

Die Freiheit der Ältesten

Entscheidungen am Lebensende / Von Paul B. Baltes

Von der Vitalität der jungen Alten wird inzwischen geschwärmt. Doch was ist mit den alten Alten, den Menschen über achtzig im sogenannten Vierten Lebensalter? Sie bewerten ihre eigene Situation wesentlich negativer als ältere Menschen unter achtzig Jahren. Das bekannteste Maß für eine wesentliche Verschiebung des Geisteszustandes der Hochbetagten in den negativen Bereich ist wahrscheinlich der dramatische Anstieg an Demenzen, die das hohe Alter mit sich bringt.

Noch unter den Siebzigjährigen leiden weniger als fünf Prozent an diagnostizierten Demenzen, bei den Achtzigjährigen sind es schon fast fünfzehn Prozent, bei den Neunzigjährigen ist es fast die Hälfte. Die Alzheimer-Demenz führt zu einem allmählichen Verlust vieler Grundeigenschaften des Menschen wie Intentionalität, Selbständigkeit, Identität und sozialer Eingebundenheit. In der Gesamtschau wird es zunehmend schwieriger, in Würde leben und sterben zu können, wenn immer mehr Menschen unter gegenwärtigen Bedingungen bis weit in das Vierte Alter hinein leben.

Auch unter den besten Kollegen in der Altersmedizin regiert Unsicherheit, ob der Alzheimer-Krankheit bald vorgebeugt werden kann oder ob sie gar heilbar wird. Nachdenklich stimmt das Forschungsergebnis, daß historisch bisher keine Verlangsamung der Alters- und Prävalenzraten von Alzheimer-Demenz zu erkennen ist, wie dies für andere Krankheiten zutrifft. Im hohen Alter scheinen das Vorkommen und die Verbreitung von Alzheimer-Demenzen über die letzten Jahrzehnte praktisch konstant geblieben zu sein.

Wir stecken in einem Dilemma. Es gelingt uns zwar, das Leben zu verlängern, aber weil die biologische Plastizität und Veränderbarkeit mit dem Alter abnimmt, verringert sich auch die Effektivität kulturbasierter Interventionen. Längeres Leben als solches führt noch zu keiner Verzauberung des Alters. Einige sehr gute Altersforscher behaupten, daß die erstaunliche Erfolgsgeschichte des jungen Alters nicht auf das Vierte Lebensalter ausgedehnt werden könne.

Das Leben gilt uns als absoluter Wert. Gerade die Fortschritte in der Lebensverlängerung machen zweifelhaft, ob dieses Tabu unserer öffentlichen Moral Bestand haben kann – diese These vertrat Paul B. Baltes gestern in der hier auszugsweise dokumentierten Rede vor dem Nationalen Ethikrat.

Der wissenschaftliche Erkenntnisprozeß steht freilich nie still. Ein zentrales Thema der gegenwärtigen Gerontologie ist daher die Frage nach dem Fortschritt, der gerade aus neuen biomedizinischen Forschungsfeldern wie der molekularen Biologie oder der Gentechnologie entstehen könnte. Könnte dadurch die grundlegend altersunfreundliche biogenetische Architektur des Lebensverlaufs verändert werden – derart, daß sie bessere Angriffsmöglichkeiten für das Wirksamwerden kultureller und psychologischer Einflüsse im hohen Alter bietet? Würde unsere Kultur es dann ermöglichen, nicht nur dem Leben Jahre hinzuzufügen, sondern auch den Jahren Leben?

Es gibt gute Gründe für Vertrauen in die Langzeit-Potenz der Wissenschaft. Aber die gegenwärtige Lage bietet Grund zum Innehalten. Ein neuer Balanceakt im Schnittpunkt von Fortschritt und Würde sowie von Eigen- und Fremdnutzen ist gefordert. Sobald man sich nicht nur die Lebenslänge anschaut, sobald man sich nach weiteren Indikatoren umsieht, die eher etwas über Qualität als Quantität aussagen, sieht man im hohen Alter zunehmend ein Bild der Unfertigkeit, der Unvorhersagbarkeit und des Leidens.

Das Vierte Alter befindet sich nicht nur im Unsicherheitsterritorium der Forschung, sondern auch mitten in der modernen und ethisch-religiösen zwiespältigen Diskussion über den Begriff der Natur des Menschen und das Ausmaß an genetischer Selbststeuerung, das die Menschheit anzuwenden wagt. Die Möglichkeiten biomedizinischer genetischer Interventionen geben sicherlich Anlaß zur Hoffnung. Es gibt jedoch auch wissenschaftliche Gründe, diese Option eher kritisch zu betrachten. Das hohe Alter ist die große Unsicherheitskomponente der Zukunft, es leidet an einer tiefsitzenden und nur schwer zu korrigierenden biokulturellen Konstruktionsschwäche. Dort finden gesellschaftlicher Fortschritt und Homo faber bisher ihre Grenzen. Im hohen Alter ist die einst so reichlich fließende Quelle des menschlichen Entwicklungspotentials kaum noch sichtbar, selbst unter idealen Laborbedingungen.

Daß immer mehr Menschen in das Vierte Lebensalter eintreten, erfordert einen neuen und tiefgreifenden Vorwärtsschritt in der pragmatischen, dem Menschen dienenden Koalition von säkularisiertem und religiösem Denken, Fühlen und Urteilen. Demenz ist nur ein Bei-

spiel für die anstehenden Herausforderungen, wenn auch ein besonders beeindruckendes. Ein anderes Beispiel ist das würdevolle Sterben. In den Industrienationen zählen beide zu den am stärksten beunruhigenden und am wenigsten geklärten Themen dieses Jahrhunderts. Ohne pragmatische und pluralistische Grundorientierung sind sie psychologisch letztlich in der modernen Welt nur schwer lösbar. Die Verabsolutierung von Werten hat ihre Grenzen, was das Alter betrifft.

In anderen Worten, für den einzelnen oder auch Subgruppen mag Wert-Absolutismus sinnvoll sein, angesichts der Variationsbreite der Lebensqualität im hohen Alter und der möglichen finalen Entscheidungen des Menschen über sich selbst scheint er mir wenig hilfreich. Ein neuer Pflichten- und Rechtekatalog für den einzelnen und die Gesellschaft ist im Entstehen. Daß damit Konflikte über Ressourcenverteilung und Verantwortungsstrukturen einhergehen, ist eine fast triviale Aussage. Dies trifft auch auf die Frage des Wertes von Leben an sich zu. Nicht nach dem Wie und Wozu individueller Ausprägungen des Lebens und seiner Gestaltung zu fragen ist rückständig in einer Gesellschaft hochentwickelter Individuen.

Die zwei Kern-Charakteristika des Alterns sind erstens seine ausgeprägte biographische Individualität, das Alter ist in seiner Essenz die potentielle Höchstleistung eines individualisierten Lebens, und zweitens die besonderen Schwierigkeiten, die sich aus der unfertigen biokulturellen Architektur des Vierten Alters ergeben. Wenn beide als zentrale Ausgangspunkte anerkannt werden, könnten folgende Wenn-dann-Aussagen psychologisch und gesellschaftlich sinnvoll sein:

Wenn man die Mehrfachgesichter des Alters auf individueller und gesellschaftlicher Ebene explizit anerkennt; wenn Menschen sich selbst in die Realisierung ihrer Entwicklungsplastizität lebenslang einbringen, ihr Leben proaktiv auch für das Alter leben; wenn Wissenschaft, Politik und Industrie das Alter als Chance und Fortschrittsquelle verstehen und in neue gesellschaftliche Strukturen und wirtschaftliche Innovation umsetzen; wenn man das Alter als die große Individualisierungs-

und Freiheitschance des Lebens begreift, deren aufgeklärte Gestaltung früh im Leben beginnt; wenn es dabei gelingt, auch dem Sterben einen positiven Entwicklungs- und Gestaltungsraum im Interesse des Eigen- und Gemeinwohls ohne ungebührlichen gesellschaftlichen Außendruck zu eröffnen und schließlich wenn wir nicht nur an uns in Deutschland denken, sondern auch den größeren Kontext der Welt einbeziehen und sicherstellen,

daß wir unsere Ressourcen nicht nur selbst in unserem Land für unser eigenes Alter aufzehren, dann gilt das Wort: Zukunft ist Alter.

Dann können Altersforscher guten Gewissens ein vor allem positiv gestimmtes Zukunftsmotto wählen: mehr Alter wagen! Wenn allerdings diese Vorbedingungen nicht erfüllt werden, gilt eher das Weisheitswort der Verlangsamung, wenn nicht sogar des temporären Innehaltens und längeren Besinnens. Dann ist vor allem der Fortschritt in der durchschnittlichen Lebenserwartung im hohen Alter nur ein vermeintlicher. Eine andere Sentenz bietet als Leitmotiv die weisere gesellschaftliche und individuelle Entscheidung, gerade was das hohe Alter angeht: Weniger ist mehr!

Wie kommt man zu den Entscheidungen über das Wie, Wo und Wann des Weniger, gerade auch im Kontext der angehaltenen biographischen Individualisierung des Alters? Als allgemeine lebenspraktische Leitlinie habe ich dabei nur das anzubieten, was aus einer Theorie des erfolgreichen Alterns fließt: selektive Optimierung mit Kompensation. Die Selektion bezieht sich auf die Auswahl von Präferenzen und Lebenszielen, die Optimierung auf die Mittel, diese zu erreichen, und das Kompensieren auf die Suche nach Alternativzielen, wenn die erstrebten nicht erreichbar sind, sowie auf die Substitution von Mitteln, sollten bisher zum Erfolg führende verlorengehen. Rubinstein im hohen Alter beispielsweise spielte weniger und weniger Stücke (Selektion), übte diese aber häufiger (Optimierung) und nutzte schärfere Kontraste zwischen schnell und langsam, um seinen Verlust an Geschwindigkeit zu verdecken (Kompensation).

Bei der Frage, wie der einzelne das für sein Leben – und auch für sein Sterben – umsetzt, sollte im Sinne einer individualistisch konstruierten Lebensform der größtmögliche rechtliche Freiraum regieren, denn das Alter ist die Höchstform der persönlichen und nicht einer primär von „oben“ vorgegebenen Kultur. Beim Alter und dem Wie des Sterbens scheint es mir daher eher unethisch, die existentiellen Wünsche des Individuums zu mißachten oder ihm einen engefaßten normativen Gürtel anzulegen.

Diesen größtmöglichen Freiraum für eine individuelle Hochkultur des Alterns zu gestalten, und dies ohne moralisch notwendigen Werte-Absolutismus, mit einem Maximum an individueller Selbstverantwortung ohne repressiven gesellschaftlichen Druck sowie mit dem Verzicht auf eine Standardlösung zugunsten einer Palette von die Freiheit des Alters fördernden Optionen ist meine Hoffnung für die Zukunft des Alters.

Paul B. Baltes ist Direktor am Max-Planck-Institut für Bildungsforschung und leitet das Internationale Max-Planck-Forschungsnetzwerk Alter (MaxnetAging). Er ist auch Mitglied der Leopoldina-Acatech Arbeitsgruppe „Chancen und Probleme des Alters“. Im Jahr 2000 wurde er in den Orden Pour le Mérite gewählt.

Das Leben gilt uns als absoluter Wert. Gerade die Fortschritte in der Lebensverlängerung machen zweifelhaft, ob dieses Tabu unserer öffentlichen Moral Bestand haben kann – diese These vertrat Paul B. Baltes gestern in der hier auszugsweise dokumentierten Rede vor dem Nationalen Ethikrat.