

## **Dämon Alter?** **Alter(n) als Herausforderung für das Menschsein**

Herzlichen Dank für die Möglichkeit aus Sicht der Altersforschung heute hier einen Beitrag leisten zu dürfen. Ich freue mich wirklich sehr bei diesem Ethik-Forum mit dem nicht nur spannend klingenden Titel *Projekt Unsterblichkeit* dabei sein zu dürfen, sondern unter diesem am heutigen Tag gesellschaftlich und für das Individuum und sein Selbstverständnis relevanten Fragen nachzugehen. Meinen Vortrag habe ich mit dem Titel *Dämon Alter? Alter(n) als Herausforderung für das Menschsein* überschrieben, denn wenn wir uns heute mit dem *Projekt Unsterblichkeit* beschäftigen, so gilt es zu fragen, wofür bzw. wogegen sich das Projekt eigentlich richtet. Ist es wirklich ein Streben nach Unsterblichkeit selbst oder steckt dahinter vielleicht ein anderer Wunsch bzw. Befürchtung? Mit Blick in die Menschheitsgeschichte lässt sich zumindest vermuten, dass dieses Projekt schon viel älter ist und nicht erst in unserer Zeit auf den Plan trat. Dabei zeigt sich auch, dass es sich nicht nur um das Nicht-mehr-Sterben-Müssen rankt, sondern weiter greift und sich gegen den Prozess des Alterns und das Alter in einem ganz bestimmten Verständnis richtet.

So zeigt sich exemplarisch in einem Bild von Lucas Carnach dem Älteren von 1546 mit dem Titel *Der Jungbrunnen*<sup>1</sup>, dass der Traum der ewigen Jugend einer ist, der seit langem schon die Auseinandersetzung des Menschen mit der eigenen Endlichkeit und insbesondere der eigenen Zeitlichkeit bestimmt. Auf dem Bild werden im wahrsten Sinne des Wortes auf der einen Seite ältere Menschen herangekarrt und steigen auf der anderen Seite jung, vital und freudig wieder aus dem Wasser. Auch antike Mythen und mittelalterliche Legenden (z. B. die Suche nach dem Heiligen Gral oder Stein der Unsterblichkeit) können für diesen vermeintlich uralten Menschheitstraum der Überwindung des Alter(n)s herangezogen werden. Die Sehnsucht nach der Ausdehnung bzw. Rückgewinnung von Jugendlichkeit, verbunden mit Gesundheit, Schönheit, Lebenszeit und Zufriedenheit, stellt kulturgeschichtlich somit einen alten Topos dar.

War der Traum nach ewiger Jugend lange Zeit tatsächlich allerdings nicht mehr als ein Traum und Wunschgedanke, so stellt sich angesichts der gegenwärtigen Möglichkeiten u.a. der Bio- und Medizintechnik jedoch die Fragen, ob wir diesem Traum nicht schon ganz nah sind. Regale von Buchläden zieren bereits eine ganze Reihe an Ratgebern mit vermeintlichen Erfolgsprogrammen, die ewige Jugend versprechen und dem Alter unter dem Schlagwort *Anti-Aging* den Kampf ansagen.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Cranach d. Ä., Lucas (1546): *Der Jungbrunnen*. Ölgemälde, Gemäldegalerie Berlin.

<sup>2</sup> Vgl. z.B. Strunz, Ulrich (2014): *Das neue Forever Young. Das Erfolgsprogramm*. Heyne Verlag: München. Oder z.B. Heufelder, Armin E.; Bieger, Wilfried P. (2001): *Das Anti-Aging-Konzept. Erfolgreiche Strategien zum Jungbleiben*. GU: München.

Zwar gab es bereits in der Antike, im Mittelalter und der frühen Neuzeit heilkundliche Ratschläge und Rituale, die, wenn auch nicht ewige Jugend, so dennoch ein langes und gesundes Leben versprechen. Allerdings wird erst im Zuge des wissenschaftlich-technischen Fortschritts und der aufkommenden Jugendlichkeitskultur der modernen Industriegesellschaft der Kampf dem Altern zu einem immer radikaler erscheinenden Projekt.<sup>3</sup>

Von Anti-Aging im eigentlichen Sinne ist somit erst die Rede, als das Streben nach Verjüngung und Lebensverlängerung auf moderne (bio-)medizinische Ansätze trifft, die gezielt und effektiv Eingriffe in den Alterungsprozess möglich erscheinen lassen. Besondere Verbreitung kommt dem Begriff dabei durch die beiden Sportmediziner Robert Goldman und Donald Klatz Anfang der 1990er Jahre zu, als sie die *American Academy for Anti-Aging Medicine* gründeten, die mittlerweile weltweit mehr als 26.000 Mitglieder umfasst.<sup>4</sup>

Das Spektrum, was unter dem Schlagwort *Anti-Aging* gefasst wird, reicht mittlerweile sehr weit: Auf der einen Seite zielen Anti-Aging-Maßnahmen darauf, die wahrnehmbaren Anzeichen des Alterns – insbesondere mit Blick auf das äußere Erscheinungsbild und den Lebensstil – zu verstecken. Dazu gehören niederschwellige Schönheit- und Pflegeanwendungen, kleinere ästhetische Interventionen und eine ganze Reihe an Wellnessangeboten. Auch gibt es Formen, die im Sinne einer Altersprävention gezielte Versuche physiologische Prozesse des Organismus, etwa Stoffwechsel oder Hormonhaushalt, zu beeinflussen. Dadurch soll altersassoziierten Krankheiten, Beschwerden oder Einschränkungen vorgebeugt bzw. zumindest abgemildert werden. Den biologischen Alterungsprozess selbst zu beeinflussen ist nicht primäres Ziel dieser Strömungen, sondern vielmehr durch kluges und vorausschauendes Gesundheitsverhalten die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit langfristig zum Beispiel durch bewusste Ernährung und Sport, aber auch durch Hormonpräparate oder Antioxidantien zu erhalten. Sollte dies zu einer Lebensverlängerung führen, wird diese gerne in Kauf genommen.<sup>5</sup>

Auf der anderen Seite gibt es aber auch Strömungen, die vor allem von so genannten transhumanistischen Vorstellungen inspiriert sind, die die Biologie des Menschen mit

---

<sup>3</sup> Vgl. Welsch, Norbert (2015): *Leben ohne Tod? Forscher besiegen das Altern*. Springer Spektrum: Berlin, Heidelberg.

<sup>4</sup> Als grundsätzlich besonders empfehlenswert in der Beschäftigung mit Anti-Aging, ihrer unterschiedlichen Strömungen und ethischen Erwägungen sind an dieser Stelle die Arbeiten des Medizinethikers Mark Schweda zu nennen. Vgl. Schweda, Mark: „Ewige Jugend“ und „Biologische Unsterblichkeit“: Religiöse Deutungshorizonte des medizinischen Kampfes gegen das Altern. In: Ernst, Stephan (Hg.) (2016): *Alter und Altern. Herausforderungen für die theologische Ethik (Studien zur theologischen Ethik 147)*. Academic Press: Freiburg. 63-81. Oder auch: Schicktan, Silke; Schweda, Mark (Hg.) (2012): *Pro-Age oder Anti-Aging? Altern im Fokus der modernen Medizin (Kultur der Medizin 35)*. Campus Verlag: Frankfurt am Main.

<sup>5</sup> Vgl. Schweda 2016, 65-69.

wissenschaftlich-technischen Mitteln verbessern wollen. So gilt etwa für den bekannten Vertreter dieser Richtung Aubrey de Grey, der 2004 von der *Transhumanist Association* für „Outstanding Contributions“ ausgezeichnet wurde, dass es im Rahmen eines ingenieurwissenschaftlichen Verfahrens das Alter durch technische Mittel zu bekämpfen gilt. Durch Reparaturen auf altersbedingte Schäden auf molekularer und zellulärer Ebene soll eine deutliche Lebensverlängerung um mehrere Jahrhunderte möglich sein.<sup>6</sup> Braucht Forschung an der Biologie von Menschen und Tieren immer die Zustimmung von der jeweils zuständigen Ethikkommission, ist interessanterweise eine Begründung von de Grey für nachträgliche Reparaturen anstatt präventiv zu versuchen, einen möglichst schädigungsfreien Stoffwechsel zu etablieren, dass Alter an sich noch kein anerkanntes Krankheitsbild darstelle, sodass klinische Studien in diesem Zusammenhang von den Zulassungsbehörden nicht genehmigt werden würden.<sup>7</sup>

Ein weiterer Ansatz dieser durch den Transhumanismus beeinflussten Strömung ist die so genannte *Kryonik*. Ihre Anhänger zielen darauf ab, den toten bzw. sterbenden Körper oder auch nur einzelne Organe durch ein aufwändiges Verfahren konservieren zu lassen, um dann wiedererweckt zu werden, wenn fortgeschrittene Methoden medizinischer Lebenserhaltung zur Verfügung stehen. In den USA wird solche Kryonik von gemeinnützigen Gesellschaften angeboten<sup>8</sup>, in Russland gibt es seit 2006 auch kommerzielle Anbieter.<sup>9</sup> In Deutschland wird eine solche Dienstleistung bislang lediglich für Tiere – in der Regel – Haustiere angeboten.<sup>10</sup>

Noch weiter in Richtung Unsterblichkeit gehen Anhänger des so genannten *mind uploadings*. Sie sind darum bemüht, persönlichkeitsrelevante neuronale Informationen gleich ganz von der verderblichen „messy wetware“ unserer Biologie zu lösen und auf einer beständigen Hardware eines digitalen Datenträgers zu laden. Dadurch soll eine „kybernetische Unsterblichkeit“ im Cyberspace erzielt werden, wird der Tod des physischen Körpers überdauert.<sup>11</sup> Neben der Auferweckung des altbekannten Leib-Seele-Dualismus wird es durch dieses Verfahren „in der Tat eine Auferstehung von allen geben, die jemals gelebt haben, und wir werden tatsächlich „geistige Körper“ haben – unsere wiedererweckten Körper werden [lediglich jedoch; Anmerkungen AJ] die Gestalt von

---

<sup>6</sup> Vgl. de Grey, Aubrey; Rae, Michael (2010): Niemals alt! So lässt sich das Altern umkehren. Fortschritte der Verjüngungsforschung. Transcript: Bielefeld.

<sup>7</sup> Vgl. de Grey, Aubrey et al.: Time to talk SENS: critiquing the immutability of human aging. In: Annual New York Academic Science 959 (2002), 452-62.

<sup>8</sup> Vgl. *Alcor Life Extension Foundation* (<http://www.alcor.org>) oder *Cryonics Institute* (<http://www.cryonics.org>).

<sup>9</sup> Vgl. *KrioRus* (<http://kriorus.ru/en>).

<sup>10</sup> Vgl. *Deutsche Gesellschaft für Angewandte Biostase* (<http://www.biostase.de>).

<sup>11</sup> Vgl. Schweda 2016, 69.

Computerprogrammen haben“.<sup>12</sup>

Ich möchte an dieser Stelle gar nicht genauer auf diese auffälligen von Vertretern des transhumanistisch inspirierten zeitgenössischen Anti-Aging Diskurses verwendeten religiösen Bedeutungshorizonte, Semantiken und die menschliche Existenzbedingungen transzendierende Sinnstiftung und Allmachtsphantasien einzugehen. Mit Blick auf das Projekt Unsterblichkeit bleibt jedoch zu konstatieren, dass letztgenannte Vorstellungen gegenwärtig zum Teil zwar technisch schon möglich sind, jedoch (noch) eher Zukunftsmusik darstellen, die von Science-Fiktion-Vorstellungen durchtränkt sind.

Aktuell virulenter mit Blick auf eine realistische Möglichkeit, in den Alterungsprozess selbst einzugreifen, um ihn zu verlangsamen, zum Stillstand zu bringen oder rückgängig zu machen, erscheinen Eingriffe in den biologischen Mechanismus des Alterns selbst. Bei solchen Bestrebungen stellen im Vergleich zu den Lifestyle- & Präventionsprogrammen die Vergänglichkeit und Endlichkeit des Menschen selbst den Zielpunkt der Interventionen dar. Neben einer Verknappung der Kalorienzufuhr, sind hierbei unter anderem Gen- und Stammzelltherapien als mögliche lebensverlängernde Maßnahmen in der Diskussion.<sup>13</sup> Besonders viel Hoffnung scheint zudem auf die Erkenntnisse der biologischen Alternsforschung gelegt zu werden, erscheinen diese besonders vielversprechend. Das erst kürzlich erschienene Buch *Die Entschlüsselung des Alterns. Der Telomer-Effekt*<sup>14</sup> der Nobelpreisträgerin Elizabeth Helen Blackburn zusammen mit Elissa Epel ist dafür ein Beispiel: Das von Blackburn vielfach erforschte „Unsterblichkeits-Enzym“ Telomerase soll nämlich der stetigen Verkürzung der Enden der DNA-Stränge im Zuge der Zellteilung, die für das Altern verantwortlich gemacht werden, entgegenwirken und somit die biologische Uhr zum Stillstand bringen.<sup>15</sup>

Bei all diesen unterschiedlichen Zugängen des Anti-Agings, die zum Teil schon gesellschaftlich salonfähig und anerkannte Realität sind, lässt sich der Anschein aber auch nicht verwehren, dass nicht nur der Tod das vermeintliche Problem darstellt, das es zu besiegen gilt. Vielmehr scheint das Alter selbst in unserer Gesellschaft keine besonders positive Konnotation zu haben, sodass es ihm mit besonderer Dringlichkeit entgegen zu wirken gilt. Ist Alter also das Problem, das wir lösen müssen bzw. ist es der Dämon, den es auszutreiben gilt, um dem Traum vom ewigen Leben im Diesseits nah zu sein?

---

<sup>12</sup> Tripler, Frank J. (1994): *The Physics of Immortality. Modern Cosmology, God, and the Resurrection of the Dead*. Anchor Books: New York. 80.

<sup>13</sup> Vgl. Schweda 2016, 68f.

<sup>14</sup> Vgl. Blackburn, Elizabeth; Epel, Elissa (2017): *Die Entschlüsselung des Alterns. Der Telomer-Effekt*. Mosaik: München.

<sup>15</sup> Vgl. Mamtani, Mira (2017): *(R)Evolution im Anti-Aging. Die Wissenschaft der Telomere*. Kamphausen: Bielefeld.

Die Fachvereinigung der *American Academy for Anti-Aging Medicine* erklärt zumindest, dass Alter als pathologischer Prozess zu verstehen ist, führt Alter schließlich zu Verfallserscheinungen, altersbedingten Erkrankungen und letztlich zur Auslöschung allen Lebens. Daher gilt es, das Alter mit allen zur Verfügung stehenden medizinischen Mitteln zu bekämpfen.<sup>16</sup> Auch die von Aubrey de Grey 2003 gegründete *Methuselah Foundation* propagiert den gezielten Eingriff in die biologischen Mechanismen und Effekte des Alterungsprozesses mit dem Ziel der extremen und radikalen Lebensverlängerung und letztlichen Überwindung des Alterns.<sup>17</sup> Wenn wir also das Problem „Alter“ lösen, lösen wir dann aber wirklich die Probleme der Welt, wie es der Untertitel des viel Aufmerksamkeit erregenden Buchs von Frank Schirrmacher *Das Methusalem-Komplott. Die Menschheit altert in unvorstellbarem Ausmaß. Wir müssen das Problem unseres eigenen Alterns lösen, um das Problem der Welt zu lösen*<sup>18</sup> von 2004 nahelegt?

Richten wir – weg von der individuellen Perspektive – einen kurzen Blick auf die gegenwärtigen demographischen Entwicklungen im letzten Jahrhundert, so lässt sich Alter schließlich noch als ganz anderes „Problem“ stilisieren; ein Problem, das sich durch die Realisierung des Wunsches nach Unsterblichkeit noch radikalieren würde. So gab es zwar immer schon alte und sehr alte Menschen – Platon soll mit ca. 80 Jahren gestorben sein, Sophokles mit 90 Jahren und Pythagoras sogar über 90 Jahre geworden sein.<sup>19</sup> Neu ist jedoch, dass das Erreichen eines besonders hohen Lebensalters schon jetzt zur erwartbaren Normalität und einem Massenphänomen geworden ist. Dieses Ergebnis zivilisatorischer Errungenschaften führt dazu, dass die über 80jährigen Personen die gegenwärtig am schnellsten wachsende Bevölkerungsgruppe sind.<sup>20</sup>

Alter scheint somit in einem grundlegenden Spannungsfeld aus medizinisch-biologisch-technischer Allmachtsphantasien und einer bereits jetzt zur demographischen Überalterung und Degeneration führenden Gesellschaftsentwicklung zu stehen. Ist Alter jedoch – wie von der Anti-Aging und dem Transhumanismus propagiert – lediglich als Verfallsprozess, der mit Leiden und Schmerzen verbunden und demnach unerwünscht ist, zu definieren? Oder anders gefragt: Was ist eigentlich Alter(n)?

---

<sup>16</sup> Vgl. *American Academy of Anti-Aging Medicine* (<https://www.a4m.com>).

<sup>17</sup> Vgl. *Methuselah Foundation* (<https://www.mfoundation.org>).

<sup>18</sup> Vgl. Schirrmacher, Frank (2004): *Das Methusalem-Komplott. Die Menschheit altert in unvorstellbarem Ausmaß. Wir müssen das Problem unseres eigenen Alterns lösen, um das Problem der Welt zu lösen*. Karl Blessing Verlag: München.

<sup>19</sup> Vgl. Höffe, Otfried: In Würde altern. In: Rentsch Thomas; Zimmermann Harm-Peer; Kruse Andreas (Hg.) (2013): *Altern in unserer Zeit. Späte Lebensphasen zwischen Vitalität und Endlichkeit*. Campus: Frankfurt am Main. 10-26, hier 15.

<sup>20</sup> Vgl. Statistisches Bundesamt (2015): *Bevölkerung Deutschlands bis 2060. 13. koordinierte Bevölkerungsvorausberechnung*. Wiesbaden.

Die Frage mag auf den ersten Blick banal und alltäglich erscheinen. Eine eindeutige Antwort darauf zu geben kann sich jedoch als schwieriger gestalten, als man landläufig annimmt. So legen unterschiedliche wissenschaftliche Disziplinen unterschiedliche Kriterien zur Bestimmung von Alter(n) vor, die selbst innerhalb dieser Disziplin aufgrund spezialisierter Ausdifferenzierungen noch variieren können.

Im alltäglichen Sprachgebrauch werden Angaben zum Alter einer Person in der Regel in kalendarischen Bezifferungen bzw. mittels des chronologischen Alters gemacht.<sup>21</sup> Daran festgemacht lassen sich eindeutige Altersgrenzen definieren, die den Übergang von einer Lebensphase in die nächste terminieren und Lebensverläufe dadurch verzeitlichen (z.B. Eintrittsalter in den Ruhestand oder in die Volljährigkeit). Eine solche Altersmessung sagt jedoch im Kern eher etwas über ein chronologisches Verhältnis von Zeit aus – nämlich wie viel von ihr ab einem bestimmten Tag X (hier die Geburt eines Menschen) verstrichen ist. Eine inhaltliche Bestimmung, was es heißt, alt zu sein lässt sich daraus nicht ableiten.<sup>22</sup>

Anders sieht dies aus bei biologischen, psychologischen und sozialen Bestimmungen des alternden Menschen, die stärker inhaltlich und am Prozess des Alterns selbst orientiert sind. Biologische und psychologische Bestimmungen des Alters einer Person gehen dabei klassischer Weise von einer sich zwischen Geburt und Tod spannenden Leistungskurve aus, die ihre Klimax auf der organisch höchsten Leistungsfähigkeit hat.<sup>23</sup> Die Bestimmung des Alters selbst orientiert sich an psychischen und physischen Normwerten i.d.R. epidemiologisch mit Blick auf die Vergleichswerte innerhalb einer bestimmten Personengruppe. Die Bestimmung des Alters einer Person kann jedoch auch mit Blick auf unterschiedliche Funktionen variieren (z.B. das Alter des Herzens im Vergleich zum Alter der Leber). Ein grundsätzlicher biologischer Altersmarker stellt der Übergang aus der Reproduktionsphase des Menschen heraus dar, womit rein evolutionsbiologisch die vermeintliche Nutzlosigkeit beginnt.<sup>24</sup> Psychologisch kann das Alter einer Person z.B. an der Schnelligkeit der Informationsverarbeitung oder dem Erinnerungsvermögen gemessen werden.<sup>25</sup> Altern stellt

---

<sup>21</sup> Vgl. Erber, Joan T. (2010): *Aging and Older Adulthood*. Wiley-Blackwell: Chichester.

<sup>22</sup> Vgl. Birren, James E.; Schroots, J.J.F.: *History, Concepts, and Theory in the Psychology of Aging*. In: Birren, James E.; Schaie K. Warner (Hg.) (1996): *Handbook of the Psychology of Aging*. Academic Press: San Diego, CA. 2-23. Wo konstatiert wird: „Chronological age is an initially appealing false lover who tells you everything and nothing.“ 17.

<sup>23</sup> Vgl. Erber 2010.

<sup>24</sup> Vgl. Baudisch, Annette: *Hamilton's Indicators of the Force of Selection*. In: *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 102(23) (2005), 8263-8268.

<sup>25</sup> Vgl. Wahl, Hans-Werner; Rott, Christoph: *Konzepte und Definitionen der Hochaltrigkeit*. In: *Deutsches Zentrum für Altersfragen (Hg.) (2002): Das hohe Alter – Konzepte, Forschungsfelder, Lebensqualität*. Expertise im Auftrag der Geschäftsstelle der Sachverständigenkommission für den 4. Altenbericht der Bundesregierung. Vincentz-Verlag: Hannover. 5-95.

demnach jedoch eher einen fließenden Prozess dar, der sich nicht eindeutig terminal bestimmen lässt.

Das soziale Alter einer Person wird im Gegensatz dazu stärker durch soziale Normen als Referenzwerte bestimmt. Bei der Bestimmung dieser *social clock*<sup>26</sup> werden gesellschaftsspezifisch Alter(n)sstrukturen (Altersgruppenzugehörigkeit, Altersidentitäten, Altersattribute) im sozialen Diskurs ausgehandelt.<sup>27</sup> Wenn in einer Gesellschaft demnach die Vorstellung dominiert, dass Personen bis Mitte 20 ihre Ausbildung abgeschlossen haben, mit Ende 20 / Anfang 30 heiraten und Anfang / Mitte 30 Kinder bekommen sollten, dann ist jemand, der mit Anfang 30 noch in der Ausbildung ist und erst Anfang 40 heiratet sozial jünger, als jemand, der bereits mit Anfang 20 Kinder bekommt.

Neben diesen Ansätzen, die sich stärker auf inhaltliche Merkmale zur Beschreibung der Phase des Alters von Individuen bzw. dem Prozess des Alterns beziehen, lässt sich Alter auch aus gesellschaftlicher Sicht bestimmen. Demographisches Alter kann sich dabei auf die Altersstruktur der Bevölkerungen bzw. Bevölkerungsgruppen beziehen.<sup>28</sup>

Sowohl bio-psycho-soziale Theorien zum individuellen Alterungsprozess als auch demographisch-motivierte Bestimmungen von Alter erfolgen dabei aus einer Dritt-Personen-Perspektive heraus. Bestimmungen des Alterns rein aus diesem Blickwinkel werden der Existenzialität und Exklusivität des Alterns für einen jeden Menschen jedoch nicht gerecht. So ist es nicht irgendein Objekt das altert, sondern ein Subjekt mit einer unhintergehbaren Erst-Personen-Perspektive. Alter kann demnach auch auf einer subjektiven ontologischen Bestimmung des Alt-Seins in Korrelation mit dem eigenen Selbstbild und ggf. gesellschaftlichen und kulturellen normativen Prägungen definiert werden, indem eine Person gemessen an ihrer Selbstwahrnehmung aussagt, wie alt sie sich fühlt.<sup>29</sup>

Wie sich in der Systematisierung von Theorien zum Altern gezeigt hat, hängt die Definition von Alter sowohl von der Perspektive der Betrachtung (Erst- oder Dritt-Personen-Perspektive) als auch einer damit einhergehenden Betrachtungsweise des Alterungsprozesses (bio-psycho-sozial, demographisch, fokussiert auf einzelne altersassoziierte Merkmale oder im Kontext des

---

<sup>26</sup> Vgl. Erber 2010, 10.

<sup>27</sup> Vgl. Amrhein, Ludwig: Die soziale Konstruktion von „Hochaltrigkeit“ in einer jungen Altersgesellschaft. In: Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie 46 (2013), 10-15. hier 12.

<sup>28</sup> Vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2002): Vierter Altenbericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland: Risiken, Lebensqualität und Versorgung Hochaltriger – unter besonderer Berücksichtigung demenzieller Erkrankungen. MuK: Berlin.

<sup>29</sup> Vgl. de Beauvoir, Simone (2012): Das Alter. Rowolth Taschenbuch Verlag: Hamburg. hier 361-712.

Lebensverlaufs) ab. Und auch wenn es – wie gesehen – in der naturwissenschaftlichen und biotechnischen Forschung große Bemühungen gibt, das „Alters-Gen“ nachzuweisen und zum Stillstand zu bringen, lässt sich das zunehmende Altern weiter Teile der Bevölkerung in unserer Zeit nicht alleine auf biologische Prozesse zurückführen. Auch geänderte gesellschaftliche Bedingungen tragen zum flächendeckenden Altern bei: Seit der Industrialisierung und den damit veränderten Arbeits- und Lebensbedingungen, u.a. hin zu weniger körperlich belastender Arbeit, beschleunigt sich sukzessive die Ausdehnung der allgemeinen Lebenserwartung. Altern ist somit nicht monokausal und rein pathologisch zu erklären. Vielmehr ist die enorme Heterogenität des Alters das Ergebnis einer Kombination verschiedener Faktoren, denen sich in unterschiedlichen Strömungen der Altersforschung gewidmet wird. Welche unterschiedlichen Strömungen der Altersforschung gibt es aber und welchen unterschiedlichen Themen bzw. Dimensionen des Alterns widmen sie sich?

Biologische Altersforschung konzentriert sich, wie bereits gesehen, auf das „Warum“ des Alterns; also auf den biophysischen Alterungsprozess von Menschen und anderen Spezies, um die dahinter stehenden physiologischen Mechanismen zu ergründen, z.B. genetisch, mit Blick auf mögliche Schädigungen der DNA oder die Akkumulation von Zellschädigungen.<sup>30</sup> Ein Forschungsschwerpunkt liegt dabei auch auf der Erforschung von altersassoziierten Erkrankungen, die von klassischen Volkskrankheiten über die Zunahme Neurodegenerativer Erkrankungen bis hin zu neu auftretenden Erkrankungen reichen, mit dem Ziel neue therapeutische Ansätze zu entwickeln, um diesen zu begegnen. Zielgedanke ist somit in biologischer Altersforschung jenseits eines transhumanistisch angehauchten Anti-Agings nicht, das Alter selbst zu eliminieren, sondern ein Altern in möglichst langer Gesundheit zu ermöglichen. Mit der so genannten „Kompression der Morbidität“<sup>31</sup> als Ziel, soll gerade in der medizinisch-biologischen Altersforschung das Eintreten bzw. der Verlauf chronischer Erkrankungen durch eine Reduktion bestimmter Risikofaktoren möglichst weit nach hinten gedrängt werden. Man geht dabei nicht von einer unendlich verlängerbaren Lebensspanne und demnach einem ewigen Leben im Diesseits aus. Auch die seit 1999 in Deutschland ansässige *Deutsche Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging-Medizin*<sup>32</sup>, die sich ursprünglich stark in ihrer Programmatik an der *American Academy of Anti-Aging Medicine* orientierte, ist seit Mitte der 2000er um eine Neuausrichtung bemüht, die sich von dem amerikanischen Verständnis des Alterns als Krankheit und

---

<sup>30</sup> Vgl. Schosserer, Markus; Grubeck-Loebenstein, Beatrix; Grillari, Johannes: Grundlagen der biologischen Alterung. In: Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie 48,3 (2015), 285-294. hier 287.

<sup>31</sup> Vgl. Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2002), 54.

<sup>32</sup> Vgl. *Deutsche Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging-Medizin* (<http://www.gsaam.de>).

ihren radikalen Zielen der Behandlung und Heilung vom Alter abgrenzt. Vielmehr vertreten sie inzwischen eine deutlich gemäßigttere Sichtweise, die stärker auf Prävention von altersbezogenen Gesundheitsrisiken ausgerichtet ist.<sup>33</sup> Mit Blick auf die hohen Prävalenzraten von gerade multimorbiden Personen im hohen Alter – Personen also, die zwei oder mehr chronische Krankheiten haben – gilt es jedoch generell zu fragen, was gesundes Altern bzw. Gesundheit im Alter eigentlich meint. Eine reine Bestimmung von Gesundheit als Abwesenheit von Krankheit oder eine krankheitsspezifische Behandlung jeder Krankheit für sich erscheint bei Multimorbidität nicht wirklich zielführend und birgt neben einer Pathologisierung des Alters u.a. die Gefahr der Übermedikalisierung mit sich.<sup>34</sup>

Die psychologische Altersforschung fokussieren im Gegensatz zur biologischen Frage des „Warum“ auf das „Wie“ des Alterungsprozesses. Sie versuchen den mit zunehmendem Alter einhergehenden Wandlungsprozess der geistigen Fähigkeiten im individuellen und interindividuellen Verhalten und in Bezug auf emotionales Erleben zu verstehen. In enger Relation zum biologischen Verständnis wird der Alterungsprozess psychologisch auf der einen Seite über Verluste der kognitiven Funktionsfähigkeit des Gehirns (Mechanik) bestimmt (z. B. in Bezug auf die Schnelligkeit oder Genauigkeit der Informationsverarbeitung).<sup>35</sup> Während von einem relativ gleichförmigen Rückgang der Leistungsfähigkeit auf biologischer Ebene ausgegangen wird, lässt sich kurz vor Eintritt des Todes ein massiver Verlust der kognitiven Fähigkeiten, der so genannte Terminal Drop, verzeichnen.<sup>36</sup> Auf der anderen Seite wird Altern mit Rekurs auf die Entfaltung bestimmter Kompetenzen und den Ausbau von spezifischem Situations- und Erfahrungswissen (Pragmatik) zur Lebensbewältigung und -gestaltung gedeutet.<sup>37</sup> Im Gegensatz zu biologischen und mechanisch-psychologischen Definitionsansätzen macht das Einbeziehen von pragmatischen, situations- und handlungsbezogenen Merkmalen möglich, Altern weniger nur über Verluste und Funktionseinbuße zu charakterisieren, als durch Veränderungen in der Wahrnehmung, der Lebensgestaltung und Lebensausrichtung zu berücksichtigen. Dazu zählt z. B. die Gestaltung zwischenmenschlicher

---

<sup>33</sup> Vgl. Schweda 2016, 67. Inwiefern sich hier ein unterschiedliches Selbstverständnis von Anti-Aging in Deutschland und den USA, sowie im kulturellen Umgang mit Altern zeigt, darauf kann hier lediglich hingewiesen werden. Vgl. auch Mehlmann, Sabine; Ruby, Sigrid (Hg.) (2010): „Für dein Alter siehst du gut aus!“ Von der Un/Sichtbarkeit des alternden Körpers im Horizont des demographischen Wandels. Multidisziplinäre Perspektiven. Transcript Verlag: Bielefeld.

<sup>34</sup> Vgl. Wurm, Susanne: Strategien der Selbstregulation: Gesundheit im Alter aus entwicklungspsychologischer Perspektive. In: Schicktanz, Silke; Schweda, Mark (Hg.) (2012): Pro-Age oder Anti-Aging? Altern im Fokus der modernen Medizin (Kultur der Medizin 35). Campus Verlag: Frankfurt am Main. 51-67. hier 53-56.

<sup>35</sup> Vgl. Oswald, Wolf D.; Gatterer, Gerald; Fleischmann, Ulrich M. (Hg.) (2008): Gerontopsychologie. Grundlagen und klinische Aspekte zur Psychologie des Alterns. Springer Verlag: Wien.

<sup>36</sup> Vgl. Stuart-Hamilton, Ian (2012): The Psychology of Ageing. An Introduction. Jessica Kingsley Publishers: London/Philadelphia, PA. hier 67.

<sup>37</sup> Vgl. Oswald et al. 2008.

Beziehungen mit einem Fokus auf Qualität statt Quantität oder die Ausbildung eigener Entwicklungsaufgaben und Lebensthemen (Generativität, Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit/Sterblichkeit). Solche psychologische Altersforschung misst dem Alter damit eine eigene positiv konnotierte Qualität zu (z. B. Altersweisheit).

Soziologische Altersforschung fragt nach dem „Wieso“ und bettet individuelle Lebensverläufe – und damit auch das Altern – primär in soziale Kontext ein, die für die Betrachtung des Alterungsprozesses wesentlich erscheinen. Es geht somit um eine Auseinandersetzung mit den sozialen Bedingungen und deren Auswirkungen auf die mannigfaltige Ausgestaltung und Heterogenität des Alterungsprozesses.<sup>38</sup> So wird u.a. das Erreichen bestimmter kalendarischer Alter hinsichtlich der Konsequenzen unterschiedlicher Einflüsse (z.B. Lebenslage, soziale Stellung oder Lebensstil) auf das Altern von Individuen und sozialen Gruppen betrachtet und Altern im Sinne einer Lebensverlaufsperspektive im Gesamtzusammenhang des Lebensverlaufs gesehen.<sup>39</sup> Alter stellt demnach eine Kumulation von über den Lebensverlauf angesammelter Merkmale dar. Und ohne dabei erst mit Blick auf den Zugang zu Anti-Aging-Maßnahmen die Frage nach einer gerechten Verteilung von Möglichkeiten und Versorgungsstrukturen zu stellen, lässt sich aus soziologischer Perspektive bereits heute die Frage aufwerfen, ob Altern nicht ein „Luxusgut“ ist und primär den ohnehin privilegierten vorbehalten ist.

Neben den Fragen nach den Lebensbedingungen des Alterns beschäftigt sich soziologische Altersforschung aber auch mit unterschiedlichen sozialen Stellungen und Rollen von Alten innerhalb einer Gesellschaft. Auch die soziale Stellung der Alten ist schließlich einem kontinuierlichen Wandel und einem Ringen um soziale Anerkennung und Wertschätzung unterworfen. So wandelte sich die soziale Rolle und die damit verbundenen Sichtweisen auf Alte im Laufe der Geschichte von einer Altersherrschaft (*Gerontokratie*) in der Antike über das Herausstellen der Pflegebedürftigkeit Älterer im Mittelalter hin zum gegenwärtigen Ringen zwischen sozialem Rückzug (*Disengagement*) und neuer sozialer Positionierung (*Active Aging*), mit einer Ausrichtung an der Jugendkultur.<sup>40</sup> Die Lebensphase des Alters lässt sich soziologisch dabei durch die neue Sozialfigur der „jungen Alten“, die aktiv, engagiert und ihre neue Freiheit genießen, um die Phase

---

<sup>38</sup> Vgl. Lampert T: Soziale Ungleichheit und Gesundheit im höheren Lebensalter. In: Böhm, Karin; Tesch-Römer, Clemens; Ziese, Thomas (Hg.) (2009): Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Gesundheit und Krankheit im Alter. Robert-Koch-Institut: Berlin. 121-133.

<sup>39</sup> Vgl. Blossfeld, Hans-Peter; Huinink, Johannes: Lebensverlaufsforschung als sozialwissenschaftliche Forschungsperspektive: Themen, Konzepte, Methoden und Probleme. In: Zeitschrift für Biographieforschung, Oral History und Lebensverlaufsanalyse 14,2 (2001), 5-31.

<sup>40</sup> Vgl. Kolland, Franz; Meyer Schweizer, Ruth: Altern und Wertewandel. In: Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie 45 (2012), 587-592.

des vierten Alters erweitern, das durch Abhängigkeit, Pflegebedürftigkeit und eine besondere Nähe zum Tod charakterisiert ist.<sup>41</sup> Gerade die soziale Position der „alten Alten“ ist gegenwärtig starken Aushandlungsprozessen unterworfen.<sup>42</sup>

Neben diesem exemplarischen Überblick gibt es inzwischen auch in vielen anderen wissenschaftlichen Disziplinen Altersforschung. Wie in anderen Forschungsbereichen auch ist das Thema Altern somit inzwischen bereits ein sehr spezialisierter Forschungsgegenstand. Es ist demnach schwierig einen kompletten Überblick darüber zu haben, was wo wie gemacht wird und die hier aufgezeigte Darstellung ist notwendigerweise sehr generalisierend und verkürzt.

Allerdings handelt es sich beim „Alter(n)“ nicht nur um ein Modethema, sondern geht unsere Gesellschaft im Ganzen als Querschnittsaufgabe und somit auch einen ganzen Fächer an wissenschaftlichen Disziplinen an. Lässt sich Alter(n) aber eben auch nicht monokausal bestimmen bzw. ihm in seiner Komplexität gerecht werden, gilt Alter(n) auch in der wissenschaftlichen Auseinandersetzung immer mehr als übergreifendes Thema, das nur interdisziplinär adäquat betrachtet werden kann. Die interdisziplinäre Altersforschung lässt sich dabei unter dem Oberbegriff der Gerontologie zusammenfassen.<sup>43</sup> Dieser Wissenschaft vom Alter und Altern lässt sich nach Baltes und Baltes definieren als Beschäftigung mit der „Beschreibung, Erklärung und Modifikation von körperlichen, psychischen, sozialen, historischen und kulturellen Aspekten des Alterns und Alters, einschließlich der Analyse von altersrelevanten und alterskonstituierenden Umwelten und sozialen Institutionen.“<sup>44</sup> Zur Gerontologie gehören neben Grundlagenforschung in den einzelnen wissenschaftlichen Disziplinen, Fragen der Prävention von Einschränkungen im Alter, Fragen nach der Förderung der Rehabilitation oder der Organisation von Versorgung, aber auch der Aufklärung und Informationsentwicklung. Eine zentrale Aufgabe liegt insbesondere darin, die Lebensqualität von älteren Menschen fördern.<sup>45</sup>

Den ersten Lehrstuhl für Gerontologie in Deutschland nahm 1987 Ursula Lehr an der Universität Heidelberg ein. Die interdisziplinäre Altersforschung in Deutschland ist somit eine noch

---

<sup>41</sup> Vgl. van Dyk, Silke; Lessenich, Stephan (Hg.) (2009): Die Jungen Alten. Analysen einer neuen Sozialfigur. Campus Verlag: Frankfurt am Main.

<sup>42</sup> Vgl. BFSFJ 2002.

<sup>43</sup> Einige Beispiele, die sich unter dem Begriff der Gerontologie zusammenfinden, sind die Geriatrie als Altersmedizin, die Geragogik als Alterspädagogik, die Gerontopsychologie als Alternspsychologie oder die Gerosoziologie als Alterssoziologie.

<sup>44</sup> Baltes, Paul B.; Baltes, Margret Maria: Gerontologie: Begriff, Herausforderung und Brennpunkte. In: Baltes, Paul, B.; Mittelstraß Jürgen (Hg.) (1992): Zukunft des Alterns und gesellschaftliche Entwicklung. Akademie der Wissenschaften. Forschungsbericht 5. Walter de Gruyter: Berlin / New York. 2-34. hier 8.

<sup>45</sup> Vgl. z.B. das aktuelle Strategiepapier der Weltgesundheitsorganisation WHO, das u.a. eine neue Gesundheitsdefinition vorschlägt, die den Begriff der Lebensqualität ins Zentrum rückt. WHO (2016): Global Strategy and Action Plan on Ageing and Health (2016-2020). <http://www.who.int/ageing/global-strategy> [zuletzt abgerufen am 28.03.2017].

recht junge wissenschaftliche Disziplin mit einer vergleichsweise überschaubaren community. Angesichts ihres Selbstverständnisses als interdisziplinäre Altersforschung ist diese Forschungsrichtung bestrebt sich unter anderem unter dem Dach der *Deutschen Gesellschaft für Gerontologie und Geriatrie* (DGGG) mit ihren regelmäßig stattfindenden Tagungen zu vernetzen und auszutauschen.<sup>46</sup> Auch gibt es eine ähnliche Struktur auf internationaler Bühne mit der *International Association of Gerontology and Geriatrics* (IAGG).<sup>47</sup> Allerdings sind die unterschiedlichen Sprachspiele in den einzelnen Disziplinen nicht zu unterschätzen, sodass eine wirkliche interdisziplinäre Zusammenarbeit zum Teil noch in den Kinderschuhen steckt.

Wie hoffentlich im Laufe des Vortrags deutlich geworden ist, spiegelt sich in der Heterogenität und Mehrdimensionalität des Alterns ein individuelles Zusammenspiel von biologischen, psychologischen und sozialen Gesichtspunkten wider. Alter als eigene Lebensphase lässt sich weder ausschließlich über physische und/oder mechanisch-psychische Merkmale hinreichend beschreiben, noch über rein pragmatisch-physische Merkmale lebenslanger Lern- und Entwicklungsfähigkeit. So kann es mit zunehmendem Alter sowohl zu Funktionseinbußen, Verlusterfahrungen und steigender Vulnerabilität, als auch zum Ausbau bestimmter Wissensbereiche, Veränderungen in der Selbst- und Weltwahrnehmung (u. a. Lebensweisheit), Lebensgestaltung (u. a. Coping, Generativität) und – ausrichtung (u.a. Transzendenz) kommen.<sup>48</sup> Eine Homogenisierung und Reduzierung des Alters auf den körperlichen Verfallsprozess wird der Realität und den im Alter liegenden Potentialen somit nicht gerecht und beschwört einen Dämon erst hervor, den es vielleicht gar nicht so radikal zu bekämpfen bedarf. Erst eine reduktionistische Pathologisierung von altersbedingten Veränderungen ebnet solch homogenisierenden Sichtweisen und den Tendenzen zur Negation und Diskriminierung von Alterserscheinungen den Boden. Analog zum Diskurs über die soziale Konstruktion von Behinderung zeigen sich schließlich mit Blick auf die gesellschaftliche Stellung von alten Menschen, dass man nicht einfach alt ist bzw. wird, sondern durch soziale Zuschreibungen, die sich an symbolische Ausdrucksformen knüpfen (Nicht-Gesund, Nicht-Selbstständig, Nicht-Produktiv oder

---

<sup>46</sup> Vgl. *Deutschen Gesellschaft für Gerontologie und Geriatrie* (<http://www.dggg-online.de>).

<sup>47</sup> Vgl. *International Association of Gerontology and Geriatrics* (<http://www.iagg.info>).

<sup>48</sup> Vgl. Kruse, Andreas: Der gesellschaftlich und individuell verantwortliche Umgang mit Potentialen und Verletzlichkeit im Alter – Wege zu einer Anthropologie des Alters. In: Rentsch Thomas; Zimmermann Harm-Peer; Kruse Andreas (Hg.) (2013): Altern in unserer Zeit. Späte Lebensphasen zwischen Vitalität und Endlichkeit. Campus: Frankfurt am Main. 29-64.

Nicht-Jung), alt gemacht wird.<sup>49</sup> Alternde Menschen unterliegen demnach einer (Be-)Wertung von außen, in der sich Altersnormen manifestieren, die für alternde Menschen selbst eine Belastung darstellen können und die Erfahrungen des älter-Werdens bereits im Vorfeld negativ konnotieren.

Ohne jedoch das Alter idealisieren zu wollen, lässt sich bei aller Wertschätzung der zivilisatorischen Errungenschaft, dass wir heute so alt werden können, jedoch gerade mit Blick auf das sehr hohe Alter, das in nicht wenigen Fällen durch Multimorbidität, nicht mehr zu kompensierende Funktionseinbuße und soziale Verluste charakterisiert ist, die Frage stellen, welche Sinnangebote wir diesen Hochaltrigen noch machen können – sowohl individuell als auch gesellschaftliche?<sup>50</sup> Welche Orientierungsangebote für eine positive Altersidentität und die Erfahrung von Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens können wir gesellschaftlich – und von Seiten der Kirche im speziellen – diesen sehr alten Menschen bieten? Welche positiven Deutungsangebote jenseits eines ökonomischen Belastungsdiskurses und Leistungs- bzw. Produktivitätsparadigmas haben wir gesellschaftlich im Angebot? Wenn es uns nämlich nicht gelingt, solche Sinndimensionen zu eröffnen, erscheint es gerade für Hochaltrige zum Teil zynisch, dass sie so lange mit dem für sie deutlich wahrnehmbaren biologischen Verfall leben müssen. Gelingt es nicht, solche Sinndimensionen zu eröffnen, stellte sich dann doch wieder die Frage vom Anfang, ob Altern nicht doch ein Dämon ist, dem man besser nicht begegnen möchte.

---

<sup>49</sup> Vgl. Schroeter, Klaus R.: Die Normierung alternder Körper – gouvernementale Aspekte des *doing age*. In: van Dyk, Silke; Lessenich, Stephan (Hg.) (2009): Die Jungen Alten. Analysen einer neuen Sozialfigur. Campus Verlag: Frankfurt am Main. 359-379.

<sup>50</sup> Einen Antwortversuch macht Heinz Rügger. Vgl. Rügger, Heinz (2016): Vom Sinn im hohen Alter. Eine theologische und ethische Auseinandersetzung. Theologischer Verlag: Zürich.