

## Über das Alter

Prolog: Rilke, Herbsttag

Herr: es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß. Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren, Und auf den Fluren laß die Winde los.

Befiehl den letzten Früchten voll zu sein; Gib ihnen noch zwei südlichere Tage, Dränge sie zur Vollendung hin und jage Die letzte Süße in den schweren Wein.

Wer jetzt kein Haus hat, baut sich keines mehr. Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben, Wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben Und wird in den Alleen hin und her Unruhig wandern, wenn die Blätter treiben.

Heute ist das Alter mein Thema. Ich habe in den letzten fünf Jahren über das Thema „Du bist gemeint oder vom tätigem Leben“ – Gedanken zu Hannah Arendt, über bürgerliches Engagement, über Bildung, Kinder und Frauen gesprochen. Das alles war nicht zufällig, alle Themen sind mir sehr wichtig.

Ich spreche bei unserem 222. Stiftungsfest das letzte Mal als Direktorin zu Ihnen. Hinter uns liegt eine erfolgreiche Zeit. Die Arbeit in der GEMEINNÜTZIGEN und ihren Einrichtungen war sehr zufriedenstellend. Das wiederum ist allen Beteiligten zu verdanken. Diesen Dank an alle möchte ich an dieser Stelle in aller Form aussprechen. Was die Gemeinnützige Sparkassenstiftung betrifft, so liegt das siebente Jahr hinter uns. Ich bin sicher, dass die bisherige Arbeit Früchte getragen und viel Gutes für Lübeck bewirkt hat. Vorstand und Vergabeausschuss haben besonders viel Wert auf die Bildung von Kindern und Jugendlichen und auf die Nachhaltigkeit der Projekte gelegt. Die Stiftung genießt inzwischen hohes Ansehen in der Region Lübeck.

Warum ich mich jetzt mit dem Alter beschäftige? Nehmen Sie doch nur einmal die GEMEINNÜTZIGE, sehen Sie sich im Saal um, dann haben wir das Durchschnittsalter unserer Gesellschaft, wie es sich in den Mitgliedern spiegelt. Unsere Gesellschaft sticht nicht hervor aus der Bevölkerung insgesamt, sie ist vielmehr ihr Spiegel. Menschen werden älter, das bedeutet, dass in den entwickelten Industrieländern mehr ältere Menschen mit all den Problemen, die daraus entstehen, leben. Mobilitätsgebrechen, Krankheiten wie Krebs und Zucker sowie Kreislauf- und Herzerkrankungen nehmen zu. Aber auch die Gehirne werden älter und funktionieren nicht mehr so gut. Soweit zu den Defiziten. Es gibt aber auch positive Dinge zu verzeichnen. Die älteren Menschen verfügen über einen Zugewinn an Erfahrung, Gelassenheit, ja Weisheit, auch Geld und die wichtigste Ressource: Zeit.

Lebensalter gehört neben Status, Schichtzugehörigkeit und Geschlecht zur Differenzierung menschlichen Daseins. Das Verhältnis der Altersgruppen und Generationen strukturiert eine Gesellschaft und ist gleichzeitig deren Ergebnis.

Sie alle kennen die Einteilung des menschlichen Lebens – die Lebenstreppe, in sechs oder sieben Altersstufen: Kindheit, Knabenalter, Jünglingsalter, reife Jugend, Mannesalter und Greisenalter. Diese Einteilung stammt aus dem griechischen Altertum und hat in der europäischen Tradition überdauert.

Alter war lange nur als Niedergang, Gebrechlichkeit, Schwinden der Kräfte und Pforte des Todes auf dem Weg zum göttlichen Gericht vorstellbar. Der Bogen des christlichen Lebenslaufs ist eingespannt zwischen Geburt und Auferstehungsglaube. Das Greisenalter als Aufgabe der selbstbestimmten Altersgestaltung war undenkbar. Neben Entbehren erzählt Dürers „Bildnis seiner Mutter“ eindrücklich von der Sorge vor der Sünde. Würde und Verfall zeigt z.B. Rembrandt in seiner Radierung „Der blinde Tobias“. 1778 ist mit Voltaires Büste das Jenseits plötzlich irdisch geworden. Der Bildhauer Houdon arbeitet den Triumph des beweglichen Geistes über den physischen Verfall im befreiten Lächeln heraus. Mit der Aufklä-

rung schließen sich die Pforten des Jenseits und es gilt der Sieg des Geistes über den gequälten Körper und dessen Schmerzen oder dessen Sturz in hoffnungsloses Elend. Der Weg führt letztlich sozusagen ins Pflegeheim. Schon Goya wusste das in seinem Selbstbildnis in den Armen seines Arztes Dr. Arrieta. (Das Alter als existentielle Grunderfahrung, nicht zu verarbeitende Grenzerfahrung und die Sorge um das Versiegen der Kreativität zeigen insbesondere Picassos letzte Selbstbildnisse.)

1954 hat Saul Steinberg die Lebenstreppe wieder aufgenommen: Auf fünf Stufen steigt ein amerikanischer Erfolgsmensch zum Chef empor. Erst sieht man ihn im Kinderdress, dann als Knaben im Matrosenanzug, darauf im Talar eines frischgebackenen Bachelors, Masters oder sogar Doctors, und dann geht es weiter bergauf. Aber nach der Position hinter dem Chefeschreibtisch erfolgt ein jeher Absturz. Doch nun steht kein Greis neben dem sich schon öffnendem Grab, man erblickt stattdessen einen älteren Herrn mit Glatze und Sonnenbrille in Bermuda-Shorts unter einer Palme. Das ist das Glück des neuen, immer älter werdenden „alten Jünglings“ in den Wellness-Oasen dieser Welt. Die Altersphysiognomie ist verschwunden, aber ist damit nicht auch ihre Würde dahin? Die vielen immer-älter-Werdenden in einer Welt des diesseitigen Glücks werden immer jünger. Das birgt unvergleichliche Gestaltungsmöglichkeiten. Der sich jung fühlende Alte studiert, bildet sich oder reist; nimmt am kulturellen Leben teil, übernimmt karitative und ehrenamtliche Aufgaben.

„Revolte und Resignation“ lautet der Titel des berühmten Buches von Jean Améry „Über das Altern“. Schon die Kapitel verraten den Kampf des alten Menschen im Anblick des Unterliegens: Dasein und Zeit vergehen; Sich fremd werden; Der Blick des Anderen; Die Welt nicht mehr verstehen; Mit dem Sterben leben.

Die alte Literatur beginnt mit Cicero. Sein Text „Über das Alter“ startet die europäische Diskussion mit den vier Klagen des fiktiven Cato über das Alter: Zwang zur Untätigkeit, Schwächung der körperlichen Kräfte, Verlust der Genussfähigkeit und schließlich die Nähe des Todes werden beklagt. Der Autor hält dagegen, dass der ältere Mensch sehr wohl noch einsetzbar ist, er muss nur seine Tätigkeiten auswählen. Und: Der ältere Mensch ist noch genussfähig, allerdings hält er mehr von geistigen Vergnügungen. Sein Fazit besteht darin, dass im Alter der Charakter hervortritt; kurz: so wie man gelebt hat, so wird man alt! Folgt man einer Altersökonomie aufgrund schwindender Kräfte, lockt ein zufriedenes Altsein. Der alte Mensch bekomme Ansehen bei abnehmender Kraft, wenn er sich denn bescheidet und seine Kräfte verlagert.

Der berühmte Montaigne hält es mit einer möglichst langen beruflichen Tätigkeit. Nicht viel anders äußert sich auch die Beauvoir. Ihr Altersbegriff spießt einen vermeintlichen von der Natur verursachten und von der Gesellschaft zugelassenen Skandal auf. Sie glaubt, dass der Mensch nur eine begrenzte Zukunft und eine erstarrte Vergangenheit hat und dadurch gelähmt wird. Er wird nicht mehr gebraucht, er hat nichts mehr zu tun, seine Pläne sind aufgegeben, das Leben liegt abgeschlossen hinter ihm. Sie ist Cicero folgend der Meinung, dass sich der Charakter im Alter besonders zeige und dass nur hingebungsvolles Tätigsein unserem Leben noch einen Sinn verleihen kann. Kurz: Engagement rechtfertigt ein Menschenleben.

Ausgehend von Goethes „stufenweisem Zurücktreten aus der Erscheinung“ im Alter schreibt Hannah Arendt an Karl Jaspers, dass das Zurücktreten – also der Rückzug aus dem Licht der Öffentlichkeit ins Privatleben – der freien Entscheidung überlassen bleiben muss. Die Denkerin fühlt auch jenseits der 60 Interesse und Verantwortung für die Welt, an der sie teilhat. Das Verschwinden im Rückzug auf sich selbst und die Einsamkeit ist jedenfalls für Arendt nicht der Sinn des Alters. 1966 schreibt sie weiter: „Geburtstage glücken nie recht. Unwichtig. Hingegen Altwerden. Da hatte ich immer großen Ehrgeiz... Ich werde mir Mühe geben und es etwas schwerer haben, weil die Pferde immer noch sehr leicht durchgehen. Aber sonst – diese Jahrzehnte bei Euch, man braucht es doch nur nachzuleben; es ist genau, wie

wir es eigentlich wollen, man braucht es uns nur zu zeigen.“ In diesem Brief an Jaspers und seine Frau bringt Hannah Arendt einen neuen Gedanken, dass nämlich die Alten ebenso Vorbilder brauchen wie die Jungen oder: Wer altert, braucht Vorbilder! Man schaut auf die, an denen man sich orientiert und versucht es nachzuleben. Ich selbst bin sehr angerührt von Menschen wie Margarete Mitscherlich, aber auch Helmut Schmidt, der fast auf den Tag so alt ist wie mein Vater.

Die Zahl der Pflegebedürftigen wird drastisch ansteigen, soviel ist gewiss!

Thomas Mann war zur Zeit der Niederschrift der „Buddenbrooks“ (1901) 25 Jahre alt. Dieser Roman versammelt unzählige Autoritäten, Patriarchen, alte und würdige Herrschaften. Das sind ihre Daten: Konsul Johann Buddenbrook, Hannos Großvater, stirbt mit 53 Jahren; Senator Thomas Buddenbrook, sein Sohn, mit 49 Jahren; er ist 48 Jahre alt, als er in dem berühmten Kapitel Schopenhauer liest und über Alter und Tod meditiert. Das alles hat sich fundamental geändert.

Der Altersquotient der Deutschen wird sich bis 2030 nahezu verdoppeln, und zwar von 46 auf 71. Die Deutsche Bevölkerung wird bis 2050 um 23 Millionen Menschen abnehmen. Die Hälfte der Deutschen wird dann über 51 Jahre alt sein (heute: 40 Jahre).

Dass die Mitglieder der GEMEINNÜTZIGEN auf ihre Volljährigkeit noch warten, wird man nicht ernsthaft behaupten können. Die allermeisten Mitglieder befinden sich in der zweiten Lebenshälfte. Dafür ist die GEMEINNÜTZIGE gut gerüstet. Konkrete Hilfe gibt es in der Haus- und Familienhilfe. Geistige Anregung im Vortragswesen und Unterhaltung bietet nicht nur das Kolosseum sondern natürlich auch ein gelegentlich stattfindendes Hauskonzert oder die Knabenkantorei. Außerdem gilt es sich klarzumachen, dass die Aktivität, die auf unsere Gesellschaft einwirkt und von der sie profitiert, auch in der Regel von älteren Menschen ausgeht. Schauen Sie sich ruhig um.

Golfspielen ist zu wenig! Die 50 bis 70jährigen blicken heute auf völlig andere, liberalere Erfahrungen mit Familie, Ehe und Partnerschaft zurück als alle anderen Menschen im gleichen Alter zuvor. Dennoch sind mehr als 71 % verheiratet und weitere 10 % leben in einer festen Lebenspartnerschaft. Damit hat die Mehrzahl die Partnerschaft zum wichtigsten Kernelement ihres weiteren Lebensentwurfs gemacht. 80 % sind mit ihrer Beziehung zufrieden und sind gerne zusammen. Die Emanzipation der Frauen nach 1968 ist vermutlich die wichtigste Voraussetzung für das Gelingen einer guten Partnerschaft bis ins hohe Alter. Die Schwachstelle: Die familiär begründete, generationenübergreifende Beziehungsinfrastruktur ist durch den Geburtenrückgang nicht mehr gesichert. Enkelkinder werden rar und die Betonung der Paarbeziehung – als Ersatz für Familiensolidarität – kann ein Netzwerk nicht wirklich ersetzen, denn sie setzt Beziehungs-Monokultur an die Stelle von Vielfalt.

Wohnmodelle haben Konjunktur. Zwei populär diskutierte Modelle für das Wohnen im Alter sind die Alten-Wohngemeinschaft und das Mehrgenerationenhaus. Doch haben diese Projekte flächendeckend wirklich eine Chance? Finanzielle und psychologische Gründe stehen dagegen. Es ist an der Zeit, Alternativen für das ganz hohe Alter, wenn ein Partner verstorben ist und die Pflegebedürftigkeit einsetzt, zu entwickeln.

Die Generation 50+ und darin besonders die Mittelschicht ist zu einem machtvollen Faktor der Gesellschaft geworden. Sie haben einen anderen Lebensstil als die früheren Oberschichten. Sie verstehen sich nicht als konservative Bourgeois, sondern als Citoyens. Sie sind linksliberal und ökologisch, stehen für Emanzipation, Geschlechtergleichberechtigung und soziale Gerechtigkeit. Kurz: Sie ähneln Jean-Jacques Rousseaus Idee vom aufgeklärten, engagierten Bürger mehr als je.

Reformprojekte in aller Welt zeigen, dass es eine faszinierende Erfahrung sein kann, über 65 Jahre hinaus weiter zu arbeiten – womöglich bis zum 80. Lebensjahr!

Aber die Arbeit muss frei ausgesucht sein und die Arbeitenden müssen in Form einer Rente von ökonomischen Zwängen befreit sein. Da es sich um Millionen von Menschen handelt, kann das Ehrenamt allein nicht alle Bedürfnisse befriedigen. Neu hinzugekommen ist ein al-

tes Konzept, das der Eigenarbeit! Das Grundprinzip der Eigenarbeit ist: „Selbermachen statt kaufen“. Und das gilt von der Herstellung der Nahrung bis zur Altenpflege.

Schauen wir uns verschiedene Modelle des eigenen Erlebens des Alters an.

Da die Kinder groß sind und die berufliche Entwicklung abgesichert ist, vermindern sich die Sorgen früherer Lebensabschnitte: Zudem haben sich bestimmte Lebensentscheidungen erledigt, wie z.B. Welchen Beruf ergreife ich? Gründe ich eine Familie, bekomme ich Kinder?

Es gibt auch andere Entlastungen: Der reifere Mensch lebt mit seinen Enttäuschungen und Fehlentscheidungen abgeklärt und leichter. Zudem haben sich viele Verpflichtungen, die lange Zeit Bedeutung hatten, erledigt! Der Mittelschicht-Rentner verfügt über ein Einkommen, unabhängig von Arbeit, seine Rente. Endlich hat der ältere Mensch Kapazitäten, die Bedürfnisse anderer wahrzunehmen, weil die Konkurrenz zu anderen weggefallen ist. Er verfügt über ein fundierteres Urteil als die Jüngeren, was sich aus einem hohen Maß an Lebenserfahrung erklärt; er kann und will Vorbild sein. Er wird wertgeschätzt, er wird gehört, er wird gebraucht, er ist nützlich; daraus zieht der ältere Mensch seine Würde, sein Selbstbewusstsein, seinen Benefit.

Der ältere Mensch möchte arbeiten; aber nicht jede Arbeit übernehmen; entscheidend sind die Qualität der Arbeit, ihr Umfang und ihre Intensität. Er möchte seine Kräfte konzentrieren auf Dinge, die er beherrscht, die ihn interessieren bzw. die er liebt und die ihm nützlich erscheinen.

Die Alternative ist der Hedonismus. Diese Spielart des Lebens ist weit verbreitet. Jeder muss sich entscheiden, was für ihn selbst das Angemessene ist. Um das herauszufinden, haben wir auch die GEMEINNÜTZIGE! Sie bietet Möglichkeiten, im Alter Dinge zu tun, die man als junger Mensch vielleicht schon als wünschenswert betrachtet hatte, aber nicht zu tun können glaubte, weil man Kinder hatte und einem Beruf nachgehen musste. In Bermuda-Shorts an heißen Küsten Cocktails zu trinken, macht der Mensch vielleicht nur, weil ihm nichts anderes einfällt, weil er keine anderen Erfahrungen machen konnte, sein Selbstwertgefühl zu steigern. Lebensfreude soll hier nicht abgewertet werden, aber die Zuwendung an arme Alte darf nicht aus dem Blick geraten. Es handelt sich um eine generationsübergreifende Aufgabe, Sorge füreinander zu tragen.

„Carpe diem“. Das ist immer richtig. Man verschiebe möglichst wenig, sondern nutze Zeit und Stunde. Lebensqualität besteht nicht darin, mehr Zeit ans Leben zu fügen sondern, genau umgekehrt, mehr Lebensintensität in allemal begrenzter Zeit zu erfahren. Und: Das menschliche Leben lässt sich auch ganz gut relativieren, wenn man sich das böse Bonmot auf der Zunge zergehen lässt, das das Leben wie folgt zusammenfasst: „DA DA BLA BLA GA GA“. Ein amerikanisches Sprichwort besagt: „Alter ist nichts für Feiglinge“!

Epilog: Rainer Maria Rilke „Abend“

Der Abend wechselt langsam die Gewänder, die ihm ein Rand von alten Bäumen hält;  
du schaust: und von dir scheiden sich die Länder, ein himmelfahrendes und eins, das fällt;  
und lassen dich, zu keinem ganz gehörend, nicht ganz so dunkel wie das Haus, das  
schweigt, nicht ganz so sicher Ewiges beschwörend wie das, was Stern wird jede Nacht und  
steigt – und lassen dir (unsäglich zu entwirrn) dein Leben bang und riesenhaft und reifend,  
so dass es, bald begrenzt und bald begreifend, abwechselnd Stein in dir wird und Gestirn.