

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 2

**Artikel:** "Man muss ganz neu lieben und leben lernen"  
**Autor:** Hablützel, Sonja  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-820889>

#### 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:** 01.02.2026

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

# «Man muss ganz neu lieben und leben lernen»

Am 10. Juni lud Pro Senectute Kanton Luzern zur traditionellen Vorabendveranstaltung ins KKL zum Thema «Lebensübergänge – Herausforderung und Chance» ein. An der Gesprächsrunde nahm unter anderen auch Prof. Dr. Peter Gross teil.

VON SONJA HABLÜTZEL

Im Leben jedes Menschen ereignen sich eine ganze Reihe von Übergängen, sei es von einer biologischen Station zur nächsten oder durch die verschiedenen Einschnitte wie den Eintritt ins Berufsleben, Partnerschaften, die Gründung einer Familie, Todesfälle oder das Ausscheiden aus dem Arbeitsprozess.

Der bekannte Schweizer Soziologe und Buchautor Peter Gross erklärt, dass es diese klassischen Lebensübergänge auch mit den demografischen Veränderungen nach wie vor gibt, dass jedoch mit der höheren Lebenserwartung noch einige neue dazugekommen sind. «Mit der Dehnung der Lebenslänge entstehen mehr Zäsuren, mehr Übergänge, mehr Weichen», führt er aus.

So geht die Jugend nicht mehr direkt ins Erwachsenenalter über, sondern es gibt eine lange Phase der Selbstfindung dazwischen. Ähnliches ereignet sich im Alter, das heute fast ein Drittel der Lebenszeit einnimmt. Ab 65 tritt der heutige Mensch nach den Erkenntnissen von Peter Gross in das sogenannte Pre-Age ein. Es ist die Zeit, die er als geschenkte Lebensjahre bezeichnet. Wer diese Altersgrenze überschreitet, fühlt sich nicht alt, auch wenn die AHV und die Gesellschaft dieses Bild immer noch vermitteln. Die Bestager oder Golden Ager, wie sie oft genannt werden, betreten mit der Pre-Age-Phase unbekanntes Land, weil es nie zuvor eine Generation gab, die nach der Pensionierung so viel Zeit vor sich hatte.

Von dieser völlig neuen Ausgangslage handelt das neuste Buch von Peter Gross «Wir werden älter. Vielen Dank. Aber wozu?», das auf grosses Interesse stiess. Nur gerade ein Jahr nachdem es auf den Markt gekommen war, wurde es kürzlich bereits zum vierten Mal neu aufgelegt – eine bemerkenswerte Leistung für ein Sachbuch. Nebst

dem spannend geschriebenen, leicht verständlichen Inhalt dürfte dieser Erfolg nicht zuletzt mit der wachsenden Zahl von Menschen zusammenhängen, die kurz vor dem AHV-Alter stehen oder sich bereits darin befinden.

Innerhalb von zwei Jahrhunderten hat sich nämlich die Lebenserwartung hierzulande verdoppelt. Tag für Tag, so rechnet der Autor vor, gewinnen die Menschen in vielen europäischen Ländern sechs Stunden Lebenserwartung. Zeit, die es mit Sinn zu füllen gilt. Auf die im Buchtitel aufgeworfene Frage hat der emeritierte Professor mit Jährgang 1941 eine Reihe von Antworten und veranschaulicht dies mit einem Bild. Wenn man sich das Leben als Riesenrad vorstelle, seien die Schaukeln im Mittelalter ganz oben gekippt und hätten die Menschen ausgeleert. «Heute kann man herunterfahren. Das Leben ist erstmals ein vollständiger Kreis.» Diese Vervollständigung des Kreislaufs, den Übergang von einem halben zu einem ganzen Leben, wertet er als ganz grosses Plus. «Die gewonnene Zeit ist eine Fristerstreckung, die die Möglichkeit birgt, sich das bisherige Leben zu vergegenwärtigen.» Dies beinhaltet nachdenken, verzeihen, vergeben, sich mit dem Leben versöhnen.

## Loslassen statt verharren

Übergänge sind für Gross, der kürzlich durch den Tod seiner Frau selbst eine harte Prüfung zu bestehen hatte, in jedem Fall eine Herausforderung. Zur Chance, sagt er, würden sie, wenn man loslassen und noch neugierig sein könnte. Rezepte will er bewusst keine geben und sich von den vielen Ratgeberbüchern abheben: «Das Ganze ist eine Weltpremiere. Dass so viele Menschen so gut alt werden können, hat es bisher noch nie gegeben.»

Weil die Pre-Ager Neuland betreten, können sie sich auch nicht an den Erfahrungen ihrer Vorgängergenerationen orientieren. Sie gehen individuell und auch geschlechterspezifisch sehr unterschiedlich mit diesen Übergängen um. «Die einen experimentieren, sind mutig, andere ängstlich. Frauen sind eher vorsichtiger und mit sich selbst sorgsamer, was eine Erklärung für ihre höhere Lebenserwartung ist.» Ein Problem sieht er lediglich im Verharren und erklärt es mit dem Symbol der Brücke: «Wenn jemand in diesem Stadium verharrt, ist es, wie wenn man in der Mitte einer Brücke stehen bleibt. Man muss den Übergang hinter sich bringen und sich überlegen, was man mit dem Leben anfangen und noch erreichen will.» Jenen, die Mühe haben



**Peter Gross** (73) war von 1979 bis 1989 Professor für Soziologie und Sozialstruktur im internationalen Vergleich an der Otto-Friedrich-Universität Bamberg. Von 1989 bis 2006 lehrte er als Ordinarius für Soziologie an der Universität St. Gallen (HSG). Der dreifache Grossvater ist Autor der Bestseller «Die Multioptionsgesellschaft», «Glücksfall Alter» (mit Karin Fagetti) und «Wir werden älter. Vielen Dank. Aber wozu?».

Foto: zYg

mit diesem Schritt und mit dem Ausscheiden aus dem Arbeitsleben, empfiehlt er vorerst abzuwarten, das Neue anzugehen, das Forschende in sich zum Zug kommen zu lassen und in eine aufregende Zeit einzutreten: «Man muss ganz neu lieben und leben lernen.»

#### **Mehr als ein persönlicher Gewinn**

Der tiefere Sinn des Älterwerdens geht aber nach Ansicht von Peter Gross weit über den individuellen Gewinn hinaus. Er ist überzeugt, dass auch die Gesellschaft durch die neuen Muster der Generationenkooperation profitiert: «Moderne Gesellschaften sind Generationenwerkstätten.»

Zudem erhalte auch das kollektive Gedächtnis eine völlig neue Qualität, weil Kinder nicht mehr nur ihre Eltern, sondern ihre Grosseltern und häufig auch Urgrosseltern kennenlernen- und schätzen lernen.

Zum Schluss seines Buches beschreibt er den epochalen Sinn des Alterns: «Langlebigkeitsgesellschaften mit hoher Lebenserwartung und wenigen Kindern werden deshalb, so die Hoffnung, je höher der Anteil der Alten ist, je länger, desto mehr weltweit in demografisch beruhigte, kontemplative, friedliche und nachhaltige Gesellschaften einmünden.» Diese neue Betrachtungsweise dürfte auch ein Umdenken und einen Wertewandel zugunsten des Alters bewirken.