

Muss man sich dafür schämen?



Alt werden ist nichts für Feiglinge“, so sagt man. Aber muss man sich dafür schämen, wenn alles langsamer geht und man auf Hilfe angewiesen ist?

Die ältere Dame aus der Nachbarschaft geht nie ohne ihren Regenschirm aus dem Haus. Auch bei strahlendem Sonnenschein. Sie geht langsam die Straße entlang – immer chic gekleidet, das silberne Haar hochgesteckt. Doch wenn es regnen würde, böte der Schirm ihr keinen Schutz. Denn ihren Regenschirm hat sie lediglich dabei, um sich beim Gehen zu stützen, sie nutzt ihn als Gehhilfe.

Des Öfteren sieht man alte Leute, die weder Rollator noch Gehstock nutzen – stattdessen gehen sie langsam und unsicheren Schrittes. Von einigen hört man, es sei ihnen unangenehm, öffentlich zu zeigen, dass die Zeiten der körperlichen Stärke und Unversehrtheit vorbei sind. Manche nutzen sogar Walkingstöcke, weil die sportlicher wirken als der gemeine Gehstock. Eine wackelige Angelegenheit!

Aber mal ehrlich: Muss man sich dafür schämen, mit über 80 Jahren eine Gehhilfe zu benötigen? Und muss man sich überhaupt für sein Alter oder körperliche Einschränkungen schämen?

In der Natur werden alte oder verletzte Tiere oft vom Rudel ausgestoßen – schlimmstenfalls werden sie einfach zurückgelassen. Das ist vielleicht der Grund dafür, dass auch wir Menschen so lange wie möglich so tun, als wären wir nicht auf Hilfe angewiesen. Noch dazu leben wir in einer Gesellschaft, die fortwährend propagiert, wir müssten immer jung, sportlich und stark sein.

In vielen anderen Kulturen hingegen werden alte Menschen sehr verehrt, ihre Lebenserfahrung wird hochgeschätzt und sie werden von den Jüngeren um Rat gefragt. Trotz ihrer Einschränkungen bleiben die Alten in den Familien – mitten im Leben – und werden nicht ausgegrenzt.

Angesichts der immer älter werdenden Gesellschaft erscheint ein Umdenken auch in unserer Kultur durchaus angebracht.