

Domicil Zeitung

Die erste Zeitung für Leben und Wohnen im Alter



Adolf Ogi
«Was im Alter
zählt, ist
Lebensfreude»

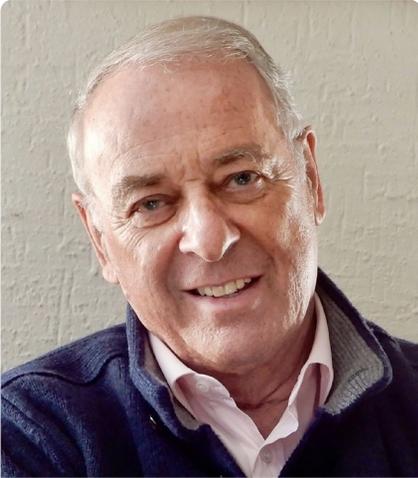
Seite 10

Selbstbestimmt
in die Zukunft

Seite 4

Ursula Hürzeler (70) lebt
in der «Zwischenphase»

Seite 8



Adolf Ogi
Altbundesrat

Adolf Ogi wurde am 18. Juli 1942 in Kandersteg BE geboren. Nach der Ausbildung an der Ecole Supérieure de Commerce in La Neuveville und der Swiss Mercantile School in London wurde er Direktor beim Schweizer Skiverband und Generaldirektor bei Intersport Schweiz, bevor er am 9. Dezember 1987 in den Bundesrat gewählt wurde. Zweimal war er Bundespräsident der Schweiz, im Dezember 2000 trat er als Bundesrat zurück. Adolf Ogi pflegte stets ein liebevolles Verhältnis zu seiner Frau Katrin, 75, und zu seinen Kindern Caroline, 44, und Mathias, der 2009 an Krebs starb. Zu Ehren seines Sohnes gründete Adolf Ogi die Stiftung «Freude herrscht», ein Sportförderprogramm für Kinder: www.freude-herrscht.ch

**Mehr über
Adolf Ogis Kraftorte:**



«Lieblingsorte – Dölf Ogi im wildromantischen Gasteretal» von Andrea Fischbacher, Werd Verlag 2020

«Was im Alter zählt, ist Lebensfreude»

Altbundesrat Adolf Ogi blickt auf ein reiches Leben: Er hat die Welt gesehen und die Herzen vieler Menschen berührt. Mit 78 Jahren geniesst er vor allem Familie und Natur.

Adolf Ogi sitzt im gemütlichen Säli des Restaurant Löwen in Fraubrunnen und rührt im Hagebuttentee. Dem Altbundesrat sind die 78 Jahre nicht anzusehen. Seine Begeisterung hält ihn jung und er strahlt, als er Erinnerungen hervorholt: Olympiaden in Sapporo und Sydney, Begegnungen mit den Mächtigen der Welt, Einsatz als Uno-Sonderberater für Sport, Entwicklung und Frieden: «Eine Herzensangelegenheit, denn Sport ist für Kinder die beste Lebensschule.» Der ehemalige Uno-Generalsekretär Kofi Annan bezeichnete seinen guten Freund «Dolfi» als «offen, herzlich, ehrlich und humorvoll». Ein wenig schmerzte Adolf Ogi hingegen, dass Kritiker ihm unterstellten, er könne als Nicht-Akademiker nur Zweiwortsätze formulieren: «Freude herrscht» mag kein geschwurbelter Satz sein, aber er ist Ogi pur, emotional und echt. Mit seiner Leidenschaft bewegte Ogi wahrscheinlich mehr als mit einem Dokortitel. Und heute kann er sowieso darüber lachen: «Inzwischen trage ich fünf Ehrendokortitel.»

Schlaflose Nächte und grösster Triumph

Sein grösster Triumph, die Eisenbahn-Alpentransversale Neat, habe ihn im Vorfeld zahllose schlaflose Nächte und vier Nierensteine gekostet, sagt Ogi heute: «Da muss man sehr genau spüren: «Ich will.» Wie er die Kraft dafür fand? «Standfestigkeit und Durchhaltevermögen haben mir die Berge früh beigebracht: Sie stehen

schon seit Millionen von Jahren da und werden noch nach mir Millionen Jahre dastehen.» Überhaupt hat ihn seine Heimat Kandersteg stark geprägt: der Ort, an dem er mit den Füßen auf einem soliden Fundament stand und gleichzeitig in die Ferne sah. Auch in der Natur, besonders in der Schönheit des Gasteretals, habe er immer wieder grosse Kraft gefunden. «Etwas vom Wichtigsten jedoch hat mir mein Vater seinerzeit bei der Wahl zum Bundesrat gewünscht: Weisheit.»

Mit dieser Weisheit hat Ogi viel erreicht, und mit seiner herzlichen Art hat er die Leute für sich eingenommen. Kein anderer Bundesrat ist noch 20 Jahre nach seiner Amtszeit derart gefragt. Nach seinem Rücktritt wurde Adolf Ogi von einer Flut von Anfragen überschwemmt: Reden, Interviews, Buchvorworte und Referate, «ich war völlig überrumpelt». Seit Corona haben die Anfragen ein wenig nachgelassen, aber es sind immer noch etliche pro Tag. Ogi schmunzelt: «Ganz herunterzufahren täte meinem Gemüt gar nicht gut.»

Aktiver Ruhestand und Lebensfreude

Keine Zeit also für Ruhestand? Er lacht. «Für einen, der während seiner Amtszeit oft bis nach Mitternacht arbeitete und um viertel vor fünf Uhr wieder aufstand, um zu joggen, ist das schon ein gemächliches Leben.» Für ihn zählt heute vor allem die Lebensfreude: Er geniesst die Zeit mit



Geboren und verwurzelt in Kandersteg: Die Berge vermitteln Adolf Ogi Standfestigkeit und Durchhaltevermögen.

der Familie, und nach einer ausgiebigen morgendlichen Waldrunde liest er täglich Zeitungen und interessiert sich immer noch rege für das aktuelle Geschehen. «Mir bleiben statistisch gesehen noch fünf Jahre, und in dieser Zeit möchte ich geistig und körperlich möglichst fit bleiben», erklärt er. Insgesamt sei er aber froh, müsse er nicht mehr Bundesrat sein: «Heute ist alles viel schneller geworden, viel Menschliches ist dabei verloren gegangen.» Er überlegt kurz und stellt fest: «Man muss seinen Abgang gut wählen, das ist sehr wichtig!»

Das Älterwerden nimmt Adolf Ogi gelassen. «Ich akzeptiere, dass das Leben endlich ist.» Ausserdem übt er sich im Loslassen, kürzlich hat er zuhause in Frau- brunnen ein Zimmer voller Papierstapel aussortiert. Und er hat sich vorsorglich im Altersheim Kandersteg angemeldet. Dort, wo ihn alle als «Döfi» kennen, dort, wo

Das macht das Leben im Alter schön:

Wille: Ich habe stets den Glauben an meine Ziele im Herzen getragen, und auch im Alter will ich mich nicht fallenlassen: Ich mache jeden Morgen diszipliniert den Yoga-Kopfstand und Gymnastikübungen und gehe anderthalb Stunden Nordic Walken.

Einstellung: Ich mag die Menschen, und ich bin ein unverbesserlicher Optimist: Man kann das Glück zwar nicht

zwingen, aber man kann immer daran glauben und damit etwas bewegen.

Lebensfreude: Ich habe keinen Traum mehr offen: Ich geniesse das Zusammen- sein mit Familie und Freunden, spiele zum Vergnügen Golf – und freue mich in meinem Alter noch wie ein kleines Kind auf den Winter, wenn ich wieder Skifahren und Langlaufen kann!

seine Eltern ihm so vieles für das Leben mitgegeben haben. «Man muss immer wissen, wo man seine Wurzeln hat», sagt er. «Meine sind dort, wo mir die Berge soliden Boden geben und der Kopf dem Himmel und dem Herrgott näher ist.» ■ cw