

Das hohe Alter

Die soziale Frage des 21. Jahrhunderts

Dietrich Kumrow

Langsam bewegt sich die alte Dame auf dem Bürgersteig, in jeder Hand eine schwere Einkaufstasche schleppend, mühsam Schritt vor Schritt setzend. Auf der Hauptstraße tobt der Verkehr, überall herrscht Hektik und Rastlosigkeit, Hupen und Ungeduld: keine Zeit, schnell, schnell, schnell. Das Leben ist kurz, zu kurz – jeder Zwangshalt, jede Ampel, die aufhält, raubt Zeit.

Wie nicht in diese Zeit gehörend wirkt die alte Dame mit ihren schweren Einkaufstaschen, die langsam und bedächtig Schritt vor Schritt setzt. Jede Bewegung ist ein Willensakt, dem Leben abgetrotzt, nichts fällt leicht.

Wie gegen einen schweren Widerstand ringt sie mit ihrem alten Körper, hält inne, schnappt nach Luft, setzt die Taschen ab, steht den vorbeieilenden Fußgängern im Weg, hebt die Taschen wieder auf, geht einige Schritte weiter, um sich von Ampel zu Ampel ihrem Ziel, ihrer Wohnung, zu nähern.

Nein, sie trägt keine Uhr an ihrem Arm. Sie hat keine Termine zu beachten. Sie ist schon froh, wenn sie es morgens aus dem Bett schafft, das Waschen und Anziehen geregelt bekommt, den Kaffee gekocht hat und dann endlich an ihrem Frühstückstisch das Sitzen genießen kann. Da geht nichts schnell, da ist nichts Glitzerndes, da ist nichts Lustvolles – jede Bewegung ist harte Arbeit.

Sehr wohl nimmt sie wahr, wie das Leben draußen an ihr vorbei rauscht. Sie spürt, dass sie den Jüngeren, die zu wichtigen Terminen müssen, im Wege steht. Sie hat schon eine regelrechte Wahrnehmung dafür entwickelt, wenn sich ihr von hinten jemand ungeduldig nähert. Sie spürt den Gedanken: »Geh mir aus dem Weg, Alte, ich habe keine Zeit!«

Aber sie kann nicht, auch wenn sie wollte! – Ihre Langsamkeit gehört nicht mehr in diese ach

so fortschrittliche, schnellebige Welt – Langsamkeit, Hilfsbedürftigkeit haben keinen Platz da, wo jeder seines Glückes Schmied in seiner eigenen zunehmend digitalen Welt ist.

Das Alter – Segen oder Fluch?

Pflegebedürftigkeit wird zum Damoklesschwert einer zukünftigen Gesellschaft. Immer mehr Menschen erreichen ein hohes Alter, dank dem medizinischen Fortschritt mit relativer Gesundheit! Immer mehr Menschen werden alt! Die gesellschaftliche Pyramide wird zu einem Pilz. Immer mehr alte Menschen werden von einer schwindenden Zahl jüngerer Verdienender finanziert. »Das ist nicht zu bezahlen«, heißt es, »gesellschaftlicher Kollaps droht!«

Das Alter – ist es ein Segen oder ein Fluch für zukünftige Generationen? Der Sinn des Lebens wird heute oft nur in der Verwirklichung individuellen Lebensglücks gesehen. Es geht darum jung, dynamisch und flexibel zu sein. Man will jederzeit erfolgreich, selbstbewusst, selbständig, gesund und machtbewusst sein.

Unsere alte Dame ist nicht mehr jung, dynamisch und flexibel; sie ist auch nicht mehr ganz gesund. Es fehlt ihr sogar jegliches Machtbewusstsein. Sie ringt Tag für Tag um den Erhalt ihrer Selbständigkeit. Erfolg zu haben ist für sie ein Fremdwort – sie hat im äußeren Sinne »nur sich selbst«.

Ein dem Materialismus verhaftetes Denken kann dem Leben unserer alten Dame kaum noch einen Sinn zusprechen. Es genügt den Ansprüchen des Zeitgeistes nicht. Je mehr sie auf Hilfe angewiesen sein wird, desto nutzloser ist ihre Existenz aus der Sicht eines solchen Denkens.

die Drei 8-9/01

Der herrschende Zeitgeist lässt demgegenüber nur ein ganz bestimmtes Bild gelungenen Alters zu: das Bild des »autarken« alten Menschen, des Senioren. Er ist körperlich fit und gesund bis ins hohe Alter. Er ist geistig rege und intellektuell auf der Höhe. Er benötigt nur minimale Hilfe.

Gegenüber den Kindern und der Umwelt ist er selbstbewusst, lässt den anderen aber frei in seiner Meinungsbildung. Wenn er gefragt wird, ist er wahrhaftig ohne zu verurteilen. Vielleicht strahlt er eine gewisse Güte, Bescheidenheit und Weisheit aus. – Ein durchaus schönes Bild des Alters, ein berechtigtes und beinahe zeitloses. Aber zeitlos sind nicht die häufig hinter diesem Bild wirksamen Gedanken. Hinter diesem Bild steht die Forderung, der Mensch möge möglichst lange selbstständig sein Leben führen – denn Hilfe kostet teures Geld. Pflegebedürftig sein heißt im Gegensatz dazu »viel Hilfe benötigen« und folglich auch sehr teuer zu sein.

Solange der Mensch selbstständig leben kann ohne andere zu belasten, gilt sein Leben dem Zeitgeist als sinnvoll, weil er für sich selbst sorgen und sich selbst verwirklichen kann. Je höher das Maß an Hilfsbedürftigkeit wird, desto sinnloser (d.h. volkswirtschaftlich unvertretbarer) wird das Leben aus dieser Sicht, weil Selbstverwirklichung zunehmend unmöglich wird und das Angewiesensein auf andere zunimmt. Der Mensch wird zur Belastung für seine Umwelt.

Aber zurück zu unserer alten Frau:

An manchen Tagen ist sie einsam, sehr einsam sogar. Die Einsamkeit brennt in ihrer Seele – keine Fernsehsendung nimmt ihr das Gefühl, diese Welt nicht mehr zu verstehen.

Erlebnisse ihres vergangenen Lebens stehen immer intensiver vor ihr. Zuerst geschah es wahllos, plötzlich waren sie vor ihrem inneren Auge: Bilder von der Flucht, der Vertreibung aus Berlin, als die Kinder noch klein waren; die Bombardements, der Hunger, die Angst, die unbeschreibliche Angst! Immer häufiger tauchten Bilder aus ihrer Jugend und Kindheit auf – Bilder, Bilder. Als ob eine Tür aufgegangen

wäre. Längst Vergessenes, irgendwo in der Seele verschüttet, stand in höchster Lebendigkeit vor ihr – unwillkürlich, jegliches gewohnte Zeitgefühl aufhebend. Erfahrungen der frühen Kindheit bekamen plötzlich eine deutlichere Kontur, wurden bunter und attraktiver als ihr jetziges Leben.

Aber auch die Begegnungen, in denen sie sich, so empfand sie es, falsch verhalten hatte, standen vor ihr und bedrängten sie zunehmend. Sie begann unbewusst, ihr Leben zu bilanzieren: Freude und Wärme kamen auf in der Erinnerung der schönen Momente des Lebens, bedrängende Dunkelheit und Kälte bei den eigenen Fehlern und der vielen unverarbeiteten Angst.

Irgendwann war er das erste Mal da, ihr verstorbener Mann. Zuerst war sie erschreckt und verstört, doch er kam in ihren Träumen wieder, um ihr zu sagen, dass er sich freue, sie wiederzusehen. Er sagte ihr auch, dass er sie empfangen werde, wenn sie auf die andere Seite des Lebens käme, dahin, wo er jetzt sei. Sie fühlte sich wohl bei dem Gedanken. Ein engagierter junger Arzt erklärte ihr später, dass sie Halluzinationen habe und man da medikamentös etwas machen könne. Er meinte es gut mit ihr.

Als sie dann ihre Taschen nicht mehr schleppen konnte und ihre Wohnung zunehmend verwaahrloste (wie es in den Akten nachzulesen ist), war klar, dass sie nicht zu den alten Menschen gehörte, die ein »gelungenes Altern« erleben würden – sie brauchte Hilfe. Seltsamerweise war das für sie selbst gar keine Frage und auch kein Problem. Sie genoss relativ bald nach dem Umzug die Hilfe, die Kontakte, die Beziehung zu den jungen Menschen, die sie versorgten.

Die Mühsal, den immer schwerer werdenden Körper Tag für Tag neu zu ergreifen, nahm ihr niemand ab – ihr Trost lag in der Fülle der Erinnerungen und in der zunehmenden Gewissheit, dass ihr Mann und ihre Eltern sie auf der anderen Seite erwarten würden. Sie gewann die Überzeugung, dass der Tod ein Übergang sei in eine andere Daseinsform. Sie empfand die Mühsal des Alterns als einen notwendigen Vordergrund, auf dessen Hintergrund sich eine behutsame Befreiung und Lösung des Geistes vollzog. Sie hatte nur noch sich, aber was wollte sie mehr?

Heute scheint es manchmal so, als seien wir Menschen eine Art Automobil, begabt mit Verstand und Gefühl, das mit unweigerlicher Notwendigkeit auf den Autofriedhof zurast. Voller Lebensfreude fahren wir durch Kindheit und Jugend, mit quietschenden Reifen, vollbremsend, wenn es geht – bis dann mit 30 Jahren der erste TÜV fällig ist (daher kommt auch das Sprichwort: Traue keinem über 30). Da müssen dann schon mal die Bremsen erneuert werden. Schwieriger wird der zweite TÜV, so in den Vierzigern (»midlife crisis«). Da versagt schon so mancher Motor. Dann, in den Sechzigern, wird es ernst: ist das Fahrzeug Auslaufmodell oder Oldtimer, Alter oder Senior? Ab den Achtzigern folgt schließlich so eine Art Haldensituation mit hoher maschineller Austauschnotwendigkeit – Ersatzmotor, häufiger Ölwechsel, Dellen müssen ausgebessert, Roststellen übertüncht werden. Am Ende steht schließlich der Autofriedhof. Das war sie dann auch schon – die letztendliche Bestimmung des Lebens. In dieser fragwürdigen Sichtweise ist eine weitreichende Behauptung des materialistischen Denkens impliziert: Der Mensch wird mit der Befruchtung der Eizelle aus einem Nichts heraus in das Leben geworfen, das mit dem Tode wieder verlöscht wie eine Kerze. Nichts war vorher, nichts wird bleiben.

Zunahme des Denkens in Bildern

Man kann dem herrschenden Zeitgeist eine ebenso weitreichende Behauptung entgegenstellen: Der Mensch senkt sich aus einem immateriellen Seinszustand heraus in den physischen Körper hinein. Er dringt immer tiefer in diesen hinein, um, einem Lebensgesetz folgend, sich ab einem bestimmten Zeitpunkt allmählich wieder aus seinem Körper und von der Erde zu lösen. Dann kehrt er zurück in den Seinszustand, aus dem er gekommen ist. Dies ist die Idee von der Inkarnation und Exkarnation der menschlichen Seele.

Hinter dieser Idee steht nicht das Ideal der optimalen Verwertung menschlicher Arbeitskraft, sondern das Ideal der Verwirklichung

des individuellen Entwicklungsimpulses eines Menschen in seiner Biografie. Der Mensch ist geistigen Ursprunges und als solcher unsterblich. Seine wirkliche Heimat ist seelisch-geistiger Natur. Sie entfaltet sich schrittweise durch den Wechsel von vielen Geburten und Toden, durch zahlreiche Erdenleben hindurch.

Aus dieser Sicht ist die biografisch wesentliche Aufgabe des Menschen im Alter die Bewältigung des Prozesses der Ablösung vom Leib. Diese Zeit dient der Vorbereitung auf den Tod und des Lebens danach. Sie kann beim alten Menschen durchaus in den »idealen« Zustand von Güte, Weisheit, Toleranz, Ruhe und Ausgeglichenheit einmünden.

Dieser individuelle Entwicklungsprozess vollzieht sich unweigerlich in jedem Menschen auf der Grundlage des absterbenden physischen Leibes. Der sich vollziehende seelisch-geistige Prozess ist für Außenstehende gleichermaßen beobachtbar, wie der Körper, das absterbende Physische, wahrnehmbar ist. Wir müssen allerdings neue Wahrnehmungsorgane dazu entwickeln.

Die Zunahme des Denkens in Bildern bei alten Menschen ist eine Folge dieses Ablösungsprozesses. Intellektuelles und lineares Denken wird immer mehr von einem denkenden Erleben von Bildern abgelöst. Aus abstraktem, linearem Denken wird zunehmend rundes Denken, dessen Zentrum man im Herzen des Menschen finden kann. Ein solches Denken benötigt auch derjenige, der die innere Entwicklung des alten Menschen verstehen will.

Immer mehr Menschen werden im Alter verwirrt. Wie ist diese Tatsache in unserem Zusammenhang einzuschätzen? Die medizinische Diagnose hierfür lautet: HOPS – Hirnorganisches Psychosyndrom. Aber was heißt das in Bezug auf das Leben? Ist, wie beim Auto, die Lichtmaschine kaputtgegangen und ein irreparabler Schaden die Folge? Sollen jetzt viele Forscher nach Ersatzteilen suchen und der Finder schließlich den Nobelpreis erhalten? Was beobachten wir denn wirklich, wenn wir bei der Altersverwirrtheit einmal genau hinschauen?

Wir erleben den »dementen Menschen« als hochsensibel gegenüber seiner Umwelt. Gera-

dezu »hellsichtig« reagiert er auf die innere Haltung seines Gegenübers. Sagt man: »gut« – meint aber »schlecht« – reagiert er auf das »schlecht«. Er nimmt das wahr, was wir in der Kommunikation wirklich meinen und reagiert darauf in höchstem Maße authentisch. Er lebt mit seiner Seele unmittelbar im Umfeld, im Gegenüber, und nimmt so die tatsächliche Stimmung auf und spiegelt diese wider.

Wenn wir ihn fragen könnten, wo er sich befindet, würde er vielleicht sagen: »Auf der Erde will ich nicht mehr sein. Ich will nach Hause, in meine geistige Heimat. Ich »habe« mich nicht mehr ganz in meinem irdischen Bewusstsein, »bin« aber auch noch nicht in meinem höheren Selbst, meinem innersten Kern. Ich bin herausgefordert, die Welt ohne jeglichen äußeren und inneren Halt zu durchleben. Dies ist eine schwere Prüfung! Aber ich werde eine innere Frucht aus diesem Erlebnis mitnehmen: die Erfahrung, wie es ist, absolut auf sich selbst geworfen zu sein, ohne jegliche äußere und innere Anbindung.«

Die Fähigkeit zum Erleben der Seelenhaltung des Gegenübers ist eine geistige Qualität, eine Erweiterung des Bewusstseins. Dies ist auch dann der Fall, wenn diese Erfahrung nicht mehr rational ausgewertet werden kann. Was wir an der Demenz erleben ist Ausdruck eines Loslösungsprozesses der Seele, eines Exkarnationsvorganges.

Hintergründe der Vergeisung der Gesellschaft

Warum erreichen heute immer mehr Menschen ein so hohes Alter?

- Die Alten haben die Aufgabe, die Langsamkeit neu zu entdecken und zu durchleben in einer Welt, die sich immer schneller dreht und dadurch droht abzuhelien. Sie bilden in einer sich extrem veräußerlichenden Welt einen verinnerlichenden Gegenpol. Jeder einzelne alte Mensch vollzieht, ob bewusst oder unbewusst, einen Prozess der Vergeistigung.

- Die Gedanken der Alten gehen häufig intensiv zu denen, die vor ihnen die Schwelle des Todes überschritten haben. Sie bilden damit eine Brücke zwischen der hiesigen und der geistigen Welt. Je mehr Menschen diese Brücke bilden, desto stabiler ist sie. Es werden so viele Menschen so alt, wie zur Bildung dieser Brücke benötigt werden.
- Der biografische Prozess der Vergeistigung hat ein schrittweises Bewältigen der ungelösten Seelenknoten (der unerledigt gebliebenen Geschäfte) zur Grundlage, die sich im Einzelnen angesammelt haben. Seelenknoten zu lösen heißt, sich innere Freiheit zu erwerben und damit auch wirkliche Individualität. Äußere Behinderung (auch Demenz) verhindert diese Entwicklung nicht nur nicht, sondern ermöglicht sie gerade im spirituellen Sinne durch sehr spezifische Erfahrungen.
- Wir Jüngeren, die wir die Alten, die es benötigen, begleiten, pflegen und betreuen, dürfen an diesen hochinteressanten Entwicklungsprozessen teilhaben. Wir dürfen durch sie »Mensch-Sein« lernen, sowohl im individuellen als auch im sozialen Sinne. Je früher wir damit anfangen, desto besser.

Das zunehmende Alter großer Bevölkerungsteile wird eine überaus bedeutsame soziale Herausforderung sein. Ob dies bewältigt werden kann, wird davon abhängen, ob das Alter als Keim eines Neuen gesehen werden kann, als eine Antwort der geistigen Welt auf die Materialisierung und Verhärtung der Erde.