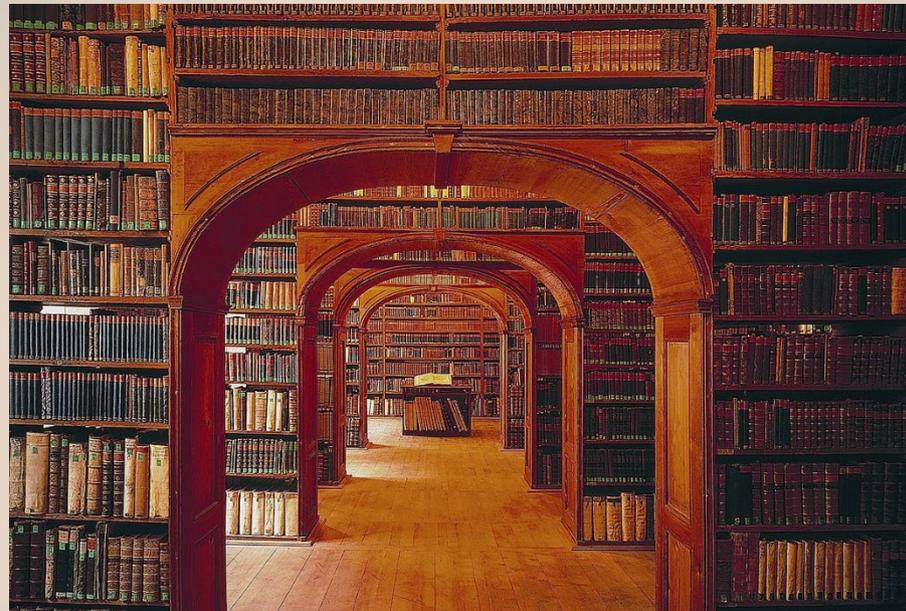


# Weise älter werden

Thuner Alterstagung, 12.4.2019, Ueli Mäder



1. **Älterwerden: Wie gehen wir damit um?**
2. **Endlichkeit: Öffnen sich neue Horizonte?**
3. **Weisheit: Kommen wir ihr auf die Spur?**
4. **Pflege-Bedürftige: was nehmen wir auf?**



## Die Weisheit des Alters

- „Andererseits überleben manche Menschen ihre Weisheit. Ihr Gedächtnis versagt ihnen den Dienst. Was bleibt, ist die Trauer darüber.“
- „Letztlich gibt es die Altersweisheit nicht. Aber es gibt Alte, die ein Fenster in die Vergangenheit öffnen...“

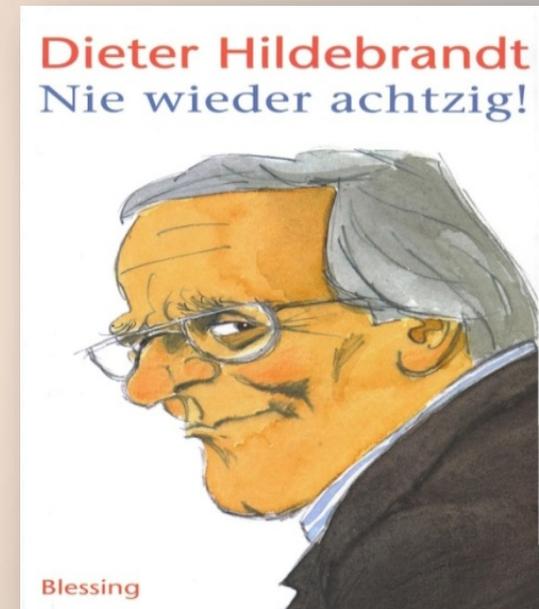
# 1. Älterwerden: Wie gehen wir damit um?



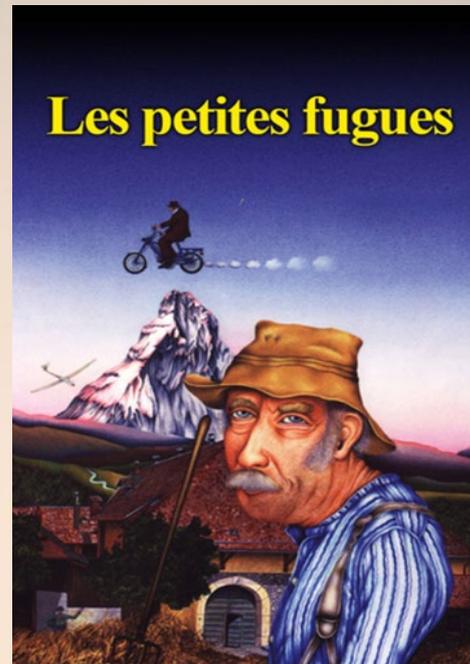
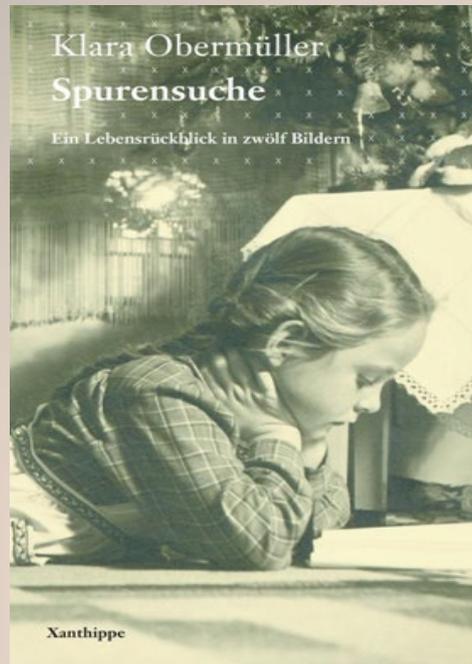
**Was machen wir aus dem,  
was die Gesellschaft mit uns macht:  
ökonomisiert, digitalisiert...?**

Es kann kein Zufall sein, dass ich achtzig bin, so Dieter Hildebrandt. Schon lange habe ich es kommen sehen. Meine Fluchtversuche hatten keinen Erfolg. Diese Reisen. Kreuz und quer durchs Land.

Mein Alter lacht sich halb tot, wenn ich erzähle, wie ich mich jung halte. Dass ich früh im Tau zu Berge radle, durch Wälder mich joggend quäle...



## 2. Endlichkeit: Öffnen sich neue Horizonte?



„Es ist, wie es ist“, sagt die Liebe. Und wir:  
Verdrängen, kompensieren oder  
anerkennen und wertschätzen wir, was ist?

### 3. Weisheit: Kommen wir ihr auf die Spur?

Ich bin jetzt alt, stellt Laure Wyss in ihrem Buch „Schuhwerk im Kopf“ (2000) fest. Zum Alter gehöre offenbar: vorsichtig sein, sich im Heim anmelden, nichts riskieren, Pläne fallen lassen. Es sei kein Schleck, zu den scheinbar Überfälligen zu gehören, schreibt sie.

**Zufriedenheit  
bedeutet mehr als  
schöner wohnen.**



Lasst euch die Kindheit nicht austreiben. Die meisten Menschen legen sie ab wie einen alten Hut. Sie vergessen sie wie eine Telefonnummer, die nicht mehr gilt. Ihr Leben kommt ihnen vor wie eine Dauerwurst, die sie allmählich aufessen, und was gegessen worden ist, existiert nicht mehr.

**Man nötigt euch in der Schule eifrig von der Unter- zur Oberstufe. Wenn ihr schliesslich oben steht, sägt man die ‹überflüssigen› Stufen hinter euch ab, und nun könnt ihr nicht mehr zurück!**

**Erich Kästner (1953: 12)**



## 4. Pflegebedürftige: Was nehmen wir auf?



**Wie offen gehen wir auf sie zu?  
Irritiert uns der eigene Spiegel?  
Wie kommunizieren wir: aufnehmend,  
verstehend, Sinn orientiert...?**

## **Der Weisheit auf der Spur**

### **Gesucht: Texte zum älter werden und alt sein**

Wer über eigene Erfahrungen mit dem älter werden und alt sein berichten mag, ist dazu eingeladen, mir bis Ende April 2019 einen kurzen Text zu mailen an:

**[ueli.maeder@unibas.ch](mailto:ueli.maeder@unibas.ch)**

Herzlichen Dank

Ueli Mäder

**Ich bin jetzt über 93 Jahre alt, also nicht gerade jung, jedenfalls nicht mehr so jung, wie ich mit neunzig war. Aber Alter ist überhaupt etwas Relatives. Wenn man weiter arbeitet und empfänglich bleibt für die Schönheit der Welt, die uns umgibt, dann entdeckt man, dass Alter nicht notwendigerweise Altern bedeutet, wenigstens nicht Altern im landläufigen Sinne. (Pablo Casals)**

**Ich empfinde heute viele Dinge intensiver als je zuvor, und das Leben fasziniert mich immer mehr.**

