



Die Kulturaufgabe des älteren Menschen

Tag der Alterskultur am 20. und 21. April

von Beate Schnepfen

In diesem Jahr sind es eigentlich „Tage der Alterskultur“. Am Freitagabend kommen etwa 200 Besucherinnen und Besucher im Saal des Rudolf Steiner Hauses zusammen, um Dr. Michaela Glöcklers Vortrag zu hören. Am nächsten Vormittag wird es weitergehen.

Bereits im zweiten Jahr nehme ich, Berliner Freundin von Mitveranstalterin Renate Wahl und dem Haus Aja seit Langem in Sympathie verbunden, am Tag der Alterskultur teil. Wie beim letzten Mal bin ich beauftragt, das Gehörte für den Haus-Kurier zusammenzufassen. Ich bin sehr neugierig auf das Thema, das mich in diesen Tagen in besonderer Weise beschäftigt. Meine Eltern, 87, haben sich nach langem Zögern entschieden, in eine Ein-

richtung mit Service-Wohnen zu ziehen. Das Altsein empfinden sie als persönliche Niederlage, als Nicht-mehr-Können. Kann man aber Altsein auch anders bewerten? Wir, die Töchter, lesen Prospekte, führen Telefonate. Seniorenresidenzen werben für sich, als gehe es im Alter nur noch um Wellness. Von „Aufgaben“ ist dort nicht die Rede. Sie meinen zu wissen, was alte Menschen – pardon! – Senioren, heute anstreben, nämlich eigentlich gar nicht alt sein zu müssen.

Gute Kindheitsentwicklung – gutes Altern

Michaela Glöckler, inzwischen selbst Rentnerin, ist von Haus aus Kinderärztin, was zunächst erstaunen mag angesichts des Themas. Gibt es einen Zusammenhang zwischen der Kinderheilkunde und dem Thema Altern? Ja, sagt sie entschieden.

Denn der Alterungsprozess ist die Um-

kehrung dessen, was in Kindheit und Jugend vor sich geht. Bilden sich in einem zwanzig Jahre währenden Prozess Nervensystem, Organe und Skelett heraus, bis der Mensch erwachsen ist, so geht diese Entwicklung irgendwann zurück. In umgekehrter Reihenfolge beginnen, jenseits der fünfzig, zunächst die Knochen ihre Belastbarkeit zu verlieren, es folgen Herz und Lunge, zuletzt das Nervensystem. Jedoch, so betont die Referentin, wenn auch der Körper zunehmend „devitalisiert“, so ist – sofern dies nicht durch Krankheiten beeinträchtigt wird – geistige Reifung und Wachstum weiterhin möglich: „Jede Runzel verwandelt sich in geistige Schönheit.“ Das entlockt vielen im Publikum ein Schmunzeln und leise Zustimmung. Eine gute Kindheitsentwicklung, die Raum und Zeit bietet für die gesunde Ausbildung eines eigenen starken Ich, begünstigt ein gutes Altern. Denn dieses Ich, das heranreift, trägt uns im Alter umso besser, je mehr es sich in einem guten Umgang mit sich selbst und mit anderen geschult hat.

Lebensabend – Zeit des Rückblicks

Um gut zu schlafen, ist es förderlich, sich Zeit zu nehmen, um den Tag Revue passieren zu lassen, ihn abends zu verabschieden. In Analogie dazu dient der *Lebensabend* dazu, Bilanz zu ziehen. Auch dazu, etwas noch zur Reife zu bringen. Wichtig, auch Epochen in den Blick zu nehmen, die man lieber vergessen möchte, unerlässlich, sowohl das eigene Handeln zu verstehen als auch die Beweggründe der anderen. Dann kann, wenn nötig, auch Verzeihen gelingen. Nicht zuletzt, so ist Glöckler überzeugt, begünstigen ungelöste Lebensfragen chronische Krankheitsprozesse.

Der Mensch, im Gegensatz zum Tier, ist nicht von Natur aus vollkommen: „Menschen können lebenslang menschlicher

werden.“ „Menschlicher“ zu werden ist lebenslange Aufgabe, rückt aber vor allem im Alter in den Vordergrund, wenn das aktive Tagesgeschäft an Bedeutung verliert. „Alterskultur“ heißt dann, Fragen Raum zu geben, die die eigene Biografie betreffen: Wie will ich in den nächsten, letzten Jahren leben? Wie abhängig bin ich von Bedingungen, in die ich hineingeboren wurde? Was hat mich beschwert, aber auch: Was ist mir alles erspart geblieben, wofür kann ich dankbar sein?

Nach Berlin zurückgekehrt, höre ich im Radio von der soeben in München stattfindenden Messe „Die 66 – Deutschlands große 50plus Messe“. Sie zeigt nach eigener Aussage „alles, was Senioren Spaß macht“ und präsentiert, was für Menschen im fortgeschrittenen Alter wichtig sein kann: Hilfsmittel und Assistenzsysteme jeder Art, juristische Informationen, Haut- und Gesundheitspflege, Reisetipps, Partnersuche. Website und Dienstleister überbieten sich darin, zu betonen, dass „Ältere immer jünger werden“. Und eine der Veranstalterinnen betont im Rundfunkinterview: „Ich mag das Wort Alter eigentlich nicht.“ Kurios eigentlich, dass sie die Zielgruppe, die sie ja haben und brauchen, gleichzeitig wegdefinieren wollen.

... und die Anthroposophie?

Anhand eines Pentagramms, eines Fünfecks, markiert Michaela Glöckler an der Tafel fünf Eckpfeiler der Kulturaufgabe im Licht der Anthroposophie:

Die Arbeit an der eigenen Biografie ist auch im Hinblick auf die *Reinkarnation* von besonderer Bedeutung (die Diskussion am nächsten Tag wird darauf näher eingehen). Was in vielen Geistesstraditionen die „*Suche nach dem Heiligen Gral*“ genannt wird, ist die Frage nach dem eigenen Weg zum höchsten Geistesprinzip und nach der Annahme des eigenen Schicksals. Die Biografie ist immer ein Ge-



flecht von *Beziehungen*. An diesen zu arbeiten und, wo möglich, Missverstehen und Versäumnisse zu klären, auch das ist wichtige Aufgabe im Alter. Zur *Identität* gehört die Entwicklung innerer Freiheit: Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen und nicht andere für die eigene Misere verantwortlich zu machen. „Jeder hat seine persönliche 68er-Krise“, meint die Referentin. Oft gelingt es erst im Alter, sich von Konventionen zu befreien. Wesentlichste Kulturaufgabe ist jedoch die Frage nach meinem Standpunkt in und zu dieser Welt: *Welche Kultur und welche Werte will ich fördern?* Unsere heutige Kultur neigt dazu, dem Materiellen Vorrang zu geben und Geistiges geringzuschätzen. Aber jeder konstruktive Gedanke, jedes Gefühl verändert das geistige Klima, ist Dr. Glöckler überzeugt. Hier liegt auch die Bedeutung von Fürbitte und Gebet. „Jeder Gedanke, den ich loslasse, kann einem anderen einfallen“ – und damit etwas bewirken und Teil einer Kulturbewegung werden.

Der zweite Tag – Austausch und Ausblick

Am nächsten Vormittag finden die Besucher die aus den vergangenen Jahren vertrauten Tischgruppen vor. Die Gruppen erhalten die Aufgabe, sich zu drei Themen auszutauschen und Wichtiges aus dem Gespräch zu notieren:

Was hat mich geprägt, und inwieweit habe ich mich von diesen Bestimmungen gelöst? Gibt es spezifisch humane Qualitäten, und was nehme ich davon mit, wenn ich sterbe? Was können ältere Menschen wirklich noch tun, und gibt es auch eine Kulturaufgabe des Menschen mit Demenz?

Es zeigt sich, dass bereits das erste Thema so viel Stoff in sich birgt, dass allein damit die verfügbare Zeit zu bestreiten wäre. Vieles kommt zur Sprache in meiner Tischgruppe, was das eigene Leben, positiv wie negativ, geprägt hat: Krisen haben gelehrt durchzuhalten; eine schwierige Beziehung zur Mutter hat Schmerz erzeugt, der später therapeutisch aufge-

fangen werden konnte; hilfreich waren wichtige Menschen; Krieg und politisches System in der DDR haben die eigenen Möglichkeiten eingeengt; eine Befreiung aus strengem Glauben wurde möglich; empfundene Ungerechtigkeit und Einsamkeit führten zu starkem Gerechtigkeitsempfinden und Trost durch Literatur.

Nachdem jede Gruppe Einsichten und Anregungen in die Runde gegeben hat, geht Dr. Glöckler im zweiten Teil des Vormittags auf die drei Punkte ein.

Was hat uns geprägt, und wie überwinden wir Beschädigungen aus der Kindheit?

Den Schlüssel dazu liefert uns die christliche Überlieferung mit ihrer Forderung, den Nächsten, ja selbst den Feind, zu lieben. Paulus hat uns im ersten Korintherbrief, Kapitel 13, eine Anleitung hinterlassen, wie Liebe sein sollte und was sie einschränkt. Erlittene Verletzungen können wir verzeihen, wenn wir versuchen, den anderen zu verstehen. Dies gelingt umso eher, je mehr wir uns selbst begreifen. „Was wir nicht verstehen, macht uns unfrei.“ Selbsterkenntnis und Selbsterziehung sind Aufgaben, die nicht nur im Alter wichtig sind, aber dann einen besonderen Stellenwert erhalten. Statt den anderen ändern zu wollen, sollten wir versuchen, uns selbst zu ändern. Mit Rudolf Steiners Worten: „Man nehme jeden Menschen an, wie er ist, und versuche daraus das Allerbeste zu machen.“ Aber nicht nur den anderen und mich selbst verstehen zu lernen, ist die Aufgabe, sondern auch, was Tag für Tag in der Welt passiert, etwa durch aufmerksames Zeitunglesen – das, was Hegel sein „realistisches Morgengebet“ nannte.

Ich war neugierig auf das vollständige Zitat, das lautet: „Das Zeitunglesen des Morgens früh ist eine Art von realistischem Morgensegen. Man orientiert seine Haltung gegen die Welt an Gott oder an

dem, was die Welt ist. Jenes gibt dieselbe Sicherheit wie hier, dass man wisse, wie man daran sei.“

Was sind spezifisch menschliche Qualitäten? Und was nehmen wir mit?

Was den Menschen ausmacht: Die Fähigkeit zu lieben. Das Streben nach Wahrheit; die Suche nach Freiheit.

Was wir in die jenseitige Welt mitnehmen: All jenes, mit dem wir uns während des Lebens ganz identifizieren konnten, alles, was wir selbst gedacht und verstanden haben. So ist das Durcharbeiten der eigenen Biografie nicht nur im Hinblick auf einen versöhnlichen Abschied von unserem jetzigen Leben sinnvoll und hilfreich, sondern dies bildet auch den Samen für ein nächstes, nachtodliches Leben.

Hierzu, ergänzend zum Vortrag, habe ich mich der Schrift „Die Kulturaufgabe des alten Menschen“, verfasst von Michaela Glöckler, Esslingen 1989, bedient, zu erwerben in der Bücherstube des Hauses Aja.

Aber, so Dr. Glöckler, trotz allen Bemühens, trotz aller ernsthaften Biografie-Arbeit werden nicht alle vorhandenen „Knoten“ zu lösen sein. Unerlöstes bleibt. „Und“, fügt sie mit nicht ganz ernstem Unterton hinzu, „dieser Rest ist die Garantie, dass wir wiederkommen.“ Sie zitiert Goethe, der den Chor der vollendeteren Engel in Faust II sagen lässt: „Uns bleibt ein Erdenrest zu tragen peinlich, und wär' er von Asbest, er ist nicht reinlich.“

Mögen wir auch Asbest in erster Linie mit Schadstoffen verbinden, siehe Palast der Republik in Berlin, so wird dieser Stoff seit der Antike als besonders widerstandsfähiges Material geschätzt. Auch Goethe wertet ihn positiv, als Symbol für Unvergänglichkeit. Renate Wahl und ich wollten gar nicht glauben, dass Asbest tatsächlich



zu Goethezeiten schon Erwähnung fand. Sollte die Referentin etwa falsch zitiert haben? Wikipedia belehrte uns eines Besseren.

Und was ist nun die Kulturaufgabe im Hinblick auf den schwer pflegebedürftigen Menschen? Den Menschen mit Demenz?

Der Umgang mit ihm ist Teil unserer Schulung in Menschlichkeit. Wir lernen, außerkörperlich zu kommunizieren, soziale Kompetenzen zu entwickeln. Denn der Mensch mit Orientierungsproblemen steht bereits an der Schwelle zu einem anderen Bewusstsein zwischen Leben und Tod. Es ist, so sagt sie in der oben genannten Schrift, eine ganz bedeutende Kulturaufgabe des „pflanzenhaft schlafenden“ Menschen,

dass er uns „Bilder zuspiegelt“: „Wir lernen, am alten Menschen die Schwelle zur geistigen Welt ernstzunehmen und neu kennen als eine Herausforderung für ein materialistisches Zeitalter.“

Was kann ich, 58 Jahre alt, nicht jung!, Nicht-Anthroposophin, die ich nicht alle der hier vertretenen Überzeugungen teile – wie die Bedeutung der Biografie-Arbeit für eine weitere Existenz – dennoch für mich nach Berlin mitnehmen? Es ist eine ganze Menge. Zunächst einmal erscheint mir hilfreich, nachlassende körperliche Fähigkeiten nicht (nur) als Defizite anzusehen, sondern als natürliche Umkehrung eines Prozesses. Schön und tröstlich auch der Gedanke, dass Gebet und gute Gedanken etwas bewirken, dass auch geistiges Tun ein Tun ist, das die Welt verändern kann. Als Wichtigstes jedoch: dass das Alter seine spezifische Aufgabe, seinen eigenen Wert hat, getreu einem meiner Lieblings-Bibelworte: Alles hat seine Zeit. Man muss sich jenseits einer gewissen Altersgrenze, die sicherlich von Person zu Person variiert, nicht dem Ein-älterer-Mensch-kann- genausogut-Druck beugen. Das finde ich entlastend. So ist der Titel der Tagung „Tag der Alterskultur“ schon Programm und steht im Widerspruch zur allgegenwärtigen Tendenz, dass „Alter“ aus dem Wortschatz zu streichen sei. Undenkbar, dass es im Haus Aja um „Tage der Seniorenkultur“ oder „Kulturaufgabe der Best-Agers“ gehen könnte. Dafür bin ich dankbar.