

„LEBENSSTUFEN“

Gedanken im Zusammenhang mit dem Rommerscheider Dorffest 2012

Das Rommerscheider Dorffest im August 2012 brachte zum Ausdruck, dass so eine schöne Veranstaltung nur zustande kommen kann, wenn alle – die Jungen und die Älteren – zusammenwirken und eine heimatverbundene Gemeinschaft besteht. Im Zusammenhang damit, dem beobachteten wachsenden Anteil der Älteren in Rommerscheid und auch damit, dass wir gerade das „Europäische Jahr 2012 für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen“ begehen, ist es vielleicht interessant, über „Lebensstufen“ nachzudenken.

Viele Menschen werden steinalt. Nach Angaben der Bibel (die Bibel-Ausstellung im CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe, September 2012, ist faszinierend!) war Methusalem mit 969 Jahren der älteste Mensch (Adam wurde 930 Jahre alt). Sein wirkliches „biblisches Lebensalter betrug jedoch – nach wissenschaftlichen Umrechnungen – 78 Jahre, was für die damalige „biblische Zeit“ ein wirklich hohes Alter bedeutet. An einer anderen Stelle der Bibel (Gen 6, 1-4) begrenzt Gott die Lebenszeit auf einhundertzwanzig Jahre. Interessant ist, dass dies tatsächlich die Lebensspanne darstellt, die bisher von den ältesten Menschen erreicht wurde. Wissenschaftler vermuten, dass es sich um die endgültige erreichbare Menschenlebensgrenze handelt.

Im vergangenen Jahr haben an die 6000 Deutsche ihren 100. Geburtstag gefeiert; 20 Jahre vorher waren es gerade 1700. Nicht immer ist ein hohes Alter erstrebenswert – aber immer häufiger kann ein „gutes Altern“ (Well-Aging) möglich werden.

Jemand hat einmal gesagt: „Das Alter ist keine Krankheit. Das Alter ist eine Lebensphase, die ausgelebt werden soll“! Schon vor 2000 Jahren bemerkte Marcus Tullius Cicero (106-43 v. Chr.), dass „nicht das Alter das Problem ist, sondern unsere Einstellung dazu“.

Hier noch weitere Aussagen von Persönlichkeiten, die zum Nachdenken anregen könnten:

„Stärke und Schönheit sind Vorzüge der Jugend, DES ALTERS BLÜTE ABER IST DIE BESONNENHEIT“ (Demokrit, 460-400 oder 380 v.Chr. – griechischer Philosoph).

„Die Jugend ist die Zeit, Weisheit zu lernen. Das Alter ist die Zeit sie auszuüben (Jean-Jaques Rousseau, 1712-1778, französischer Philosoph).

Ist der Mensch mäßig und genügsam, so ist auch das Alter keine Last; ist er es nicht, so ist auch die Jugend voller Beschwerden“ (Platon, 428/427-348/347 v. Chr. – griechischer Philosoph).

„Nur wer alt wird, erhält eine vollständige und angemessene Vorstellung vom Leben“ (Arthur Schopenhauer, 1788-1860 – deutscher Philosoph; er wurde also 72 Jahre alt).

Und Hermann Hesse (geb. 1877, Schriftsteller und Maler, 1946 Nobelpreisträger für Literatur) – am 9. August 1962, also vor 50 Jahren verstorben – schreibt in einem seiner beliebtesten deutschen Gedichten „Stufen“ u.a.:

**Wie jede Blüte welkt und jede JUGEND
Dem ALTER weicht, blüht jede LEBENSSTUFE,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.....**

Dr. med. Manfred

Gabor

Rommerscheid, 3.9.2012