Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich

Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich

Band: - (2006)

Heft: 1

Artikel: Weisheit als persönlicher Erfahrungsschatz : Altersweisheit - ein Buch mit sieben Siegeln?

Autor: Wirz, Daniel

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-819195

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 04.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Weisheit als persönlicher Erfahrungsschatz

Altersweisheit – ein Buch mit sieben Siegeln?

Wie Weisheit erworben wird, ist umstritten – der Disput fängt schon dabei an, wie sie zu definieren wäre. Und was genau ist Altersweisheit – erwächst sie einem mit der Zeit von selbst, oder gilt es, schon in jungen Jahren zu säen, was man auf diesem Feld einst ernten möchte? «visit» versucht, verschiedene Ansichten zum Thema Alters- und sonstiger Weisheit aufzuzeigen – und den einen oder anderen Impuls zu geben, mit Freude an der eigenen Weisheit zu arbeiten.

(daw) «Altersweisheit» war das Thema der letztjährigen Veranstaltung «Herbstfarben»[1)] im Kongresszentrum Basel. Die Referentinnen und Referenten zeigten mit ihren unterschiedlichen Themen und Ansichten, dass die Wege zur Weisheit sehr verschieden sind. Nicht jede und jeder, der alt wird, wird auch weise – dies ein Konsens der zahlreichen Referate. Doch wer einen langen Weg zurückgelegt hat, hat auch eine Menge erlebt, hatte viel Gelegenheit, dabei zu lernen, und die Zeit, Gelerntes reifen zu lassen zu einem ganz persönlichen Erfahrungsschatz.

Der Blick für das Wesentliche

Jesuitenpater und Zen-Meister Niklaus Brantschen zeigte am Kongress den Ansatz der Tugend auf als «die durch Übung gewonnene Leichtigkeit, das Gute zu tun» (S. 18). Diese Haltung kann im Alter zunehmen und ist nicht das Gleiche wie Moral: Moral treibt an, Tugend lockt. Moral schaut auf Prinzipien, Tugend auf den Menschen. Moral engt ein, Tugend befreit.
Judith Giovannelli-Blocher ermuntert zum sozialen Engagement und zum Perspektivenwechsel (S. 16). Durch eine schwere Krankheit hat sie selbst erlebt, was es heisst, nicht mehr alles zu können – aber auch, nicht mehr alles zu müssen. Gleichzeitig betont sie die Wichtigkeit, dass ältere Menschen selbstbewusst ihr Altsein vorleben und zeigen, dass es durchaus ein Leben nach der Erwerbstätigkeit gibt. Wer das eigene Älterwerden jahrelang verneint, wird Mühe haben, die neue Realität zu akzeptieren. Wer aber positive Altersbilder kennt, kann auch mit dem eigenen Älterwerden positiver umgehen.
Der Sozialethiker Prof. Dr. Hans Ruh beschäftigte sich am Kongress mit der Frage, ob das gute Leben und der gute Tod Gegensätze sind. Er postuliert, dass zum guten Leben die «Kunst der Abschiedlichkeit» gehört, die Gelassenheit und Weisheit, loslassen zu können.
Dr. phil. Hans Saner sieht die Weisheit nicht als Geschenk des Alters, sondern als Frucht dessen, was man früher getan hat: Sie, die Weisheit, ist in den Erfahrungen der früheren Jahre gewachsen, aber im Alter zur Reife gekommen. Er unterscheidet dabei zwei Arten von Altersweisheit. Als theoretische Altersweisheit bezeichnet er das Urteilsvermögen, das aus der Erfahrung kommt, nicht aus angewandter Logik oder Denkarbeit. Unter praktischer Altersweisheit hingegen versteht er die Fähigkeit zu erkennen, worauf es im Leben ankommt, wofür es sich lohnt zu leben und wofür nicht.

Früh übt sich, wer weise werden will

Ein Wissenschaftler, der sich in Deutschland intensiv mit dem Thema Weisheit befasst, ist Prof. Dr. Paul B. Baltes. Er definiert Weisheit als «Expertenwissen in fundamentalen Fragen der Lebensdeutung und -führung». Seine Untersuchungen zeigen, dass sich Weisheit bereits während der Adoleszenz und des jungen Erwachsenenalters bildet. Die allgemeine Vermutung, dass Weisheit etwas mit Alter zu tun haben müsse, führt er darauf zurück, dass alle anderen kognitiven Fähigkeiten (z. B. Gedächtnis, Lernfähigkeit oder Abstraktionsfähigkeit) im Alter abnehmen und sie deshalb ein besonderes Gewicht bekommt. Zur Weisheit gehört für ihn auch das Erkennen der Variationsbreite des Lebens, der Komplexität. Für Baltes ist Weisheit die Höchstform des Wissens. Um weise zu werden, braucht es seiner Meinung nach fünf Zutaten:

1. Man sollte einiges erlebt haben (spricht fürs Alter)
2. Man braucht Mentoren, die einem raten
3. Man muss flexibel, offen und neugierig sein
4. Es braucht eine Grundhaltung von kultureller Toleranz
5. Man sollte sowohl das eigene als auch das Gemeinwohl im Auge haben

In den Tätigkeitsbereichen der Pro Senectute Kanton Zürich zeigt sich die Weisheit häufig in der Erkenntnis, dass länger jung bleibt, wer sich früher mit dem eigenen Älterwerden auseinander setzt. Dazu finden sich zahlreiche Beispiele. So hilft der Besuch eines Pensionierungsvorbereitungskurses dabei, sich auf die ganz neuen Verhältnisse in den persönlichen Finanzen, der Freizeit oder in der Paarbeziehung einzustellen. Die Angebote von Bewegung & Sport halten körperlich beweglich, eine eventuelle Betätigung als Freiwillige oder Freiwilliger halten den Geist wach. Wer sich früh mit dem eigenen Älterwerden auseinander setzt, erlebt den Prozess bewusster und kann ihn deshalb besser – und häufig auch gelassener – gestalten. →

Illustration: Esther de la Fuente

Der Beginn der Weisheit ist Geduld.
Muzaffer Ozak

Ein Weiser ohne Taten
ist eine Wolke ohne Regen.
John Steinbeck

Reife hat erreicht,
wer auf sich selbst nicht mehr hereinfällt.
Heimito von Doderer

Die «Altersweisheit» der Gesellschaft

Ein gewichtiger Aspekt der Altersweisheit ist schliesslich die Altersweisheit der Gesellschaft. Die Altersstruktur in der Bevölkerung sieht heute ganz anders aus als noch vor fünf, zehn oder zwanzig Jahren – die neue Langlebigkeit bei einer gleichzeitigen «Unterjüngung» ist für alle Generationen eine Herausforderung. Entsprechend ist der Beitrag aller gefordert, um einen sinnvollen, weisen Umgang mit der zunehmenden Langlebigkeit zu finden. Da kommen neben vielen Freiräumen auch viele Fragen auf uns zu – neben den finanziellen auch ethische. Von den über 1200 Suiziden im Jahr 2003 betrafen mehr als 400 Menschen, die älter waren als 65 Jahre. Besonders gefährdet sind Männer über 70, von denen viele ihren Sinn vor allem in der Erwerbstätigkeit sahen. Mit dem Dilemma, dass zwar die meisten lange leben, aber fast niemand alt werden will, muss sich jeder für sich auseinander setzen – aber auch wir als Gesellschaft. Das wird einiges an altersspezifischer Weisheit brauchen.

[1] alle 12 Referate der Tagung «Herbstfarben 2005 – Alter schützt vor Weisheit nicht» können als CD oder DVD bestellt werden. Mehr Informationen bei der Veranstalterin Perspectiva, Telefon 061 641 64 85, oder unter www.hoersignale.de.

Der Idealismus der Jugend
ermöglicht die Weisheit des Alters.
Hans Arndt

Weisheit entspringt nicht so sehr dem Verstand,
als vielmehr dem Herzen.
Peter Rosegger

Nächstes Projekt des «Herbstfarben»-Veranstalters

Den Tod zurück ins Leben holen

Sterben und Tod gehören zu den wichtigsten Ereignissen des Menschseins. Und doch sind diese Themen in unserer westlichen Kultur noch immer tabuisiert. In der Öffentlichkeit und in den Medien finden kaum ernsthafte Auseinandersetzungen darüber statt. Unsere erfolgsorientierte «Fit for Fun-Gesellschaft», in der alles machbar zu sein scheint, verdrängt Themen wie Krankheit, Alter, Sterben und Tod.

Der Herbstfarben-Veranstalter perspectiva bietet im Oktober/November 2006 mit anderen Organisationen in Basel Veranstaltungen zum Thema Sterben, Trauer und Tod an. Neben Seminaren, Filmen und Lesungen werden musikalische Beiträge, eine Fotoausstellung und verschiedene andere Ereignisse stattfinden. Der Höhepunkt dieses Veranstaltungszyklus wird ein Kongress sein, der am 25./26. November 2006 im Kongresszentrum Basel durchgeführt wird.

Mehr Informationen auf www.herbstfarben.ch oder über Telefon 061 641 64 85.