den Sinn. Leben und Einsatz sind Sinn genug. Wer leidenschaftlich verliebt ist, fragt nicht nach dem Sinn, er lebt ihn. Meine Liebe zum Leben ist mir die Antwort auf die Sinn-Frage.»

Felix Mattmüller-Frick  
Präsident Basels Graue PantherInnen