

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 88 (2010)
Heft: 11

Artikel: "Reden ist das beste Rezept für eine glückliche Beziehung"
Autor: Honegger, Annegret
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-725950>

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: 11.01.2026

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

«Reden ist das beste Rezept für eine glückliche Beziehung»

Bild: Ursula Müller



Für beide war es die erste grosse Liebe. Zum Happy End kommt es allerdings erst nach sechzig Jahren. Dafür geniessen Heidi und Max Sieber heute im Zürcher Altersheim Klus Park ihr neues Zusammensein umso intensiver.

Sie ist 22-, er 24-jährig, als sich Heidi und Max vor über sechzig Jahren im Zürcher Café Oleander kennenlernen. Heidi arbeitet dort als Buffetdame und Max, der junge Dekorateur aus St.Gallen, kehrt immer öfter bei ihr ein. «Wir verliebten uns und gingen zusammen – und plötzlich war ich schwanger», erinnert sich Heidi. Ihre erzürnte Mutter sagt dem Freund der Tochter «alle Schande». Wütend bricht Max den Kontakt zu Heidi ab. Die Briefe, die sie ihm schreibt, bleiben unbeantwortet. Eine harte Zeit für Heidi: «Damals zeigte man noch mit dem Finger auf eine Frau, die ein Uneheliches zur Welt brachte. Das tat weh.»

Immerhin zahlt Max für sein Kind Alimente und gibt ihm seinen Nachnamen. Tochter Ursula wächst bei Heidi auf, deren Ehemann sie wie ein eigenes Kind liebt. Nicht nur das Mädchen lässt die Erinnerung an Max nie ganz verblassen, sondern auch das Foto des hübschen Jünglings mit den dunklen Locken, das

Heidi all die Jahre in ihrer Handtasche trägt, erinnert an ihn.

Auch Max hat geheiratet und eine Familie gegründet. Als seine Frau nach 56 Ehejahren stirbt, möchte er endlich reinen Tisch machen. Er bestellt seine drei Kinder zu sich ins Altersheim und gesteht ihnen, dass es da irgendwo noch eine Tochter gebe. Seine Frau hatte nie gewollt, dass die Kinder dies erführen – sie war es auch, die Heidis Briefe abfing.

«Erst waren meine Kinder wütend», erzählt Max. Aber vor die Wahl gestellt, den Vater zu verdammen oder mit seiner Geschichte Frieden zu schliessen, wählen sie Letzteres. Der Sohn findet sogar Heidis Adresse, und so greift Max nach sechzig Jahren Funkstille zum Telefon.

Heidi, ebenfalls verwitwet, schlägt der unerwartete Anruf erst einmal die Sprache. Doch das legt sich schnell, als Max mit einer grossen roten Rose bei ihr eintrifft. «Bei mir war die Liebe sofort wieder da», erinnert sich Max. Heidi ist vorsichtiger, aber auch bei ihr sind die nie ganz erloschenen Gefühle rasch wieder entfacht. «Ich weiss, dass ich damals ein «Glünggi» war», sagt Max, «aber die Zeiten waren einfach anders.» Bald ist die Geschichte von früher vergeben und vergessen und die Liebe gross wie anno dazumal, «als ob sie nie aufgehört hätte».

Beide wollen die späte zweite Chance nutzen. Die gemeinsame Tochter, die in den USA lebt, jubelt am Telefon über ihren wiedergefundenen Vater. An seinem Geburtstag vor drei Jahren können sich Vater und Tochter zum ersten Mal in die Arme schliessen. «Dass sich alle so gut verstehen, die Kinder untereinander wie auch mit uns beiden, ist einfach wunderschön», sagen Heidi und Max.

Heidi zieht nach Zürich in Max' Nähe, später ins Stockwerk über ihm, und kürzlich haben sie gemeinsam ein grosses Zimmer mit Terrasse bezogen. Sie geniessen ihr Zusammensein, unternehmen Spaziergänge im Park, treffen sich mit ihren insgesamt sechs Kindern, acht Enkeln und fünf Urenkeln und reden viel miteinander. «Reden», finden sie, «ist das beste Rezept für eine glückliche Beziehung. Wir reden über alles, über das Leben wie über den Tod, und können einander auch bei einer Meinungsverschiedenheit nie lange böse sein.»

Heiraten wollten sie nicht mehr. Doch die Freundin, die es immer hatte kommen sehen, behält recht. Eines Morgens in diesem Sommer, es war in den Ferien im Welschland, weckt Max seine Heidi mit der Frage: «Bisch scho wach? Wämmer nöd gliich hürate?» Sie sagt Ja, und am 10. September sagen es beide auf dem Zürcher Standesamt. Und sind somit endlich, was sie schon vor über sechzig Jahren fast geworden wären: Herr und Frau Sieber.

Annegret Honegger

