

Älter werden · Ist es ein Leben gegen die Zeit? Einführende Gedanken zum 26. Philosophischen Café (Autor Dr. Hans-Jürgen Stöhr)

Jeder Mensch weiß und begreift es: Wir werden älter. Der jährliche Geburtstag erinnert uns daran, dass wir nicht das Zählen der Lebensjahre vergessen. Sie sind zeitliche Marken, an denen wir uns orientieren und uns miteinander in Bezug auf das Alter(n) vergleichen.

Es sind Wochen oder Monate im Baby-, schon Jahre im Kindes- und Erwachsenen-Alter, die wir zählen; und wir messen die Jahrzehnte, wenn wir uns jenseits der „50“ bewegen. Kurz: Wir geben das Alter in Zeiteinheiten an und orientieren uns an der wiederkehrenden Erd- bzw. Mondbewegung oder an der Umkreisung der Erde um die Sonne. Dieses zeitliche Zählmaß haben wir Menschen über die Jahrtausende verinnerlicht und zum Maß des Lebens, zur Lebenszeit gemacht.

Zugleich wissen wir um unsere Endlichkeit. Sie wird mit dem Geburts- und Todesjahr dokumentiert. Wir gehen in unserem Leben mit dem Sterben und Tod schwanger. Das ist unsere Außenerfahrung, auch wenn wir uns unsere eigene, ganz persönliche zeitliche Begrenztheit schwer vorstellen können. Wir versuchen uns in sie hineinzudenken, um zu verstehen, was mit uns zu *einer Zeit* passiert; oder wir gehen darüber hinweg bzw. verdrängen sie mehr oder weniger aus unserem Leben.

Hat diese Lebenszeitverdrängung auch einen positiven, nutzbringenden Sinn?

Überkommt uns die Lebenszeitbegrenzung, stoßen wir notgedrungen auf unsere eigene Verletzlichkeit. Irgendwann werden wir uns entscheiden (müssen), wie wir unser Leben denken und leben wollen. Setzen wir es in eine zeitliche Dimension, so werden wir von Lebenszeit oder von *unserer Zeit des Lebens* sprechen. Wir ordnen das Leben in die Zeit ein. Sie wird das Maß des Lebens, an dem sich alles Weitere orientiert. Zugleich wehren wir die Lebenszeitbegrenzung im Älterwerden ab. Wie wollen wir unsere Lebenszeit denken? Wollen wir das Leben in, mit oder gegen die Zeit denken?

Das Dilemma drückt sich in dem wohl bekannten Imperativ aus: *Alt werden ja – aber nicht alt sein.*

Wir kommen nicht an dem Prozess des Alterns vorbei und meinen: Wenn wir schon älter werden *müssen*, weil die Natur es so von uns „verlangt“, dann wollen wir wenigstens *nicht alt sein*. Zwischen 10 und 40 Jahren *altern* wir ebenso wie zwischen 60 und 90 Jahren. Wir nehmen das *Altern* in den ersten Jahrzehnten nicht als Problem wahr. Wir sehen uns lange nicht als alt an. Mit 75 Jahren und viel mehr ist das Lebenszeitmaß ein anderes geworden. Mit dem Blick zurück schlagen viel mehr Lebensjahre zu Buche als jener vorne, der uns weniger Lebensjahre verspricht. Die Antwort heißt dann vielfach Anti-Aging. Wir sagen dem Altern in jeder Form den Kampf an, um dem Altsein zu begegnen.

Zwei Gedankenexperimente mögen uns auf den Pfad tugendhaften Alterns und Alters bringen:

Gedankenexperiment „Schleier des Nichtwissens“

*Stellen Sie sich vor, Sie wissen nicht, wie alt Sie an Lebensjahren sind; und Sie werden es auch nicht erfahren. Sie wissen auch nichts darüber, ob man Altern zählend messen kann. Sie wissen nicht, ob Sie sterblich sind und einmal tot sein werden. Sie haben keine Vorstellung von zeitlicher Endlichkeit Ihres Daseins. Sie haben keine wissentlichen Erfahrungen über Krankheit und Gesundheit. Sie können das Sterben und den Tod Ihrer Mitmenschen nicht deuten und bewusst reflektieren. Wie würde in diesem Wissenskontext Ihr Verhalten zu Ihrem Leben aussehen? Wäre es anders als mit dem Bewusstsein über die eigene Sterblichkeit? Lässt sich überhaupt das Alter(n) **so** denken? Können wir unter der Maßgabe dieses Gedankenexperimentes das Sterben und den Tod unter einem ganz anderen Gesichtspunkt denken?*

Gedankenexperiment „Alt werden wie Methusalem!“

Stellen Sie sich vor, Ihr Leben wehrt im vollen Bewusstsein fast 1.000 Jahre (Im Alten Testament wird Methusalem 969 Jahre alt.). Sie wären wie die Götter fast unsterblich. Es ist ein Leben zeitlicher Unbegrenztheit. Was wäre anders? Wie würde Ihr menschliches Verhalten unter dieser Bedingung aussehen?

Es stellt sich hier die Frage: Brauchen wir ein Leben in und mit der Zeit, um ein *gutes* Leben führen zu können? Ist es hilfreich das Leben in der Zeit zu denken? Wenn dem so ist, bleibt zu fragen, was dann unter einem guten Leben in unserer Lebenszeit zu verstehen ist? Werden Wert und Sinn unseres Lebens durch das Leben in der Zeit bestimmt, weil wir es tagtäglich in Zeit messen? Wird unser Leben wertvoller, wenn wir es außerhalb jedes zeitlichen Denkens denken?

Um zu entscheiden, ob ich ein Leben in (mit) der Zeit will, in der das Leben in zeitlichen Einheiten (Jahre, Jahrzehnte) gemessen wird oder eher ein Leben, in dem die Zeit keine Bedeutung hat oder vielleicht gar nicht existent ist, ist es sinnvoll zu klären, was Zeit ist bzw. sein soll.

Wir konfrontieren unser Leben mit der Zeit und die Zeit mit dem Leben, was uns zu einem Denken über die Lebenszeit führt. Versuchen wir uns der Konsequenzen des Lebens bewusst zu werden, wenn wir ein Leben mit und jenes ohne Zeit zu denken.

Es durchbricht jedes Denken über die Zeit als objektiv Existierendes, wenn wir die These verfolgen, dass Zeit ein menschliches Gedankenkonstrukt ist, eine Erfindung des Menschen, das Leben zu strukturieren, damit zu ordnen und effizient, optimal zu gestalten. Die Ordnung für das Leben in der Zeit fand der Mensch in der Regelmäßigkeit der Natur und gab damit dieser Naturregelmäßigkeit ein zeitliches Gesicht: das Jahr repräsentiert die einmalige Umlaufbewegung der Erde um die Sonne; der Monat ist die einmalige Bewegung des Mondes um die Erde und die einmalige Selbstumdrehung der Erde, die uns den Tag mit der Nacht von 24 Stunden beschert. Der Schritt des Menschen die so genannte natürliche Zeit in eine technische Zeit umzuwandeln, was die Erfindung der Uhren – Sonnen-, Sand- und andere Uhren – zur Folge hatte.

Eine *These* kann deshalb heißen: Es gibt kein Leben in und mit der Zeit. Das Leben frei von Zeit und zugleich in voller Bewegung und Veränderung. Die Zeit im Leben ist ohne Bedeutung und Sinn. Das Hineindenken der Zeit in das Leben verleiht dem Leben einen eher unmenschlichen Schrecken. Wir sollten das Leben in einer Zeitlosigkeit leben. Indem wir Zeit im Leben bedeutungslos erklären, konzentrieren wir uns somit auf das Leben selbst. Leben ist Leben in Veränderung – fernab jenes Zeitdenkens im Leben.

Die Lebenszeit ist nicht die Zeit, in der wir leben. Lebenszeit ist bewegtes Leben, in der Zeit im Leben übersehen wird. Dieses gedachte Leben nimmt uns den Schrecken des Verfalls und der Begrenztheit.

Wir folgen dem Leben und messen es nicht in oder an der Zeit, sondern geben ihm den Selbstsinn.

Kritiker dieser These mögen entgegenhalten: Das Leben so zu denken ist lebensfremd. Mensch hat sich eine Zeit konstruiert, um bewusst und gezielt sein Leben zu leben.

Doch diese subjektive, menschlich konstruierte Zeit macht ihm das Leben nicht leichter. Es ist mit der Zeit gedacht ein Leben gegen die Zeit, gegen die Lebenszeit. Das Leben wird zur Zeit degradiert. Wir ordnen das Leben der Zeit unter. Das Leben löst sich als Zeit auf. (Wir sprechen geläufig von Arbeits-, Frei- oder Urlaubszeit.) Aus welchem Grunde tun wir das, obwohl wir doch alle denken (glauben!) zu wissen, dass Zeit auch nach unserem eigenen Leben existent ist.

Oder sollten wir vielleicht besser davon ausgehen, dass es nicht die Zeit ist, was unser Leben ausmacht, sondern wie wir es in Güte und im Guten für unser Leben bewegt halten.

Kontakt & Adresse

Dr. Hans-Jürgen Stöhr

Parkstr. 10 · 18057 Rostock

Tel.: 0381 – 44 44 103 · Fax: 0381 – 44 44 260

www.gescheit-es.de · info@gescheit-es.de

Altwerden und Altsein

– Alles eine Frage der Zeit und ein Leben gegen die Zeit? –

Thesen zur Diskussion

These 1:

Es macht Sinn, alles daran zu setzen mit allen wissenschaftlichen-technischen Mitteln älter zu werden. Das menschliche Potenzial des Älterwerdens ist noch nicht ausgeschöpft. Der Mensch hat das Recht dieses Lebenszeitpotenzial künstlich auszuschöpfen.

Anti-These 1:

Der Sinn des Alterns und Altseins besteht darin, das alternde Leben dem Lauf der Natur zu überlassen. Wer das Leben im Altern mit wissenschaftlich-technischen Mitteln beeinflusst, wird früher oder später die negativen Folgen (persönlich (körperlich, seelisch, geistig-kognitiv) zu spüren bekommen. Die Natur lässt sich nicht überlisten.

These 2:

Es macht Sinn, das Alter in dem Kontext von Zeit zu denken und das Altern zu messen. Das Alter und Altern an der Zeit zu orientieren, gibt dem Leben eine Struktur und stärkt den Sinn für das Leben. Das Altern in Zeit zu denken, schafft Zielsetzung und Lebensordnung.

Anti-These 2:

Das Altern und Altern in Zeit zu messen und den Lebensalltag an ihr zu orientieren, nimmt dem Leben seinen wahren Sinn. Es lenkt von der Lebenswirklichkeit ab und degradiert Altern in getaktete Zeit. Nicht das Altwerden/Altsein macht krank, sondern unser verknüpftes Denken mit der Zeit. Es macht Sinn, das Altern in Ereignissen (Erlebnissen) zu messen