



Bernard Thurnheer als Sportkommentator bei einem Einsatz im Basler St.-Jakob-Stadion.

Foto: Keystone/Gaetan Bally

## «Ich bin ein Körnchen in einem grossen Brot»

Fans trauern seinen Fussballkommentaren bis heute nach. Wenigen nach ihm gelingt es, Fussballspiele so eloquent, witzig und wortspielreich ohne Punkt und Komma zu kommentieren. Bernard Thurnheer ist einer breiten fernsehschauenden Öffentlichkeit aber auch von äusserst erfolgreichen Spielshows wie «Tell-Star» und «Benissimo» bekannt. Seit seiner Pensionierung Ende 2018 tritt Thurnheer ein bisschen kürzer und setzt sich unter anderem aktiv mit dem Älterwerden auseinander.

von Christine Schnapp

**Bernard Thurnheer, Sie sind auch nach Ihrer Pensionierung noch sehr gefragt als Interviewpartner oder als Experte für verschiedenste Themen.**

Ja, ich bin immer noch aktiv. Ich halte Vorträge, Lesungen oder moderiere Seminare. Das spricht sich dann herum und generiert Nachfragen. So habe ich immer noch etwa einmal pro Woche einen Termin in der Öffentlichkeit.

**Früher fragte man Sie als Experten für Fussball an, heute als Fachmann fürs Altern. Wie ist das für Sie?**

Das ist für mich wahrscheinlich wie für alle andern Menschen auch. Man möchte am liebsten ewig jung bleiben, aber das geht natürlich

nicht. Aber wenn man sein Alter akzeptiert, dann ist das eigentlich kein Problem.

**Auch nicht, dass man plötzlich zum Experten einer Lebensphase wird und nicht mehr für einen Bereich, den man sich erarbeitet hat und in dem man sehr gut Bescheid weiss?**

Das spielt schon eine Rolle. Aber mit zunehmendem Alter hat man mehr Routine darin, zu unterscheiden, was wichtig und was weniger wichtig ist.

**Was passiert mit dem Selbstwertgefühl, wenn man älter wird?**

Es passiert eigentlich nicht viel, aber man stellt es selbst immer mehr infrage. In jungen Jahren ist man das Zentrum der Welt, doch das wird

mit dem Alter immer weniger. Im Alter ist man mehr ein Rädchen in einer Maschine, ein Stern im Weltall oder ein Körnchen in einem grossen Brot.

### **Nach der Pensionierung fällt die Bestätigung weg, die man bei der Arbeit erhält und die für viele Menschen sehr wichtig ist.**

Das ist so. Deshalb glaube ich – oder zumindest habe ich das so gemacht –, dass man irgendwann einsehen muss, dass Arbeit nicht der einzige Lebensinhalt ist oder sein kann. Das ist natürlich eine Gefahr, gerade wenn man beim Fernsehen gearbeitet hat, wo man sehr viel Echo erhält und wo man von allen Leuten nur übers Fernsehen definiert wird. Da ist die Gefahr schon gross, dass die Arbeit und ihre Begleiterscheinungen sozusagen den Sinn des Lebens ergeben. Man muss frühzeitig erkennen, ich würde sagen, etwa zehn Jahre vor der Pensionierung, dass die Arbeit nur ein Teil des Lebens ist und nicht das Ganze.

### **Haben Menschen, die in ihrem Arbeitsleben in der Öffentlichkeit stehen, mehr Mühe mit der Pensionierung als solche, die beispielsweise einer Arbeit im Büro nachgegangen sind?**

Wer in der Öffentlichkeit stand, hat es bestimmt schwieriger mit der Pensionierung. Für sie ist der Rückzug schlimmer. Denn viele von denen haben ihr Hobby zum Beruf gemacht, und mit 65 sagt man ihnen, sie dürfen ihr Hobby nicht mehr ausführen. Oder zumindest nicht mehr in der Form wie zuvor.

### **Hätten Sie selbst gerne noch weitergearbeitet?**

Man muss realistisch sein. Fernsehen machen ist nicht der einzige Beruf, in dem man mit 65 nicht mehr besser wird. Das ist einfach ein Gesetz der Biologie, dass man weniger Energie hat und die Reaktionszeit länger wird. Man sieht das ja auch im Sport. Es gibt keine Skiweltmeister, die 65 Jahre alt sind. Man muss einsehen und akzeptieren, dass man seinen Rhythmus ein wenig verlangsamen muss. Irgendwann ist einfach fertig mit dem Beruf. Ich finde das eigentlich gut, dass man weiss, dass man mit 65 pensioniert wird. Man kann dann immer noch den psychologischen Ausgang wählen, wenn der Chef sagt, man sei doch so gut und hätte noch lange weitermachen können, aber wegen dieser Vorschrift gehe das leider nicht. Aber es ist schon gut, dass es eine Altersgrenze gibt, sonst würden alle immer weitermachen, bis es ein schreckliches Ende nimmt, weil sie immer schlechter werden.



Foto: Keystone/Samuel Trüempy

*Von 1992 bis 2012 moderierte Bernard Thurnheer die Unterhaltungsshow «Benissimo». Es war die erfolgreichste regelmässig ausgestrahlte Unterhaltungssendung des Schweizer Fernsehens.*

### **Hat das Alter auch gute Seiten?**

In meinem Fall ist es eine Befreiung, nicht mehr zu müssen. Man muss eigentlich nichts mehr. Man muss nicht mehr an seinem Marktwert arbeiten, man muss nicht mehr an seinem Image feilen. Man muss niemandem mehr etwas beweisen. Und man kann einfach das machen, was man im Leben gerne tut.

### **Bei Ihnen ist das oftmals noch eine Tätigkeit in der Öffentlichkeit. Brauchen Sie diese?**

Nein, eigentlich nicht. Was ich wirklich brauche, ist eine Beschäftigung, die mich auch herausfordert. Da liegt es auf der Hand, dass ich die dort suche, wo ich denke, dass meine Fähigkeiten liegen. Berufsbedingt sind das bei mir halt Tätigkeiten, die mit Öffentlichkeit zu tun haben. Ich bin 40 Jahre lang vor Leuten gestanden, das kann ich natürlich heute noch gut.

### **Man sagt, ältere Leute leben gerne in der Vergangenheit. Wie ist das bei Ihnen? Reden Sie lieber über die Zukunft oder über die Vergangenheit?**

Es gibt ja die Definition, dass man alt ist, wenn man von früher erzählt. Eigentlich ist das eine gute Definition, aber ich kämpfe trotzdem dagegen an. Andererseits ist das, was ich erlebt habe, auch mein Lebenskapital. Ich schreibe gerne Bücher darüber, was ich erlebt habe. Und mir scheint auch, die Entwicklung der Gesellschaft werde immer schneller. Doch es gibt keine Standortbestimmungen mehr im Sinne von «Wie war das eigentlich 1980?». Es geht so rasend schnell vorbei. Heute ist 2019 und bereits 2010 war alles ganz anders, jedoch hat das niemand festgehalten. Ein gewisses Flair fürs Erzählen, wie es gewesen ist, damit man die Gegenwart versteht, das habe ich schon. ▶



Foto: Keystone/Urs Flueeler

### **Während Ihrer Tätigkeit als Sportmoderator waren Sie viel mit jungen Menschen in Kontakt. Hält einen das jung?**

Das war ein grosser Vorteil für mich. Und ich würde sogar sagen, dass ich deshalb geistig nicht gealtert bin. Ich komme immer noch mit, mit allem, was passiert. Ausser bei der Digitalisierung, da habe ich irgendwann ein bisschen den Faden verloren und kenne deshalb nicht alle Neuheiten, die es in diesem Bereich gibt. Und bei der Musik habe ich irgendwann auch abgehängt. Rap zum Beispiel sagt mir nichts, obwohl mir sonst sämtliche Musikrichtungen etwas sagen.

### **Also sind die jungen Sportler ein eigentlicher Jungbrunnen.**

Das ist so. Der beste Jungbrunnen ist, mit möglichst vielen Jungen zusammen zu sein und neue Entwicklungen nie abzulehnen. Das ist die Gefahr des Altersschubs, wenn man Neuentwicklungen ablehnt und sagt, das sei Humbug, womit man sich nicht beschäftigen wolle. Das ist ein Altersverhalten, das ich zu vermeiden versuche.

### **Man spricht heute über ältere Menschen oft mit einem positiv konnotierten Vokabular. Etwa: die «aktiven Senioren» oder die «Golden Ager». Ist es heute einfacher, älter zu**

### **werden, und hat sich das Bild von älteren Menschen tatsächlich verändert?**

Ich glaube, im Vergleich zur Zeit meiner Grosseltern sind uns mindestens zehn Lebensjahre geschenkt worden. Und zwar nicht die letzten, sondern die zwischen 60 und 70 Jahren. Früher war es doch so, dass wenn jemand pensioniert wurde, er eigentlich nur noch auf den Tod gewartet hat. Bei heutigen 65-Jährigen habe ich überhaupt nicht das Gefühl, dass das noch so ist. So gesehen ist es heute schon leichter. Oder vielmehr: Das Schwere verschiebt sich zehn Jahre nach hinten.

### **Gibt es etwas, das Ihnen Angst macht am Alter?**

Nein, ich versuche immer, das Alter so zu akzeptieren, wie es ist. Bis jetzt ist es wunderbar. Das Einzige, was sich bei mir häuft, sind Tage, an denen ich mich nicht zu 100 Prozent fit fühle.

### **Haben Sie ein Rezept dafür, wie es Ihnen gelingt, in jedem Alter so gut wie möglich im Leben zu stehen?**

Ich akzeptiere das Alter einfach, wie es ist. Dann ist es für mich überhaupt kein Problem. Man hat natürlich auch Vorbilder. Menschen, die fünf bis zehn Jahre älter sind und noch immer mit den Jüngern mithalten mögen: mitlaufen, mitreden oder mitfesten. Dann denkt man, so will ich in zehn Jahren auch noch sein. Man sieht dabei auch, dass es solche Menschen gibt und dass auch in deren Alter noch vieles möglich ist.

### **Wenn Sie Menschen, die langsam in Richtung Alter gehen, einen Ratschlag geben könnten, welcher wäre das?**

Sie sollen die Pensionierung gut vorbereiten. Die Pensionierung ist ein markanter Einschnitt. Man sollte nicht warten, bis es so weit ist, sonst fällt man in ein Loch. Man sollte sich bereits zehn Jahre vorher langsam darauf vorbereiten, damit es einen wie eine leichte Brise erfasst und nicht wie ein Wirbelsturm.

### **Sie haben das selbst so gemacht und sich gut vorbereitet.**

Ja, ich habe ab 60 Jahren mein Arbeitspensum jedes Jahr um zehn Prozent verringert. Immer zehn Prozent von dem, was noch übrig war. 2018 habe ich noch zehn Prozent gearbeitet, seit 2019 bin ich bei null.

### **Also alles richtig gemacht?**

Na ja, das kann wohl niemand von sich sagen. Aber ich bin grossmehrheitlich zufrieden damit, wie ich das angegangen bin. ■