

Inhalt

Stimmen zum Buch	9
Kapitel 1	
Wir werden älter	13
Kapitel 2	
Seele und Körper	31
Kapitel 3	
Weitermachen	43
Kapitel 4	
Wir schauen nach vorn	65
Stichwortverzeichnis	83
Bibelstellenverzeichnis	88

Die falsche Richtung

Doch nun müssen wir uns der Tatsache stellen, dass alle Formen dieses Ideals von Reife und zunehmender Konzentration im hohen Lebensalter in direktem Gegensatz zu dem Rat fürs Alter stehen den unsere säkulare westliche Welt uns im Moment gibt. Ruheständler werden sowohl ausdrücklich als auch indirekt etwa zu Folgendem ermahnt: Entspannen Sie sich. Schalten Sie einen Gang zurück. Lassen Sie es ruhig angehen. Amüsieren Sie sich. Tun Sie nur, was Sie genießen.

Sie müssen keine Leitungsfunktion mehr übernehmen oder in irgendeiner Form kreativ sein oder Verantwortung für das Führen und Unterhalten zielorientierter Unternehmungen übernehmen. Sie sind runter vom Laufband und raus aus dem Hamsterrad. Jetzt endlich sind Sie frei und selbstbestimmt und können sich darauf konzentrieren, Spaß zu haben. Sie haben Ihre Rente; es gibt Gesundheitsdienste, die sich um Ihren Körper kümmern; und es stehen mehr als genug Klubs, Reisen, Ausflüge, Touren, Wettbewerbe, Spiele, Feiern und Unterhaltungsmöglichkeiten bereit, die Ihnen helfen, sich die Zeit zu vertreiben.

Also legen Sie los, gönnen Sie sich alles, was Sie wollen! Füllen Sie Ihr Leben mit Neuheiten und Hobbys, mit allem und jedem, das Ihr Interesse fesselt. Im Blick auf die Gesellschaft gehören Sie jetzt zum alten Eisen; Sie müssen sich nur um sich selbst kümmern, mit oder ohne Ehepartner, und niemandem sonst mehr einen Gefallen tun und sich um niemand anderen mehr sor-

gen – also konzentrieren Sie sich darauf. Leben Sie, als würde Ihr Ruhestandsdasein, mit genug Gesundheit und Kraft fürs tägliche Funktionieren, ewig dauern und durch die Wunder der modernen Medizin ständig verlängert werden. Sie haben ein Recht darauf, versorgt zu werden, solange man Ihr Leben ausdehnen kann, also machen sie das Beste daraus! Wenn Ihr Leben im Alter trist und langweilig ist, werden Sie allein daran schuld sein, und das wollen Sie doch nicht!

Verkehrsschilder, auf denen steht »STOP – FALSCH«, oder die »Einfahrt verboten« bedeuten, sagen uns, dass wir, wenn wir weiter in diese Richtung fahren, in den Gegenverkehr einer Einbahnstraße geraten oder einer Straße folgen, die im Sand verläuft, ins Nichts führt oder unbefahrbar geworden ist. Derartige Schilder folgen normalerweise auf solche, die die richtige Richtung angegeben haben. »STOP – FALSCH« ist ein unverkennbares Zeichen, um uns aufzurütteln und darauf aufmerksam zu machen, dass wir etwas ignorieren oder verfehlen. Und genau das behaupte ich im Blick auf die Agenda unserer Kultur fürs Alter. Ich glaube, dies ist eine der enormen Torheiten unserer Zeit, und es ist angebracht und sogar überfällig, dass wir offen darüber reden. Ich bitte Sie um etwas Geduld, während ich meine Beobachtungen in Hinsicht auf den in den vorangegangenen Absätzen geschilderten Rat der Gesellschaft darlege.

Ich betrachte diese Agenda, so wohlmeinend sie auch sein mag, als extrem undurchdacht. Ich halte sie

für paradox verführerisch, im Grunde daraufhin kalkuliert, das genaue Gegenteil jener Fülle des Lebens im Alter hervorzubringen, für die sie angeblich wirbt. Was stimmt daran nicht? Für den Augenblick werde ich ihren Mangel an christlichen Inhalten beiseitelassen und mich auf den Umstand konzentrieren, dass dieser Plan Untätigkeit, Sich-Gehen-Lassen und Verantwortungslosigkeit als Ziel des vorgerückten Alters verordnet. Mit der Zeit wird dies zu dem belastenden Gefühl führen, dass das Leben keine Bedeutung mehr hat und stattdessen schlechterdings nutzlos geworden ist.

Die Erfahrung, nicht mehr mit Kollegen in einem Team zu arbeiten, um etwas Lohnendes zu erreichen, bringt leicht Einsamkeit, Rastlosigkeit und Niedergeschlagenheit mit sich. Wenn man nichts von Bedeutung hat, auf das man sich freuen kann, führt das natürlich zu einer unzufriedenen Nabelschau, wahrscheinlich begleitet von einem anhaltenden Missfallen über die eigene Lebenssituation, und einem andauernden Gefühl, man habe ein Recht, besser betreut zu werden, als es gerade der Fall ist. Der Umstand, dass man nicht mehr gezwungen ist, Dinge zu lernen, Probleme zu lösen oder Strategien zu planen, die einem selbst oder anderen nützen, wird dafür sorgen, dass der Intellekt dauerhaft brachliegt, und das, so heißt es, kann möglicherweise das Eintreten von Demenz beschleunigen. Diese Agenda als Ganze stellt sich als Rezept für Selbstisolation und Bagatellisierung

des eigenen Lebens heraus, in der apathische Langleweile zur tagtäglichen Dauerstimmung wird.

In meiner Kindheit lebte eine meiner Großmütter bei uns zu Hause. Wenn ich mich an die Umstände erinnere, zucke ich noch heute zusammen. Sie war, soweit ich mich entsinne, recht gesund für eine »mittelalte« Frau. Jeden Tag verbrachte sie in ihrem Zimmer. Das Frühstück und Mittagessen aß sie von dem Tablett, auf dem wir es ihr brachten, bis es Zeit zum Abendessen wurde. Dann kam sie nach unten und aß mit uns; anschließend saß sie in ihrem Sessel und schaute uns bei dem zu, was wir taten, redete, wenn wir sie ansprachen, aber sonst nicht – bis es Zeit zum Zubettgehen war. Las sie die Zeitung? Ich weiß es nicht mehr, aber sie las auf jeden Fall keine Bücher, während sie unten bei uns war. Das Haus verließ sie nur ein oder zwei Mal im Jahr, wenn ein entfernter Verwandter mit einem Auto kam und sie auf eine Ausfahrt mitnahm. Abgesehen davon war sie ans Haus gefesselt. Sie starb im Alter von 85 Jahren, als ich acht Jahre alt war.

Heute frage ich mich, ob sie in jenen Jahren depressiv war, als wir sie praktisch von den Aktivitäten unseres Familienlebens ausschlossen und ihr damit, so vermute ich, das Gefühl vermittelten, nicht als Familienmitglied zu zählen. Es ist eine schlechte Erinnerung, die mich immer noch verfolgt, wenn ich über Senioren in heutigen Kernfamilien nachdenke.

Meiner Ansicht nach – und dazu werde ich später

noch etwas mehr sagen – ist jede Ideologie, jeder gesellschaftliche Entwurf und jedes Verhaltensmuster, das effektiv die Alten vom Lebensverlauf der (von uns heute so genannten) Kernfamilie ausschließt, fehlgeleitet und unangemessen. Doch bevor wir näher darauf eingehen, muss ich einige weitere allgemeine Dinge über das Altern sagen.