



Wozu sollen wir alt werden?

Wir alle wollen lange leben und gesund bleiben! Dies äußert jeder, den man trifft und auf das Thema Gesundheit und langes Leben anspricht. Aber haben Sie sich schon einmal ehrlich gefragt, was Sie eigentlich von einem langen Leben haben? Geistig und körperlich fit versteht sich. Sammeln wir Bonuspunkte für ein paradiesisches Jenseits? Je mehr Jahre desto mehr Punkte?

Oder sind wir dann nach vielen Lebensjahren klüger? Wohl nicht, denn wenn wir alt sind, verstehen wir nicht mal mehr klar zu denken. Können oft nicht mal mehr alleine Medikamente einnehmen. Beim Arzt oder bei Behörden werden wir nicht mehr für voll genommen und man redet über unseren Kopf hinweg mit den Begleitpersonen!

Der Winter und die Kälte verschrecken uns und Spaziergehen stellt vielfach schon ein gewaltiges Risiko für unsere Knochen dar. Wir trauen uns nicht mehr zu reisen, aus Angst, jemandem Scherereien zu machen oder vielleicht nicht mehr zurück zu kommen.

Wenn es das ist, was uns im Alter erwartet, ist es ja schon beängstigend alt zu werden, selbst wenn wir halbwegs bei Gesundheit sind. Denn es lohnt sich doch nicht mehr aufzustehen, zu essen und den ganzen Alltag zu meistern, wenn wir nicht mal mehr in unseren eigenen Wänden ernst genommen werden, wenn uns das Denkvermögen entweder abhanden gekommen ist, oder zumindest nicht mehr zuge-
traut wird, etwas, wofür uns früher Respekt entgegengebracht wurde.

Aber wir alle erreichen dieses Alter, wo uns dieses oder Ähnliches widerfährt. Warum also wird uns das so leicht ermöglicht?

Das muss doch einen Sinn haben?

Die Natur, Gott oder beide zusammen werden sich doch wohl was dabei gedacht haben, uns so alt werden zu lassen. Was war denn vor der industriellen Revolution der Vorteil der älteren Menschen für die Gesellschaft, für die Entwicklung der Sippen, der Kulturen?

Waren die Älteren für etwas gut?

Sehen wir uns die Lebensumstände einer Steinzeit-Familie an, wie sie gewesen sein könnten: Die Familie eines Steinzeit-Clans in der Eiszeit. Die Frauen bekommen Kinder, die Männer müssen raus zum Sammeln oder Jagen, damit die Familie überleben kann. Es gilt Vorräte für den Winter zu sammeln. Oft sind sie viele Wochen unterwegs. Die Kinder können nicht allein zurückbleiben. Es müssen Mahlzeiten bereitet werden, nicht jeden Tag, aber doch gelegentlich, um nicht zu verhungern. Es müssen der Haushalt und Reparaturen gemacht, den Kindern Vieles beigebracht und die Kleinkinder vor Raub- und anderem Getier geschützt werden.

In diesem arbeitsteiligen Sozialverband wurde die Erziehung, die Überlieferungen der Traditionen, der Religion, Märchen und Sagen von der älteren Generation übernommen, die nicht mehr so intensiv in den körperlichen Arbeitsprozess integriert werden konnte. Darüber hinaus spendeten sie Trost, pflegten Verletzte und Kranke, sammelten Kräuter, bereiteten daraus Heilmittel und überlieferten ihr Wissen von Kräutern und deren Sammlung, gaben Ratschläge für die Anführer, bereiteten Wettervoraussagen, berechneten günstige Zeitpunkte für Feste und Rituale und wahrscheinlich noch vieles Anderes mehr.

Das war immer die Aufgabe der Alten und Weisen. Es gab weit und breit noch keine Spezialisten wie heute und sie besaßen das größte (Erfahrungs-)Wissen. Die kräftigen Männer und Frauen waren damals zu vielen Zeiten des Jahres auf der Jagd, beim Sammeln oder Bauen.

Diejenigen, welche zu schwach für Jagd und kräftige Arbeit waren, hatten dafür das überlieferte Wissen und große Erfahrung.

Sie waren (über)lebenswichtig für die Entwicklung der Kultur. Diese Fähigkeit, mit dem Alter die Funktion und Aufgaben komplex und zielgerichtet in der Gruppe anwenden zu können, war eine der wesentlichen Überlegenheiten gegenüber den Tieren. Mit dem Eintritt vom gebärfähigen Alter in den Wechsel bei den Frauen, bzw. der sinkenden körperlichen Leistungsfähigkeit bei Männern, traten sie in den Stand der Weisen und gaben dadurch viel, verbrauchten gleichzeitig aber wenig, vor allem von den täglich mühselig der Natur abgetrotzten wertvollen Vorräte.

Das wäre heute angesichts der mageren Wissensvermittlung von lebenswichtigen Informationen wohl mehr als nötig. Wir bräuchten schon längst wieder unsere „Ahn!“ anstatt „Dr. Google“, um das zu lernen, was den Kindern und Jungen niemand mehr beibringen kann, über das Leben und wofür man lebt. Aber um das geben zu können, müssen unsere Seniorinnen sich einerseits selbst erst wieder ihres Erfahrungsschatzes bewusst werden, der unter einem Berg von banalem Faktenwissen begraben liegt. Andererseits müssen wir ihnen wieder Anerkennung dafür zollen und ihnen so das (Selbst-)Bewusstsein zurückgeben, weise zu sein und gebraucht zu werden. Geben wir ihnen das zurück, bekommen auch die langen Jahre gegen Ende des Lebens wieder Sinn. Es gibt doch nichts Schöneres und Sinnhafteres als in unserer zweiten Lebenshälfte unsere Enkel und Urenkel in der Gewissheit aufwachsen zu sehen, dass sie – abseits von Werbung, Bevormundung, Wirtschaftsdruck und der Verschmutzung von Körper und Umwelt – wieder kritisch, mündig und wissend ihre Nachkommen in eine schöne Zukunft führen.

Lasst uns dem Leben wieder mehr Sinn geben. Wir brauchen wieder eine Lehre mit Kompetenz und Herz!

