

Altern

In

Thomas Rentsch,
Harm-Peer Zimmermann,
Andreas Kruse [Hg.]

unserer

Späte
Lebensphasen
zwischen Vitalität
und Endlichkeit

Zeit

campus

Altern in unserer Zeit

Thomas Rentsch, Dr. phil., ist Professor für Praktische Philosophie/Ethik an der Technischen Universität Dresden.

Harm-Peer Zimmermann, Dr. phil., ist Professor am Institut für Populäre Kulturen der Universität Zürich.

Andreas Kruse, Dr. phil. Dr. h.c., ist Professor und Direktor des Instituts für Gerontologie der Universität Heidelberg.

Thomas Rentsch, Harm-Peer Zimmermann,
Andreas Kruse (Hg.)

Altern in unserer Zeit

Späte Lebensphasen zwischen Vitalität
und Endlichkeit

Campus Verlag
Frankfurt/New York

© Campus Verlag GmbH

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.
ISBN 978-3-593-39908-9

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne
Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen,
Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Copyright © 2013 Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Umschlaggestaltung: Guido Klütsch, Köln

Redaktion: Carolin Wiegand

Satz: Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Druck und Bindung: Beltz Druckpartner, Hemsbach

Gedruckt auf Papier aus zertifizierten Rohstoffen (FSC/PEFC).

Printed in Germany

Dieses Buch ist auch als E-Book erschienen.

www.campus.de

Inhalt

Vorwort 7

In Würde altern

Otfried Höffe 10

Gerontologische Perspektiven

Der gesellschaftlich und individuell verantwortliche Umgang
mit Potentialen und Verletzlichkeit im Alter – Wege zu einer
Anthropologie des Alters

Andreas Kruse 29

Bedingungen guten Alterns – Der Weg vom Diskurs zur
Verantwortung

Sonja Ehret, Timo Jacobs, Dagmara Wozniak 65

Kulturwissenschaftliche Perspektiven

Alters-Coolness – Gefasstheit und Fähigkeit zur Distanzierung

Harm-Peer Zimmermann 101

»Der Greis ist heiß« – Alterssex zwischen Emanzipation und
Disziplinierung

Welf-Gerrit Otto 125

Selbstsorge im Angesicht von Verletzlichkeit und Endlichkeit:
Facetten einer Lebenskunst des hohen Alters

Heinrich Grebe 136

Philosophische Perspektiven

Alt werden, alt sein – Philosophische Ethik der späten Lebenszeit <i>Thomas Rentsch</i>	163
Altern mit und ohne Lebensende <i>Petra Gebring</i>	188
Angst vor der »ausweglosen Krankheit A.« – Mit Alzheimer-Demenz »aufgehoben« weiterleben <i>Ekkehard Martens</i>	204
»Kommt die Weisheit mit dem Alter?« – Kreative Potentiale des Alters entdecken und entwickeln <i>Carolin Wiegand</i>	212
Autorinnen und Autoren	227

Vorwort

Der vorliegende Sammelband zeigt die Ergebnisse des interdisziplinären, durch die Volkswagen-Stiftung geförderten, Forschungsprojekts »Gutes Leben im hohen Alter angesichts von Verletzlichkeit und Endlichkeit – eine Analyse von Altersbildern in öffentlichen Diskursen und Alltagspraktiken«, die von den Herausgebern und deren MitarbeiterInnen im Juli 2012 in dem öffentlichen Symposium »Altern in unserer Zeit – Wege gelingenden Lebens« im Hygiene-Museum Dresden vorgestellt wurden. Neben der Präsentation der Ergebnisse verfolgte das Symposium das Ziel, die öffentliche Diskussion anzuregen. Nur mit einem groß angelegten, öffentlich wirksamen Aufklärungsprojekt kann die defizitorientierte Sicht auf das hohe Alter überwunden werden. Hierzu bedarf es einer Ethik, die sowohl den Diskurs als auch die Verantwortung (Gerontologie) berücksichtigt, um das Leben als Haltung zu verstehen (Kulturwissenschaften) und um das interexistenzielle menschliche Miteinander (Philosophie) bewusst zu machen.

In gerontologischer Perspektive entwickelt Andreas Kruse eine Anthropologie des Alters. Er betrachtet die anthropologische Dimension der Altersthematik in den Perspektiven der Selbstgestaltung und ihrer Grenzen, in der Perspektive der Potenziale des Alters wie seiner Verletzlichkeit, im Blick auf die im Alter wesentliche Entwicklungsnotwendigkeit und die Endlichkeits- und Todesperspektive, schließlich mit dem Aspekt der Bezogenheit auf die Mitmenschen und die damit verbundene Verantwortlichkeit. Erst durch diese differenzierte Analyse lassen sich die Fragen nach der intra- und intergenerationellen Gerechtigkeit und nach einer Kultur humanen Alterns angemessen klären. Sonja Ehret, Timo Jacobs und Dagmara Wozniak untersuchen die Bedingungen guten Alterns und den Weg vom Diskurs zur Verantwortung. Sie zeigen die interdisziplinäre Komplexität der Problematik mit Bezug auf die Analysen der gesellschaftlichen Altersdiskurse und speziell im Kontext der von ihnen durchgeführten Experteninterviews auf, die in einer qualitativen Analyse ausgewertet werden. Durch dieses Vorgehen

lassen sich sehr genau Ressourcen und Potentiale des hohen Alters und ihre sozialen und individuellen Bedingungen sowie daraus folgende pragmatische gesellschaftliche Optionen auszeichnen.

Im Forschungsfeld der europäischen Ethnologie/Kulturwissenschaft wurde die konkrete Gestalt der öffentlichen Altersbilder in auflagenstarken Zeitschriften und in der Ratgeberliteratur untersucht. Es zeigte sich, durch welche Leitbilder der medienpräsenste Altersdiskurs geprägt ist. Ebenso wurden in direkten Gesprächen mit Hochaltrigen, ihren Angehörigen und in der Altersarbeit Tätigen die alltäglichen Erfahrungen mit dem Alter thematisiert. Die kulturwissenschaftlichen Beiträge machen die Ergebnisse dieser Untersuchungen zugänglich. Der Beitrag von Welf-Gerrit Otto setzt bei der öffentlichen Diskussion um die Sexualität betagter und hochbetagter Menschen an und zeigt die hochgradig problematische Tendenz der hierüber vermittelten Altersbilder auf. Harm-Peer Zimmermann beschreibt, inwieweit es hochbetagten Menschen gelingen kann, mit Hilfe einer bestimmten Haltung (»Alters-Coolness«) ein gutes Leben gerade angesichts von Belastungen und Einschränkungen zu führen. Daran anschließend stellt Heinrich Grebe Formen einer alltagspraktischen Lebenskunst des hohen Alters dar, die eine Vielzahl von Technologien der Selbstsorge umfasst und mit deren Hilfe unter anderem der Widerstand gegenüber einschränkenden und entwürdigenden Altersbildern gelingen kann.

In der Gegenwartphilosophie erfährt die Altersthematik in den letzten Jahren eine immer stärkere Beachtung. Sehr dankbar sind wir über die philosophischen Gastvorträge von Petra Gehring, Ekkehard Martens und Otfried Höffe. Gehring thematisiert die zentrale Bedeutung der Endlichkeit für ein menschliches Lebensverständnis. Martens untersucht die Möglichkeiten, Demenz zu bewältigen. Otfried Höffes grundlegender Beitrag reflektiert das Verständnis des Begriffs der Menschenwürde im altersethischen Kontext. Aus philosophischer Sicht entwickelt auch Rentsch eine Ethik der späten Lebenszeit, die darauf zielt, gerade die existenziell fundamentalen Aspekte des lebenslangen Alternsprozesses durch Bildung und Erziehung in das öffentliche Bewusstsein zu rücken und die gesamtgesellschaftliche Diskussion einzubeziehen. Carolin Wiegand fragt nach den möglichen kreativen Potentialen eines neu angeeigneten Weisheitsverständnisses für ein humanes Leben im Alter.

Wir hoffen, dass durch den Band auch deutlich wird, wie wichtig gerade aus ethischer, praktischer und sozialer Perspektive die Zusammenarbeit der Fachwissenschaften mit der Philosophie bei der Behandlung der Grundfrage

nach dem guten Leben im hohen Alter ist und bleibt – einer Grundfrage, die für die sinnvolle Gestaltung der gesellschaftlichen Entwicklung der nächsten Jahrzehnte weiter leitend sein wird.

Dresden im Juli 2013

Thomas Rentsch

In Würde altern

Otfried Höffe

Lange Zeit fand unser Thema in der Öffentlichkeit kaum Aufmerksamkeit. Seit einiger Zeit hat sich die Situation geändert, häufig angestoßen durch den vorher verdrängten demographischen Wandel. Dabei ist das neuerdings intensive Nachdenken über Altern und Alter von einer Engführung bedroht: Gesellschaft und Politik pflegen das Thema nur aus funktionaler Hinsicht zu betrachten. Sie fragen, wie man die Alten möglichst effektiv zunächst in die Berufs- und Sozialwelt, später in die Welt von Alten- und Pflegeheimen integriert. Oft stillschweigend, nicht selten ausdrücklich nimmt man dann Nutzen-Kosten-Analysen in Blick auf die Berufswelt, das Gesundheitswesen, nicht zuletzt die Rentenversicherung vor.

Wir leben aber in einer Gesellschaft, die sich emphatisch auf die Menschenwürde verpflichtet. Deshalb braucht sie die funktionale Perspektive nicht aufzugeben, sollte sie jedoch als eine für die Betroffenen weithin fremde Perspektive erkennen und genau deshalb, als Fremdperspektive, relativieren. Sie sollte zusätzlich die Innenansicht der Betroffenen, die der Älteren selbst, einnehmen und dabei nach ihrer Würde fragen.

Weil sich die Altersstruktur unserer Gesellschaft dramatisch verändert hat, pflegt man von einer alternden Gesellschaft zu reden. Man denkt an eine zunehmende Vergreisung, da die Innovationen abnehmen, die Zahl der Pflegebedürftigen dagegen wachse. Dieses Selbstbild unserer Gesellschaft hält einer näheren Prüfung nicht stand. Daher gliedere ich meinen Vortrag in zwei Hauptteile. Als erstes trete ich der unbedachten Rede von der ›Überalterung‹ entgegen; erst im zweiten Hauptteil rücke ich den Haupttitel in den Vordergrund, das Altern in Würde.

1. Leben wir in einer alternden Gesellschaft?

Die empirische Sozialforschung hat in den letzten Jahren ein im wörtlichen Sinn paradoxes, nämlich dem ersten Anschein widersprechendes Ergebnis gezeitigt: Das Risiko, pflegebedürftig zu werden, ist nicht etwa gestiegen. Dieser Befund ist aber nur ein Mosaiksteinchen in einem neuen Gesamtbild, das man am treffendsten unter den Titel ›Gewonnene Jahre‹ stellt.

Das neue Bild setzt bei einer enormen Veränderung der Lebenserwartung, allerdings nur durchschnittlichen Lebenserwartung an: Zu Beginn des 20. Jahrhunderts konnten Sechzigjährige in Mitteleuropa noch dreizehn bis vierzehn Jahre, heute können sie noch etwa zwei Dutzend weitere Lebensjahre erwarten. Die Menschen werden aber nicht bloß älter; sie bleiben auch länger frisch: sowohl körperlich als auch geistig, zusätzlich in emotionaler und sozialer Hinsicht. Dagegen wachsen wenige Kinder und Jugendliche nach. Nicht bei der angeblichen Überalterung liegt das Hauptproblem unserer Gesellschaft, sondern bei der ›Unterjüngung‹. Schon heute leben in Europa mehr Menschen, die über sechzig, als Menschen, die unter fünfzehn Jahre alt sind.

Aus der so weit skizzierten Situation drängen sich gesellschaftspolitische Aufgaben wie von selbst auf: Wegen des hohen Werts, den wir jedem Menschen zubilligen, sind als erstes die Chancen, das Leben bis ins hohe Alter selbständig zu gestalten, zu verbessern. Wichtig ist aber auch ein gerechtes und zugleich produktives Verhältnis der Generationen zueinander. Um dieses zu erreichen, ist keine Trennung der Generationen, sondern eine ›Gesellschaft für alle Lebensalter‹ anzustreben.

Der mit der gestiegenen Lebenserwartung einhergehende Gewinn an Lebenszeit enthält ein Potential, das noch nicht annähernd ausgeschöpft ist. Denn entgegen einer verbreiteten Legende sind die Menschen bis ins hohe Alter lernfähig. Sie lernen sogar, was viele zunächst nicht glauben wollten, mit den modernen Informationstechniken umzugehen. Diese Techniken führen nicht etwa, wie oft befürchtet, zu einer verringerten Integration in das gesellschaftliche Leben, zu einer reduzierten sozialen Teilhabe. Insbesondere bei Personen, deren körperliche Beweglichkeit stark eingeschränkt ist, verhält es sich genau umgekehrt. Wie wir es zunächst vom Radio und Telefon, später vom Fernsehen kennen, sind die modernen Informationsmittel wie der elektronische Brief (E-Mail) und das elektronische Weltnetz (Internet) sowohl ein ›Tor zur Welt‹ als auch ein Forum für den sozialen Austausch. Jede Technik erzeugt allerdings auch Abhängigkeiten, die die

Unselbständigkeit erhöhen, da geistige Ressourcen durch Nichtgebrauch abgebaut werden.

Auf die lange Lernfähigkeit der Menschen hat sich freilich die Gesellschaft noch zu wenig eingestellt. Trotz hoffnungsversprechender Ansätze sind viele Gewohnheiten noch einer früheren Zeit verhaftet. Sowohl die Bilder in unseren Köpfen, unsere Mentalitäten, als auch die sozialen Institutionen sind vielfach veraltet. Deren notwendige Veränderung beginnt mit der Kritik an diskriminierenden Ausdrücken wie ›alternde Gesellschaft‹, ›Überalterung‹ und ›Alterslast‹.

Der erste Ausdruck, alternde Gesellschaft, ist irreführend. Denn er setzt eine feste Altersgrenze voraus, die sich an einem äußeren, kalendarischen Alter orientiert, nicht aber am tatsächlich gelebten, dem biologischen, emotionalen, sozialen und geistigen Alter. Wer behauptet, der Anteil der Älteren in unserer Gesellschaft sei gestiegen, macht eine Voraussetzung, die der kritischen Überprüfung nicht standhält. Er geht nämlich davon aus, dass der Beginn des ›Alters‹ bei einer bestimmten Anzahl von Jahren, etwa bei sechzig, fünfundsechzig oder siebzig Jahren, liegt. Den deutlich verbesserten körperlichen und geistigen Zustand der Älteren und ihre zunehmende Lebenserwartung dagegen berücksichtigt er nicht. Legt man im Gegenzug wirklichkeitsnähere Kriterien zugrunde, so rücken die zahlreichen ›jungen Alten‹ hinsichtlich ihres Erscheinungsbildes, ihrer Ansprüche und ihrer Leistungen eher in die Richtung der Lebensmitte.

Auch der beim Ausdruck ›alternde Gesellschaft‹ mitschwingenden Befürchtung von ›Überalterung‹ und ›Alterslast‹ liegen falsche Ansichten zugrunde. Beispielsweise nimmt man an, dass ältere Beschäftigte weniger produktiv seien. Wahr ist, dass sie körperlich weniger kräftig und dass sie weniger reaktionsschnell sind. Im Allgemeinen verfügen sie aber über ein Mehr an Erfahrung, an sozialen Fertigkeiten und an Alltagskompetenz. Eine erfreuliche Folge: Volkswirtschaften mit einer älteren Bevölkerung sind nicht zum Nullwachstum verdammt. Allerdings ist die Aus- und Weiterbildung zu stärken. Nicht zuletzt ist die erst im 20. Jahrhundert erfolgte strenge Trennung zwischen Erwerbsphase und Ruhestand aufzugeben. Sinnvoller ist es, die folgenden drei Dinge nicht jeweils einer Lebensphase exklusiv zuzuordnen: das Lernen der Jugend, die Muße dem Alter und das Arbeiten der Zeit dazwischen. Das mittlere Lebensalter ist vielmehr verstärkt für Bildungs- und Familientätigkeit und das anschließende Lebensalter für Erwerbsarbeit zu öffnen.

Als empirisch falsch erweist sich auch die Ansicht, die Alten nähmen den Jungen die Arbeitsplätze weg. In Wahrheit kann die verstärkte Beschäftigung älterer Arbeitnehmer über zwei Begleitumstände, eine Senkung der Lohnnebenkosten und niedrigere Sozialversicherungsbeiträge, sowohl neue Arbeitsplätze schaffen als auch das wirtschaftliche Wachstum steigern. Frühverrentung hingegen belastet durch höhere Sozialversicherungsbeiträge auch die jüngeren Arbeitnehmer. Ein einfacher Beleg: In Ländern mit einem hohen Anteil von Frühverrentung wie beispielsweise Frankreich und Italien ist die Jugendarbeitslosigkeit nicht etwa besonders niedrig, sondern auffallend hoch.

Schließlich ist die Ansicht zu korrigieren, alte Menschen fielen ihren Angehörigen grundsätzlich zur Last. Tatsächlich geben sie in der Regel viele Jahre lang mehr Unterstützung, als sie empfangen. Teils durch finanzielle, teils durch praktische Hilfe im Haushalt oder bei der Betreuung der Enkelkinder tragen sie maßgeblich dazu bei, den jungen Erwachsenen die Schwierigkeiten des Berufseinstiegs und der Familiengründung zu erleichtern. Hinzu kommt, dass sich die Älteren in beträchtlichem Maße ehrenamtlich engagieren. Auch wenn das nicht der entscheidende Gesichtspunkt ist: Die Älteren sind für die Gesellschaft ein Gewinn. Um diesen Gewinn zu realisieren, sind aber vor allem drei Lebensbereiche umzugestalten, die Welt des Berufs und der Arbeit, die Welt der Bildung und die der Lebensräume.

Der erste Lebensbereich, die *Arbeit*, ist in ihren zahlreichen Formen gemeint: von der Erwerbsarbeit bis zur Familienarbeit und zur freiwilligen Arbeit in der Zivil- bzw. Bürgergesellschaft. Arbeit ist heute das wohl wichtigste Medium, in dem Menschen kontinuierlich und über die Familie hinaus miteinander in Beziehung treten, nämlich über Arbeitsteilung und Abhängigkeiten, aber auch in der mit der Arbeit verbundenen Geselligkeit. Die Rechte und Pflichten, die die Einzelnen und das Gemeinwesen wechselseitig verbinden, sind in der modernen Berufs- und Arbeitsgesellschaft in hohem Maße durch Arbeit und Arbeitsverträge bestimmt. Nicht zuletzt bietet die Berufs- und Arbeitswelt bedeutende Chancen für die Selbstentfaltung, die Anerkennung und die Selbstachtung.

Ohne *Bildung*, den zweiten Lebensbereich, sind der Produktivität von Arbeit enge Grenzen gesetzt. Als allgemeine Bildung und als spezialisierte Aus- und Weiterbildung entscheidet sie mit darüber, welche ihrer vielfältigen Möglichkeiten Menschen verwirklichen können. Bildung bezieht ein und grenzt aus. Sowohl für die Individuen als auch für die Gesellschaft sind Bildung, Ausbildung und Weiterbildung wichtige Investitionen in die Zukunft.

Freilich ist unübersehbar, dass die vielfältige Wirklichkeit von Arbeit und Bildung angesichts längerer Lebenszeit und einer veränderten Demographie gründlicher Umgestaltung bedarf, um die Lebensqualität der Einzelnen zu verbessern, der Trennung von Generationen entgegenzuwirken und die Produktivität und mit ihr die Wohlfahrt der Gesellschaft nachhaltig zu erhalten und zu steigern.

Als drittes darf man die Älteren weder intellektuell, sozial und emotional unterfordern, noch darf man sie zu rasch in eigene Lebensräume abschieben, in Reservate für ›Stadtindianer vom Stamm der Senioren‹. In sozialer Hinsicht sind es nämlich bloße Abstellkammern, auch wenn sie in wohlhabenden Gesellschaften geräumig und gut möbliert ausfallen. Selbst wenn Seniorenheime besser entworfen und besser als vielerorts geführt werden, können sie den facettenreichen Spielraum der vorherigen Lebensverhältnisse schwerlich erreichen. Entsprechendes gilt für andere Personenkreise, die sich in der letzten Lebensphase befinden.

Weil auch gute Heime erst in einer späten Phase der Biographie den altersgerechten Lebensraum bilden, mache man möglichst viel an Aktivität, an Kreativität und an Sozialkontakten möglich. Dass die allerletzte Lebensphase die Entscheidungsaufgaben und Wahlmöglichkeiten einschränkt, versteht sich. Die Einschränkungen müssen aber nicht annähernd so eng gezogen werden, wie es in der Regel geschieht. Ferner sollten Betreuer lernen, ältere Menschen nicht unnötig wie Kinder zu behandeln.

Diese Aufgaben bilden nun den Übergang zu meinem zweiten Teil: Schon weil die Älteren für die Gesellschaft ein Gewinn sind, vor allem aber wegen des Eigenwertes aller Menschen, auch der Älteren, komme ich jetzt zur Würde des Alters.

2. Von der Würde des Alters

Ob Individuum oder Gesellschaft – wer sich Gedanken über die wachsende Bedeutung des Alters macht, wirft klugerweise einen Blick in die Geschichte. Dieser Blick gibt der Gegenwart ein schärferes Profil. Zugleich bewahrt er sie vor einer Selbstüberschätzung. Weder ist das Altern noch sind dessen Herausforderungen neu. Selbst von den Strategien, mit denen man sich damals den Herausforderungen stellt, kann man heute noch lernen, weshalb man im Vorübergehen drei weitere Dinge erfährt:

Lange vor der heutigen Altersforschung¹ gibt es, ich sage es provokativ, eine vorakademische, zum erheblichen Teil philosophische Altersforschung. Sie hat Menschen im Blick, die lange vor der modernen Medizin ein erstaunlich hohes Alter erreichen. Der Athener Tragiker Sophokles wird ebenso 90 Jahre alt wie der Athener Gesetzgeber Solon und später der Skeptiker Pyrrhon; Pythagoras wird vermutlich noch älter; der Sophist Gorgias stirbt erst mit 109 Jahren; Platon erreicht immerhin das Alter von 80 Jahren, Cato, der Cicero zu einer der bedeutendsten Altersstudien der Weltgeschichte inspiriert, das von 85 und der Stoiker Epiktet von 88 Jahren.

Die trotzdem häufigen Klagen über das Alter haben eine handfeste Grundlage: Da es keine staatliche Altersfürsorge gibt, muss man selbst Vorsorge treffen und sich entweder rechtzeitig einen hinreichenden Besitz erwerben oder auf jenen Unterhalt durch die Kinder hoffen, der allerdings nicht nur bei einem frühen Tod der Kinder ausbleiben kann.

Ein Drittes kann man von der vorakademischen Altersforschung lernen, und es ist erneut provokativ: Fraglos denken die Menschen, je älter sie werden, desto intensiver über das Alter und das Altern nach. Gegen die Verkürzung des Themas auf die funktionale Hinsicht zeigt aber eine vorakademische Altersforschung den Gewinn einer nicht mehr funktionalen Betrachtung.

Für unsere Titelfrage nach der Würde finden wir einen Gutteil der Antworten aus der eigenen Lebenserfahrung, etwa aus dem Blick auf Eltern und Großeltern. Um den Erfahrungshorizont zu erweitern, kann man in die Altersforschung blicken, etwa in die der Sozialhistoriker. Deren führende Figuren breiten aus stupender Gelehrsamkeit so viel Material und Aspekte aus, dass der Philosoph dem systemtheoretischen Ratschlag folgen und die Komplexität ein wenig reduzieren sollte. Manchmal sind Philosophen aber seltsam eigensinnig. So schlage ich die Gegenstrategie ein und bringe mit einem kursorischen Blick in die Philosophie- und Geistesgeschichte teils weiteres Material, teils auf dasselbe Material weitere Aspekte ein. Dafür wähle ich drei Beispiele, bewusst aus verschiedenen Epochen: das erste Beispiel aus der römischen Antike, das zweite aus der fortgeschrittenen Neuzeit und das dritte aus der Fast-Gegenwart. Zuvor werfe ich einen Blick auf die Wortgeschichte, da sie eine kondensierte Sachgeschichte enthält:

Vor zwei oder drei Generationen durfte man noch ungeniert von einem Greis sprechen. Heute klingt es diskriminierend, obwohl es zumindest für

¹ Vgl. Ehmer/Höffe, *Bilder des Alterns im Wandel* sowie Häfner u.a., *Altern gestalten*.

Männer zutrifft. Wie in der Zoologie der *grizzlybär* den Graubären meint, so ist ›Greis‹, wer im Alter unvermeidlich, daher nicht ehrenrührig, grau wird. Heute spricht man lieber von Senioren oder von Betagten, bei den noch Älteren von Hochbetagten. In den romanischen Anredeformeln, also im französischen Ausdruck *seigneur*, im italienischen *signore*, im spanischen *señor*, auch dem französischen *sire* und dem englische *sir*, klingt es noch an: Der Ältere ist der ›in Ehren Ergraute‹, der Ehrwürdige, der daher seitens der Jüngeren Achtung verdient.

Bevor ich mein erstes Beispiel vorstelle, weise ich auf Aristoteles' *Rhetorik* hin. Das für fast zwei Jahrtausende kanonische Werk, eine Fundgrube für die Sozialgeschichte Griechenlands, entfaltet im Kapitel 14 des zweiten Buches eine nuancenreiche Psychologie der *presbyteroi*, der älteren Menschen.

Der Autor zeichnet vornehmlich ein negatives Bild. Dieser Umstand drängt die These auf, in der Antike und in der späteren, von Aristoteles etwa bis zum 18. Jahrhundert maßgeblich geprägten Geschichte herrsche die negative Einschätzung vor. Aristoteles unterscheidet drei Lebensphasen und überträgt auf sie seine Lehre des *meson*, der Mitte: In der ersten Phase sieht er die noch ›unreife‹ Jugend, in der dritten Phase den bloßen Abstieg, während die zweite, mittlere Phase die am meisten schätzenswerte Zeit, die der Blüte darstelle. Bei dem nun folgenden ersten meiner drei Beispiele sieht es anders aus.

2.1 Cicero: Die erste Alterstudie

Einer der für unser Thema überhaupt bedeutendsten Texte, wegen der Breite und Gründlichkeit der Überlegungen eine veritable Altersstudie, stammt aus der römischen Antike. Der Text hat freilich, wie in sehr vielen Bereichen des römischen Geisteslebens, griechische Vorbilder. Zu ihnen gehören zum einen die (verlorene) Schrift *Peri gērōs* (Über das Alter) vom Philosophen Ariston von Keos (3. Jh. v. Chr.) und das Gespräch über das Alter, das in Platons *Politeia* der rechtschaffene, betagte Kephalos mit Sokrates führt.

Nun der römische Text selbst: Nach der Schrift eines römischen Staatsmannes, Philosophen und Redners, nach Ciceros *Cato maior de senectute* (Cato der Ältere über das Alter), vor einer Generation noch als »Cato der Ältere über das Greisenalter« verdeutscht, nach diesem Text eines 62-jährigen über einen Staatsmann, der 85 Jahre alt wurde, kann sich der ältere Mensch noch durch alle drei Vorzüge eines reifen Mannes auszeichnen:

durch *dignitas*, *gravitas* und *auctoritas*, also durch Würde, gewichtigen Ernst und respekteinflößendes Ansehen. Die als Senilität bezeichneten Eigenschaften sollen dagegen auf Disziplinlosigkeit zurückgehen, gelten insofern als altersindifferent.

Trotz dieser zweifellos idealisierenden Einschätzung denkt Cicero über die mit dem Altern stattfindenden Veränderungen nach und stellt zu den wesentlichen Herausforderungen des Alters psychologische und sozialpsychologische Überlegungen an. Sie erfüllen beide hier einschlägige Aufgaben. Cicero beginnt mit einer Diagnose der Herausforderungen und schließt Empfehlungen, ihnen zu begegnen, also Präventionsvorschläge, an. Auf diese Weise vertritt schon er den Leitgedanken der neueren Altersforschung: *gewonnene Jahre*.²

Cicero nennt in seiner Diagnose vier Vorwürfe, die man an das Alter zu erheben pflegt, also vier Anklagepunkte gegen das Alter, die er allesamt entweder entkräftet oder in Herausforderungen umwandelt: (1) dass man, aus den bisherigen Ämtern verdrängt, zur Untätigkeit gezwungen werde, (2) dass die körperlichen Kräfte nachließen, (3) dass manche Freuden verloren gingen und schließlich, (4) dass der Tod nahe (Cicero selbst wird ein Jahr nach Abfassen der Schrift ermordet).

Die erste Anklage, den Zwang zur Untätigkeit, entkräftet Cicero mit der Empfehlung, sich für das *bonum commune*, das Gemeinwohl, zu engagieren, nach heutigen Begriffen für Ehrenamt und Bürgergesellschaft. Denn nicht durch körperliche Kraft vollbringe man große Dinge, sondern dank Fähigkeiten, die im Alter nicht abnehmen müssen, nämlich dank Erfahrung, verbunden mit Überlegung und Entscheidungskompetenz.

Unser Autor räumt ein, dass manche über ein Nachlassen des Gedächtnisses klagen. Dem könne man aber durch Übung entgegenreten: Durch stetes Lernen ließen sich die geistigen Kräfte bewahren, womit die Minderung der körperlichen Kraft mehr als kompensiert werde.

Cicero erkennt durchaus an, dass die geistigen Kräfte nicht so frisch bleiben. Dagegen empfiehlt er zweierlei, womit er sich für ein lebenslanges Lernen einsetzt, aber nicht pauschal und undifferenziert optimistisch, sondern lebensaltersspezifisch: In der Jugend erwerbe man möglichst viel an geistiger Kraft, und im Alter gehe man mit diesem geistigen Kapital ökonomisch um, man lege nämlich das Unwichtige beiseite und behalte Wichtiges, Bedeutsames im Gedächtnis. Zur geistigen Ökonomie der Älteren gehört auch, dass

² Vgl. Ehmer/Höffe, *Bilder des Alterns im Wandel*.

sie mit einer größeren Zukunftsperspektive planen und ihre Erfahrung an die Nachkommen weitergeben.

Die heutige Hirnforschung liebt es, von revolutionär neuen Erkenntnissen zu sprechen. Hier darf sie Bescheidenheit lernen. Denn schon vor mehr als zweitausend Jahren betont ein Denker, was die Hirnforschung nur bekräftigt und für manch andere Bereiche der heute hochrenommierten Lebenswissenschaften dürfte es ähnlich aussehen: In vielen Fällen entdecken sie nicht grundstürzende Neuigkeiten, sondern bestätigen etwas, das schon die Lebenserfahrung mit Lebensklugheit lehrt.

Allerdings, klagt Cicero, neigen Ältere zur Geschwätzigkeit. Dagegen drängen sich zwei der »Entschließungen für mein Alter« des irischen Schriftstellers Jonathan Swift auf: »Nicht immer die gleiche Geschichte den gleichen Leuten erzählen.« Und: »Nicht freigebig mit gutem Rat sein, [...] es sein denn man wünsche ihn.«³

Im Abschnitt über das Nachlassen der körperlichen Kräfte empfiehlt unser Römer, gesundheitliche Rücksichten zu nehmen und Körper und Geist regelmäßig zu nutzen. Im Übrigen relativiert sich das Schwinden der Körperkraft wegen des Vorrangs der geistigen vor den körperlichen Kräften.

Heute fasst man die Hauptaufgaben des Älteren in ein dreifaches *L* zusammen: *Laufen*, *Lernen* und *Lieben*. Gemeint sind körperliche Bewegung, geistige Tätigkeit und Sozialkontakte. Cicero spricht von körperlichem und geistigem Training, womit er die beiden ersten *Ls* hervorhebt. Weiterhin betont er den Wunsch der Älteren nach einem selbstbestimmten Leben, also nach Autonomie. Und solange man interessanten Beschäftigungen nachgehe, spüre man sein Älterwerden nicht.

Im nächsten, dritten Abschnitt folgt das dritte *L*. In Überlegungen zum Abnehmen sinnlicher Freuden erklärt Cicero, erneut im Vorgriff auf heutige Forschung, diese Abnahme werde von den meisten, wenn auch nicht von allen Menschen als eine Befreiung von unnötigen oder sogar unerlaubten Begierden angesehen. Denn sie eröffne größere Räume für Geselligkeit, einschließlich des unbelasteten Gesprächs zwischen den Generationen, während das Verlangen nach Trank und Speise nachlasse. Hier spricht er das dritte *L* an, dass man sich nämlich, um der gewonnenen Jahre willen, in ein soziales Netz einzubetten und seine sozialen Fähigkeiten samt Zugehörigkeit und Gebrauchtwerden zu pflegen hat.

³ Swift, Entschließungen für mein Alter, S. 115.

Die Krönung des Alters sieht Cicero in jener *auctoritas*, dem Respekt einflößenden Ansehen, »das man sich nicht plötzlich durch graue Haare und durch Runzeln verschafft«. ⁴ Vielmehr erntet ein schon früher in Ehren geführtes Leben am Ende die Früchte des Ansehens. ⁵

Im letzten Abschnitt der Altersanalyse wendet er sich dem vierten und beunruhigendsten Anklagepunkt zu, der Nähe des Todes. Er lässt sich auf die beiden damals dominanten Vorstellungen ein: dass der Geist ausgelöscht werde oder aber an einem anderen Ort ewig weiterlebe. Unter beiden Annahmen sei der Tod nicht zu fürchten, denn entweder sei man nach dem Tod nicht unglücklich, oder man lebe sogar glücklich. ⁶ Im Übrigen empfiehlt Cicero, etwas Bleibendes zu schaffen, womit man über seine eigene Lebenszeit hinaus weiterlebe. ⁷

2.2 Jakob Grimm: Vom Glück des Älterwerdens

Wir überspringen die Spätantike und das christliche Mittelalter, auch die Zeitenwende um das Jahr 1500, weiterhin die frühe und die klassische Neuzeit, wir übergehen also fast zwei Jahrtausende mit ihrer reichen Literatur zu unserem Thema. Nur eine berühmte Passage sei erwähnt, aus Shakespeares Komödie »Wie es euch gefällt« (*As you Like it*), ein kurzes Stück aus der 7. Szene des zweiten Aktes. Dort erklärt Jaques zunächst: »Die ganze Welt ist eine Bühne,/ Und alle Männer und Frauen sind nur Spieler./ Die haben ihren Abgang, ihren Auftritt;/ Und mit der Zeit spielt man viele Rollen«. ⁸

Mit dem Argument: »Denn seine Akte sind die sieben Alter« führt er sodann diese Altersstufen aus, von denen ich einige überspringe:

»Erst Kind, das weint und spuckt im Arm der Pflegerin,/ Dann Schuljunge, noch weinerlich, mit seinem/ Ranzen und glatten Morgenwangen, kriechend,/ Wie eine Schnecke unwillig zur Schule./ [...] Sechstes Alter:/ Der Pantalon, hager, in Schlapfen, auf der/ Nase die Brille, Beutel ihm zur Seit./ Die Hose ist noch gut, doch viel zu weit/ Für die verschrumpften Lenden. Und die Stimme/ Die tief und männlich war, wendet sich wieder/ Zum kindischen Diskant und pfeift und quiekt/ Bei jedem

⁴ Cicero, *De senectute*, Abschn. 61.

⁵ Vgl. ebd., Abschn. 62.

⁶ Vgl. ebd., Abschn. 67.

⁷ Vgl. ebd., Abschn. 82.

⁸ Shakespeare, *As you Like it*, Vers 139ff.

Wort. Die letzte Szene endlich,/ Die diese seltsame Geschichte abschließt,/ Ist zweite Kindheit und dann nur Vergessen,/ Ohn' Augen, Zähne, Zunge, ohne alles.«⁹

Bei dem Autor, bei dem wir länger Halt machen, bei einem Autor aus der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, beim Juristen, Politiker und Schöpfer der germanischen Sprachwissenschaft, bei Jacob Grimm, klingt es weniger spöttisch und resignativ. Seine *Rede über das Alter* (1861), gehalten im fünfundsiebzigsten Lebensjahr, drei Jahre vor seinem Tod, führt uns zunächst ohne jede Aufdringlichkeit die hohe Gelehrsamkeit des Autors vor Augen.

›Natürlich‹ kennt Grimm Ciceros Text und weiß um dessen griechische Vorlage. Er führt uns eine Fülle von Gliederungen des Menschenlebens bei verschiedenen Völkern vor, sowohl Zweier- als auch Dreier-, Vierer-, Siebener und Zehnergliederungen. Er zitiert Berechnungen des Menschenalters, zum Beispiel: »ein zaun währd drei jahre, ein hund erreicht drei zaunes alter, ein ros drei hundes alter, ein mann drei rosses alter, also 81 jahre«.¹⁰ Grimm zitiert Dichter und Philosophen, führt durchaus die vielen negativen Eigenschaften an, die dem Alter zugeschrieben werden, nimmt dann aber die Tugenden und Vorzüge in den Blick.

Im Märchen *Die Lebenszeit*, das er mit seinem Bruder Wilhelm in die Sammlung der *Kinder- und Hausmärchen* aufnimmt,¹¹ werden dem Menschen als Lebenszeit von Gott »siebenzig Jahre« bestimmt, untergliedert in vier Abschnitte:

»Die ersten dreißig sind seine menschlichen Jahre, die gehen schnell dahin; da ist er gesund, heiter, arbeitet mit Lust und freut sich seines Lebens. Hierauf folgen die achtzehn Jahre des Esels, da wird ihm eine Last nach der anderen auferlegt: er muß das Korn tragen, das andere nährt, und Schläge und Tritte sind Lohn seiner treuen Dienste. Dann kommen die zwölf Jahre des Hundes, da liegt er in den Ecken, knurrt und hat keine Zähne mehr zum Beißen. Und wenn diese Zeit vorüber ist, so machen die zehn Jahre des Affen den Beschluß. In den Jahren 60 bis 70«, schließt das Märchen, »da ist der Mensch schwachsinnig und närrisch, treibt alberne Dinge und wird ein Spott der Kinder.«¹²

Diesem bemitleidenswerten Lebensende tritt Grimm in der *Rede über das Alter* lebenserfahren und wortgewandt entgegen. Der Autor leugnet nicht körperliche Behinderungen im Alter wie die Taubheit und das nachlassende Augenlicht. Statt aber darüber zu klagen, hebt er die positiven Seiten her-

9 Ebd.

10 Grimm, *Rede über das Alter*, S. 308.

11 Vgl. ders., *Die Lebenszeit*, S. 665f.

12 Ebd.

vor: etwa dass sich bei Blinden das Gefühl »nicht selten bis auf den grad« verfeinere, »dass er mit allen fingerspitzen gleichsam sehe«; und »bei tauben leuten soll sich der geschmack und geruch höher als sonst ausbilden.«¹³ Als Vorzüge nennt er »linde, milde, behagen, mut und arbeitslust«.¹⁴ Hinzu kommen eine »gewachsene und gefestigte freie gesinnung«¹⁵ und eine »im vorausgegangenen leben noch nicht so dagewesene [...] ruhe und befriedigung«. Wem es vergönnt, ein hohes Alter zu erreichen, »hat nicht nöthig zu jammern, wenn seine letzte lebensstufe annaht«, vielmehr ist ihm gestattet »mit stiller Wehmut hinter sich zu blicken und [...] gleichsam auf der bank vor seiner hausthür sitzend sein verbrachtes leben zu überschlagen.«¹⁶

2.3 Ernst Bloch: Zeit der Ernte

Für unser drittes Beispiel überspringen wir noch einmal eine große Zeit, jetzt aber nur drei oder vier Generationen und kommen fast in der Gegenwart an. Das Beispiel bringt eine neue Perspektive ein. Gemäß dem Titel des einschlägigen Werkes *Das Prinzip Hoffnung* (3 Bde., 1954–1959) spricht der Philosoph Ernst Bloch nicht so sehr über das, was Ältere im Positiven oder Negativen auszeichnet, auch nicht, wie sie selber leben oder wie sie von anderen behandelt werden sollen. Sein Altersdiskurs ist erfahrungsgesättigt und doch weder empirisch noch normativ. Er bringt die dritte Modalität des Praktischen zur Sprache, nach dem Sein und dem Sollen das Können, den Optativ.

Bloch geht es nicht um Altersrollen, weder um tatsächlich gegebene noch um moralisch gesollte Rollen. Der Obertitel des zuständigen Teiles heißt »Kleine Tagträume«, und der Titel des einschlägigen Abschnitts präzisiert: »Was im Alter zu wünschen übrigbleibt«.¹⁷

Bloch legt sich die Frage vor, wie sich der ältere Mensch selber etwas Gutes tun kann. Der Autor ist erneut nicht so lebensfremd, dass er nur das Positive sieht und »verständige Ängste«, die sich mehren, naiv beiseite schiebt: »Der Leib erholt sich nicht mehr so rasch wie früher, jede Mühe verdoppelt sich. Die Arbeit geht nicht mehr so flink von der Hand, wirtschaftliche Ungewißheit drückt schwerer als vorher.« Als Antwort oder Ausweg plädiert er

13 Ders., Rede über das Alter, S. 313.

14 Ebd., S. 318.

15 Ebd., S. 320.

16 Ebd., S. 310.

17 Vgl. Bloch, *Prinzip Hoffnung*, Bd. 1, S. 37–44.

aber nicht für Askese, vielmehr spricht er sich für ein epikureisch-behagliches Leben aus, für ›Wein und Beutel‹, also für Lebensgenuss und für Geld.

Zunächst räumt er ein, dass der Einschnitt des Alters »deutlicher als jeder frühere« Lebensabschnitt »brutaler negativ« sei: »Der Jüngling ist mit der üblichen Umwelt zerfallen und bekriegt sie; [...] aber der Ältere, der Greis, wenn er an der Welt sich ärgert, kämpft nicht wie der Jüngling gegen sie an, sondern steht in Gefahr, verdrießlich gegen sie zu werden, maulend streitbar«. Deshalb herrsche im Alter »die Resignation, kein bloßer Abschied von einem Lebensabschnitt« vor, »sondern der Abschied vom langen Leben selbst«.

Danach aber folgt die Peripetie; der Text wechselt vom Bedrückenden zur Chance: das Alter als ein Wunschbild, gegebenenfalls als Ernte. Bloch kennt Grimms Rede über das Alter; er zitiert den vielgelesenen Voltaire und bestätigt, dass sein eigener Blick aufs Alter schon früheren Epochen der Neuzeit und, wie Cicero gezeigt hat, selbst der Antike vertraut ist. Zugleich relativiert Bloch die unsere Sozialpolitik beherrschende Unterscheidung von Arm und Reich zugunsten von Gebildet und Ungebildet: »für Unwissende, sagte Voltaire, sei das Alter wie der Winter, für Gelehrte sei es Weinlese und Kelter«.

Bloch schickt den Hinweis voraus, das Alter zeige, »wie jede frühere Lebensstufe, durchaus möglichen, spezifischen Gewinn, einen, der den Abschied von der vorhergehenden Lebensstufe gleichfalls kompensiert«. Und an das Voltaire-Zitat schließt er die Worte an: »Das gesunde Wunschbild des Alters [...] ist das der durchgeformten Reife; das Geben ist ihr bequemer als das Nehmen«. Dazu gehöre, was sich bei Simone de Beauvoir¹⁸ wiederfinden wird, »die Erlaubnis, vom Leben erschöpft zu sein«, der Wunsch nach Beschaulichkeit und Muße, die Liebe zur Stille, nicht zuletzt eine Weisheit, die Ciceros ökonomischen Umgang mit einem schwindenden Gedächtnis ergänzt, nämlich die Fähigkeit, »das Wichtige zu sehen, das Unwichtige zu vergessen.«

Zwei Defizite fallen auf: Das Verhältnis zu den Mitmenschen, etwa zur Familie und den Freunden, fehlt, ebenso die Frage, wie man die skizzierte Einstellung lernt. Denn die weise, ›stoische‹ Gelassenheit, die sich bei Voltaire, Jacob Grimm und Ernst Bloch abzeichnen, fällt dem Menschen nicht von allein zu. Er muss sie lernen, was jenes Bild des Alters bekräftigt, das wir nicht erst seit der neueren Altersforschung, sondern seit Cicero kennen: dass man Altern lernen kann, freilich auch lernen muss. Mit dem weltweit

18 Vgl. Beauvoir de, *Das Alter*.

meistgelesenen deutschen Schriftsteller, mit Hermann Hesse, einem weiteren nichtakademischen Altersforscher, gesprochen: »Altsein ist eine ebenso schöne und heilige Aufgabe wie Jungsein«, und: »Auf eine menschenwürdige Art alt zu werden und jeweils die unserem Alter zukommende Haltung oder Weisheit zu haben, ist eine schwere Kunst«.

Andernorts habe ich einmal für einen Teil der noch fehlenden Disziplin, eine Gerontologische Ethik, zwölf Bausteine zusammengestellt.¹⁹ Nach einem der zitierten Altersvorsätzen von Jonathan Swift: »Nicht immer die gleiche Geschichte [...] erzählen«, will ich diese Bausteine nicht wiederholen. Stattdessen mache ich für den Ablauf des Lernprozesses, auf eine »menschenwürdige Art alt zu werden«, einen Vorschlag. Ich stelle mir drei Phasen vor,²⁰ die aber nicht ›brav‹ aufeinander folgen müssen. Um der Fülle von unterschiedlichen Temperamenten, Charakteren und Lebensvorstellungen Raum und Recht zu lassen, werden die Phasen ausdrücklich sehr formal beschrieben.

Zuvor noch ein anderer Gedanke: Vorausgesetzt, dass man die Älteren am Lebensende nicht eilfertig in soziale Abstellkammern, in Reservate für Senioren, abschiebt, können wir ihnen ein Recht lassen, das sie anscheinend über Jahrtausende hatten, das Recht, etwas zu vererben. Dabei denke ich einmal nicht an materielle Güter, sondern an Lebenserfahrung, auch an Lebenseinstellung und Lebensweisheit, sagen wir: an ›Humanvermögen‹. Wir sollten also für das Hilfs- und Erfahrungspotential der Älteren wieder sensibel werden, dabei die Fähigkeit zurückgewinnen, das Potential auszuschöpfen, ohne die Älteren auszunutzen. Sie sollten sich vielmehr als gefragt und als anerkannt erfahren.

Obwohl Kinder auf eine vielfache Hilfe angewiesen sind, tritt man ihnen trotzdem so weit wie möglich partnerschaftlich entgegen. Das Stichwort heißt ›autoritätsarm‹, dasselbe gelte für die Beziehung zu den Älteren. Mit dem Recht der Überpointierung kann man analog zur antiautoritären Pädagogik eine generell *antiautoritäre* gerontologische Ethik fordern. Ihre Legitimationsgrundlage bildet ein interkulturell autarkes Gebot der Sozialethik, die *Goldene Regel*. Sie lautet hier: Was du als Kind nicht willst, das man dir tu, das füg' auch keiner anderen Altersgruppe zu.

So wie man als Kind möglichst früh und möglichst ausgedehnt seine Rechte wahrnehmen will, so wie man darauf Wert legt, gefragt zu werden

19 Vgl. Höffe, *Medizin ohne Ethik*, Kap. 9.

20 Vgl. Auer, *Geglücktes Altern*.