

Wie schätzen wir das Alter, das die Evolution nicht im Programm hat?

Die Lizenz zum Vertrotteln

Wie sichert sich das Alter eine Würde, nachdem sein gesellschaftlicher Nutzen verbraucht ist? Mit der Lizenz zum Vertrotteln. Im Vertrotteln steckt mehr Individualität als im modischen Vitalitätsterror. Ganz besonders bei Demenz.

Von Ludwig Hasler

«Im Alter wird man alt und sonst gar nichts.» Typisch George Bernard Shaw, der irische Autor – zu einer Zeit, als alle Welt von der Weisheit des Alters schwärmte. Von wem bloss stammt die Zuversicht, im Alter werde man weise? Die Alten, die ich kenne, sind alles Mögliche, aber weise? Der eine ist mürrisch, die andere mit 90 grad frisch verliebt, die dritte wird depressiv, der vierte hat sich selbst aus dem Verkehr gezogen. Ist das Weisheit? Mit Altersweisheit war einst gemeint: Erfahrung plus Triebstille. Über Jahrtausende gründete darin die Achtung vor dem Alter. Je älter, desto erfahrener, wissender, schlauer. Und: Je älter, desto freier von Gier, sexuell wie pekuniär. Wunderbar – nur: Beides ist ziemlich im Eimer. Die Erfahrung stammt aus einer Welt von gestern; in der aktuellen digital-globalen Welt blamieren sich Alte schon vor zehnjährigen Enkeln. Die Triebstille wiederum hat ihren Charme eingebüsst, «Sex im Alter» muss sein, wie auch immer, die Medien wissen es. Ergo: Die Welt zieht an den Alten vorbei – umso hartnäckiger müssen sie sich ihrer Vitalität versichern. Erfahrung entwertet, Triebstille gilt als ungesund. Wie schaffen wir es da, in Würde alt zu werden? Ich rede von Würde, nicht von Lebensqualität. Prima, dass es den Alten besser geht als je. Aber

Die fortschreitende Demenz verlieh der 90-Jährigen eine Pffiffigkeit, die sie ihr Leben lang unterdrückt hatte.

sind sie auch jemand? Spielen sie eine achtenswerte Rolle – diesseits von Finanzsicherheit, Wellness, Kreuzfahrten? Die Gesellschaft macht auf jung, zwangsläufig, das Tempo des Wandels nötigt sie, mit Alten kann sie wenig anfangen; mag sein, sie dankt ihnen den vergangenen Einsatz mit mehr oder weniger feudalen Altersheimen. Eine Art Retro-Würdigung. Würde als Zins. Wenig berauschend. Darum die Frage: Wie sichert sich das Alter in sich eine Würde, nachdem – mit der Altersweisheit – sein gesellschaftlicher Nutzen verbraucht ist?

Der vertrottelte Alte kann ganz Mensch sein

Mit der Lizenz zu vertrotteln, schlage ich vor. Vertrotteln ist nicht verblöden. Verblöden kann man schon mit 25, indem man sich komplett im System aufgibt, alle Träume vergisst, nur noch spurt. Vertrotteln wäre das Gegenteil: Schluss mit Spuren, weiterträumen. Das hätte seine Würde: das Alter als Gegenbild, nicht als

Verlängerung des gesellschaftlich approbierten Leistungstyps. Der alt gewordene Leistungstyp, der nur noch so tut, als leiste er etwas: Ist das nicht lächerlich? Dagegen setze ich den vertrottelten Alten: Er spielt nicht mehr mit, er spielt sein eigenes Spiel, springt hinaus aus den Rastern der Erwerbsgenerationen, er weiss, dass er unnütz ist, also hört er auf, sich auf die Pseudo-Nützlichkeit zu trimmen, er lässt sich gehen, er verplempert seine Tage, er pfeift auf Konventionen, die uns die Arbeitswelt abnötigt, er lacht über Disziplin, er hat begriffen, er hat ja keinen

Zweck mehr, er ist Selbstzweck, zu nichts gut, ausser vielleicht zum höchst persönlichen Leben. Jetzt kann er ganz Mensch sein, so extravagant, wie der Mensch halt ist, ein komischer Vogel, komplett zweideutig, anders als der Esel und die Amsel, hin- und hergerissen zwischen dem Animalischen und dem bisschen Vernunft, ein irdisch vergänglicher Komödiant des Welttheaters.



Über die eigene Hinfälligkeit lachen: Wer würdig altern will, muss die Angst loswerden – das schafft man am besten mit Humor.

Foto: Iris Krebs

Mit der Lizenz zu vertrotteln meine ich: In der Rolle des Komödianten gewänne der Alte zunächst für sich einen tieferen und heiteren Lebenssinn. Zugleich gäbe er den sogenannten Aktiven ein Exempel, was es heisst, Mensch zu sein. Nämlich: nicht festgelegt zu sein auf eine Rolle, eine Funktion, sondern in seinem eigenen Märchen herumzuwildern, frei von den Scheuklappen der gesellschaftlichen Vernunft. Vertrotteln als Lebensform einer persönlichen Autonomie – und als Vorbild einer Existenz jenseits der Lebensangst im Erwerbsleben. Als Sisyphus, der auf seinem Stein sitzt, statt ihn vergeblich nach oben zu schleppen. Als Geniesser des Absurden im menschlichen Leben.

Als wären wir Taschenlampen

Das hätte seine Würde. Oder fürchten Sie, das Tohuwabohu bräche aus mit derart vertrotteln den Alten? Die Hausordnung und so. Nur, es würde auch lustiger, entspannter. Doch selbst wenn Sie mitspielten: Gibt das Alter überhaupt etwas her für den komödiantischen Betrieb? Marianne Faithfull, die Sängerin mit der erotischen Reibeisenstimme, stimmt mich skeptisch. Als der Reporter sie fragte «Wie fühlt man sich, wenn man älter wird?», nahm die Faithfull einen Schluck Whiskey, zog an ihrer Zigarette und antwortete mit verächtlichem Blick: «Nun, es ist nichts für Weicheier.»

Nichts für Weicheier? Ab wann denn so? Immerhin können wir im sogenannten Dritten Alter (zwischen 60 und 80) erreichen, was wir von jung an wünschten, was uns das Arbeitsleben versagte: die grosse Freiheit, abenteuerliche Reisen, kulturelle Bildung, kollektives Engagement. Dieses Alter muss keine Zeit des Abschieds sein, nicht der Überflüssigkeit; es kann, mit etwas Glück und Geschick, zur Zeit der Erfüllung werden – zu einer Zeit des unentfremdeten Lebens. Diese

Phase schaffen noch die Weicheier – dank Fitness-Studio, motorisiertem Velo, SBB-Halbtax-Abo und Multivitaminpräparaten 60 plus. Traut man den Studien, wächst in dieser Zeit die «emotionale Intelligenz», die körperliche Fitness kann famos bleiben. Hier also wäre meine «Lizenz zu vertrotteln» nur zynisch. Obwohl mir die Correctness, mit der heute gelebt wird, zu denken gibt – gerade mit Blick aufs Alter. Schon mit 30 leben viele wie Weicheier. Meiden alles, was den Verdacht bestärken kann, man könnte am Ende am Leben noch sterben: Rauchen sowieso, Trinken auch, tüchtig Essen dito, und erst die Leiden schaften, man könnte sich ja verbrennen, einen Kater kriegen, Energie vergeuden – nur das nicht, dann lieber ins Wellness-Hotel, Work-Life-Balance sofort wieder herstellen. Als aktueller Mustermensch gilt der Selbstschontyp. Er schaut ängstlich zu sich, hütet sich vor allen Übeln, den Cholesterinspiegel stets im Griff. Als wären wir Taschenlampen, deren Licht ausgeht, wenn sie zu lange brennt. Dabei sind wir – siehe Burnout-Studien – eher Dynamos, die sich aufladen, wenn wir uns verausgaben, für eine Liebe, eine Sache, ein Interesse. Wer nie ent-

flammt, brennt schnell ab. Wer permanent brennt, brennt am längsten – selbst wenn die Laborwerte suspekt sind.

Was hat das mit der Lizenz zu vertrotteln zu tun? Wir sind im Alter genau die, die wir all die Jahrzehnte zuvor waren. Wir büssen unsere Gesundheit ein, aber nicht unseren Charakter. Wer dann nicht gelebt hat, hat Mühe

mit dem Ende des Lebens. Margarete Mitscherlich, die Psychoanalytikerin, eben 93 geworden, sagt es so: «Nur eine kleine Minderheit wünscht sich im Alter, ein tugendhaftes Leben geführt zu haben. Ich wünschte, ich hätte mehr gesündigt.» Mehr sündigen statt schonen, mehr Leidenschaft, mehr Drama – ist dies das Rezept für ein gelingendes Alter? Was sonst? Alter ist Verzicht – auf Bewegung, Jugend, Schönheit, Vitalität. >>

Vertrotteln wäre das Gegenteil von verblöden: Schluss mit spuren, weiterträumen.



«Vielleicht wäre genau dies
tröstlich: Im Drama des Alters das
Urkomische zu finden.»

Ludwig Hasler, Philosoph

Foto: zvg

Im Alter schrumpft das Leben (um acht Zentimeter misst Margarete Mitscherlich). In dieser Schrumpfphase sind wir, woran wir uns erinnern. Wollen wir stolz darauf sein, allen Leidenschaften und Lüsten entsagt, unsere Kräfte fürs Alter aufgespart zu haben? Wozu? Das Resultat wäre das Gegenteil von Vergnügen: Bitterkeit. Also muss zeitig sündigen, wer im Alter heiter vertrotteln will.

Respekt vor der Altersverwirrtheit

Wir können uns – dank medizinischen Techniken – immer länger altersfrei fühlen. Und wenn das Alter dann doch übernimmt, haben wir nichts mehr zu lachen. Exemplarisch dafür: ältere Leute, die chirurgisch verjüngt sind. Weil sie, rein physiognomisch, nicht mehr lachen können, wirken sie lächerlich. Komplett würdelos. Produkte ihrer Altersangst. Würde im Alter muss die Angst loswerden. Schafft man am besten mit Humor. Über die eigene Hinfalligkeit lachen. Humor ist die einzige Art, im Unabwendbaren souverän zu bleiben. Das meine ich mit der Lust zu vertrotteln.

Ich versuche hier, das Glück des Vertrottelns zu fassen – sogar im Status der Demenz. Einstweilen bleibt das Alter tödlich. Schon auf die heute übliche Fristerstreckung reagieren immer mehr Alte undankbar – mit Verwirrung. Für Biologen nur logisch: Die Evolution kümmerte sich ums Alter keinen Deut, interessiert war sie an Fortpflanzung, Kinderaufzucht, sie stattete 20-, 30-Jährige tüchtig aus, die späteren Jahre waren ihr ziemlich egal. Sodass die genetischen Konditionen fürs Endlosleben prekär sind. Im hohen Alter wird das menschliche Genom wackelig, es fehlt die «ordnende» Hand der genetischen Erfahrung. «Der Mensch lebt heute länger, als seine Gene es vorsehen», sagt der Epidemiologe Jay Olshansky. Demenz, ein Fall der unvermeidbaren Ambivalenz medizinischen Fortschritts? Er schiebt die Grenze des Todes hinaus – und kann doch nicht verhindern, dass der Gehirnschwund einsetzt, bloss sozusagen in Zeitlupe? Wird Demenz zur altersbedingten Normalität?

Dann sollten wir ein neues Verhältnis zur Altersverwirrtheit gewinnen: Respekt vor einem menschlichen Zustand, der medizinisch nicht fassbar wird. Normalerweise sehen wir im verwirrten Alten den Menschen im Zerfall. Ihm gerät alles durcheinander, er verwischt jede Eindeutigkeit, vermischt Augenblick und ferne Vergangenheit. Und weil wir den Menschen vom Selbstbewusstsein her definieren, wird der Demente menschlich suspekt. Verflüchtigt sich sein Selbst, verdampft auch die Selbstachtung. So lange wir die Menschenwürde an Selbstachtung koppeln, löst sich Würde in Nichts auf. In Zürich fragte prompt eine Pflegerin: Kann man eine schwer demente Person überhaupt erniedrigen?

Die Frage ist logisch – vom Prinzip Selbstachtung aus. Aber was spricht dafür, den Menschen allein vom Selbst her zu schätzen? Es ist ohnehin eine Strapaze, in diesen schnelllebigen Zeiten dauernd sein Selbst über Wasser zu halten. Wozu sollen sich alte Leute damit plagen? Was haben sie noch vor? Sie wissen, sie nähern sich dem Ende. Sie leben nicht – wie Jüngere – auf Möglichkeiten hin. Ohne Möglichkeiten vor Augen aber gerät die

Gegenwart ins Schweben. Für Jüngere ist die Gegenwart eigentlich gar nicht Gegenwart, eher Sprungbrett für Zukunft. Gegenwart hat zum Zweck, das Künftige an die Hand zu nehmen: planen, entwerfen, vorsorgen. Der Augenblick zählt kaum. Er lebt ins Futur.

Demente ziehen Seele aus dem Getümmel

Wenn aber – im Alter – das Futur sich schliesst, dann erschrickt der Augenblick. Unvorbereitet ist er mit sich allein. Und damit überfordert. Er merkt, wie er seine gewohnte Eindeutigkeit verliert. Diese Eindeutigkeit verdankte er seiner Zukunftsgerichtetheit. Jetzt, von der Zukunft im Stich gelassen, büsst er seinen Halt ein. Der Augenblick verfließt. Das Bewusstsein verwirrt. Darin zeigt sich etwas spezifisch Menschliches: die grundsätzliche Haltlosigkeit, der unendliche Mangel an Festgelegtsein. Der Hecht und die Amsel und die Katze: Sie alle sind, was sie

**Sind wir vielleicht
über die Verwirrtheit
der Alten manchmal
verwirrter als diese
selbst?**

sind, kompakt und eindeutig. Nur der Mensch, das zwiespältige Wesen, hängt irgendwo zwischen Natur und Geist, zwischen Augenblick und Ewigkeit. Aus diesem Zwiespalt rettet er sich durch den Willen zur Zukunft. Der Mensch «ist nicht, er hat zu sein», sagt Heidegger. Was aber hat der alte Mensch zu sein? Er sieht sich reduziert auf das, was er ist. Schlimmer: auf das, was er war. In dieser makabren Verdinglichung dämmernt die Erkenntnis, was ein Menschenleben sein könnte. Doch mit dieser Dämmerung bricht kein Morgen an. Es wird Nacht. Es beginnt der Taumel des Bewusstseins, das Wanken der Dinge und des Ich.

Betreib ich eine skandalöse Beschönigung eines himmeltraurigen Leidens? Ich will es bloss verstehen. Sind wir vielleicht über die Verwirrtheit Alter manchmal selber verwirrter als diese selbst? Wir finden, ein Mensch habe gefälligst ein kompaktes Ich zu sein. Und finden es prima, wenn 100-Jährige den Tag mit Liegestützen und Zeitungslektüre beginnen. Weil sie uns so nicht irritieren. Ich halte es mehr mit Michel de Montaigne: «Soweit ich sehe, haben diese Leute nur die Arme und Beine aus dem Getümmel gezogen; ihre Seele und ihr ganzes Streben sind mehr als je darin verwickelt.» Demente handeln konsequenter: Sie ziehen auch ihre Seele aus dem Getümmel.

Sprache verloren, Heiterkeit gewonnen

Mit meiner Mutter erlebte ich Erstaunliches. Ab 70 haderte sie mit ihrem Leben, sprach stets vom Verpassten, war unruhig, friedlos. Wie die beginnende Demenz sie erschreckte, wie sie verzweifelt ums Wort rang, nach der Aussage suchte, will ich nicht verschweigen. Die fortschreitende Demenz jedoch verlieh der 90-Jährigen eine Pffiffigkeit, eine Frechheit, die sie ihr Leben lang unterdrückt hatte. Beispiel: Ich begleitete sie zum Gottesdienst, zur Kommunion, der Priester hielt die Hostie hin, meine

Mutter aber wehrte ab: «Essen Sie das selber, ich mag das nicht.» Es war urkomisch, meine Mutter, vorbildlich katholisch, verweigerte die Hostie. Frechheit? Rache? Wahrheit? In der letzten Phase sagte sie gar nichts mehr, aber sie gewann eine innere Heiterkeit. Wenn ich ihr am Bett eine Bach-Kantate summt, war sie selig, «uiuiuuuiii». Es ging ihr wie dem grossen Publizisten Thomas von Randow, nur dass der noch sprechen konnte. Er

sagte, als er 85 wurde: «Vor zwei Jahren hatte ich einen üblen Gedächtnisverlust. Ich vertrottelte langsam und fühle mich ganz glücklich damit.» Genau so sah er aus.

Die Lizenz zu vertrotteln. Damit kann weder die Medizin noch die immer gelehrter werdende Altenbetreuung etwas anfangen. Für beide bedeutet diese Lizenz: die Alten verkommen zu lassen. Für die Alten selber aber könnte sie bedeuten: mehr Selbstbestimmung. Im Vertrotteln steckt viel mehr Individualität als in der vorherrschenden Vitalitätsdoktrin. Mehr Endlichkeitsgeschmack sowieso. Mehr Heiterkeit erst recht. Vielleicht sogar mehr Kostenbewusstsein.

Ist alles nicht zu Ende gedacht. Ich bin hier der Laie. Ich weiss nur, Fachleute lieben halt ihre segensreichen Methoden. Und was die durchkreuzt, finden sie nicht lustig. Dabei wäre vielleicht genau das tröstlich: im Drama des Alters das Urkomische zu finden. Über das Vergängliche zu lachen. Wenn wir das Ende sowieso nicht in Ordnung finden – warum wollen wir es dann partout ordentlich? Ist es nicht erträglicher, wenn wir vertrottelt verkommen, bevor wir uns definitiv abhanden kommen? ●

Der Autor:

Ludwig Hasler ist Philosoph und Publizist. Bei diesem Text handelt es sich um die gekürzte Fassung von Haslers Referat am Curaviva-Fachkongress Alter Ende Januar in Basel.

Neues Fotobuch: Bildergeschichten über das Alter

Fast alle in dieser Ausgabe der Fachzeitschrift verwendeten Bilder stammen aus dem neuen Fotobuch «Im Alter leben», herausgegeben vom Fachbereich Menschen im Alter bei Curaviva Schweiz. Die Schweizer Fotografin Iris Krebs aus Bern und ihre amerikanische Berufskollegin Arlene da Silva aus Cincinnati zeigen die Lebenswelten von Frauen und Männern in Alterseinrichtungen der Schweiz und der USA. Zum Beispiel jene von Frau F., Jahrgang 1929, die im Alters- und Pflegeheim Thüringenhaus in Solothurn lebt – eine fröhliche Person, den Bildern nach zu schliessen: «Beim Arbeiten haben wir viel gelacht und manchmal auch gesungen», erzählt Frau F. im Buch. Oder Herr und Frau L. aus dem Alterszentrum Am Bachgraben in Allschwil – sie scheinen verliebt wie am

ersten Tag. Früher schwangen sie gerne ein Tänzchen, wie der Blick in ihr privates Fotoalbum zeigt, heute sitzt Herr L. im Rollstuhl. «Tanzen hält mich jung», sagt auch Linda aus der Alterssiedlung Maple Knoll Village in Cincinnati, Ohio, und legt mit Partner Dale – graue Haare, Snoopy-Krawatte – eine flotte Sohle aufs Parkett. Aus den Gesichtern der Heimbewohnenden spreche nicht nur die Würde des Alters, schreibt Markus Leser, Leiter Fachbereich Alter bei Curaviva Schweiz, im Vorwort des Bildbands, «sondern auch der Stolz, ein hohes Alter mit einer reichen Lebensgeschichte erreicht zu haben».

Zu bestellen ist das Fotobuch zum Preis von 80 Franken bei Eveline Hirsbrunner: e.hirsbrunner@curaviva.ch. (swe)