

Konrad Pfaff

## Gesundheit und Liebe im Alter

Auf dem Hintergrund eines gesellschaftlichen Umbruchprozesses

Zu beachten sind noch Trends im gesellschaftlich-wirtschaftlichem Bereich. Es geht um verstärkende Überlappung des Gesundheits- und Altersbereiches. Das Entstehen einer Life-Science-Industrie und neuer Strukturen bei den Life-Style-Medikamenten. Hier zeigt sich eine Tendenz der Medikamentenindustrie in Richtung auf Vorbeugen, Vorsorge und Anhebung von Lebensqualität. Die Biotechnologie im Trend auf Konzentration, auf Pharma- und Agrartechnologie.

Die Life-Style-Medikamente, die den Gesundheitsmarkt zu überfluten beginnen, werden immer beherrschender für die Altersklasse über 50 Jahre. Dabei geht es um Übergewicht, Depressionen, Angstzustände, Gedächtnisstörungen, Impotenz, Haar- ausfall usw. Der neue Markt ist gut für Milliarden-Umsatz. Dieser neue Markt der Medizin ist nicht mehr nur gekennzeichnet von Medikamenten und Präparaten, die Krankheiten bekämpfen, sondern hier laufen auch weltweit die Forschungsprojekte: z.B. 1400 an der Zahl zur Bekämpfung von Krebs, 1300 zu neurologischen Erkrankungen, 1200 zu Infektionskrankheiten und je 800 zu Erkrankungen des Skeletts und des Herz-Kreislauf-Systems. 30000 Krankheiten sollen bekannt sein und erst für 10000 gäbe es ein Medikament. Und doch ist das Thema der Life-Style-Medikamente im Vormarsch. Außerdem müssen wir beobachten, dass viele Medikamente eine Life-Style-Komponente enthalten, obwohl im Kern dafür gedacht, ernsthafte Krankheiten zu kurieren. So seien neue Medikamente in der Entwicklung, welche die Gehirnleistung steigern sollen. Gesunde Menschen, die dieses Medikament nähmen, könnten damit sicher ihre geistige Fitness erhöhen. Aber die wichtigste Anwendung sei die Therapie von Alzheimer-Patienten. Eine neue Klasse von Lifestyle-Drugs wird geschaffen, um das Leben schöner zu machen, nicht so sehr, um ernste Krankheiten zu kurieren. Das neue Modell lehnt sich an Verhaltensweisen an, die der Verbraucher schon kennt: Zur Gesunderhaltung gehören heute: Saunabesuch, Aufsuchen einer Wellness-Farm oder eines Fitness-Studios, das regelmäßige Bad und die künstliche Sonne. 50 bis 150 Mark im Monat geben viele Verbraucher für Mittel und Anwendungen aus, die mit den Themen Gesundheit und Fitness zu tun haben. In dieses Muster stoßen die Lifestyle-Drugs - Viagra ist nur ein Beispiel dafür. Für 50 Mark im Monat - aus eigener Tasche bezahlt - kauft sich der Verbraucher mehr Lebensqualität und Genuß ein.

Ein weiteres Anwendungsgebiet sind Angstzustände: zehn Prozent der Bevölkerung leiden darunter. Ein nebenwirkungsfreies Medikament für diesen Formenkomplex wäre ein Kassenschlager. Hersteller auf den Spuren der Forschung versprechen sich von der Substanz „Gaba“ ein neues Medikament, das so beruhigend wirkt wie Valium, aber weder süchtig macht noch die gefährlichen Nebenwirkungen aufweist. Depressionen sind ein weiterer Anwendungspunkt. Vorbild für die heutigen Pläne ist das Medikament Prozac, das seit den achtziger Jahren als Kassenschlager gilt - das erfolgreichste Antidepressivum. Jetzt erscheinen Nachfolgepräparate wie Zolott und Paxil, Nachfolgesubstanzen, die ein breites Anwendungsfeld haben - von der Behandlung von Essstörungen bis hin zur Therapie von zwanghaftem Verhalten. Unsere Schlussfolgerung deutet darauf hin, dass in diese Medizin-Entwicklung der

„Markt des Alters“ sehr genau hineinpasst. Im Grunde waren die gesundheitlichen Phänomene und Probleme des Alters stets schon die umfassenden, die eine Life-Science-Industrie hervorriefen. Die sogenannten altersbedingten Krankheiten wie Osteoporose, Alzheimer oder Herz-Kreislaufkrankungen waren eben schon immer eingelagert in den Kontext biosozialen Alterns. Somit verlangten sie stets auch die Beachtung jener Phänomene, die mit Zellveralterung zu tun haben. So liegt es nahe, auch eine Forschung mit dem Ziel der Zellverjüngerung aufzubauen. Damit wollen die Wissenschaftler Krankheiten wie Arteriosklerose, also Gefäßverkalkung, bekämpfen und eines Tages auch das Altern aufhalten. Verlängerung und Gesundheit, Erneuerung und Beweglichkeit des Alters gehören zur Lebensqualität. Die Fragen des Alters gehören zum selbstverständlichen Thema der Lebensqualität - auch der Jüngeren. Die Qualität des Alters ist eine Frage der Gesellschaft geworden. Sie kann nicht nur an einzelnen Behinderungen und Erkrankungen festgemacht werden. Sie erfordert die Erforschung des ganzen biosozialen Feldes, sowohl der psychosomatischen Fragen als auch der geistig-sozialen Hygiene. Man kann gegen diese Phänomene und Probleme des Gesundheits-Fitness-Hygiene-Bereichs aus traditionell-konservativen Reserven viele Ressentiments und Zweifel mobilisieren; Tatsache ist der weltweite Trend. Dazu bietet der russische Wirtschaftswissenschaftler Leo A. Nefiodow in Anschluss an Nicolai Kondratieff eine umfassende Gesellschaftstheorie an. Seine Hauptthese lautet: „Die Gesundheit im ganzheitlichen Sinne wird im 21. Jahrhundert Träger eines neuen (Kondratieff-) Zyklus sein. Er geht überraschend davon aus, dass der noch herrschende Zyklus, in dem die Informationstechnik das Tempo und die Richtung des Strukturwandels bestimmt, in naher Zukunft abgelöst wird. Er geht weiter davon aus, dass weder Arbeit noch Kapital, sondern Produktivitätsfortschritte die wichtigsten Quellen für Wachstum sind. Wo sind die wichtigsten Produktivitätsreserven und wo verschwendet die Gesellschaft diese in größtem Umfang? Die Schnittstelle Mensch-Maschine ist nicht mehr die wichtigste. Schon in der Informationsgesellschaft arbeiten die meisten Menschen mit Maschinen und Computern zusammen. Die entscheidende Schnittstelle wird die zwischen Mensch.: Darum muss Wissenschaft jeder Art sich um dieses Phänomen kümmern. An dieser Schnittstelle herrschen Frust, Angst, Mobbing, Verweigerung, innere Kündigung, Streit und Gewalt. Angst kostet uns in Deutschland nach einer Studie jedes Jahr 100 Milliarden Mark. 30 Milliarden kostet Mobbing. 60 Prozent der deutschen Führungskräfte leiden unter Neurosen. Jeder dritte Patient, der einen praktischen Arzt aufsucht, leidet an psychosomatischen Störungen. Seelische und soziale Störungen und Erkrankungen verursachen weltweit Kosten von 10000 Milliarden Dollar im Jahr, eine riesige Verschwendung von Ressourcen. Schlussfolgerung L. A. Nefiodows: Der nächste Zyklus (nach Kondratieff) wird vom Bedarf nach ganzheitlicher Gesundheit ausgelöst und getragen! Zum ersten Mal rücken seelische und soziale Bedürfnisse ins Zentrum des Wirtschaftsgeschehens.

Aus der Kunst eines gesunden Lebens wurde reine Naturwissenschaft, die enorme Fortschritte brachte, deren Nutzungspotential, das in diesem Medizinmodell steckt, jedoch erschöpft ist.

Der Wirtschaftswissenschaftler L. A. Nefiodow umschreibt einen ganzheitlichen Gesundheitsbegriff im Gefolge der Charta 1986 der WHO und versteht neben körperlicher Gesundheit die Fähigkeit, Freundschaften zu schließen und soziale Beziehungen einzugehen, eine intakte Umwelt, ein stabiles Ich aufzubauen, die Fähigkeit mit schwierigen Phasen des Lebens so umzugehen, dass man leistungsfähig bleibt und nicht gleich in eine Depression fällt. Zur vollständigen Gesundheit gehört auch eine positive Antwort auf die Frage nach dem Sinn des Lebens und eine geordnete Beziehung zu den immanenten und transzendenten göttlichen Kräften.

So weit, so gut! Das, was Mode zu sein schien, wird Träger und Fortschrittskraft der ganzen Gesellschaft: die Gesundheit im umfassenden Sinn. So stellen wir uns die Frage nach dem Altern, Altersverlängerung, Qualität des Alters im Zusammenhang mit den Fähigkeiten:

- sich ein stabiles Ich-Selbst zu eröffnen,
- einen sinnreichen Weg zu gewinnen
- soziale Beziehungen, Freundschaften, Liebesverhältnisse, also Wir-Gefühl und Solidarität zu erhalten und zu vermehren
- und die Vermeidung der schlimmsten Verschwendungen unserer besten Produktivkräfte.

Wir erschließen uns das Verhältnis von Alter und Gesundheit, bzw. Lebensqualität, indem wir die Hypothese verfolgen: ein Mensch, der nicht fähig ist, soziale Beziehungen, Freundschaften, Liebesbeziehungen und Gruppenintegrationen aufzubauen, kann nicht gesund sein! Psychosomatische, physiosoziale, geistig bedingtes Wohlbefinden, Fitness, Gesundheit im umfassenden und im dynamischen Sinne, sind Folgen von Ursache und Wirkung und wirken damit im Sinne einer Bewältigung des sozialen, wirtschaftlichen, ökologischen und kulturellen Feldes. Der Mensch ist nie isoliert, er lebt mittendrin und ist der komplexe Punkt aller Einflüsse, Abhängigkeiten, Wechselwirkungen, auf die er oft filigranhaft-versteckt, oft sehr eindeutig äußerlich angstvoll, aggressiv reagiert. In seinen mannigfachen Abhängigkeiten von allen Lebensfeldern, erfährt er sich als „Macher und Täter“ seiner selbst.

Wenn wir die Fähigkeit des Menschen, sich ein stabiles Ich-Selbst zu geben, mit der Fähigkeit, soziale Beziehungen zu schaffen, verbinden, gewinnen wir nicht nur ein Kriterium für seine Gesundheit, sondern seiner gesamten Lebensqualität. Der Mensch muss beides lernen: sein Ich-Selbst zu schaffen, zu vertiefen und seine Beziehungen als Freundschaften und Liebe zu vermehren, bis er solidaritätsfähig wird im erschütterten festen Mitgefühl und einer Verbundenheit, die spirituellen Sinn gewann. Wenn wir dabei die Wichtigkeit seiner bedeutungsgebenden Gefühle, der Lernprozesse und der sich mehrenden Entscheidungen betrachten, wissen wir, dass

er des sozialen Nahhorizontes mehr denn je bedarf. Seine Teilhabe äußert sich in erotischer Verbundenheit zu Menschen, Tieren und Erde. Diese Kraft des Eros und der Fähigkeit, sich gütig und liebevoll zu verbinden, Verantwortung zu übernehmen und zu sorgen, gilt für alle Formen der Liebe, für alle Arten freundlicher Begegnung. darin darf Der Mensch darf im hohen Alter nicht nachlassen, das einzuüben und zu lernen, was er im genetischen Vorprogramm mitbekam.

Wer zwischenmenschliche Beziehungen verliert, Freundschaften nicht aufbauen kann, wer sich nicht zutraut, Liebesbeziehungen zu pflegen, wer isoliert wird, sich in Einsamkeit flüchtet, ist krank, wird krank und kann seine Möglichkeiten nicht leben, und erlebt Wohlbefinden weit unter dem Lebensminimum. Eine der Grundbefindlichkeiten im höheren Alter ist gekennzeichnet durch gesellschaftliche Tabuisierungen vieler Beziehungen wie Freundschaft, Liebe und Leidenschaften. Die Angst vor starken und großen Gefühlen, auch die Angst vor der Expression der Gefühle macht krank. Im Grunde gilt: wer nicht lieben darf, kann oder soll, wird oder ist krank.

Abgeschottet von Gefühlen und der realen Liebe, ist der alte Mensch gefährdet, krank, todmüde und unlebendig zu werden.

Fassen wir zusammen:

Menschen in gesellschaftlicher Einzelhaft zu halten, ist verbrecherisch.

Menschen von Beziehungen, Freundschaften, Liebesbeziehungen, eigenen Gruppen fernzuhalten, ist böseartig.

Menschen vom Selbststand des eigenen Ichs fernzuhalten, ist dem Sklavenhalter gemäß.

Menschen müssen, dürfen und können in allen Lebensphasen Liebe empfangen und geben. Liebe ist immer ein ganzheitliches Phänomen. Körper, Seele, Geist, Sozialität, Individualität und Solidarität gehören stets dazu. Sie ist immer erotisch.

Eine Gesellschaft ist unterdrückerisch und fremdbestimmt und nicht auf die Entfaltung des Menschen ausgerichtet, wenn sie Freundschaft und Liebe des Einzelnen - wann, wo und wie auch immer - unterdrückt. Sie unterdrückt damit Gefühle, Entscheidungen, Erotik und Sexualität. Solch eine Gesellschaft ist unmenschlich und darf und muss immer neu betrogen werden, ihr ist zu widerstehen. Ungehorsam wird notwendig.

Der alternde Mensch, der aus den Verhältnissen der Arbeits-, Leistungs- und Wirtschaftsgesellschaft „entfernt“ worden ist, verliert nicht sein Recht zu Überleben. Zum Überleben des Individuums gehören außer Wohlfahrt auch die Gefühle, in Obhut zu sein und des empfangenden und schenkenden Wohlwollens. Am allermeisten gehören zum Überleben jedoch die realen Beziehungen der Freundschaft und der persönlichen Liebe.

Das Überleben des alternden Menschen erfordert den verstärkten Aufbau seines Ich-Selbst, seinen Glauben an sich und seine Fähigkeit und die Kompetenz, Beziehungen verschiedenster Art herzustellen. Erotik und Sexualität in Liebesbeziehungen sind Stärkungen zum Überleben.

Tabuisierung, Verbot, Gewohnheitsbrauch, Negierung der Sexualität sind Zeichen einer gesellschaftlichen Gewalt. Dabei wirken alle traditionellen Mächte, wie die der Familie und Nachbarschaft, der Kirchen und Vereine zusammen, es den alten Menschen es schwer zu machen, zu lieben und seine Gefühle körperlich auszudrücken. Solche Frustrationen, Ängste, Aggressionen machen krank und lebensmüde. Aus dieser Situation geminderter Lebensqualität entsteht jedoch wiederum Schaden für die Gesellschaft und Wirtschaft.

Der alternde Mensch ist aber nicht ganz ohne sein Zutun, ohne seine Vorurteile, ohne seine Moral- und Autoritätsgläubigkeit in diese gesellschaftliche Einzelhaft gekommen. Wer nicht kämpfend, lernend und selbstentscheidend mit sich umzugehen gelernt hat, kann auch gegen seine Alters-Einzelhaft und die damit verbundene Verkümmern von Freundschafts- und Liebesbeziehungen kaum etwas erfolgreich unternehmen.

Die Hemmung und Unterdrückung der Sexualität ist in Kindheit und Alter am stärksten wirksam. In den mittleren Lebensaltern ist dagegen real eine starke Lockerung der sexuellen Handlungen zu beobachten.

Im Alter ist die Liebesbeziehung oft auf ihre stärkenden, helfenden und sorgendpflegenden Fähigkeiten und die Funktion gegenseitigen Wohlwollens zurückgenommen. Sexuelles Gütezeichen wird dann die Güte der beiden älteren Menschen.

Was der heute ältere Mensch lernen konnte und durfte, ist jene Vorherrschaft von Liebe, die „permissiveness with affection“ als Sexualität, die er aus einigen negativen Kontexten von Angst, Schuld, Sünde, Tabu und Scham befreite. Diese Art von Beziehung jedoch ist komplexes Ergebnis von Zwang zur individuellen Subjektivität und zu positiven Gefühlen und affektuellen Romantizismen oder Leidenschaften. Sie herrscht als „Glaube“, dass sie Lohn sei und sich lohne, dass sie Erlösung und Seligkeit schenke, mit einem Wort, sie ist das „Brot der Armen“ und das „Dessert der Reichen“. Das alles haben die Älteren nicht genug gelernt.

Und noch eins lernten sie nicht neben „romantischem Idealismus“ und „reflexiven Hedonismus“, nämlich die Ablösung der Sexualität vom Gefühlsganzen der Liebe. Sexualität als spontanes Erleben, als kurzweiliges Spiel, als Strategie der Herauslösung aus dem Ernst des Alltags lernten die Älteren nicht. Sowohl die romantische Utopie der Leidenschaft als auch die Dramatisierung und Verklärung der Sexualität, die in allen Medien angeboten wird, wie auch das Spielerische, Unabsichtliche, Unernste der Sexualität ging an ihnen, da sie älter waren, vorüber.

Erstarrt in eigenen Moralverpanzerungen, blieb die Sexualität im Gefängnis von Ehe und Familie eingeschlossen.

Der erzwungene gesellschaftliche Prozess der Individualisierung, der Wegfall von Kasten, Klassen, Ständen als Ordnungshüter gesellschaftlicher Macht und Differenzierung gesellschaftlicher Funktionen waren samt Institutionen wie Familie, Sippe, Nachbarschaft, Clan und Gemeinde leitende und bergende soziale Entitäten. Dieser gesellschaftliche Kontext sorgte auch für Regulation menschlicher Handlungen in Arbeit, Konsum, Regelung des Äußeren und selbstredend für die Regulierung der Se-

xualität. Eingebunden in die Mächte, in ihre Fremdbestimmung, war die Sexualität und Liebe nicht eine Leistung des Subjekts, nicht ein Inhalt seines Bewusstseins und seiner Entscheidungen. Vorrangig war sie einem System der Regulationen des sozialen Kontextes, in dem der Mensch lebte, unterworfen. Die heutigen Alten, also die 60 bis 90-Jährigen sind vielleicht die ersten, die diese soziale Wandlung erleben, einerseits als Zuschauer beim Treiben der Jüngeren, andererseits doch als Betroffene und zuallerletzt auch als die, die diese Veränderung auch in ihrer eigenen Subjektivität mitzumachen trachten. Betroffen und nicht herausgefordert, unterwirft sich jedoch die Mehrzahl dieser älteren Menschen dem direkten und mannigfachen indirekten Druck ihres sozialen Kontextes.

Ungeübt verlieren sie den Geschmack am Sex, dann an der Liebe und am Leben. Sie merken nicht, dass von Lust, Genuss, Sinnlichkeit, Zärtlichkeit und Nähe zum Ich und Du die Qualität des Lebens abhängt und somit in ihrem Leben abnimmt und damit von diesen Kompetenzen, die innerhalb von Liebe, Erotik und Sexualität dem Menschen am besten zugänglich sind, die ganzheitliche Gesundheit als größtes Gut verloren zu gehen beginnt. Gesundheit kann nicht in gesellschaftlicher Isolierhaft und bei sexueller Amputation gedeihen!

Die Vergangenheitsorientierung ist eine Orientierungsmöglichkeit. Doch bedarf der Mensch auch anderer Orientierungen. Sich im Alter zu erinnern ist gut und hilfreich, doch anschließend in erinnerter Vergangenheit zu verharren, führt zur Unfähigkeit, Gegenwart zu leben. So ist es auch mit den Zuständen der Verliebtheit, dem Begehren, der Sehnsucht, wie der Gier und Neugier. Dem Liebesgenuss, der Zärtlichkeit und Erschütterung, dem Berührt- und Bewegtwerden in vergoldender Erinnerung innewerden ist schön, jedoch für Gesundheit, Glück und Lust ist es notwendig, diese frühen Zustände auch in der Gegenwart zu durchleben. Dazu bedarf es einer risikobeladenen Offenheit, einer schulischen Empfänglichkeit, des Überschreitens von Schamswellen, der Überwindung angelernter Behinderungen und nicht geübter Ausdruckskraft. Nur der lernende und sich entscheidende alte Mensch vermag dies.

Es war den alten Zeiten unserer Geschichte gemäß, die vielen Einzelnen, die Massen von Individuen, das Subjekt in den Entscheidungs-Orientierungsprozessen auszulassen. Der gesellschaftliche Transfer und die Regulation gingen nicht über das Bewusstsein des Einzelnen. Es war nicht nötig, dass er sich bewusst fühlend und denkend einschaltete. Er wurde gebraucht. Das neue Transfersystem und die Regulationsmechanik der Gesellschaft ist jedoch der Einzelne. Aus den Klassen, Ständen, Sippen, Gruppen und Gemeinden gefallen, wird er vereinzelt, isoliert, vereinsamt und - verdrossener Weise - zum Individuum, das sich so gar nicht selbst-mächtig fühlt - ist es auch nicht! Das Individuum ist an die Stelle sozialer Institutionen im System der Gesellschaft getreten. So weit, so gut ist das Individuum seines idealen Glanzes, seines großen Rufes seit der Renaissance verlustig gegangen. Andererseits wurde es real mit einer Menge sozialer Prozesse belastet. Es ist geboren, gerade als es aus der Ordnung fiel und soll nun eine Ordnung garantieren. Aus den Verbundenheiten herausgerissen, ist es sehr klein und fühlt sich schwach im sozialen System,

das es braucht und gleichzeitig missbraucht. Doch ein Risiko ist die moderne Gesellschaft durch die „reale Abstraktion“ des Individuums eingegangen. Sie hat den Einzelnen, das Subjekt, geschaffen und ihm auch ideologisch eingeredet, er sei ein neuer, ja besser aufgeklärter, geistiger Mensch. Das Risiko besteht darin, dass das Subjekt nun wirklich mehr als gesellschaftliche Transferstelle sein will, dass es sich in dieser Funktion selbst transzendiert - auf sein Selbst hin! Das „soziale Ego“ besinnt sich auf sein starkes Selbst und bekennt sich dazu. Bewusstsein wird Selbstbewusstsein. Real bedeutet dies den Erwerb einer neuen und wirklichen Mega-Kompetenz für das Individuum. Schon immer waren ihm all diese Fähigkeiten: Selbstbestimmung, Prüfung, Entscheidung, freie Handlung usw. zugeschrieben, das Subjekt wurde zu einer sozialen Entität mit realer Wirksamkeit und Brauchbarkeit. So wie die neue Gesellschaft der Moderne, Postmoderne usw. das Individuum zum Transfer- und Transmutationshebel erkor, so merkt das Individuum nun auch seine soziale Realität als Ohnmacht und Macht, als Fremd- und Selbstbestimmung. Es ist das Risiko des Gesellschaftssystems beim Individuationsprozess, dass eben das gemeinte Individuum nebenher auch seine Kraft erfährt und diese dann hie und da aus seiner wiedergefundenen Selbstherrlichkeit gegen den sozialen Kontext wendet. Dass solche Aktionen sich vermehren, ist nicht auszuschließen, dass dadurch das System gestört wird auch nicht. Es können davon Wirkungen ausgehen, mit denen Gesellschafts- und Wirtschaftssystem nicht gerechnet haben. Diese könnten auch politisch in eine Richtung führen, die die Grundrechte des Einzelnen endgültig über die Souveränität und Großmachtgelüste der Staaten und der Großkonzerne stellt.

Das Risiko der Gesellschaft bei ihrem gigantischen Individualisierungsprozess ist ihre eigene Umwälzung. Das Entstehen einer Subjektkultur, einer Subjektmoral, einer Subjektreligion ist nicht mehr auszuschließen. Damit gehen die Rechte des Souveräns - die da waren und sind: Autoritäts-Tradition, Gesellschaftssystem-Staat, Wirtschaftssystem: Weltkonzern-Kapital, Militär, Kirche und Wissenschaft - an das Subjekt über, das da herrscherlich prüft, wägt, bedeutet und fordert.

Redaktion: Beatrix Classen