

## Thesen zum Philosophischen Samstag

22. Febr. 2020 ▪ 14 Uhr ▪ Das Kaffeehaus

1. Das Altern ist keine Krankheit. Es ist ein natürlicher Lebensvorgang, der sich in Stufen (Phasen, Etappen) gestaltet und in einem Altsein seinen Höhepunkt und seine Vollendung erfährt.
2. Der Mensch lebt in der Moderne, die ihn zu neuen Herausforderungen des Alterns bewegt.
3. Der Mensch hat die Fähigkeit und Ressourcen (Wissen, Material, Technik etc.), sein Altern zu beeinflussen und damit nicht dem werdenden Altsein bedingungslos ausgeliefert.
4. Der Mensch lebt heute mehr denn je in dem Dilemma, einerseits mit dem Älterwerden und Altsein durch höhere Lebenserwartungen konfrontiert zu sein, seine Lebenszeit zu verlängern und andererseits seine Begrenztheit, funktionelle Eingeschränktheit nicht ausweichen zu können.
5. Die Suche nach dem Methusalem-Gen weckt Hoffnungen und Erwartungen an erweitertem Lebensalter, die in Ent-Täuschungen enden werden. Die Wissenschaft tut dem Menschen letztlich keinen „guten Gefallen“. Es schafft Spaltungen und ethisch-moralische Bedenklichkeiten.
6. Das Altern und der Status des höheren Altseins ist an vielfältige Determinanten geknüpft, die im und außerhalb des Menschen angesiedelt sind. Das Altern und Altsein ist letztlich und immer ein Gestaltungsprodukt des Menschen selbst. Heute mehr als je zuvor.
7. Altern ist die Verwirklichung der vier „Ls“: Laufen (Bewegung, körperliche Aktivitäten), Lernen (Neugierde, Lust auf neue Erfahrungen, Abenteuer), Lieben (soziale Kontakte, Freundschaften, Partnerschaft, Gestaltung einer Community), Lachen (Emotionen, Lebensfreude).
8. Das Sterben und der Tod ist nicht das tragische Ende und der Verlust an Leben, sondern der sich gestaltende Höhepunkt des Altgeworden-Seins. Das gelingt durch das a) Sterben lernen, b) Sich-unsterblich-machen (Nachlass), c) Innehalten und Einstellen auf das Sterben und den Tod, d) Sich-Relativieren (in Bezug auf das Universum), e) die Integration des „Schlechten“ in das Gute des Lebens, f) Annehmen von Ängsten in Bezug auf das Sterben und den Tod, g) – a bis f zusammenfassend: das Öffnen für eine selbstgestaltete Euthanasie (guter, sanfter Tod).

## Leitende Fragestellungen

1. **Warum wollen (können) Menschen länger leben?** Ist das Altern ein Geschenk der Natur, menschliche Kunst der Alterns-Gestaltungsfähigkeit? Läuft der Mensch vielleicht bei der Suche nach Unsterblichkeit in seine eigene „Katastrophe“?
2. Was macht ein **gutes Leben im höheren Alter** aus?
3. **Was heißt würdevolles Altern?** An welche Kriterien bzw. begleitende Werte ist das Altern in/mit Würde geknüpft?
4. **Brauchen wir neuerliche, über die bisherigen hinaus, Lebensbedingungen**, die uns ein erweitertes Altern ermöglichen oder sollten wir uns mit den Gegebenheit des Alterns und Altseins naturgemäß zufriedengeben?
5. **Braucht das persönliche, individuelle Altern und Altsein ebenso individuelle/persönliche Lebensregeln?** Auf welche Maxime und Werte sollte man sich konzentrieren?
6. **Was wussten Philosophen der Vorzeit** zum Alter und Altern zu sagen?