

## Je konsequenter ich die Liebe lebe, desto fröhlicher werde ich!

Ruhe und Stille in mir. Sonntagsfrieden drinnen und draussen. In der Ferne krächzen Krähen. Nichts stört. Weit und breit keine Eile. Ich kann sein, dösen oder vor mich hinträumen. Ich räkle mich wohlig im warmen Bett. Aus der Tiefe meines Schosses steigt eine Lust auf, die nach Befriedigung ruft. Ich gebe mir, was sich mein Körper wünscht. Raum und Zeit verschwimmen. Ich geniesse den Gipfel der Lust und das Ausklingen danach. Wunderbar!

An diesem Tag im Herbst 2015 bin ich genau 68 Jahre 6 Monate und 13 Tage alt. Mein Mann ist vor zwölf Jahren gestorben. Bis ich eine neue Partnerschaft eingehe, pflege ich meine Sexualität im Do-it-yourself-Verfahren. Sie ist die Triebfeder der Lebendigkeit, darum will ich sie nicht missen. Doch von Anfang an!

### Fünf «Blüemli»

Ich bin als viertes von fünf Kindern geboren. «Blüemli» nannten meine Eltern ihre Ungeborenen. Sie hatten uns lieb. Ich hatte zwei grössere Schwestern, einen älteren und einen jüngeren Bruder. Der ältere brüllte jeweils, bis sein Wille erfüllt wurde. Der

jüngere brauchte vermehrt Aufmerksamkeit, weil er die ersten eineinhalb Jahre seines Lebens von einem hartnäckigen Husten geplagt wurde. Und ich dazwischen! Ich hatte Zeit zum Träumen, war oft im Garten und beobachtete alles, was da krecht und fleucht und blüht. Ich war ein ruhiges Kind. Nur in gewissen Situationen fiel ich auf, dann, wenn es mir die Mundwinkel nach unten zog und ich verstummte. «Häsch s'Muul verlore?», wurde ich jeweils gefragt. Oder sie sagten: «Jetzt macht si en Lätsch!» Was ich nicht ertrug, waren Streit, heftige oder geschrieene Worte und das Nicht-beachtet-Werden, wie auch den Jähzorn meines Vaters. Ich lernte, ihn zu beobachten und mich so zu verhalten, dass sein Wohlbefinden nicht gestört wurde.

### «Es Chusseli» vom Grosli

Obwohl ich mich als intelligente Schülerin erwiesen hatte, blieb mir das Gymnasium verwehrt: Mein Vater wollte kein Stipendium annehmen. So wurde ich Kaufmännische Angestellte und arbeitete danach auf einer Verwaltung. In jener Zeit sagte ich zu meiner Schwester, man solle sich nicht wundern, wenn ich die Liebe ausser Hause suche. Mein Vater war nämlich gegen die «unnötige Küsserei und Schmuserei». In meiner Erinnerung war es das Grosli väterlicherseits, das jeweils sagte: «Chumm, i gib der es Chusseli». Ein Kuschtier besass ich nicht. Ich wusste mir zu helfen. Ich definierte die eine Hand als das «Tierchen» und legte die andere schützend darunter.

### Die «Blüemli» haben einen eigenen Kopf

Trotz ärmlichen Verhältnissen sehe ich den Reichtum meiner Jugend: Ich lernte viele Materialien kennen. Mein Vater war Sattler und Tapezierer, meine Mutter Schneiderin. Sie half ihm oft. Er flickte auch unsere Schuhe und baute am eigenen Haus. Mit seinen Gedanken war er bisweilen weit weg. Er amtierte als Laienprediger mit eigener Versammlung. Beim Beurteilen von Kollegen sagte er: «Wenn sie nicht mehr weiter wissen, reden sie von der Liebe.» Diese war nicht sein Ding. Für ihn galt: «Wer seine Kinder liebt, züchtigt sie.» Ja, die «Blüemli» waren eigenwillig geworden und konnten schlecht gehorsam sein. Der Vater hatte uns just das vererbt, was er uns vorhielt: einen Widerspruchs-Geist. Immerhin lernte ich von ihm, unabhängig zu denken.

### Aufprall mit Folgen

Mit diesem Hintergrund stieg ich mit zwanzig Jahren in die Ehe ein. Karl und ich hatten romantische Vorstellungen und wollten alles gut machen. Als ich ihn zum ersten Mal gesehen hatte, konnte ich nicht von ihm wegsehen und bin vor lauter Erstaunen in eine Kastenwand geprallt. Er war klein, weil er an Knochen-

tuberkulose gelitten und diese seinen Rücken gekrümmt hatte. Und 24 Jahre älter war er. Doch er bot mir jene Atmosphäre, in der ich mich zum Ja-Wort entscheiden konnte, natürlich aus Liebe. Die erste «Frucht» war Söhnchen Markus. Thomas und Rachel folgten fünf und acht Jahre später.

### Negativbeispiel wirkt positiv

Ich las viel Erziehungsliteratur und geriet bald in den Ruf, antiautoritär zu sein. So, wie dies meine Eltern getan hatten, wollten Karl und ich nicht den Willen unserer Kinder brechen. Wir herzten und liebkosten sie auch. Nur selten rutschte mir die Hand aus. Als die Schwiegermutter krank wurde, nahmen wir sie und ihren Mann in unserer Vierzimmerwohnung auf. Das ging anderthalb Jahre gut, dann reichten uns ihre ewigen Streitereien. Hinterrücks verbreitete die Schwiegermutter, die junge Frau – ich – schaffe die viele Arbeit nicht mehr. Sie stellte mich also in ein schlechtes Licht. Diese Lieblosigkeit hat mich dermaßen getroffen, dass ich mich entschloss: Ich will immer in der Liebe bleiben, bedingungslos! Da war ich 35 Jahre alt.

### Leidenschaftlich singen und schwimmen

Von klein auf habe ich gerne gesungen und war von jung auf Alt! Geistliche Klassik, Oratorien, Gospels, Soul, Volkslieder und Evergreens, mein Repertoire als Chor-Altistin ist umfassend. Mit dem Obertonsingen lernte ich erst recht die erotische Dimension des Singens kennen. Der Ton soll «good vibrations» auslösen, dann ist er gut. Oft habe ich von einer Sängerkarriere geträumt! Im Schwimmen habe ich meinen Stil perfektioniert: von hastig japsend zu langsam und ruhig. Mit 28 Jahren habe ich mit Seetrazierungen begonnen. Wichtiger als die 80 urkundlich belegten Schwimm-Kilometer ist der gesundheitliche Aspekt: Ich belaste die Gelenke nicht und wirke Ödemen und Venenentzündungen entgegen. Und wie beim Wandern trainiere ich die Ausdauer. Hie und da bleibe ich zu Hause und nähe Kleider und mache Handarbeiten.

### Bei der Liebe bleiben

Ich schien eine Neigung zu Depressionen zu haben. Sie wurden durch meine helfende Art verstärkt. Stets bürdete ich mir mehr Pflichten auf, als ich je erfüllen konnte. Dazu rieb sich meine Akribie mit der Grosszügigkeit meines Mannes. Gewisse Dinge wollte er unter den Teppich wischen, ich hingegen ans Licht holen, gewissenhaft wie eine Archäologin. Zum Glück hatte ich gute Menschen um mich, die mir bei meiner Entwicklung halfen. So konnte ich bei meinem Liebesvorsatz und dem christlichen Glauben bleiben. Eines der helfenden Mittel war Psychotherapie. Mittlerweile finde ich für alle Gemütszustände ein passendes Werkzeug. Führten Verdauungsprobleme zu Depressionen oder Depressionen zu Verdauungsproblemen? Auf alle Fälle habe ich solche. Diese manifestieren sich in einer Histamin-, Laktose- und Fruktose-Intoleranz. Die nötige Diät ist eine harte Schule für mich!

### Journalistin mit 47 Jahren

Freiwilligenarbeit zu leisten ist für mich selbstverständlich. Zum Beispiel während fünf Jahren bei der Dargebotenen Hand. Die dortige Ausbildung kam primär mir selbst zugute. Ich lernte mich und die Menschen besser kennen. Mit dem späten Einstieg in den Journalismus konnte ich Menschenkenntnis und Schreibtalent verbinden. Meine Spezialitäten waren die Musik-Berichterstattung sowie Porträts. Zu den Highlights der interviewten Personen gehören sicherlich der SP-Politiker Helmut Hubacher, die Sängerin Noemi Nadelmann und der Nahostexperte Ulrich Tilgner. Eingestiegen bin ich bei der Lokalpresse und arbeitete danach beim «Tages-Anzeiger». Kurz vor der Pensionierung hatte ich einen Schlaganfall, der mich der Sprache beraubte. Nur mühsam lernte ich wieder zu reden.

### Lieben wie Paulus

Zurück zur Liebe: Als Kind war mir klar, dass man lieb ist, wenn man gehorsam ist und Geschenke macht. Meine romantische Liebe als junge Ehefrau funktionierte nicht nach Wunsch. Ich las daher das Buch: «Wenn Frauen zu sehr lieben». Ich kenne sie, die heimliche Sucht, gebraucht zu werden. Seit meinem elementaren Entschluss zur Liebe in der Lebensmitte übe ich sie bewusst und wie sie der Apostel Paulus lehrt. «Die Liebe hat einen langen Atem, sie ist gütig und eifert nicht. Die Liebe prahlt nicht, sie bläht sich nicht auf, sie ist nicht taktlos, sie sucht nicht das ihre, sie lässt sich nicht zum Zorn reizen, sie rechnet das Böse nicht an, sie freut sich nicht über das Unrecht, sie freut sich mit an der Wahrheit. Sie trägt alles, sie glaubt alles, sie hofft alles, sie erduldet alles» (1. Kor. 13,4–7). Ich bin allerdings froh, dass er auch gesagt hat, dass uns nichts von der Liebe Gottes trennen kann. Was die Sache zusätzlich verkompliziert: Für die Mitmenschen gilt die gleiche Liebeszusage wie für mich! Einmal gönnte ich mir eine Tantramassage: bei einer Theologin! Mein Geistheiler hat dasselbe studiert. Diese beiden gehen mir auf der Spur der Liebe voran. Dabei lerne ich, Vorbehalte fallen zu lassen. Wichtig ist doch, den anderen Menschen zu respektieren und ihm gegenüber ehrlich zu sein. Für mich ist das die reinste Form der Liebe! Und weil ich offen und authentisch bin, habe ich am Anfang dieses Textes geschildert, wie respekt- und liebevoll ich mit mir und meinem Körper umgehe.

### Fröhlich weiterleben

In meinem Leben liegt ein Reichtum an Wissen, Erfahrungen und Erkenntnissen. Und es geht weiter, langsam, aber sicher kann ich in der Liebe wachsen! Ich merke: Je konsequenter ich die Liebe lebe, desto fröhlicher werde ich, trotz allem!

E. Magdalena Preisig-Morf