

Lebensreise 2024

Erfülltes Leben

Lesungen, Vorträge, Filme

Die Suche und der Wunsch nach einem sinnerfüllten Leben halten bis ins hohe Alter an. Wie lässt sich ein erfülltes Leben führen, wenn wir mit persönlichen und gesellschaftlichen Krisen konfrontiert sind? Gerade im Alter, das oft mit erhöhter Verletzlichkeit und Verlusten verbunden ist, kann seelisch-geistiges Wachstum und die Erschliessung neuer Lebensbereiche sowie die selbstbestimmte Gestaltung des Lebens erfüllend wirken. Auch das bewusste Einlassen auf Schönheit, die uns selbst in kleinsten Dingen und überall in der Natur begegnet, hat eine tröstende und sinnstiftende Wirkung. Nicht zuletzt gilt es, Wege zu finden, mit dem Alleinsein sowie mit Verlusten auf eine für sich stimmige Weise umzugehen. Diesen Aspekten widmet sich die Lebensreise 2024.

Lesungen und Vorträge

Montag, 27. Mai 2024, 18.30–20.00 Uhr

Marianischer Saal, Bahnhofstrasse 18, Luzern

Andreas Kruse

Psychologe und Gerontologe, Direktor emeritus am Institut für Gerontologie Universität Heidelberg.

«Leben in wachsenden Ringen» – Sinnerfülltes Alter

Im hohen Alter ist geistig-seelische Entwicklung und somit ein erfülltes Leben möglich. Ausgehend von einem Vers von Rainer Maria Rilke zeigt Andreas Kruse in seinem Resümee auf, wie unterschiedlichste Reifungs- und Wachstumspotenziale genutzt werden können - auch im Umgang mit den aktuellen gesellschaftlichen Krisen. Die soziale Teilhabe und der Austausch zwischen Jung und Alt sind dabei ein wichtiger Bestandteil. Andreas Kruse, der auch Musik studiert hat, untermalt seinen Vortrag mit Stücken auf dem Flügel. Referat und Klavierspiel.

Montag, 24. Juni 2024, 18.30–20.00 Uhr

Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern zhb,
Sempacherstrasse 10, Luzern

Gabriele von Arnim

Schriftstellerin und Journalistin für verschiedene Medien, u. a. «Die ZEIT», ehemalige Moderatorin beim Fernsehen.

«Der Trost der Schönheit und die Kunst der Zuversicht»

Trost finden, in einer Welt, die so überwältigend, ängstigend, fordernd sein kann. Trost finden im Empfinden von Schönheit, weil das, so Gabriele von Arnim, nicht weniger ist als Selbsterhalt.

Eine literarische Spurensuche, die sie zurück in ihre Kindheit führt, zu einem Mädchen aus kühl geführtem Haus, das erst lernen muss, zu fühlen, um Schönheit in all ihrer endlichen Fülle wahrnehmen zu können. «Wie bleiben oder werden wir zuversichtlich in diesen fragilen Zeiten.» Ein weiteres Thema dieses Abends ist die Zuversicht, die sie in ihrem neusten Buch aufgreift: «Liebe Enkelin oder Die Kunst der Zuversicht».

Lesung und Gespräch.

Dienstag, 20. August 2024, 18.30–20.00 Uhr

Marianischer Saal, Bahnhofstrasse 18, Luzern

Pasqualina Perrig-Chiello

Entwicklungspsychologin und Systemische Familientherapeutin,
emeritierte Professorin der Universität Bern.

«Own your age» – Über die Kraft und das Glück des Älterwerdens

Der Übergang in die zweite Lebenshälfte ist geprägt von Herausforderungen, aber auch von vielen Chancen. Wir alle wünschen uns, dass die Zeit des Älterwerdens selbstbestimmt, spannend und beglückend wird. Pasqualina Perrig-Chiello zeigt auf, mit welchen Möglichkeiten und Stärken wir Herausforderungen und Veränderungen begegnen. Dabei helfen Charakterstärken wie Eigensinn, Neugier, Veränderungslust, aber auch Selbsterkenntnis, Bildung oder soziales Engagement. «Wir bestimmen, wie wir älter werden, wenn wir wissen, worauf es ankommt.»

Lesung und Gespräch.

Freitag, 13. September 2024, 18.30–20.00 Uhr

Hotel Beau Séjour, Haldenstrasse 53, Luzern

Daniel Schreiber

Schriftsteller, Journalist und Übersetzer, Verfasser von regelmässigen Kolumnen, u. a. für die ZEIT am Wochenende und Weltkunst Online.

«Allein» und «Die Zeit der Verluste»

Was bedeutet es, allein zu sein? Kann man allein überhaupt glücklich sein? Wie lässt sich ein Leben in Zeiten um sich greifender Verluste führen? Wie gehen wir mit dem Bewusstsein um, dass etwas unwiederbringlich verloren ist? Ausgehend von persönlichen Erfahrungen sowie philosophischen und soziologischen Ideen sucht Daniel Schreiber in seinen literarischen Essays «Allein» und «Die Zeit der Verluste» nach Antworten. Für eine Lesung mit Gespräch kehrt er zurück ins Hotel Beau Séjour, wo er im Jahr 2020 an seinem Buch «Allein» geschrieben hat.
Lesung und Gespräch.

Dienstag, 24. September 2024, 18.30–20.00 Uhr

Kornschütte Luzern, Kornmarkt 3, Luzern

Urs Krienbühl

Frisch pensionierter Leiter von proMusicante, Dozent für Musikgeragogik an der Hochschule Luzern – Musik.

Musik beflügelt das Leben – proMusicante

Sich den Traum vom Musizieren bis ins hohe Alter zu erfüllen, das verwirklicht proMusicante, die etwas andere Musikschule für Erwachsene. Urs Krienbühl, der inzwischen pensionierte Leiter von proMusicante lässt uns daran teilhaben, wie eng Lebensfreude und Musik miteinander verbunden sind und welche Auswirkungen das gemeinsame Musizieren und das Verwirklichen musikalischer Wünsche auf ältere Menschen haben. Für die musikalische Reise durch Länder, Stile und Zeiten sorgt das «Trio Streifzug» mit Walter Grimm (Klarinette, Saxophon, Querflöte), Urs Krienbühl (Klavier) und Oski della Torre (Kontrabass).
Gespräch und Musik.

Filme im Stattkino

Mittwoch, 16. Oktober 2024, 16.00 Uhr

«Lucky»

Von John Carroll Lynch, USA, 2017, Western/Komödie, 88 Min.



Der 90-jährige Lucky lebt allein in der Einöde, irgendwo im Südwesten Amerikas. Er ist alleine, doch nicht einsam. Für sein Alter ist er ausserdem erstaunlich agil: Jeden Tag beginnt er mit Yoga, dann kauft er sich ein paar Zigaretten und verbringt den Abend in der Bar um die Ecke. Doch eines Tages erlebt er einen Schwächeanfall und beginnt, sein Leben zu hinterfragen. Lucky sucht nach der Erleuchtung.

Mittwoch, 23. Oktober 2024, 16.00 Uhr

«La petite Chambre»

Von Stéphanie Chuat und Véronique Reymond, 2010,
Drama/Komödie, 87 Min.



Es ist eine Geschichte des Herzens. Edmonds Herz ist nicht mehr sehr solide. Aber es schlägt im Rhythmus einer wilden Unabhängigkeit. Die Idee in ein Altersheim zu gehen, lehnt er konsequent ab. Sein Wunsch nach Selbstständigkeit führt dazu, dass er die Pflege der häuslichen Krankenschwester Rose hartnäckig verweigert. Die junge Frau stellt sich ihm aber entgegen. Sie weiss, was es heisst, das Inakzeptable zu akzeptieren. Eines Tages zwingt ein schwerer Sturz Edmond dazu, Roses Hilfe anzunehmen.

Bourbaki Panorama, Löwenplatz 11, Luzern
Kinoeintritt 13 Franken
Reservation 041 410 30 60 oder info@stattkino.ch

Die Veranstaltungen sind kostenlos, mit Ausnahme der Kinovorstellungen.

Mittwoch, 6. November 2024, 16.00 Uhr

«Vecchi Pazzi»

von Sabine Boss, 2015, CH, Komödie, 89 Min.



«Ich bin Solistin!» Vivi Ferrari ist empört, als sie vom Amateurchor ihrer Tessiner Seniorenresidenz zum Mitsingen aufgefordert wird. Die gealterte Opernsängerin zieht ihrer Tochter Alexa zuliebe in eine Schweizer Seniorenresidenz. Sie fügt sich widerwillig in ihr Schicksal, aber dann trifft sie auf Aldo Petacchi. Ihr Nachbar besitzt ein Tanzlokal, dem die Abrissbirne droht. Vivi sieht ihre Chance. Wenn sie Aldo heiratet, wird sie Alleinerbin, kann ein Variété eröffnen, wieder auftreten und singen. Doch was als reine Geschäftssache geplant war, mischt den Alltag der beiden gehörig auf.

Mittwoch, 20. November 2024, 16.00 Uhr

«Yalom's Cure»

von Sabine Gisiger, Dokumentarfilm, 2014, CH, 77 Min.



Der 80-jährige Psychiater und Bestsellerautor Irvin D. Yalom gilt als der einflussreichste Psychotherapeut der USA. Er hat weltweit Millionen von Büchern verkauft, Kritiker beschreiben ihn als inspirierend, fesselnd und lebensverändernd. Sein Werk betont den Wert von Beziehungen und dreht sich um die Frage, wie Therapie funktioniert. Der Film bietet mehr als eine klassische Biografie: Yalom nimmt das Publikum mit auf eine existentielle Reise durch die vielen Schichten der menschlichen Psyche. In der Rolle des Reiseleiters teilt er seine Einsichten und gewährt tiefe Einblicke in sein eigenes Seelenleben.

Ein Angebot der Stadt Luzern, Abteilung Alter und Gesundheit
www.ages.stadt Luzern.ch | www.luzern60plus.ch
Mail: ages@stadt Luzern.ch | Tel. 041 208 81 40

Titelbild: Anna Margrit Annen, Kreisel, 1997, Videostill