

Arnold Mettnitzer

# Die Veredelung der Zeit

Eine Liebeserklärung  
ans Älterwerden



# Inhalt

Vorwort	9
Glückspilze und Welterfinder	15
Die Grundkoordinaten gelungenen Lebens	21
Wie Begegnungen die Zeit veredeln	31
Altern als Chance	59
Letzte Wege	85
Zu guter Letzt: „Vielleicht wird Liebe wehen“	99
Anmerkungen und Quellen	107

Altsein ist ein herrlich  
Ding, wenn man nicht  
verlernt hat, was  
anfangen heißt.

Martin Buber

„Fangen wir an! Fangen wir an! Jeder ist wichtig, weil ein jeder was kann!“ Drei Vorschulkinder sitzen auf dem Gehsteig vor dem Blumengeschäft in der Gersthoferstraße 73 und singen, was sie wohl soeben im Kindergarten in größerer Runde gemeinsam gesungen haben: Als ich am 21. Juli 2018 zufällig in diesen Blumenladen komme, strahlen mich die Kleinen an und tun so, als sängen sie für mich alleine. Diesen drei – heute vielleicht neun oder zehn Jahre alten Kindern – und Jutta, meiner Frau, für die ich damals Blumen kaufen wollte, ist dieses Buch gewidmet.

„Wahrscheinlich lebt man gar nicht, sondern wartet darauf, dass man bald leben werde; nachher, wenn alles vorbei ist, möchte man erfahren, wer man, solange man gewartet hat, gewesen ist“<sup>1</sup>, vermutet Martin Walser. Seit ich diesen Satz vor ziemlich genau fünfundzwanzig Jahren zum ersten Mal gelesen habe, fürchte ich mich davor, in meinem Leben Dinge für wichtig zu nehmen, die diese Aufmerksamkeit nicht verdienen, und dabei Wertvolles und Kostbares zu übersehen. Wer in diesem Zusammenhang von Menschen in helfenden Berufen erwartet, sie könnten Wege aufzeigen und Fragen beantworten, wird womöglich enttäuscht sein. Rezepte und Wegweiser dafür, dass das Leben gelingt, gibt es nicht, auch wenn man sich manchmal in den Ratgeberecken der Buchhandlungen des Eindrucks nicht erwehren kann, es gäbe für jedes Problem das passende Buch, zumindest einen vielversprechenden Titel dazu.

Deshalb ist dieses Buch nicht in erster Linie ein Ratgeber oder Wegweiser, keine Anleitung für geglücktes Leben; es erzählt vielmehr von persönlichen Erfahrungen in Begegnungen mit anderen, von Sternstunden und Enttäuschungen, denn ich bin überzeugt davon, dass ohne den Mut, sich mit anderen auseinanderzusetzen, ohne Respekt, Wertschätzung und täglich geübtes Vertrauen die Grundmelodie im Orchester einer gesunden Gesellschaft verstummen muss. Erst im Miteinander von Glücklichen und Unglücklichen, Gesunden und Kranken, Jungen und Alten zeigen sich nach und nach Möglichkeiten und Chancen, voneinander zu lernen und aneinander zu wachsen. Wenn dieses Buch davon erzählt, dann vor allem, um Leserinnen und Leser dazu einzuladen, in die Kellergänge der eigenen

10 Erfahrungen hinunterzusteigen, wo die im Laufe der Jahre gereiften Weine der Weisheit liegen und nur darauf warten, entdeckt, entstaubt, gehoben und möglichst gemeinsam mit anderen genossen zu werden.

Aber: Obwohl es keine Patentrezepte für ein gelungenes Leben gibt, schon gar nicht für die „Veredelung der Zeit“, so gibt es doch wunderbare Glücksstrategien, die uns die in jedem Menschen schlummernden Potenziale entdecken lassen. Das ist deshalb möglich, weil Menschen trotz aller Unterschiedlichkeit in den Tiefenregionen ihres Wesens mehr Gemeinsames als Trennendes entdecken können.

Dass das im Blick auf das Miteinander der Generationen heute besonders schwierig geworden ist, steht außer Zweifel. „Noch niemals in der Geschichte der Menschheit waren wohl die Abstände zwischen den Generationen so groß wie heute“<sup>2</sup>, vermutet Olga Tokarczuk, die polnische Literaturnobelpreisträgerin 2018. Eine Pandemie, die den Jüngeren mehr zugesetzt hat als den Älteren, hat diese Entwicklung genauso befeuert wie die Debatte rund um die Klimaveränderungen und die Notwendigkeit, darauf not-wendend zu reagieren. Die Jüngeren lehnen sich dabei gegen ein „Nach-mir-die-Sintflut-Denken“ der Älteren auf und werfen ihnen zu Recht vor, sich nicht um die Zukunft und konkrete Problemlösungen zu kümmern. Der tiefe Graben, der sich hier mittlerweile auftut, ist aber für Olga Tokarczuk nicht nur Sinnbild eines Konflikts zwischen Jung und Alt, sondern auch einer seltsamen Divergenz zwischen den Generationen, auch wenn sie im selben Kulturraum leben. Enkel und Großeltern haben heute fast gar keinen gemeinsamen Erfahrungsraum mehr, Urenkel und Urgroßeltern erst recht nicht. Während die Enkel sich über ihre Smartphones beugen, schauen die Großeltern

ihre Lieblingssendungen im Fernsehen. „Der Zerfall der Bevölkerung in verschiedene ‚Stämme‘ je nach Generationszugehörigkeit veranschaulicht, wie viele Realitäten sich in ein und demselben Raum befinden. Sie verzahnen, überschneiden, stimulieren sich gegenseitig – und bleiben dennoch strikt getrennt.“

Vielleicht war das immer so. Schon Sokrates soll über die Jugend geklagt haben, dass sie den Luxus liebe, schlechte Manieren und keinen Respekt vor älteren Leuten habe: „Die jungen Leute [...] widersprechen ihren Eltern, schwadronieren in der Gesellschaft, verschlingen bei Tisch die Süßspeisen, legen die Beine übereinander und tyrannisieren ihre Lehrer.“ Das Verlockende dieses Textes, der zwar durchaus aus dem reichen Fundus der dem Philosophen in den Mund gelegten Sätze stammen könnte, aber von ihm anscheinend nie so ausgesprochen wurde, liegt in seiner markanten Bildhaftigkeit, die unsere Vorurteile jungen Menschen gegenüber befeuern könnte und diejenigen der Jüngeren den Älteren gegenüber. Doch gesetzt den Fall, Sokrates, der bedeutendste Philosoph der Antike, hätte diese Sätze tatsächlich gesagt, könnte sein Pauschalurteil über die Jugend ja auch mit der Salvador Dalí zugeschriebenen Vermutung zu tun haben, dass das Problem mit der heutigen Jugend darin bestehe, „dass man selbst nicht mehr dazugehört“.

Dass sich die zunächst unüberwindbar scheinenden Gräben zwischen den Generationen bei eingehender Beschäftigung in spannende Begegnungsfelder und manchmal unerwartet heiter-fruchtbare Inspirationsquellen verwandeln können, davon bin ich im Grunde seit meinem siebzehnten Lebensjahr überzeugt. Als Gymnasiast zu Besuch bei meinem Schulkollegen Charly Riesenhuber in

12 Krummnussbaum an der Westbahn stand ich damals vor dem Eingangstor zum Friedhof in Marbach an der Donau vor einem Schild mit der Aufschrift: „Was ihr jetzt seid, das waren einst wir! Was wir jetzt sind, das werdet auch ihr!“

In den Jahrzehnten meiner seelsorglichen und therapeutischen Tätigkeit hat sich dieses Gespräch am Friedhofstor zwischen Lebenden und Verstorbenen zum Gespräch unter Lebenden gewandelt. Wie dabei die Begeisterung der Jugend das Salz der Gesellschaft sein mag, bleibt die Weisheit des Alters ihr Pfeffer. Eine lebendige Gesellschaft braucht beides gegen die Langeweile und Fadesse sich voneinander abgrenzender Altersgruppen. Deshalb begibt sich dieses Buch auf die Suche nach Möglichkeiten, im Älterwerden jung zu bleiben, und erzählt von Menschen, denen dieses Kunststück gelungen ist.

Wie ein roter Faden zieht sich das Gespräch zwischen Jungen und Alten, Gesunden und Kranken, Glücklichen und Unglücklichen durch mein Leben. Fünfundvierzig Jahre meiner seelsorglichen Verantwortung und dreißig Jahre meiner Tätigkeit als Psychotherapeut konnten mich von der heilenden Kraft der Zwiesprache unter Lebenden überzeugen. Statt an Gräbern zu stehen, schauen Junge im Gespräch mit Älteren in ihre eigene Zukunft und Alte im Blick auf die Jugend in ihre eigene Vergangenheit und bleiben dabei – mit etwas Glück – offen und neugierig, am Leben anderer Menschen interessiert und bis zuletzt bereit, den Blick über den Tellerrand hinaus zu wagen.