

**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** - (2007)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Podium Schreibarbeit : Poesie als Jungbrunnen  
**Autor:** Gessler, Luzius / Fischer, Adelheid / Mäder, Olga  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-819005>

#### **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:** 23.02.2026

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

# Poesie als Jungbrunnen

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe «Lesen belebt» wagten sich im vergangenen Herbst im Altersheim Klus Park sieben Bewohnerinnen auf die Bühne und lasen Texte vor, die sie im letzten halben Jahr unter der Leitung der Poesie- und Bibliotherapeutin Renate Rubin verfasst hatten.

Luzius Gessler\*

Wenn die 93-jährige Adelheid Fischer zusammen mit sechs Schreibkolleginnen und ihrer Kursleiterin in der Aula ihres Heims auf dem Podium sitzt und ihre Gedichte vorliest, lässt sie uns ihr Alter völlig vergessen. Sie steht uns vor Augen so lebendig wie die blühende Malve, die sie wie eine Schicksalsschwester liebenvoll als späte «Sommerzeugin» anspricht, so stolz wie die besungene alte Tanne, nur dass sie durch ihre Texte aufs schönste widerlegt, dass ihre fruchtbare Zeit vorbei wäre.

### An eine Malve

Malve, du blühst noch  
Bewegt von streichelnden Winden  
Als Sommerzeugin

### An eine Tanne

Alt erscheinst du mir  
vorbei deine fruchtbare Zeit  
Ach stolze Tanne

Adelheid Fischer

Die Malve und die Tanne stehen im Garten des Klus Parks. Dort, in der täglich begangenen Welt, galt es, Motive zu finden für ein Haiku, ein Miniaturgedicht nach japanischem Vorbild mit vorgegebener Silbenzahl für jede der drei Zeilen, dessen Motiv über die Augenblickswahrnehmung hinausweist. Mit dem durch die Motivsuche geschärften Blick nahmen die Teilnehmerinnen ihre Alltagswelt plötzlich im Licht des Besonderen wahr und liessen sich begeistern von der Möglichkeit, dem Augenblick in Worten Dauer zu verleihen.

Während die Kursälteste mit dem knappen Formgefäß auskam, sprengte diese Begeisterung bei einer Kollegin den vorgeschlagenen Rahmen, und sie notierte, unbekümmert um Zeilen- und Silbenzahlen, in ihr Heft:



Sieben Bewohnerinnen des Altersheims Klus Park wagten sich zusammen mit Renate Rubin (4. v. l.), der Leiterin der Schreibstube, auf die Bühne des grossen Saals und lasen vor hundert Zuhörenden ihre Texte vor.

Fotos: Lara Rubin

### Ein Nachmittag im Park

Die Blätter bewegen sich leise  
Es weht ein herrliches Lüftchen  
Und lässt die Blätter streicheln  
Die Sonne blinzelt  
Und gibt Wärme  
Schöne rote Geranien leuchten  
Von den Balkonen  
Gelbe Bänklein im grünen Gras  
Das Wasser spiegelt  
Kein Vogelgezwitscher ist zu hören  
Es ist zum Träumen  
Die Zeit bleibt stehen  
Überall ist Ruhe  
Schön loszulassen!

Olga Mäder

Wie gelingt die Verführung zum Schreiben und Dichten? Mit welchen Kunstgriffen können die anfänglichen Ängste und Hemmungen überwunden werden?

### Die Lust am Spielen

Wie ein Rätsel liess sich die schwierige Aufgabe lösen, sich in einem Gedicht vorzustellen: «Spielend» schrieb jede Frau die Buchstaben ihres Namens untereinander, Zeile für Zeile bauten sie an den jeweiligen Initialbuchstaben eine Aussage über sich selbst an. «Akrostichon» nennt man ein solches Gedicht, in dem der Autor seinen Namen zugleich versteckt und verrät:

### An meine Zukunft denke ich wenig

Das mag erstaunen  
Es ist aber so  
Lerne lieber das Heute geniessen.  
Heiter seien meine Tage  
Erfüllt von guten Gefühlen  
Ich bin zwar uralt  
Das ist beschwerlich, o ja!

Fernere Ziele sind nicht mehr zu erreichen  
Indessen Phantasie und Erinnerung  
Schaffen auch eine farbige Welt  
Charaktere aus der Vergangenheit  
Helfen Massstäbe finden  
Einmal, hoffe ich  
Ruft dann Gott.

### Spielregeln beflügeln

Das Spiel der Fantasie wurde zudem von Renate Rubin durch klare Spielregeln gesteuert. Nur so konnte es ein gestalterisch produktives Spiel werden. Je einengender die Spielregeln waren, desto sicherer war offenbar der Erfolg.

### Texte als Auslöser

Fantasie und Erinnerung, die wichtigsten Quellen kreativen Schreibens, wurden zudem regelmäßig durch ausdrucksstarke literarische Texte freigesetzt. Gut gezielt «provozierten» die vorgelesenen Initialtexte wiederholt die erstaunlichsten Ant-

worttexte. So versetzte eine Kindheitserinnerung von Marlen Haushofer («Meta im Stall») die Kursälteste augenblicklich um 90 Jahre zurück in die heimlichste Ecke ihres damaligen Gartens und vergewärtigte ihr das Lebensgefühl des erinnerten vierjährigen Kindes bis in die feinsten Sinneswahrnehmungen und Reflexionen:

«Die Vierjährige sucht sich ihre ganz eigene Ecke im Garten. Nie sind die Erwachsenen mit ihr hierher gekommen. Sie ist sich sicher: Dies ist das Gras, dies sind die Sträucher, die eigens für sie da sind. Der Wind streichelt sie und das Mädchen. Hin und wieder hüpfst ein Vogel in seine Nähe. Er darf gern kommen. Der Holunder duftet stark. Dass Blüten so wunderbar duften können! Macht das die Sonne?»

Adelheid Fischer

Was entstehen konnte, wenn alle Kunstgriffe zugleich wirksam wurden, illustrieren die folgenden «Elfchen-Gedichte». Die Spielregeln verlangten den Bau eines fünfzeiligen Gedichts aus insgesamt elf Wörtern. Die Eröffnungszeile musste die Farbe nennen, aus der das Gedicht sich entfalten sollte.

#### Blau

Blauer Himmel  
Blauer Himmel spannt sich  
Hoch über mir  
Beglückend!

Margot Hunziker

#### Orange

Vorabendstimmung  
Unbeschwertes Treffen mit Kollegen  
Nach getaner Arbeit  
Happy hour!

Elisabeth Zollikofler

#### Rot

Rotes Kleid  
Rote Uniballrobe  
Ich tanze am Uniball  
Erinnerung!

Emma Bauer

Spätestens wenn die Autorin des Rot-Elfchens sich vor unseren Augen aus einer weisshaarigen Seniorin in die im roten Kleid am Uniball tanzende Achtzehnjährige verwandelt und errötend den spontanen Beifall des Publikums entgegen nimmt, weiss ich, wo jener Jungbrunnen zu finden ist, dessen Zauberkraft stärker ist als die Zeit, die uns unbarmherzig altern lässt: In

Wer mehr über die integrative Poesie- und Bibliotherapie erfahren möchte oder am weiterführenden Schreibprojekt «Lebensräume, Lebensträume», welches auch für Menschen ausserhalb des Heimes offen steht, interessiert ist, wendet sich an Renate Rubin, Gerontologin und integrative Poesie- und Bibliotherapeutin, Kompetenzzentrum Altersvorbereitung, renate.rubin@zh.pro-senectute.ch Forchstrasse 145, 8032 Zürich Telefon 058 451 51 46.



Lesen belebt, schreiben nicht minder: Eine Teilnehmerin der Schreibstube liest ihr Gedicht vor.

Zürich steht er, in der Schreibstube des Klus Parks, und alle, die mit mir die erstaunliche Lesestunde erlebt haben, haben ihn mit eigenen Augen wirken gesehen. Möge er weiterhin sprudeln.

«Ich war beeindruckt! Die Damen der «Schreibstube» des Altersheims Klus Park trugen Texte vor, die mich überraschten. Es waren originelle Texte. Es waren Texte, die Gefühle sorgsam in Worte kleideten. Texte, die von wichtigen Ereignissen aus dem Leben erzählten. Ich hörte Texte, die von Schalk und Humor geprägt waren. All den vielen Leuten, die im Saal zuhörten, ging es wie mir. Wir waren allesamt begeistert und die Teilnehmerinnen der «Schreibstube» ernteten viel Applaus.»

Ueli Schwarzmünn  
Direktor Altersheime der Stadt Zürich

\* Dr. Luzius Gessler hat von 1962 bis 1997 an einem Basler Gymnasium Deutsch unterrichtet, von 1985–1997 hat er die Schule als Rektor geleitet. Ein Lehrerleben lang bemüht, junge Menschen zum Schreiben zu bringen, fasziinierte ihn die Gelegenheit, in eine «Schreibstube» für Ältere hineinzuhören.

ANZEIGE

**B**aumgartner  
Reha-Fahrzeuge

Zurlindenstrasse 140, 8003 Zürich  
Telefon 044 461 52 00

- Rollatoren
- Gehstöcke
- Rollstühle
- Badelifte



Reparaturen

**Seniorenfahrzeuge**