

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2006)

Heft: 1

Artikel: Das Leben zu Ende denken : Plädoyer für das Alter

Autor: Giovannelli-Blocher, Judith

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-819196>

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: 11.01.2026

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

Das Leben zu Ende denken

Plädoyer für das Alter

Wird es immer weniger – oder wird es immer mehr? Die Altersweisheit, die ich immer wieder erlebe, ist: Wissen, dass man nichts weiss. Bei der Arbeit an meinem Buch «Das Glück der späten Jahre» habe ich gemerkt, dass ich weniger für die ältere Generation schreibe, sondern mehr für die jungen, noch im gesellschaftlichen Stress stehenden Menschen.



Judith Giovannelli-Blocher

Die wirkliche Sorge unserer Gesellschaft sind nicht die Älteren. Jedoch haben wir allen Grund, uns Sorgen zu machen um die jüngere Generation. In den vergangenen Monaten bin ich von Dutzenden von Presseleuten interviewt worden, alle zwischen 25 und 35 Jahre alt. Ich fragte, ob keine älteren Leute auf der Redaktion arbeiten. Man sei als Journalist schnell abgeholt, war die Antwort. Zum Thema Alter befragt, zeichneten sie alle ein Bild des Schreckens: Nein, dorthin will man nicht gelangen! Das Alter gilt es hinauszuschieben, so lange es eben geht. Ich bin

immer wieder erschrocken ob der Angst vor dem Alter, die in jungen Menschen sitzt.

Jung aussehen – jung leben

Dies alles erinnerte mich an den kleinen Helden in Grass' «Blechtrommel», der nicht gross werden will, weil er sonst in den Krieg einberufen wird. In unserer Gesellschaft ist es ein Trend, nicht nur jünger auszusehen, sondern auch jünger zu leben – ungebunden, flexibel, jederzeit auf dem Sprung. Nach Ansicht des 46-jährigen deutschen Autors Claudius Seidel wollen

die Leute deshalb nicht älter werden, um weiter im «Meer der Möglichkeiten» schwimmen zu können. Mit Neugier, Dynamik, einer Portion Rücksichtslosigkeit und Aggressivität ist offenbar mehr zu gewinnen als mit Stetigkeit und Erfahrung. Das wissen auch die Älteren, sie haben das sehr schnell kapiert: Alle wollen jung sein. In der Werbung sieht man nichts anderes als all diese topfitten Seniorinnen und Senioren, die mit dem Paddelboot unter dem Arm am Strand herumhüpfen, sich ganz jugendlich kleiden – und sich ganz sicher nicht alt fühlen.

Die Weisheit, das unbequeme Möbel

Es ist ein Manko, dass wir Alten unser Altsein so despektierlich leben, dass wir es so in die Ecke stellen. Hier fehlt es uns auch an Verantwortung gegenüber den Jüngeren. Junge Leute haben, wenn sie das Alter nur als Schreckgespenst erleben, praktisch keine Lebenserwartung. Wohl deshalb versuchen alle, nicht älter zu werden. Wie aber verhält es sich mit den Senioren? Machen die das einfach mit oder haben sie eine andere Lebenswelt anzubieten, die vielleicht Zuversicht und eine Perspektive geben könnte? Da liegt ein schweres Stück Arbeit vor uns. Mit Weisheit kommt man in der heutigen Business-Welt nicht sehr weit, das lernt man auch in der Managerausbildung. Bitte nicht nach Zusammenhängen fragen, sondern gerade heraus: «Was ist jetzt top?» und dann vorwärts. Es ist jedoch wichtig, dass wir die Weisheit fühlen und versuchen, in sie hineinzuwachsen. Aber man ist manchmal doch lieber unvernünftig, denn die Weisheit kann ein unbequemes Möbel sein.

Der Prozess des Loslassens

Die Altersstrecke ist eine grosse, neue Herausforderung für die Menschen. Mit der Pensionierung hat man es heute nicht mehr «hinter sich», wie das gewisse Sprüche glauben machen wollen. Die Altersstrecke stellt sehr hohe Anforderungen an den Menschen – weil sie lange dauert, und weil wir in einer altersfeindlichen Zeit leben. Schnelligkeit ist nur ein Stichwort. Wir haben es mit einem fundamentalen Wandel zu tun, der für alte Menschen schwierig ist. Dazu gehören körperliche Einschränkungen ebenso wie massive Verluste von Menschen, die wir durch den Tod verlieren, Umgebungen, die sich verändern. Alte Menschen brauchen all ihre Ressourcen, um diese Herausforderungen zu bestehen und durch diesen Prozess hindurch die Altersweisheit zu entwickeln.

Hergeben, die Güter und das Prestige lassen: Das ist ein Prozess, der fordert. Ganz und gar nicht einfach, aber er lehrt, dass es noch andere, lohnende Seiten der Gesellschaft gibt.

Wenn mir Leute begegnen, die den Alltag in Pflegeheimen als schrecklich beschrei-

ben, frage ich sie jeweils: «Wenn Sie im Pflegeheim wären, möchten Sie, dass man das Leben dort in ebensolchen Schreckensszenarien schildert?» Die Antwort lautet fast immer, man wolle sowieso nicht so alt werden. Wir denken unser Leben nicht zu Ende, bereiten uns nicht darauf vor, vielleicht einmal hilflos zu werden. Ich wünsche mir auch kein solches Lebensende, aber ich rechne damit. Es hat keinen Sinn, einfach den Rollladen herunterzulassen und zu denken «ich sterbe ja sowieso vorher». Diese Einstellung ist entsetzlich. Da morden wir gewissmassen selber die Gestalt des Alters, die doch so verschiedene Facetten hat.

Seelischer Wachstumsmarkt

Das Glück der späten Jahre ist, sich zu trennen von vielem, das man nicht mehr haben kann oder ganz einfach nicht mehr braucht. Zu zeigen, wie man sich wohl fühlt, wie es einem gut geht, wenn man sich zurücknimmt, sich auf Wesentliches konzentriert, das ist ein seelischer Wachstumsmarkt. Man nimmt sich heute ständig so viel vor, dass man andauernd hinter seinen Zielen zurückbleibt. Ein Zurücknehmen auf ein menschliches Mass müssen wir den Jungen nicht predigen. Aber wir können es ihnen vorleben. Damit sie getrost, zuversichtlich und mit Freude in die kommenden Lebensjahrzehnte gehen und denken: «Es geht schon, es ist auch spannend, ich freue mich.»

Vergänglichkeit

Was zum Leben gehört, das können wir ertragen. Nicht ertragen können wir das, was wir ausklammern. Zum Leben gehört auch der Tod. Das ist die zentrale Botschaft, die wir Alten haben: Wir künden von unserer Vergänglichkeit. Wir zeigen, wie kostbar das Leben ist, dass es auch dann noch fortgesetzt werden kann, wenn es langsam zurückgeht.

Dieser Text basiert auf einem Vortrag, den Judith Giovannelli-Blocher im Oktober 2005 am Kongress «Herbstfarben» in Basel hielt. Mehr interessante Gedanken zum Alter finden sich in ihrem Buch «Das Glück der späten Jahre» dar (ISBN 3-86612-070-2, Fr. 29.80)

Judith Giovannelli-Blocher wurde 1932 in der Nähe von Zürich geboren, absolvierte eine Ausbildung zur Sozialarbeiterin und war später Abteilungsleiterin der Fachhochschule für Sozialarbeit in Bern. Danach war sie als freiberufliche Organisationsberaterin, Supervisorin und langjährige Leiterin von Kursen zum Thema Älterwerden tätig. Heute lebt Frau Giovannelli-Blocher als Autorin und Referentin in der Nähe von Biel im Berner Seeland.

