



Altern wie ein Gentleman

Der bekannte Journalist und Fernsehmann Sven Kuntze (Jahrgang 1942) resümiert in seinem Buch „Altern wie ein Gentleman“¹ scharfsinnig, ironisch und mit spitzer Feder über das eigene Älterwerden und rechnet mit der Ratgeber-Literatur ab.

Als studierter Psychologe und Soziologe und als kritischer Beobachter hält er sich und seiner Generation den Spiegel vor und redet unverblümt Klartext: „Meine Generation geht wohl erhalten und tatendurstig in den Ruhestand. Als wären die Hinterlassenschaften wie Staatsverschuldung, Klimakatastrophe, Atommüll nicht schon genug, will sie sich aber nicht auf Rückzug und Verzicht besinnen, sondern weiter die Welt verändern, Abenteuer erleben, den Sinn suchen und schöpferisch tätig sein.“

Die Medizin hat einst das Leben von Kindern gerettet – heute dasjenige von Menschen über 65. „In unserer Jugend wurde seinerzeit die Pille entwickelt, um zu verhindern, dass aus Spass jemals Ernst wurde“, sagt Kuntze und sieht nun genau darin ein ernstes Problem, dass sich viele Kollegen seiner Alterskohorte zwar selbstverwirklicht haben, letztlich aber einsam alt werden. Zwei Drittel der alten Leute, die nicht in festen Beziehungen leben, verbringen ihren letzten Lebensabschnitt nämlich mutterseelenallein daheim.

Die wichtigste Voraussetzung für ein gelungenes Alter sei hingegen ein belastbares Netz sozialer Beziehungen, so dass die heutigen jungen Alten wieder vermehrt dazu angehalten seien, für einander zu schauen (Beispiel Pflegedienste). Nach Kuntze ist das Alter weder gnadenvoll noch erstrebenswert, sondern einfach eine Pflicht, die man zu bewältigen und zu ertragen hat. Zu dieser Pflicht gehöre es auch, dass jeder einzelne Verantwortung für seine Gesundheit übernehmen soll.

„Alt werden ist ein lausige Idee“, sagte Woody Allen: „Du wirst nicht klüger, schöner, freundlicher. Dein Rücken tut weh, du brauchst ein Hörgerät. Es ist wie im Film. Es ist einfach besser, jung zu sein und das Mädchen zu kriegen“. Die Idee unbegrenzter Jugendlichkeit sei zum sozialen Grundkodex geworden und löse den klassischen Reifeprozess ab. Selbstbewusstsein und Lebensgefühl entkoppeln sich demnach von der biologischen Uhr.

¹ Sven Kuntze (2012) Altern wie ein Gentleman, Zwischen Müsiggang und Engagement, btb Random House Verlag, München, ISBN 978-3-442-74444-2

Kuntze ist dabei realistisch und selbstkritisch: „Wir haben zwar keine Kriege geführt, aber Lebenszeit erobert. Wir verlängern die Gegenwart sorglos in die Zukunft... Wir retten uns in den Augenblick, verzehren bei vollem Bewusstsein die Zukunft. Wir haben über die Verhältnisse gelebt und Ressourcen verzehrt, die unseren Nachkommen gehören.“

Zwar verliert im Alter die Zukunft an Bedeutung und der Augenblick wird zur vorherrschenden Zeiteinheit. Doch der Autor gewinnt dem auch Positives ab: „Wir Rentner erfahren einen unschätzbaren Zugewinn: die Souveränität über die Zeit. Wir werden entweder von ihr getragen oder ertrinken in ihr. Sie ist das schönste Geschenk des Alterns, wenn es gelingt, von ihr Gebrauch zu machen. Freilich hat die kostbare Gabe eine ärgerliche Kehrseite: Sie ist nicht auf Dauer gegeben und verzehrt sich unerbittlich selbst.“

Das Buch in seiner ehrwürdigen Sprache trägt zum besseren Verständnis der dritten Lebensphase bei, führt zu Altersvorfreude und bietet Lesegenuss. Wer will schon nicht wie ein Gentleman altern?

© Reto Spring
Finanzplaner mit eidg. Fachausweis
Präsident Finanzplaner Verband Schweiz, Zollikon