

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Vom Skandal der Aktivität  
**Autor:** Schmuckli, Lisa  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-820910>

#### 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>**

**Lisa Schmuckli**

hat in Bern

Philosophie und  
in Zürich Psychologie  
studiert. Es folgtenAusbildungen zur  
Psychoanalytikerin  
und zur Supervisorin.Schliesslich hat sie  
in Zürich bei Prof. Dr.Helmut Holzhey  
promoviert. Heutearbeitet Lisa  
Schmuckli als freie  
Philosophin in einer  
eigenen psycho-  
analytischen Praxisin Luzern. Sie hat  
mehrere Bücher und  
Artikel in verschie-  
denen Zeitschriften  
publiziert.

In der Rubrik «Kontrapunkt» äussern Autorinnen und Autoren ihre persönliche Meinung zum Schwerpunktthema des aktuellen ZENIT-Magazins.

# Vom Skandal der Aktivität

«Was machsch?» – Diese oft gedankenlos hingeworfene Frage verdeutlicht den gegenwärtigen Skandal der Aktivität: Man muss jederzeit, überall und vor allem in jedem Alter aktiv, tätig und in Bewegung sein. Warten? Eine Ungeheuerlichkeit! Langeweile? Eine Verschwendug! Musse? Ein veralteter Luxus! Das tägliche Leben wird zu einem unaufhaltsamen Kampf gegen den Stillstand. Und die Qualität des eigenen Alters wird daran gemessen, wie viele Aktivitäten wir in unseren Alltag hineinbringen (Pluspunkte) und was wir gerade verpasst haben (Minuspunkte), kurz: wie schnell wir Zeit verbrauchen. Wer mit der Zeit gehen will, muss sich aktiv halten und den Zeitstress als unschöne Nebenwirkung ertragen.

Das «AHV-Alter», ursprünglich als wohlverdiente Ruhe- und Glückszeit nach einem anstrengenden, entbehrungsreichen Arbeitsleben angedacht, wird vom Leistungsideal kolonialisiert. Man muss Reiseziele, Kulturangebote und mögliche Freuden mit Enkelkindern nachholen; man muss dynamisch bleiben, sich mittels Sport fit halten und weiterhin jung wirken; man muss auch im Alter leistungsfähig und (alters-)kompetent bleiben, um in dieser Gesellschaft fraglos dazuzugehören. Ein «AHV-alter» Mensch ist heute, so mein Verdacht, schlicht ein mit Erfahrung und Falten angereicherter Jugendlicher. Und das Ziel aller Aktivitäten besteht darin, das sichtbare gefühlte und numerische Alter wegzumachen. Auf unheimliche Weise drohen die Generationenunterschiede zu verschwinden und das «Danach», das etwas andere Leben nach der Lohnarbeits-, Kinder- und Familienphase, sich aufzulösen.

Ist das «AHV-Alter» wirklich nur eine Verlängerung des Jungseins? Die heutige Aktivitäts- und Leistungsmaxime blendet aus, dass das Altwerden von Abbau und Mindehung, von körperlicher Versehrtheit und psychischer Unruhe, von Langsamkeit und Eigenwilligkeiten geprägt ist. Wie also kann ich eine alte Frau, ein alter Mann werden? Was zeichnet denn Alt-werden aus? Mir scheint, dass das «AHV-Alter» die Chance bietet, dem gewohnten Leistungsdruck zu widerstehen, die Langsamkeit als anderes Zeitmass zu entdecken, die Normierungen (des Körpers, des Geistes) zu verweigern und der Eigenwilligkeit zu frönen. Es ist die Zeit nicht der Anpassung, sondern der Persönlichkeit.

Der Skandal der Aktivität besteht darin, dass die Eigenwilligkeit geopfert wird. Und Eigenwilligkeit lässt sich nicht «machen», sondern bestenfalls pflegen: sinnlich wahrnehmen, was ist; sich Zeit nehmen, über erlebte Erfahrungen sinnieren; auf Gedanken und Einfälle warten können; gereifte Erkenntnisse geduldig mitzuteilen versuchen; die eigene (biografische) Chronologie mit dem lebendigen Aufstieg und dem Abbau, mit zarter Fröhlichkeit und umhüllender Trauer würdigen; die Langsamkeit entdecken; die Schichtung der Zeit erfühlen, auch anerkennen. Die Schriftstellerin Herta Müller benennt diesen nicht herstellbaren, nicht machbaren Lebens- und Zeitrhythmus «Vergangenwart und Gegenheit»: Vergangenheit und Gegenwart sind aufgebrochen und zugleich verwoben; Erinnerungen und Erwartungen sind gegenwärtig wirksam; die individuelle Widersprüchlichkeit und Brüchigkeit ist ebenso präsent wie Neugier und Langsamkeit.