

# Aufzeichnungen eines mutigen, authentischen Lebens

Bewegende biografische Texte, dazwischen starke Gedichte und Chansons: Helga Giger gibt tiefe Einblicke in ihre Lebensgeschichte.

«Ich bin alt geworden, und die schlaflosen Nächte häufen sich. Im Dunkeln schleichen sich all die vergangenen, vergessenen, verdrängten Fundstücke meines Lebens in mein Bewusstsein, alle einstigen Befindlichkeiten pochen darauf, noch einmal gehört und gesehen zu werden. Ich kann mich nicht wehren, will es auch nicht, und werde Zuschauerin meiner eigenen Vergangenheit, meiner Zufluchten.» In ihrem Buch gewährt Helga S. Giger intime Einblicke in ein mutiges, authentisches Leben einer Frau, die viel erlebt hat. Die heute 81-jährige ist während des Zweiten Weltkriegs in Frankfurt am Main geboren.

Seit Anfang der 1960er-Jahre lebt sie in der Schweiz, seit vielen Jahren in Flawil. Hier gründete sie eine Familie und ein erfolgreiches Unternehmen, hier begann sie Prosa, Gedichte, Lieder und Kabarett-Sketche zu schreiben und aufzuführen. Ihr Leben war und ist geprägt von einem erschütternden Verlust, gefolgt vom tiefen Fall in den Strudel seelischer Abgründe. Doch sie blieb nicht stehen: Sie reifte zum Leben zurück, versöhnte sich und vergab – vor allem sich selbst. Ihre berührenden biografischen Texte verwebt sie im Buch mit von ihr verfassten Gedichten und Chansontexten – stark und präzise.



Die 81-jährige Helga S. Giger blickt zurück – und nach vorn. Bild: caw



Helga S. Giger  
**Zufluchten**  
orte Verlag

120 Seiten, Fr. 26.–  
ISBN 978-3-85830-292-2