

# So lässt sich die Freiheit im Alter sinnvoll gestalten

Physiker und Philosoph Ludwig Hasler sprach an der Senioren-Uni über ein Alter, das noch etwas vorhat.

**Alfred Wüger**

SCHAFFHAUSEN. Am Anfang machte Ludwig Hasler klar, dass er über das sogenannte dritte Alter referieren wolle, nämlich die Zeitspanne zwischen 65 und 80, eine potenziell aktive Zeit, die es «in der ganzen Menschheitsgeschichte» so gar nicht gegeben habe. Bis vor Kurzem seien die Menschen direkt in die Lebensphase der Gebrechlichkeit eingetreten: mit Schmerzen, Gebücktheit. Heute sei das anders. Viele hätten heute nach der Pensionierung eine Anzahl geschenkter Jahre mit einer grossen Freiheit. «Wir sind die Chefs und Chefinnen unserer Tage.» Nach der Pensionierung würde sich – Gesundheit vorausgesetzt – noch einmal ein ganzer Fächer von Möglichkeiten öffnen, gewissermassen wie in der Jugend. Nun stellt sich die entscheidende Frage: «Was machen wir mit der Freiheit. Freiheit sei auch immer Verpflichtung, sonst ist Freiheit einfach ein Leerlauf. Mich beschäftigt die Frage: Wozu bin ich frei?» Obwohl viele heute viel länger leben würden als früher, tue sich eine Schere auf, und zwar weil sich viele fragen würden: Wozu eigentlich? Er selber lebe nach der Frage: «Was willst du eigentlich? Möglichst viele Tage in deinem Leben oder möglichst viel Leben in meinen Tagen.» Darauf sollten wir mehr achten. Denn, so Hasler weiter: «Ich stelle fest, dass sich ein Überflüssigkeitskoller verbreitet.» Schliesslich könne niemand 25 Jahre lang Enkel hüten und in der Weltgeschichte herumreisen und das Leben einfach geniessen.

Hasler sprach von «feudaler Bodenlosigkeit», von «Hors-sol-Existenz», von Befindlichkeiten, die dem Status «Mir geht es gut, aber wozu?» entsprängen. Seine Eltern seien mit 60 sichtlich alt und abgearbeitet gewesen und hätten müde auf ihr hartes Leben zurückgeschaut, heute beobachte er viele in seinem gut betuchten Umfeld, die keinen Lebensabend verbringen würden, sondern eine «jahrzehntelange Siesta, der am Abend dann aber keine Fiesta mehr» folge. Es gebe zwar noch individuelle Jenseitserwartungen, aber gesellschaftlich gesehen, sei das Alter Endstation.

## Kräfte einsetzen auch für andere

«Die bestgelaunten Alten, die ich kenne, sind drei 75-Jährige, die eine Quartierbeiz betreiben», sagte Hasler. Sie täten etwas nicht nur für sich, sondern miteinander auch etwas für andere. «So einfach ist es! Wir Menschen mögeln uns häufig am Einfachsten vorbei.»

Er habe nichts gegen Fitten, Geniessen und Reisen, aber es genüge nicht, sich stets nur selbst auf Trab zu halten. «Viele kommen von ihren Reisen als dieselben zurück, als die sie gegangen sind.» Und: «Ihr Zuhause ist lediglich ein Basislager, von dem sie ständig aufbrechen. Sie vernachlässigen die Kultivierung des Ortes, an dem sie leben.»

Das A und das O im Alter sei dagegen die freundliche, warme Beziehung zu den Menschen im Umfeld und im Alltag. «Ein freundlicher, aufmunternder Blickwechsel könnte das Geheimnis auf dem Weg zu einem guten Alter sein», so Hasler. «Der Mensch muss aus sich selbst heraustreten, um zu sich selber zu kommen.»

selber pflege die «geistige Einquartierung» jeden Abend. Da er Physiker sei, tue er dies mithilfe der Astrophysik. Das Higgs-Boson sei selber kein Teilchen mehr, es sei «wie ein Gedicht», das zwischen den kleinsten Teilchen kommuniziere. Und Hasler verwies auf Lieder wie «Guter Mond, du gehst so stille» und «Der Mond ist aufgegangen», in dem auch von Gott und gleichzeitig vom kranken Nachbarn die Rede sei. «Und ich erkenne: Ich bin nicht wahnsinnig bedeutend, aber ich gehöre dazu. Und ohne mich wäre nicht alles genau gleich verlaufen.»

Fazit: Auch wenn wir nicht mehr aktiv für andere tätig sein können, können wir trotzdem teilnehmen an einem Leben, das lebendiger sei als das eigene Ich. Der Referent brach ab: «Ich weiss nicht, ist das ein Schluss? Wenn nicht, dann fange ich einfach wieder von vorne an.»

Die Teilnehmenden verliessen den Saal wohl ein bisschen anders, als sie gekommen waren. Das konnte man spüren.