

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 88 (2017)
Heft: 12: Demografischer Wandel : wie immer mehr Alte die Gesellschaft verändern

Artikel: Das Alter ist die Lebensphase der Langsamkeit - das ermöglicht eine andere Präsenz : "Man gewinnt an Tiefe"
Autor: Nicole, Anne-Marie / Schumacher, Bernard
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-834321>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Das Alter ist die Lebensphase der Langsamkeit – das ermöglicht eine andere Präsenz

«Man gewinnt an Tiefe»

Im Alter stellten sich Fragen nach dem Sinn des Lebens, nach der Wahrnehmung von Zeit, nach Verletzlichkeit, Würde, Autonomie, sozialem Zusammenhalt oder Gerechtigkeit anders als in jungen Jahren, sagt der Philosoph Bernard Schumacher*.

Interview: Anne-Marie Nicole

Herr Schumacher, ab welchem Alter ist man alt?

Bernard Schumacher: Das hängt auch vom Blickwinkel und vom Betrachter ab. Auf dem Arbeitsmarkt gilt man bereits mit 50 oder sogar mit 45 Jahren als alt, denn man ist nicht mehr so effizient und arbeitet langsamer. Der Blick von aussen wird zum Teil geprägt vom sozialen Druck und von den Leistungsanforderungen, die in unserer westlichen Gesellschaft tief verwurzelt sind. Aus dieser Sicht gehören all jene Personen zur Kategorie der «Alten», die nicht mehr in der Lage sind, bestimmte Dinge zu tun oder an bestimmten Aktivitäten teilzunehmen, die graue Haare oder Falten haben. Die Tatsache, dass sie Grossvater oder Grossmutter werden, teilt sie gleichfalls der älteren Generation zu.



* **Bernard Schumacher**, 52, ist Philosoph und Lehr- und Forschungsrat in Philosophie an der Universität Freiburg und leitet den Forschungs- und Lehrbereich «Alter, Ethik und Rechte» am Interdisziplinären Institut für Ethik und Menschenrechte.

Und wie sieht es mit dem Innenblick aus?

Man hat zwar das Gefühl, dass man immer noch jung ist, dass man noch immer zahlreiche Dinge tun und ausprobieren kann und unzählige Möglichkeiten vor sich hat – kurz: eine offene

Zukunft. Wenn man aber in den Spiegel schaut, sieht man Falten. Der Körper will nicht mehr so wie mit 20 oder 30, das Gehirn arbeitet langsamer, und der Wille hat zuweilen Mühe, Entscheidungen zu treffen. Man braucht mehr Zeit, um aufzustehen, sich

Die «ewige Jugend» regt seit jeher die Fantasie an. Man will das Altern unbedingt hinauszögern.

anzuziehen und die alltäglichen Dinge zu erledigen. Und man wird sich bewusst, dass eine neue Generation nachrückt, dass das Tempo zunimmt und es einem schwerer fällt, Schritt zu halten.

Wie altert man gut in einer sich beschleunigenden Welt?

Das ist schwierig. Die Welt, die uns heute umgibt, bewegt sich tatsächlich viel schneller. Die Technik verändert die Welt immer rasanter und bringt Ausserordentliches zustande. Doch dieses Tempo ist gekoppelt an die Forderung nach Effizienz. Die Gesellschaft erwartet, dass die Menschen aktiv und jung bleiben. Unter diesen Umständen fällt es manchmal schwer zu akzeptieren, dass die Zeit vergeht und man älter wird. Die Älteren verlieren sehr schnell den Anschluss.

Ist die Einstellung, jung bleiben zu wollen, typisch für die Babyboomer-Generation?

Die «ewige Jugend» regt seit jeher die Fantasie der Menschen an. Man will das Altern unbedingt hinauszögern. Man will die Augen davor verschliessen und die Realität leugnen, dass das Altern unweigerlich auf den Tod zusteuert. Man füllt die ver-

gehende Zeit immer mehr aus und nimmt sich immer weniger Zeit dafür, innezuhalten. Genau das ist es, was heute anders ist: die zunehmende Schnelligkeit, die Beschleunigung der Welt, der soziale Druck hin zum Aktivsein, zu Leistung und Kontrolle. Diese Werte – denn als solche werden sie wahrgenommen – durchdringen inzwischen sämtliche Bereiche: die Arbeit, die Wirtschaft, die Gesundheit. Und auch die Bildung: gute Noten erhalten, sein Diplom schaffen, einen sozialen Sta-

geschoben – sie gelten als «has been». So lange es sich um «junge Alte» handelt, die konsumieren, ist alles gut, insbesondere wenn sie kaufkräftig sind. Die «jungen Alten» rennen noch mehr als vorher, um nicht zurückzubleiben. Sie tragen familiäre Verantwortung, kümmern sich um ihre Enkel, unterstützen ihre Kinder in materieller oder logistischer Hinsicht. Sie reisen, gehen aus, bilden sich. Mit anderen Worten, sie machen weiter, um nicht stehenzubleiben. Denn wer stehenbleibt, wird sich



Verweilen im Hier und Jetzt: Genuss- statt Zeitmaximierung.

Foto: shutterstock

tus erlangen, sein Leben meistern. Dieser Druck lässt uns glauben, dass das Glück allein im Aktivsein liegt.

Die Alten werden also nicht mehr als Personen gesehen, die über Weisheit und Wissen verfügen sowie die Tradition und Kultur weitergeben?

Nein. Besonders, wenn es sich um «alte Alte» handelt. In einer immer stärker von der Technik geprägten Welt, in einer Gesellschaft, in der man immerzu rennt, in der man kaum Zeit hat, innezuhalten und die Gegenwart zu «bewohnen», werden die «alten Alten» schnell ausgegrenzt, an den Rand der Gesellschaft

seines Alters, der Endlichkeit und des nahenden Todes bewusst. Doch da wir das alles nicht sehen, sind wir plötzlich alt und sterben, ohne uns darauf vorbereitet zu haben.

Was können sie uns also vermitteln, diese «alten Alten»?

Sie können uns etwas ganz Wesentliches begreiflich machen: Man kann leben, ohne um des Aktivseins willen aktiv zu sein, einfach indem man in der Gegenwart existiert, im Hier und Jetzt. Und dass man für den anderen präsent ist, dem anderen seine Präsenz zum Geschenk macht. Da viele Fähigkeiten und Möglichkeiten abnehmen, finden sich die älteren Menschen

>>

immer öfter in dieser Zeit wieder, die nicht vergeht, in der sie in der Beziehung zu anderen präsent sein können. Sie gewinnt dadurch an Bedeutung. Die alten Menschen führen uns vor Augen, dass es nicht in erster Linie darum geht, die Zeit zu maximieren, sondern präsent zu sein: für die Mitmenschen und für sich selbst. Und genau dafür sind wir heute oft nicht in der Lage: ausreichend zu genießen.

Wofür ist das Alter gut?

Zu nichts! Es muss nicht immer alles zu etwas nütze sein. Wozu ist es gut, sich zu bilden? Wozu ist es gut, zu singen? Zu nichts! Es gibt ganz einfach Tätigkeiten und Erfahrungen, deren Sinn in sich selbst liegt. Ebenso ist es mit dem Alter: Es existiert, ohne notwendigerweise einen Sinn zu haben. Wenn es jedoch unbedingt einen Nutzen haben soll, dann wäre es dieser: uns eine grundlegende Erfahrung des Seins zu ermöglichen, des Sich-Lösens, des Loslassens, des Akzeptierens der Verletzlichkeit. Das ist keineswegs eine Verneinung des Lebens, sondern vielmehr eine seiner Ausdrucksformen. Das Alter erinnert uns an unsere tiefe Verletzlichkeit und unsere Abhängigkeit, und das ist nichts Negatives! Man gewinnt an Tiefe. Jedes Alter hat etwas beizutragen. Jedoch fällt es dem jungen Menschen schwer, die vergehende Zeit zu verstehen – er befindet sich im Aufbau.

Die Chance des Alters liegt also in der vergehenden Zeit?

Ja. Ich spreche lieber von einer Chance des Alters als von einem Nutzen. Es ist die Chance des Alters, das Sich-Lösen zu ermöglichen, diese innere Bereitschaft, etwas zu geben, auch in der Beziehung zum anderen. Wann nimmt man sich heutzutage die Zeit, über den Sinn des Lebens nachzudenken, Betrachtungen anzustellen, und zwar nicht nur für sich allein, sondern mit dem anderen? Das Altern ist eine Art Reifeprozess, der dem Einzelnen die Gelegenheit gibt, in Bezug auf bestimmte Dinge Klarheit zu erlangen. Die Chance des Alters ist es zudem, sich dem eigenen Tod und der eigenen Endlichkeit zu stellen. Das sollten wir alle tun. Das ist vielleicht das, was die ältere Generation der jüngeren weitergeben kann: einen Blick für die uns zugemessene Zeit und die Herausforderung, das Leben in der Gegenwart zu leben, ohne die Vergangenheit oder Zukunft auszublenden. Vielleicht gibt es uns schon morgen nicht mehr. Die Älteren sagten einst: Wenn du dein Haus verlässt, dann denke daran, dass es vielleicht das letzte Mal ist, dass du die Deinen siehst.

Hat die Verlängerung der Lebensdauer die gesellschaftliche Vorstellung vom Alter verändert?

Genau darin liegt das Paradoxon des Alters: Die moderne Technik und die Fortschritte der Medizin haben die Lebenserwartung bei relativ guter Gesundheit drastisch erhöht. Die medizinische Wissenschaft ist technisch in der Lage, Personen mit einer mehr oder weniger ernsten Behinderung am Leben zu erhalten. Die Gesellschaft aber wünscht sich junge Alte, die aktiv, unabhängig und autonom sind. Sobald sie zur Last fallen – egal, ob sozial, affektiv oder wirtschaftlich –, wird es problematisch. Die Menschen im Alter machen sich selbst Vorwür-

fe dafür, eine Last zu sein. Doch das Problem liegt nicht bei ihnen, sondern bei den Jüngeren, in ihrer Sichtweise auf die Verletzlichkeit und die Abhängigkeit im Alter.

Wie kann man diese Sichtweise ändern?

Die Sichtweise der Gesellschaft zu ändern, ist nur möglich, wenn sie sich des tiefen und grundlegenden Werts der Person selbst bewusst wird – unabhängig von ihrer Rentabilität oder ihrem «Nutzen». Eine Person trägt ihren Sinn stets in sich selbst und ist niemals bloss ein Mittel. Wir werden alle älter und zugleich verletzlicher. Doch unsere Mitmenschen sind da, um jedem von uns zu sagen: «Wie schön, dass es dich gibt!» Egal, wie alt, krank oder abhängig man ist, es ist immer toll, dass wir – Sie und ich – existieren. So lange es Leben gibt, gibt es auch Möglichkeiten. Der Wert einer Person hängt weder von ihrer Aktivität noch von ihrem Gesundheitszustand ab; er liegt in ihr selbst. Dies ist das Prinzip der unveräußerlichen Würde des Menschen.

Wie altert man erfolgreich?

Erfolgreich leben, erfolgreich altern – und sogar erfolgreich sterben! Ich weiss nicht, was das bedeuten soll. Noch einmal: Die gesellschaftliche Erwartung legt die Kriterien und Standards fest und gibt uns vor, was man sein und tun soll, um erfolgreich altern zu können. Machen Sie Ihre zehntausend Schritte, essen Sie fünf Portionen Obst und Gemüse pro Tag und so weiter. Der Druck kann wirklich enorm sein. Sie sind selbst für ihre Handlungen verantwortlich, um gut zu leben – und der Gesellschaft keine Kosten zu verursachen. Wie wäre es damit, einem solchen Erfolg erfolgreich zu widerstehen?

«Das Altern ist ein Prozess, der die Gelegenheit bietet, bestimmte Dinge klarer zu sehen.»

«Betagt, doch unverwüstlich», «Der älteste Dandy im Dienst», «Die jungen Neunzigjährigen»: Das sind Schlagzeilen aus der Presse. Sie loben die gute Kondition der Ältesten unter uns. Werten sie damit das hohe Alter auf?

Es ist in der Tat erstaunlich, wozu manche Menschen selbst im Alter von über 90 Jahren

noch fähig sind. Diese Presseschlagzeilen zeugen von der Wertschätzung, die einem «erfolgreichen» und leistungsfähigen hohen Alter entgegengebracht wird. Doch wie sieht es mit dem hohen Alter in Abhängigkeit aus? Wird man nur dann geschätzt, so lange man in guter Verfassung ist? Wenn man sich nicht mehr hinter seinem sozialen Status, seiner Intelligenz, seiner Autonomie, einer gewissen Repräsentativität oder einer Art und Weise, in Gesellschaft aufzutreten, verstecken kann, tritt die ontologische Würde noch deutlicher in Erscheinung und öffnet sich jedem Menschen – einfach, weil er existiert. Daher sollten wir auf ihn den gleichen Blick wie auf das Neugeborene werfen, das ja auch schwach und verletzlich ist.

Ist die steigende Beanspruchung von Suizidhilfe eine Folge der stark gestiegenen Lebenserwartung?

Diese beiden Phänomene muss man trennen. Es handelt sich um eine Entwicklung, die vielmehr mit einer Radikalisierung des individuellen Anspruchs auf Autonomie und Wahlfreiheit zusammenhängt und Autonomie nicht mehr als etwas Soziales

versteht: Irgendwann entscheide ich mich zur Einnahme eines Mittels, das mich tötet. Ich erlaube mir zu gehen – um nicht in eine Situation zu gelangen, die ich als schreckliches Leiden einschätze, oder um nicht die Kontrolle zu verlieren. Dazu kommt eventuell der soziale Druck, der Blick der Mitmenschen, der sagt: «Du wirst langsam alt.» Oder indirekt: «Es wird Zeit, dass du gehst.» Auch ein anderes Thema gewinnt an Bedeutung: Bis zu welchem Punkt ist man bereit, für bestimmte Operationen zu bezahlen? Hat jeder zwangsläufig ein Anrecht auf sämtliche medizinischen Leistungen – oder nur jene, die sich diese auch wirklich leisten können? Das ist das Paradoxon der Komplexität und der Möglichkeiten der Medizin: Es ist ideal, wenn man alles reparieren kann, doch soll man es um jeden Preis tun?

Bedroht das hohe Alter das Gleichgewicht zwischen den Generationen?

Ich hinterfrage vielmehr Platz und Raum, den man den «jungen Alten» einräumen sollte. Wenn heute bei uns die Menschen das Ruhestandsalter erreichen, haben sie noch etwa 20 Jahre bei relativ guter Gesundheit vor sich. 20 Jahre, das ist viel im Vergleich zu 40 Jahren Berufstätigkeit. Welche Rolle sollte man dieser Generation also einräumen, die über Fähigkeiten und Erfahrungen verfügt und auf ein erfülltes Dasein zurückblickt?

Es wird notwendig sein, neue Modelle der bezahlten oder unbezahlten Tätigkeit zu entwickeln: Freiwilligenarbeit, Mentoring, Partnerschaft. Das ist ein Gedanke, der sich nicht nur auf persönlicher, sondern auch auf gesellschaftlicher Ebene stellt.

Inwieweit interessiert sich der Philosoph für das Alter?

Obwohl er sich für das Alter ebenso wie für alle anderen Fragen, die dem menschlichen Wesen zugrunde liegen, interessiert, führt uns das Alter doch auch einige fundamentale Fragen und Themen vor Augen: das Verständnis der Weisheit und des Sinns des Lebens, die Wahrnehmung der vergehenden Zeit, das Sterben und der Tod, die Verletzlichkeit, die Geschichte, der Status der Person, die Würde und Autonomie, der soziale Zusammenhalt und der Zusammenhalt der Generationen, die soziale Gerechtigkeit und Verantwortung.

Wie stellen Sie sich Ihr eigenes Alter vor?

Alles zu seiner Zeit. Das werden wir sehen. Ich lasse mich überraschen. Sollte ich mich eines Tages in einer verzweiferten Situation befinden, so möchte ich glauben, in den Augen meiner Mitmenschen lesen zu können: «Es ist toll, dass es dich gibt.» Darin liegt die Hoffnung auf den Triumph der Liebe, denn der Mensch verdient es, dafür geliebt zu werden, was er ist, nicht dafür, was er tut. ●

Anzeige

Betreuung Betagte

Für individuelle Wohnformen im Alter.

In fünf Alterszentren und in der Tagesbetreuung Lindenhof bieten wir persönliche Betreuung und attraktive Ausbildungsplätze. www.buespi.ch

