

## Einsamkeit im Alter

---

Gedanken über ihre Wichtigkeit

Jede wohlbestallte Fachperson sagt das heutzutage mit Überzeugung: Einsamkeit im Alter ist nicht gut aber gut ist, dagegen etwas zu tun. Und es wird viel getan von den Fachleuten des Alters, um die Einsamkeit bei den Alten, die sie betreuen und pflegen, zu verscheuchen. Sie tun es als Beruf und oftmals sogar als Berufung, mit strengem Willen und Konzepten im Kopf, wenn sie gegen die Einsamkeit und deren Folgen antreten. Dabei bedenken sie nicht, was Schopenhauer (Paränesen und Maximen) gesagt hatte: „Ein Hauptstudium der Jugend sollte sein, die Einsamkeit ertragen zu lernen, weil sie eine Quelle des Glücks und der Gemütsruhe ist.“ Was für ein Gegensatz: Die Einsamkeit verscheuchen oder sie erlernen! Ist es nur unser gehetzter Alltag, das Rennen nach dem materiellen Glück, die Angst vor der unbekannten Zukunft, das zwingende und fordernde soziale Netzwerk, das uns daran hindert, Einsamkeit zu erlernen? Keine Zeit dafür, rufen die Zeitgenossen atemlos von einem Termin zum andern spurtend. Unnütz, unproduktiv und deshalb schädlich, meinen sie damit. Sie mögen Recht haben, schliesslich ist die Mitarbeit an der Erhöhung des Bruttosozialproduktes gesellschaftliche Bürgerpflicht. Es kann aber auch sein, dass sie nur Langeweile mit Einsamkeit verwechseln. In einem Brief an seine Mutter weist Nietzsche allerdings auf einen ganz anderen Zusammenhang: „Alt werden und einsam werden scheint dasselbe, und ganz zuletzt ist man wieder nur mit sich zusammen und macht andere durch unsern Tod einsam.“ (Brief an die Mutter, Basel, 21. 9. 1875). Für Einsamkeit ist in der Blüte des Lebens weder Zeit noch Gelegenheit. Andernfalls gehören ihre Erscheinungsformen in die Kategorien des abartig Krankhaften. Wenn wir erkennen, dass der Tod der Endpunkt eines fortschreitenden Verlustes an Vitalität ist, damit aber auch ein fortschreitendes Zunehmen an Einsamkeit, dann kann uns klar werden, dass die Einsamkeit im Alter endemisch ist und daher ansteckend. Es lauert Ansteckungsgefahr für diejenigen, die noch nicht in der Einsamkeit leben und die sie nie erlernt haben und zugleich liegt darin ein Motiv verborgen das dazu animiert, tatkräftig gegen das Phänomen der Einsamkeit im Alter anzutreten. Schopenhauer (Aphorismen zur Lebensweisheit, V,9) hat diesen Zusammenhang so festgehalten: „Wie die Liebe zum Leben im Grunde nur Furcht vor dem Tode ist, so ist auch der Gesellschaftstrieb der Menschen im Grunde kein direkter, beruht nämlich nicht auf Liebe zur Gesellschaft, sondern auf Furcht vor der Einsamkeit, indem (es) nicht sowohl die holdselige Gegenwart der andern ist, die gesucht, als vielmehr die Öde und Beklommenheit des Alleinseins, nebst der Monotonie des eigenen Bewusstseins, die geflohen wird.“ Das also ist es, wenn die Alten uns ihre immer gleichen Erinnerungen aus ferner Vergangenheit vortragen, wenn sie uns so resigniert erscheinen, nicht Demenz oder Depression sind es, nur Einsamkeit. Einsamkeit, von der Einstein (überliefert) sagt: „Ich lebe in jener Einsamkeit, die peinvoll ist in der Jugend, aber köstlich in den Jahren der Reife“. Nichts also, das verscheucht werden muss, weder mit guten Ratschlägen, wohlmeinenden Taten oder gar Medikamenten.

Es muss also nichts gegen die Einsamkeit getan werden. Fragt sich aber, ob dafür etwas getan werden kann? Und ob und gewiss! Allerdings nur, wenn man Alleinsein und Einsamkeit nicht gleichsetzt oder gar verwechselt. Gleiches gesellt sich gern zu Gleichem, was die Sozialwissenschaft als Gruppenbildung bezeichnet. Es lässt sich ungestört einsam unter Einsamen sein. Denkt man über die obigen Zitate nach, lässt sich sogar vorstellen, dass das ein köstlicher Zustand ist, zusammen mit andern Gleichen einsam zu sein aber nicht alleine. Hierin liegt der Schlüssel für das was zu tun ist und was **das Wohn- und Pflegeheim Spyrigarten** tut oder anbietet: Gemeinsamkeit für die Einsamen, damit sie einsam sein können ohne gestört zu werden und an ihrem Anderssein nicht verzweifeln müssen.

**Dafür bietet das Wohn- und Pflegeheim Spyrigarten für einsame Alte Tagesplätze, Ferienplätze oder Wohnplätze an, damit sie das sein können was sie sind, einsam in der Gemeinschaft von Gleichen. Auch der Einsame braucht Gemeinschaft um leben zu können.**

2016 Dr. Hansueli Weber, Mitglied der Sozialbehörde Hirzel