



DIÖZESE  
INNSBRUCK

# Digitales Archiv

## Schatten und Chancen des Alters

22.04.2004

### Digitales Archiv

Shelf Mark: 1.3.1.3.15

---

CC-BY-NC-ND-Lizenz (4.0)

Creative Commons Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitung 4.0 International Lizenz

[urn:nbn:at:at-dai-1034](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:at:at-dai-1034)

## S c h a t t e n u n d C h a n c e n d e s A l t e r s

Von den vielen Einladungen , die ich erhalte, sind manche einfach unpassend. Da will mich jemand zur Jungschar holen - und ich muß ihm sagen , man sollte doch nicht auf Urgroßväter zurückgreifen. Der biologische Abstand wird zu groß . Dasselbe muß ich zu Brautleuten sagen . Um die Problematik junger Menschen von Heute zu verstehen , braucht es doch eine größere Lebensnähe vom Geburtsschein her. Auch bei schulpädagogischen Fragen winke ich ab . Da bin ich einmal beruflich voll drin gewesen - aber nun bin ich seit 25 Jahren von der Schulwirklichkeit weg - und ich weiß , daß sich die Situationen bei Kindern , Eltern und in der Gesellschaft geändert haben . Für derartige Themen ist Praxisbezug notwendig- da kann man nicht nur Erinnerungen und Erfahrungen von einst leben .

Aber bei einer Einladung zum Thema "Altwerden" gilt diese Ausrede nicht . Ich bin ein Senior , einer von Ihnen . Ich bin im 83. Lebensjahr , bewege mich im beanspruchten Ruhestand, habe die altersüblichen Reparaturen hinter mir , eine Hüftoperation und den grauen Star und berge allabendlich einen guten Teil meiner Zahnprobleme ins Glasl , wobei der im Mund verbleibende Rest an die Maria-Theresienstraße nach der Bombardierung erinnert. In den Bergen interessiert mich nicht mehr die Furchetta und die Langkofelwand , sondern ich wandere lieber besinnlich in der Kuhfladenregion . Bei der Zeitung widme ich mich mit besonderer Aufmerksamkeit nicht mehr den Sensations- und Sportseiten , sondern den Todesanzeigen . Der Bekanntenkreis meiner Altersschicht bröckelt ab . Mit vielen kann ich das Rendezvous nur mehr auf den Friedhöfen halten . Aber ich muß betonen , daß ich diese Jahre im Ganzen als wunderbares Geschenk betrachte . Ein bißchen hängt das auch damit zusammen , daß ich das Pensionsalter für Bischöfe mit 75 immer für zu hoch gehalten habe. Wie ich bei der Weihe meines Nachfolgers den Bischofsstab überreicht habe , konnte ich ein seliges Grinsen nicht unterdrücken , das dann über alle Fernseher gelaufen ist und vielleicht manche verwundert hat . Ich bin also ein Senior mit einschlägigen Standeserfahrungen . Ein wenig hilft mir auch bei diesem Thema , daß ich als Bischof bei den Visitationen in jeder Gemeinde die Alten und Kranken mit dem Pfarrer besucht habe . Es sind dann im Ganzen 6000 geworden - in den Wohnblöcken und Berghöfen , in den Pflegestationen und den Seniorenheimen. Aber ich muß Ihnen sagen - ich bin weder ein Gerontologe noch ein Geriatrie-Experte . Ich kann mit Wissenschaft nicht prunken .

Man kann ans Altwerden mit verschiedenen Akzenten herantreten.

- a) Die Leistungsgesellschaft hat seinerzeit den alten Menschen als nicht mehr brauchbar , kaum innovationsfähig , reif fürs Abstellgeleise akzentuiert. Als Alter als die Stunde der wachsenden Defizite. Das Hornsignal bläst zum Rückzug . Man muß schauen , daß man sich halbwegs wohlbefindet und versorgt ist . Mit dem Tempo kann ein 60jähriger nicht mithalten .

Es ist ja immer bei allem etwas Wahres dabei . Natürlich muß man mit dem Altwerden auch die Kunst des Loslassens einüben . Wir wissen , daß das nicht immer gelingt. Das war schon immer so . Da ist die Geschichte von dem alten Bergbauern bei uns , der partout nicht übergeben wollte , obwohl der Sohn schon die 50 erreicht hatte und dem Vater eröffnete , daß er nunmehr ans Heiraten denke . "So , " hat der Alte gesagt , " Fangst du jetzt auch schon mit der Lappereien an ... " Solches Nichtloslassenkönnen

ist immer schon ein Problem gewesen . Es verbirgt sich dahinter eine uneingestandene Angst vor dem Verlust der Identität und vor dem Tod . In die gleiche Sparte ja auch die Weigerung , ein gültiges und überlegtes Testament zu machen , ein Versäumnis , mit dem man sich unter die größten Unfriedensstifter der Menschheit im familiären Bereich einreicht .

Das Defizitmodell des Altwerdens wurde natürlich auch psychologisch dadurch verstärkt , daß man früher auf Grund der Lebensumstände und der medizinischen Möglichkeiten viel früher alt wurde . Als Goethe 50 Jahre alt wurde , überreichte man ihm einen vergoldeten Lorbeerkranz . Auf der Schleife stand " Dem edlen Greise " . Das müssen sie heute einmal als Festgeschenk für einen Fünfziger oder eine Fünfzigerin probieren , Da haben sie dann den Kranz auf .

Die negative Sicht des Alters schlägt auch - auf Grund der damaligen Situation - in der Heiligen Schrift durch . Das Buch Kohelet , das einen nüchtern-kritischen Unterton gegenüber dem menschlichen Dasein hat , schildert das Alter resignierend -dichterisch :

" Es nahen sich die bösen Tage und die Jahre , von denen du sagen wirst: Sie gefallen mir nicht! Wenn die Wächter des Hauses zittern (Die Hände) und die starken Männer sich krümmen ( die Beine ) , wenn die Müllerinnen die Arbeit einstellen , weil sie zu wenige sind ( die Zähne ) , wenn es dunkel wird bei den Frauen , die aus den Fenstern blicken (die Augen ) und das Tor zur Straße verschlossen wird und das Geräusch der Mühle verstummt ( die Ohren ) , steht man auf beim Zwitschern der Vögel ; doch die Töne des Lieds verklingen ( schlechter , kurzer Schlaf ) . Selbst vor der Anhöhe fürchtet man sich und vor dem Schrecken am Weg ( alles wird anstrengend und man wird ängstlich ) - der Mandelbaum blüht - doch ein Mensch geht zu seinem ewigen Haus Und zum Schluß das Bild von der herabfallenden Lampe : Die silberne Schnur zerreißt , die goldene Schale bricht... "

Diese Dichtung stammt aus einer Zeit , in der das Altwerden zweifellos trister war als heute , auch wenn die Grundmelodie der Vergänglichkeit bleibt . Aber in unseren Breitengraden hat sich die Situation des Altwerdens doch im Gesamten zum Besseren gewendet . Ich sage in unseren Breitengraden - denn schon eine Flugstunde weiter ostwärts ist da anders . Ich habe eben einem alten Invaliden und schwerkranken in der Ukraine helfen dürfen . Seine Rente ist 70 Euro im Monat . Und wenn wir nach Westen gehen in die USA , dann haben dort 46 Millionen Bürger keine Krankenkasse . Und wenn wir ein wenig früher das Flugzeug in England stoppen , dann werden dort alte Menschen , die eine etwas aufwendigere medizinische Betreuung brauchen - wie eine Operation - eben abgewiesen . Es rentiert sich nicht . Auch das habe ich eben in einem ganz konkreten Fall erlebt , der dann nach Innsbruck geholt wurde und jetzt ein gesunder alter Mensch ist .

Ich weiß , daß jetzt so manche und so mancher unter meinen Zuhörern sein wird , der schwer an den Lasten des Alters trägt . Aber im Ganzen gesehen , müssen wir doch anerkennen , daß in den letzten Jahrzehnten nördlich und südlich vom Brenner viel geschehen ist . Medizin und medizinische Forschung , ärztliche Betreuung und Fortschritt in Chirurgie und Pharmakologie , in Zahnheilkunde und Augenheilkunde , in Hörgeräten und Geriatrie , in den Erkenntnissen der Schmerzbehandlung und Erkenntnissen der Gerontologie , in der Art , wie heute heute Seniorenheime gebaut und geführt werden - im Vergleich zu den tristen Dorfspitälern und Altersheimen , wie ich sie noch kennengelernt habe , -und die Angebote in Musik und Kultur , Geselligkeit und Bildung , die Seniorencafés und Seniorenausflüge der Pfarre

das alles hat nicht nur das Lebensalter um mehr als ein Jahrzehnt nach oben gerückt, es hat auch das Leben im Alter erleichtert und lebenswerter gemacht.

- b) Aber der Mensch neigt immer zu gewissen Übertreibungen, ehe er die Mitte findet. Wie die alten Mitbürger immer mehr wurden und sich zu einem bedeutenden Wirtschaftsmarkt entwickelten, erfand die tüchtige Konsumgesellschaft den aktiven Senior. Dem biete man Biobomben und Vitaltränke an, daß Großväter im Sprung aufs Mountainbike hopsen und Großmütter vom ~~Sich vom Siebenmeter-Turm herab-~~ ~~seürzen~~. Die geschäftsmäßige Aufwertung des Seniors hat sicher auch ihr Gutes - und im Ganzen ist sie eigentlich eine Konsequenz einer Besserstellung der Alten in unserer Gesellschaft - aber ich glaube nicht, daß diese Vital- und superaktivitätsprogramme das eigentliche Glück des Alters bergen. In geradezu tragischer Form habe ich das bei einem Interview im Fernsehen erlebt, das eine schon sehr reife, etwas aufgedonnerte Diva gegeben hat. "Was ist für sie der Sinn des Lebens?", hat der interviewer gefragt. "Der Sinn des Lebens - nun ja - der Sinn des Lebens ist, daß man ein bißchen Spaß hat ..." Altwerden in den Kategorien der Spaßgesellschaft ist wohl auch nicht das Gelbe vom Ei.
- c) Aber in den letzten Jahren bahnt sich in der Frage des Altwerdens in unserer Gesellschaft ein neuer - und ich möchte sagen tieferer und erfreulicherer Akzent an: Der erfüllte alte Mensch. die Richtung geht in die Erfassung von Sinn. Da geht eigentlich sowohl um eine Klärung nach innen wie ein Ja zum Morgen ein Loslassen und ein neues Zupacken bei den vorhandenen Möglichkeiten, sich einzubringen. Da geht es nicht um eine künstliche, aufgepappte Jugendlichkeit, die sich in Fernsehspots austobt, da geht es um ein innere Jungbleiben, das ja keineswegs nur eine biologische Frage ist. eine Frage der Haarfarbe und des Hautpigments und der Gelenkigkeit. (Natürlich soll man auch dafür etwas tun) Aber das innere Jungbleiben hat etwas mit geistigen Einstellungen zu tun, mit einem fundamentalen Ja der Seele, zu sich, zum Menschen, zum Schicksal, zum Heute, zum Morgen und zur Ewigkeit. Die Bedrohung des Erfüllten Altseins liegt auf der einen Seite im möglichen Trend zur Verbitterung. Das gibt es. Manche haben so schreckliches ohne jeden Trost mitgemacht, daß sich in ihnen das "Nein" zum Leben versteinert hat. Beim Altersselbstmord handelt es sich meistens um einen sogenannten Bilanzsuicid, d.h. um eine düstere, negative, entmutigende Lebensbilanz wobei man das Gefühl hat, daß alles schief gelaufen ist ... Auf der anderen Seite müssen wir uns hüten vor einer sehr negativen Beurteilung des Jetzt und der fast naturhaft im Menschen angelegten Verklärung des Gestern und Vorgestern. Kennwort dieser Haltung ist "Zu meinen Zeiten hätte es das nicht gegeben..." Machen wir uns davon frei - sowohl in der Beurteilung öffentlicher wie kirchlicher Verhältnisse. Alle Zeiten haben ihre Schatten und ihre Lichtseiten. Ich bin nicht besonders in die Versuchung gekommen, z. B. meine Jugendzeit zu vergolden. Denn zwischen siebzehn und dreinundzwanzig habe ich eigentlich nichts anderes kennengelernt als den Terror, das Gefängnis der Gestapo und dann jahrelang den Schrecken der Front in seinen schlimmsten Formen. Natürlich haben wir heute moralische Defizite, Wohlstanderscheinungen, Auflösung von Bindungen, religiöse Entfremdung. Aber auch früher war nicht alles Gold, was glänzt hat. Forschen Sie einmal nach, wie es im Land Tirol den Knechten und Mägden gegangen ist, die nie heiraten konnten. Forschen Sie nach, wie man im heiligen Land Tirol mit den ledigen Müttern und den ledigen Kindern umgegangen ist. Jetzt noch bin ich einer alten Frau begegnet, die

als Kind bei der Prozession kein Blumenkörbchen tragen durfte, weil sie ein "lediges" war. Und ein uralter Kaiserjäger, der zwei Weltkriege mitgemacht hat, hat nicht von den Kriegen erzählt, sondern davon, war er als Kind erlebt hat, weil seine Mutter ihn ledig hatte. Und Und ein alter Pfarrer, ein guter Seelsorger, der jetzt gestorben ist, hat mir erzählt, daß er aus demselben Grund in seinem Heimatdorf keine Primiz halten durfte! Nein, es war damals wie heute aktuell, im Kanon der Messe zu beten, "daß deine Kirche in der Liebe wachse". Wir haben heute Einbrüche in Ehe und kultivierter Sexualität, wir haben Einbrüche in geistlichen Berufen (die im alten Tirol aber zweifellos durch einen wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Aufstieg motiviert waren und nicht nur durch Frömmigkeit). Wir haben Einbrüche im Maß der Ansprüche - aber auf der anderen Seite haben wir mehr Empathie, mehr Einfühlung, mehr Toleranz, mehr soziales Verständnis, mehr Zurückhaltung gegenüber der Gewalt, mehr friedensdenken, mehr Hilfsbereitschaft. Also setzen wir uns im Zug als alte Menschen nicht immer mit dem Blick zurück, sondern mit dem voraus.

Was diese innere Sinnfindung betrifft, möchte ich nun zum Schluß auf eine Haltung zu sprechen kommen, die meines Erachtens gerade beim älter werdenden Menschen von großer Bedeutung ist, andererseits aber nicht zu den Tugenden der Epoche gehört. Ich meine die Haltung der **D a n k b a r k e i t**.

Warum ist sie keine Tugend der Epoche? Ein Grund dafür ist der Wohlstand. Er verwandelt tausend gute Dinge in Selbstverständlichkeiten, an die man keine Gedanken verschwendet, die man nimmt wie das Rindvieh das Gras auf der Wiese. In unserer deutschen Sprache haben "denken" und "Danken" denselben Wortstamm. Die beiden Dinge gehören zusammen. Die Undankbarkeit ist das Laster des Gedankenlosen. Und hier könnte uns das Altwerden ein wenig zu Hilfe kommen. Wenn man läter wird, schwenkt man öfters auf den "Pfad der Nachdenklichkeit" ein, wie die Mongolen einen besonders einsamen Karawanenweg in der Wüste Gobi nennen. Und mit dem Nachdenken verlieren die Dinge ihre scheinbare Selbstverständlichkeit. Auf einmal werden Schicksale und Fügungen, überwundene Gefahren und Krankheiten, gelungenes Familienleben und gute Partnerschaft, Gesundheit und Schlaf, Essen und Trinken, das Quellwasser aus dem Brunnenhahn und der durch alles hindurch getragene Glaube an den Erlöser und einen gütigen Vater im Himmel - das alles bekommt für den nachdenklichen Menschen den Charakter des Geschenks.

Ein anderer Grund, warum Dankbarkeit keine Tugend der Epoche ist, ist merkwürdiger Weise unser demokratischer Alltag. Sie sind sicher auch der Meinung, daß eine demokratische Staatsform trotz aller Schwächen immer noch jene ist, die den breitesten Wohlstand geschaffen hat und die größte Freiheit und Rechtssicherheit garantiert. Aber zu den demokratischen Spielregeln gehört auch eine permanente Unzufriedenheit mit den Zuständen. Jede Opposition - ganz gleich welchen Couleurs, ist immer bestrebt, die derzeitige Lage als die schlechteste aller Welten darzustellen. Wofür es bei einigen Nachfolgestaaten der kommunistischen Welt handfeste Belege gibt, bei uns aber nicht. Die letzten 50 Jahre waren die besten der Geschichte Tirols. Aber Demokratie lebt nun einmal auch von wacher Kritik - und so manipuliert sie uns sehr leicht in die Richtung einer ständigen Unzufriedenheit und Anspruchsgesellschaft. Wir haben eine Atmosphäre permanenten **F r o d e r n s** geschaffen, und in diesem Beet hat das Pflänzchen Dankbarkeit keine großen Chancen. Gegen diese Versuchung hilft nur ein realitätsbezogenes Denken hinsichtlich Geschichte und Gegenwart, und ein Bewußtsein für alles Erreichte ohne jede Übertreibung.

Aber die Dankbarkeit hat eine noch viel tiefere Bedeutung für unsere Selbstfindung und unsere Lebensqualität im Alter. Die Dankbarkeit ist eine der edelsten religiösen Motivationen, die es gibt. Wer aus der Dankbarkeit zu Gott aufsteigt, hat eine gute Route erwählt. Freud, der ein seriöser Arzt war und dem wir wichtige Gesichtspunkte verdanken, hat sich in punkto Religion in einem getäuscht: Er war der Meinung, daß Religion nur durch Frustrationen motiviert werde, also durch Angst, Leid, soziale Isolation, Mißerfolg, Bedrohung. Da hat er sich getäuscht. Die edelsten und anhaltigsten Motivationen des Religiösen kommen nicht aus dem Negativen (wenn auch der Satz stimmt, daß Not beten lehrt), die edelsten Motivationen sind so wie der Sonnengesang des heiligen Franziskus - Dankbarkeit, die überströmt, und die schon beim blühenden Baum im Garten, einem lieben Besuch, einem strahlenden Morgen, einem Glockenklang, einem Kinderlachen **beginnen** kann.

Ich glaube, daß die Dankbarkeit zu den schönsten Chancen des Alters gehört. Den schließlich ist der Mensch so veranlagt (nach amerikanischen religionspsychologischen Untersuchungen) daß er mit steigendem Alter dem Religiösen eher näher kommt. Und zu diesem Thema Dankbarkeit hat der große französische Denker Blaise Pascal einmal geschrieben: Es ist das größte Unglück des Atheisten, daß er nicht weiß, wem er danken soll.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allen gesegnete, erfüllte, von einem letzten Frieden geprägte hohe Jahre!