

Peter Nickl

peter.nickl@phil.uni-hannover.de

www.sommer.uni-hannover.de/2017nickl.html

SommerUni 2017

Glück im Alter

I. Cicero

II. Romano Guardini

III. Viktor Frankl

IV. Andreas Kruse

I. Cicero (106 v. Chr. bis 43 v. Chr.): Freuden des Alters

„So finde ich denn wenn ich es zusammenfasse, vier Gründe, weshalb das Alter beklagenswert erscheint: einmal weil es uns von der Ausübung einer Tätigkeit abhalte, zum andern weil es unsern Körper schwäche, drittens weil es uns fast sämtlicher Genüsse beraube und viertens weil es dem Tode nahe sei. Betrachten wir nun, wenn es euch recht ist, wie wichtig und wie richtig ein jeder dieser Gründe ist.

(1) ‚Das Alter hindert uns an der Ausübung von Tätigkeiten.‘ Von welchen? Etwa von denen, die man ausübt, wenn man jung und kräftig ist? Dann gibt es also keine Tätigkeiten für das Alter, die man trotz körperlicher Schwäche mit dem Geist ausübt? [...] Wer also sagt, das Alter betätige sich nicht aktiv, bleibt die Beweise dafür schuldig. Es ist gerade so, wie wenn man sagen würde, der Steuermann sei bei der Schifffahrt untätig, während die einen auf die Masten stiegen, andere durch die Schiffsgänge liefen, wieder andere das Kielwasser ausschöpften, jener aber, das Steuerruder führend, ruhig auf dem Hinterdeck sitze. Er tut nicht, was die jungen Leute tun, aber er tut etwas viel Wichtigeres und Besseres. Große Dinge vollbringt man nicht durch körperliche Kraft, Behendigkeit und Schnelligkeit, sondern durch Planung, Geltung und Entscheidung; daran pflegt man im Alter nicht nur nicht abzunehmen, sondern gar noch zuzunehmen [...]

‚Doch das Gedächtnis schwindet.‘ Vermutlich, wenn man es nicht übt, oder auch, wenn man von Natur aus schwerfälliger ist. Themistokles kannte die Namen aller Bürger [...] Sophokles schrieb bis ins hohe Alter Tragödien; als es schien, daß er wegen dieser Neigung sein Hauswesen vernachlässige, wurde er von seinen Söhnen vor Gericht

gebracht. Wie nach unserer Sitte Vätern, die ihr Vermögen schlecht verwalten, gewöhnlich die Verfügung über ihren Besitz entzogen wird, so sollten die Richter ihn, als wäre er schwachsinnig, entmündigen. Da soll der Greis das Stück, das er in Händen hielt und das er zuletzt geschrieben hatte, den *Oedipus auf Kolonos*, den Richtern vorgetragen und die Frage an sie gerichtet haben, ob ihnen diese Dichtung als das Werk eines Schwachsinnigen erscheine. Als er es vorgetragen hatte, wurde er durch die Entscheidung der Richter freigesprochen. [...]

(2) Die Kräfte eines jungen Menschen vermisse ich nicht einmal jetzt (denn das war bei den schlimmen Seiten des Alters der zweite Punkt), so wenig, wie ich als junger Mensch die Kraft eines Stiers oder Elefanten vermißte. Man sollte das gebrauchen, was man hat, und alles, was man tut, entsprechend seinen Kräften tun. [...]

„Ein Redner, fürchte ich, erschlapft im Alter; seine Aufgabe erfordert ja nicht nur Geistesgaben, sondern auch körperliche Voraussetzungen und Kräfte.“ Grundsätzlich behält der typische Klang einer Stimme auf irgendeine Weise auch im Alter seinen Glanz; ich habe ihn jedenfalls bisher nicht eingebüßt, und ihr seht meine Jahre. Die ruhige verhaltene Sprache eines alten Menschen wirkt aber trotzdem stilvoll, und die gefällige, gelassene Redeweise eines betagten Redners findet von selbst ihr Publikum. [...]

Ich stehe im vierundachtzigsten Lebensjahr [...], aber das kann ich doch behaupten, daß ich zwar nicht mehr so bei Kräften bin, wie ich es als Soldat im Krieg gegen Karthago war [...], aber das Alter hat mich doch, wie ihr seht, nicht gebrochen. Weder das Rathaus noch die Rednertribüne brauchen meine Kräfte zu entbehren, weder meine Freunde noch meine Schutzbefohlenen noch meine Gäste. [...]

„Aber ich habe weniger Kraft“ [...] Es gibt einen bestimmten Lauf des Lebens und einen einzigen Weg der Natur, und zwar einen einfachen. Einem jeden Abschnitt des Lebens ist seine richtige Zeit gegeben, so daß die Schwäche der Kinder, der Ungestüm junger Leute, der Ernst des schon gesetzten Alters und die Reife des Greisenalters etwas ganz Nützliches hat, das man zu seiner Zeit erleben muß. [...]

(3) Es folgt der dritte Vorwurf gegen das Alter, nämlich die Behauptung, daß es die Freuden der Lust entbehre. Welch ein herrliches Geschenk des Lebens, wenn es uns wirklich das nimmt, was in der Jugend die schlimmste Quelle des Lasters ist! [...]

Wozu das? Damit ihr einseht, daß wir, falls wir die Lust nicht durch Vernunft und Weisheit verschmähen könnten, dem Alter dafür herzlich dankbar sein müßten, daß es uns dazu bringe, keine Lust auf das zu haben, was wir nicht dürften. Die Lust behindert ja die Überlegung, sie ist die Feindin der Vernunft, sie blendet sozusagen die Augen des Geistes, und sie verträgt sich nicht mit der Tugend. [...]

Warum ist also so ausgiebig von der Lust die Rede? Weil es nicht nur kein Vorwurf gegen das Alter, sondern sogar sein höchster Ruhmestitel ist, daß es kein sonderliches Verlangen nach den Freuden der Lust hat. ‚Es kennt keine Festmähler, keine reich gedeckten Tische und keine Vielzahl von Pokalen.‘ So kennt es auch keine Trunkenheit, keinen verdorbenen Magen und keine Schlaflosigkeit. Doch wenn man der Lust irgend etwas zubilligen muß, weil man ihren Lockungen ja nicht leicht widersteht [...], dann kennt das Alter zwar keine unmäßigen Festmähler, an bescheidenen Gastmählern kann es sich aber doch erfreuen. [...]

Ich komme jetzt zu den Freuden des Ackerbaus, an denen ich unglaubliches Vergnügen finde; sie werden einerseits in keiner Weise durch das Alter behindert und kommen andererseits, wie es mir scheint, dem Leben eines Weisen am nächsten. Man hat es dabei nämlich mit der Erde zu tun, die niemals den Befehl verweigert und niemals ohne Verzinsung das zurückgibt, was sie empfangen hat, sondern manchmal mit kleinerem, zumeist jedoch mit größerem Gewinn. Ich finde indessen nicht nur Freude am Ertrag, sondern auch an dem Wesen und der Natur der Erde selbst. [...]

Ich will es kurz machen: Es kann nichts Nützlicheres und nichts Schöneres als einen wohlbestellten Acker geben. Sich seiner zu erfreuen, wird man vom Alter nicht nur nicht gehindert, sondern sogar noch eingeladen und verlockt. Wo könnte man sich denn in diesem Lebensalter besser an der Sonne oder am Feuer wärmen und umgekehrt bekömmlicher im Schatten und am Wasser erfrischen? Ich gönne den Leuten ihre Waffen, Pferde, Lanzen, ihre Keule und ihren Ball, ihre Übungen im Schwimmen und im Laufen, wenn man uns alten Leuten von so vielen Spielen nur das Würfel- und das Brettspiel läßt, und selbst von diesen beiden nach Belieben nur eines, da man im Alter auch ohne sie glücklich sein kann. [...]

‚Aber die Alten sind eigensinnig, ängstlich, jähzornig und schwierig.‘ Sie sind, wenn wir die Wahrheit hören wollen, auch geizig. Aber das sind Fehler des Charakters, nicht des Alters. [...] Wie nicht jeder Wein durch das Alter sauer wird, so wird es auch nicht jeder Charakter. Strenge im Alter lasse ich mir gefallen, doch wie bei anderen Dingen nur mit Maßen; keinesfalls billige ich die Verbitterung. Was aber Geiz im Alter soll, das sehe ich nicht ein. Kann es denn etwas Unsinnigeres geben, als daß man um so mehr Reisegeld zu bekommen sucht, je kleiner der Rest des Reiseweges ist?

(4) Es bleibt der vierte Punkt, der Menschen unseres Alters am meisten zu ängstigen und zu beunruhigen scheint, das Nahen des Todes, der im Alter gewiß nicht weit entfernt sein kann. Wie armselig ist doch ein Greis, wenn er in einem so langen Leben nicht erkannt hat, daß der Tod gering zu achten ist! Er ist entweder gänzlich zu vernachlässigen, wenn

er die Seele völlig auslöscht, oder sogar zu wünschen, wenn er sie an einen Ort führt, wo ihr ewiges Leben beschieden ist. Eine dritte Möglichkeit ist doch gewiß nicht ausfindig zu machen. Was soll ich also fürchten, wenn es mir bestimmt ist, nach dem Tod entweder nicht unglücklich oder sogar glücklich zu sein? [...]

Die Frucht des Alters [...] ist, wie ich oft sagte, der Schatz der Erinnerung an das früher erworbene Gute. Dem Guten aber ist alles zuzurechnen, was der Natur gemäß ist. Was aber ist so naturgemäß wie das Sterben alter Menschen? [...]

Wie steht es damit, daß gerade die größten Weisen in größtem Gleichmut sterben, die größten Toren aber in größtem Unmut? Scheint euch etwa nicht eine Seele, die mehr wahrnimmt und weiter blickt, zu sehen, daß sie zu einer besseren Welt aufbricht, während die, deren Blick weniger scharf ist, das nicht sieht? [...]

Aus diesen Gründen [...] ist das Alter leicht, nicht nur nicht lästig, sondern angenehm. Wenn ich mich aber darin irre, daß ich an die Unsterblichkeit der Seele glaube, so irre ich mich gern und will mir diesen Irrtum, an dem ich Freude finde, nicht entwinden lassen. Wenn ich im Tod jedoch, wie manche unbedeutenden Philosophen meinen, ohne Empfindung bin, dann brauche ich nicht zu befürchten, daß tote Philosophen sich über diesen meinen Irrtum lustig machen.“

Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere über das Alter, in Gutes Leben im Alter. Die philosophischen Grundlagen, hg. von Thomas Rentsch und Morris Vollmann, Stuttgart (Reclam) 2012, 2017, S. 26-43 (in Auszügen).

II. Romano Guardini (1885-1968): Loslösung und Senilität

„Das Leben eines Menschen, wie wir ihn zuletzt gezeichnet haben, ist von reichen Werten gesättigt. Durch ihn werden jene Leistungen vollbracht, die recht eigentlich dauern, weil er an den richtigen Stellen ansetzt, in den richtigen Zusammenhängen handelt und vom augenblicklichen Erfolg unabhängig wird. Ebenso wie er selbst, als Persönlichkeit, durch diese Entschlossenheit der Gesinnung und Nähe zur Wirklichkeit über seine eigenen Bedingtheiten hinauswächst.

So wird das Leben dichter und kostbarer.

Zugleich aber dringen neue Erfahrungen durch. Sie hängen mit dem Sinken des Lebensbogens zusammen; mit dem Bewußtsein des Endes.

Anfang und Ende sind geheimnisvolle Dinge. Der Anfang [...] wirkt durch das ganze Leben hindurch, bis in das letzte Ende ...

Umgekehrt aber wirkt das Ende voraus bis in den ersten Anfang. Der Anhub der Melodie formt ihren ganzen Verlauf weiter; ebenso formt ihr Ende den ganzen Verlauf voraus. Das

Leben ist keine Anstückelung von Teilen, sondern ein Ganzes, das – etwas paradox ausgedrückt – an jeder Stelle des Verlaufs gegenwärtig ist.

So ist das Ende durch das ganze Leben hin wirksam: die Tatsache, daß der Lebensbogen sich senken und einmal aufhören wird; daß alles Geschehen sich auf einen Abschluß zu bewegt – einen Abschluß, den wir heute den Tod nennen. [...]

In der Phase des reifen Menschen dringt das Gefühl des Endes im Erlebnis der Grenze durch. Doch wird es da zu jener Entschlossenheit verarbeitet, von der wir vorhin sprachen. Es macht das Leben dicht, ernst und kostbar.

Dann aber wird es anders. Die Tatsache des Endens bringt sich elementar zur Geltung. Und zwar kann der Vorgang so beschrieben werden:

Vor allem wird die Vergänglichkeit fühlbar. Die Möglichkeiten werden überschaut: das Maß des Könnens sowohl wie dessen, was das Leben noch geben kann. Dadurch verschwindet jenes Moment, was den Charakter des Unendlichen – besser gesagt, des Immer-weiter-Gehenden – erzeugt, nämlich die Erwartung. Im Maße der Mensch alt wird, erwartet er immer weniger; im gleichen Maße wird das Gefühl des Vergehens intensiver. [...] Immer stärker wird die Empfindung, daß beständig etwas zu Ende ist: ein Tag, eine Woche, eine Jahreszeit, ein Jahr. [...]

So wäre noch manches zu sagen. Doch genügt wohl das Angeführte, um die Krise zu charakterisieren, die sich zusammenzieht. Ob und wie der Einzelne sie besteht, hängt davon ab, wie weit er das Ende annimmt und den Hinweis befolgt, der aus der Vergänglichkeit und dem Dünnerwerden der Dinge kommt.

Geschieht das nicht, dann entsteht der alte Mensch im schlimmen Sinn; genauer gesagt, jener, der nicht ‚alt‘ werden will.

Das kann so vor sich gehen, daß er vom nahenden Ende wegsieht; tut, als näherte es sich nicht. Daß er sich an das vergehende Lebensstadium klammert; sich stellt, als wäre er noch jung – woraus sich ebenso verhängnisvolle wie klägliche Konsequenzen ergeben. Es gehört zu den fragwürdigsten Erscheinungen unserer Zeit, daß sie wertvolles Leben einfachhin mit Jungsein gleichsetzt.

Oder aber er kapituliert vor dem Altwerden, gibt das Leben im ganzen preis und klammert sich an das, was noch da ist. Daraus entstehen dann die schlimmen Erscheinungen des Altersmaterialismus, für den die greifbaren Dinge alles werden: das Essen und Trinken, das Bankkonto, der bequeme Sessel. Der senile Eigensinn entwickelt sich; die Geltungssucht, das Tyrannisieren der Umgebung, welches die anderen quält, um daraus das Gefühl zu ziehen, man sei noch etwas.

Die positive Bewältigung der Krise besteht in der Annahme des Alterns. In der Annahme des Endens, ohne ihm weder zu verfallen – noch es gleichgültig oder zynisch zu entwerten.

Darin realisiert sich eine Gruppe sehr nobler und für das Ganze des Lebens wichtiger Haltungen und Werte: Einsicht, Mut, Gelassenheit, Selbstachtung, Aufrechterhaltung des gelebten Lebens, des geschaffenen Werkes, des verwirklichten Daseinssinnes ...

Besonders wichtig: die Überwindung des Neides gegen die Jungen ... des Ressentiments gegen das geschichtlich Neue ... der Schadenfreude über die Mängel und das Mißlingen des Aktuellen ...

Geschieht das, dann entsteht das Lebensbild des alten – werthaft ausgedrückt, des weisen Menschen.

Wir könnten ihn so charakterisieren: Es ist der, der um das Ende weiß und es annimmt.

Damit ist nicht gesagt, daß er sich darauf freue – obwohl es als seltenen Fall sogar das gibt –, sondern die immer aufrichtiger werdende Bereitschaft zu dem, was sein muß.

Das Ende des Lebens ist selber noch Leben. In ihm verwirklichen sich Werte, die nur hier verwirklicht werden können. Durch seine Annahme kommt in die Haltung etwas Ruhiges und im existentiellen Sinn Überlegenes. [...] Es ist die Überwindung der Angst, des Auskosten-wollens, des Sich-Eilens mit dem Rest, der noch gelebt werden kann, des Voll-Stopfens der kürzer werdenden Zeit mit dem Stoff ... [...]

Aus dem Gefühl der Vergänglichkeit kommt aber auch etwas in sich selbst Positives: das immer deutlicher werdende Bewusstsein von dem, was nicht vergeht, was ewig ist. [...] Es wird je nach der Lebensansicht des einzelnen einen verschiedenen Charakter haben.

Am wenigsten wert ist jene Deutung, die sagt: Ich werde in meinen Kindern oder in meinem Volk weiterleben. Mehr noch: sie stellt es in den Dienst gerade des Vergehenden.

Wer mit Ernst vom Ewigen redet, meint nicht das Immer-Weiter, ob das nun ein biologisches oder ein kulturelles oder ein kosmisches sei. Das Immer-Weiter ist die schlechte Ewigkeit; nein, es ist die Steigerung der Vergänglichkeit bis ins Unertragbare. Ewigkeit ist nicht ein quantitatives Mehr, und sei es unmeßbar lang, sondern ein qualitativ Anderes, Freies, Unbedingtes.

Das Ewige steht nicht in Beziehung zum Bios, sondern zur Person. Es hebt sie nicht im Immer-Weitergehen auf, sondern erfüllt sie im absoluten Sinn.

Das Bewußtsein von diesem Nicht-Vergehenden wächst in dem Maße, als das Vergehen in Aufrichtigkeit angenommen wird. Wer vor ihm davonläuft, es verdeckt oder verleugnet, bekommt es nicht zu Bewußtsein ... [...] Das Endliche wird transparent für das Absolute.

Aus diesen Erfahrungen kommt die Unterscheidung für Wichtig und Unwichtig; für Echt und Unecht; für den Zusammenhang des Daseins und für die Bedeutung, die die einzelnen Momente in ihm haben: Ausdrucksformen für das, was ‚Weisheit‘ heißt. Weisheit ist etwas anderes als scharfer Verstand oder praktische Lebensklugheit. Es ist das, was entsteht, wenn das Absolute und Ewige im endlich-vergänglichen Bewußtsein durchdringt, und von dort aus Licht auf das Leben fällt.

Hierin wurzelt die echte Wirksamkeit des Alters. [...]

Im Laufe des Alterns läßt die Dynamis nach. Im Maße aber der Mensch die inneren Überwindungen vollzieht, wird er sozusagen durchsichtig für den Sinn. Er wird nicht aktiv, sondern strahlt aus. Er packt nicht, meistert, beherrscht, sondern macht den Sinn deutlich und gibt ihm durch die Selbstlosigkeit seiner Haltung eine besondere Wirksamkeit.

Hier muß etwas genauer gesagt werden, was [...] für den heutigen Menschen wichtig ist. Er hat nämlich weithin vergessen, was wesenhafter Weise das Alter ist. An dessen Stelle hat er ein undeutliches Bild des Weiterlebens gesetzt. Darin bleibt die Lebensform des jungen Menschen die Norm. Das Altsein kommt nur in Einschränkungen zum Ausdruck – darin, daß es weniger leistungsfähig, weniger elastisch ist usf. Im Grunde ist danach der alte Mensch nur ein verminderter junger – alles das zusammenhängend mit dem Vertrauen auf die Kunst der Ärzte, das Leben zu verlängern; auf Heilmethoden, die magisch wirken sollen – die Schwindelkünste der Mode und der Kosmetik nicht zu vergessen. Was dabei herauskommt, ist Schein und Lebensbetrug.

Die Wirkung ist, daß die Werte des Alters auch im ganzen heutigen Lebensbild fehlen: die Weisheit in ihren verschiedenen Formen; die Verhaltensweisen, welche aus dem Durchsichtigwerden des Lebens, aus der Fähigkeit der Unterscheidung und des Urteils hervorgehen. [...]

[...] die Persönlichkeit sehr alter Menschen [...]: Sie sind still von innen her. Sie haben eine Würde, die nicht aus Leistung, sondern aus Sein kommt. In ihrem Wesen wird etwas gegenwärtig, das kaum anders als mit dem Begriff des Ewigen bezeichnet werden kann.

[...] Jedes Lebensalter hat positive Seiten und öffnet positive Möglichkeiten. Das gilt auch für die senile Phase.

Tatsächlich kennt ja wohl Jeder sehr alte Menschen, an die er gern denkt, weil in ihnen eine freundliche Ruhe ist. Sie stehen mit Selbstverständlichkeit in ihrer Umgebung, und manche Schwierigkeit wird durch ihre Lebenserfahrung ohne viel Aufsehen gelöst. Von diesen Gestalten des täglichen Lebens führt eine Linie zu größeren, die uns in Dichtung und bildender Kunst begegnen – gleichsam Offenbarungen dessen, was gerade dem sehr alten Menschen möglich ist, wenn er sich selbst richtig versteht und richtig hält.

Und zwar sind es gerade die [...] Momente der Lebenssenkung, die das möglich machen. Der sehr alte Mensch ist aus dem Daseinsdienst, der so oft zum Daseinskampf wird, entlassen. Seine innere Kühle macht es ihm leichter, sich zu bescheiden; Erfahrung und Abstand vom Leben lehrt ihn, den Anderen zu verstehen und gelten zu lassen. [...]

Unter den Sehr-Alten gibt es solche, die in beständiger Opposition zu ihrem Schicksal stehen; nur bemüht sind, zu erzwingen oder zu erlisten, was immer an kleinen Befriedigungen zu gewinnen ist; sich selbst und noch mehr den Anderen zur Plage und dabei häßlich und wesenlos werden.

Es gibt aber auch andere; solche, die zu kennen ein Segen ist. In ihnen ist ein langes Leben stille geworden. Arbeit ist getan, Liebe ist gegeben, Leiden ist gelitten worden – aber alles ist noch da, in Antlitz und Hand und Haltung und redet in der alten Stimme. Das haben sie aber selbst verwirklicht: durch die stets neue Annahme dessen, was nicht geändert werden kann; durch die Güte, die weiß, daß die Anderen auch da sind und ihnen das Ihre leichter zu machen sucht; durch die Einsicht, daß Verzeihen mehr ist als Rechthaben, Geduld stärker als Gewalt, und daß die Tiefen des Lebens im Stillen, nicht im Lauten liegen.“

Romano Guardini: Die Lebensalter. Ihre ethische und pädagogische Bedeutung, 9. Aufl. Würzburg (Werkbund-Verlag) 1967, S. 46 ff., 54, 58, 63 f.

III. Viktor Frankl (1905-1997): Die Unverlierbarkeit der Vergangenheit

„Wenn ich im rechten, nämlich aufrechten Leiden noch eine letzte und doch die höchste Möglichkeit zur Sinnfindung sichtbar mache, dann leiste ich nicht erste, sondern letzte Hilfe. Ein Tonband [...] hält ein Gespräch zwischen einer Patientin und mir fest [...] Ich sprach mit der Patientin vor [...] Studenten der Medizin, Philosophie und Theologie. [...] Die Patientin war 80 Jahre alt und litt an einem Krebs, der nicht mehr zu operieren war. Frankl: ‚Nun, liebe Frau Kotek, was halten Sie von Ihrem langen Leben heute, wenn Sie darauf zurückblicken? War es ein schönes Leben?‘

Patientin: ‚Ach, Herr Professor, ich muß wirklich sagen, es war ein gutes Leben. Das Leben war so schön. [...] Ich bin ins Theater gekommen. Ich habe Konzerte gehört. Wissen Sie, die Familie, in deren Haus ich in Prag gedient habe – soviel Jahrzehnte hindurch –, die hat mich manchmal mitgenommen in Konzerte. Und für all das Schöne muß ich nun meinem Herrgott danken.‘

Aber ich mußte ihre unbewußte, verdrängte Verzweiflung ins Bewußtsein heben. Sie sollte mit ihr ringen, wie Jakob mit dem Engel gerungen hatte, bis der Engel ihn segnete. Ich

mußte sie so weit bringen, daß sie ihr Leben segnen konnte, daß sie ‚ja‘ sagen konnte zu ihrem Schicksal, das sich nicht ändern ließ. Ich mußte sie – das klingt paradox – also dazu bringen, daß sie am Sinn ihres Lebens zunächst einmal zweifelte, und zwar auf bewußter Ebene und nicht, wie sie es sichtlich getan hatte, ihre Zweifel verdrängend.

Frankl: ‚Sie sprechen von so schönen Erlebnissen, Frau Kotek. Aber das wird doch nun alles aufhören?‘

Patientin (nachdenklich): ‚Ja, das wird nun alles aufhören.‘

Frankl: ‚Wie ist es nun, Frau Kotek, glauben Sie, daß damit all die schönen Dinge, die Sie erlebt haben, aus der Welt geschafft sind? Daß sie ungültig geworden – vernichtet sind?‘

Patientin (noch immer nachdenklich): ‚Diese schönen Dinge, die ich erlebt habe ...‘

Frankl: ‚Sagen Sie mir, Frau Kotek, kann irgend jemand das Glück ungeschehen machen, das Sie erlebt haben? Kann das jemand auslöschen?‘

Patientin: ‚Sie haben recht, Herr Professor, niemand kann das ungeschehen machen.‘

Frankl: ‚Kann jemand die Güte auslöschen, der Sie im Leben begegnet sind?‘

Patientin: ‚Nein, auch das kann niemand.‘

Frankl: ‚Kann jemand auslöschen, was Sie erreicht und errungen haben?‘

Patientin: ‚Sie haben recht [...], das kann niemand aus der Welt schaffen.‘

Frankl: ‚Oder kann jemand aus der Welt schaffen, was Sie tapfer und mutig durchgestanden haben? Kann jemand all das aus der Vergangenheit herausschaffen? Aus der Vergangenheit, in die Sie das alles hineingerettet, hineingeerntet haben? In der Sie es aufgespart und aufgestapelt haben?‘

Patientin (jetzt zu Tränen gerührt): ‚Niemand kann das. Niemand!‘ (Nach einer Weile:) ‚Sicher, ich habe viel zu leiden gehabt. Aber ich habe auch versucht, die Schläge einzustecken, die das Leben mir versetzt hat. Verstehen Sie [...] [...]‘

Frankl: ‚Aber sagen Sie, Frau Kotek, kann das Leiden denn nicht auch eine Prüfung sein? [...] Und jetzt sagen Sie mir, was meinen Sie jetzt, kann jemand solche Leistungen ungeschehen machen?‘

Patientin: ‚Nein, das kann niemand.‘

Frankl: ‚Das bleibt doch, nicht wahr.‘

Patientin: ‚Bestimmt: das bleibt!‘

Frankl: ‚Wissen Sie, Frau Kotek, Sie haben nicht nur allerhand geleistet in Ihrem Leben, sondern auch aus Ihrem Leiden das Beste gemacht! Und Sie sind in dieser Hinsicht für unsere Patienten ein Vorbild. Ich gratuliere ihren Mitpatienten, daß sie sich Sie zum Beispiel nehmen können!‘

In diesem Augenblick geschah etwas, das sich noch in keiner Vorlesung ereignet hatte: Die 150 Hörer brechen in einen spontanen Applaus aus! Ich aber wende mich wieder der alten Frau zu:

„Sehen Sie, Frau Kotek, dieser Applaus gilt Ihnen. Er gilt Ihrem Leben, das eine einzige große Leistung war. Sie können stolz sein auf dieses Leben. Und wie wenig Menschen gibt es, die stolz sein können auf ihr Leben! Ich möchte sagen, Frau Kotek: Ihr Leben ist ein Denkmal. Ein Denkmal, das kein Mensch aus der Welt schaffen kann!“

Langsam ging die alte Frau aus dem Hörsaal. Eine Woche später starb sie. Sie starb wie Hiob: satt an Jahren. Während ihrer letzten Lebenswoche aber war sie nicht mehr deprimiert. Im Gegenteil, sie war stolz und gläubig. Anscheinend hatte ich ihr zu zeigen vermocht, daß auch ihr Leben sinnvoll war, ja daß noch ihr Leiden einen tieferen Sinn hatte.“

Viktor E. Frankl: Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion, 6. Aufl. München (Kösel-Verlag) 1985, S. 94-96.

IV. Andreas Kruse (geb. 1955, Psychologe): Glück und Demenz?

„Eine Überlegung sei hier kurz dargelegt: Wir sollten unser eigenes Menschenbild reflektieren – und zwar in der Hinsicht, dass wir uns fragen, welche Qualitäten zur Persönlichkeit gehören und inwieweit es gelingen kann, aus der Verwirklichung schon einer dieser Qualitäten Freude, Glück und Erfüllung zu schöpfen. Dies bedeutet, dass wir der implizit oder explizit geäußerten Annahme, die Persönlichkeit sei vor allem oder sogar ausschließlich durch ihre kognitiven Ressourcen definiert, (selbst)kritisch begegnen und konstatieren, dass auch emotionale, empfindungs- und begegnungsbezogene Qualitäten eine bedeutende Quelle der Freude, des Glücks und der Erfüllung darstellen. Ist einmal dieser Gedanke vollzogen, dann wird sich der Blick auf jenen Menschen, bei dem eine Demenzerkrankung aufgetreten ist, *differenzieren*: Wir erkennen in diesem deutlich mehr, als wir vorher erkannt haben; wir nehmen in diesem deutlich mehr Qualitäten wahr, als dies vorher der Fall gewesen ist; wir erkennen, dass trotz der Ordnung des Todes, die sich in diesem Menschen bereits deutlich zeigt, auch die Ordnung des Lebens ihr Gewicht, ihr Recht besitzt. Und dies heißt: Wir verstehen nun mehr vom Leben und verstehen deshalb auch mehr vom Tod. [...]

Die Demenzerkrankung macht ja in besonderer Weise deutlich, dass Altern – zumindest solange man Kriterien wie Aktivität, soziale Teilhabe oder Produktivität zu Grunde legt –

nicht immer ‚gelingen‘ muss, auch dann nicht, wenn man sich lebenslang um eine selbstverantwortliche Lebensführung bemüht hat. [...]

Bei Demenzkranken besteht die Gefahr, dass vorhandene Qualitäten der Persönlichkeit und Kompetenzen übersehen werden. Offenkundige kognitive Defizite können dazu verleiten, anzunehmen, dass der Demenzkranke gar nichts mehr versteht, dass er zu einer normalen Interaktion gänzlich unfähig ist. Dagegen zeigen empirische Arbeiten, dass Demenzkranke auch im fortgeschrittenen Stadium durchaus in der Lage sind, emotional differenziert auf soziale Situationen zu reagieren. Auch Demenzkranke erleben Emotionen und drücken diese aus – mit zunehmender Schwere der Erkrankung und der Symptomatik ist der Ausdruck von Emotionen allerdings nur auf nonverbalem Wege, d.h. über Mimik und Gestik möglich. In dem Maße, in dem Ärzte und Pflegefachkräfte lernen, den nonverbalen Ausdruck von Emotionen zu verstehen, bahnen sie auch den Zugang zum demenzkranken Menschen selbst in den schwersten Phasen dieser Erkrankung. Einen solchen Zugang vorausgesetzt, ist die Pflege Demenzkranker nicht lediglich Last, sondern auch zwischenmenschliche Begegnung, in der Hilfeleistung mit Dankbarkeit begegnet und damit Helfen auch als befriedigend erlebt werden kann. [...]

Der Kontakt mit demenzkranken Menschen erfordert eine grundlegende kritische Reflexion unseres Alters- und Menschenbildes. In diesem Kontakt liegt auch deswegen eine große Herausforderung, weil die Demenz in besonderer Weise mit der Verletzlichkeit und der Endlichkeit des Lebens konfrontiert. Dabei kann die Bewusstwerdung dieser Grenzsituation unseres Lebens zur veränderten Einstellung gegenüber dem eigenen Leben [...] führen [...].

Nun soll hier die Annahme getroffen werden, dass jene Menschen, die sich im Lebenslauf nicht bewusst mit der Aufgabe auseinandergesetzt haben, die Ordnung des Lebens mit jener des Todes zu verbinden, und für die die abschiedliche Existenz sowie die Vergänglichkeit des Lebens keine Themen persönlicher Reflexion gewesen sind, vor allem die Konfrontation mit einem demenzkranken Menschen als potentielle Belastung erleben, der sie nach Möglichkeit auszuweichen suchen. Wenn sie einem demenzkranken Menschen begegnen, dann tendieren sie dazu, bei diesem Menschen nur noch Zeichen der Ordnung des Todes, hingegen keine Zeichen der Ordnung des Lebens wahrzunehmen und zudem die Lebensqualität des demenzkranken Menschen in Frage zu stellen. Und schließlich besteht die Tendenz, das in einer Pflegeeinrichtung zu beobachtende Leiden primär auf die bestehenden institutionellen Rahmenbedingungen zurückzuführen (etwa in dem Sinne: ‚Dort wird nur schlechte Arbeit geleistet, aus diesem

Grunde befinden sich die Menschen in einem derartigen Zustand') und nicht auf die Vergänglichkeit des Menschen, wie sich diese gerade in der Demenz ausdrückt. [...]

Kommen wir schließlich zur Selbstaktualisierung, die in der Sprache der Existenzpsychologie Viktor Frankls als Streben des Menschen nach Verwirklichung von Werten zu verstehen ist. Dabei differenziert Viktor Frankl zwischen drei grundlegenden Wertformen, in denen sich auch unser umfassendes Verständnis der Person und ihrer Möglichkeiten zur Wertverwirklichung ausdrückt: *homo faber* als der schaffende Mensch, *homo amans* als der liebende, erlebende, empfindende Mensch, *homo patiens* als der leidende, sein Leiden annehmende Mensch. Bemerkenswert an der Theorie Frankls ist die Aussage, wonach auch – und Frankl geht soweit zu sagen: gerade – in Grenzsituationen Selbstaktualisierung möglich ist. In der Verwirklichung der Einstellungswerte, das heißt, der Fähigkeit, in einer Grenzsituation zu einer neuen Lebenseinstellung zu gelangen (*homo patiens*), erkennt Frankl sogar die höchste Form der Wertverwirklichung. [...]

Für das Verständnis der Selbstaktualisierung bei Demenz ist die von Viktor Frankl vorgenommene Differenzierung zwischen den drei Werten – *homo faber*, *homo amans*, *homo patiens* – von grundlegender Bedeutung, zeigt uns diese doch, dass auch im Erleben und Lieben, dass auch in der Begegnung zentrale Quellen der Wertverwirklichung und Sinnerfahrung liegen. Diese Differenzierung korrespondiert auch mit der bereits dargelegten Notwendigkeit, sich grundsätzlich um die Erfassung der verschiedenen Qualitäten der Persönlichkeit zu bemühen und sich nicht ausschließlich auf die kognitiven Qualitäten zu konzentrieren. Die Tatsache, dass demenzkranke Menschen Glück und Freude empfinden können – und dies selbst bei einem weit fortgeschrittenen Verlust ihrer kognitiven Leistungskapazität –, macht deutlich, wie wichtig es ist, von dem Potenzial zur Selbstaktualisierung auch bei Demenzerkrankung zu sprechen.“

Andreas Kruse: Menschenbild und Menschenwürde als grundlegende Kategorien der Lebensqualität demenzkranker Menschen, in: Gutes Leben im Alter, a.a.O., S. 233-251, hier S. 235 ff.