

Peter Oertle ortet im Alte(r)n neue Freiheiten

## Der alte Narr

von Peter Oertle

*Eines Tages, lange bevor die vielen Götter geboren waren, erwachte ich aus einem tiefen Schlaf und gewahrte, dass meine Masken gestohlen worden waren – die sieben Masken, welche ich in sieben Leben gefertigt und getragen hatte. –*

*Unmaskiert rannte ich durch die vollen Strassen und schrie: «Diebe, Diebe, die verdammten Diebe!» Männer und Frauen lachten. Einige liefen aus Angst vor mir in ihre Häuser. Als ich zum Marktplatz kam, rief ein Junge von einem Hausdach:*

*«Er ist ein Narr!»  
Ich blickte empor, um ihn zu sehen:  
Da küsste die Sonne erstmals mein blosses Antlitz, und meine Seele entflamte in Liebe zu ihr und ich wünschte mir keine Masken mehr.*

*Wie in Trance rief ich:  
«Segen, Segen über die Diebe, die meine Masken gestohlen!»*

*So wurde ich zum Narren.  
Und in meiner Narrheit fand ich Freiheit und Sicherheit: Die Freiheit der Einsamkeit und die Sicherheit vor dem Verstandenwerden. Denn diejenigen, welche uns verstehen, versklaven etwas in uns.*

«Der Narr» von Khalil Gibran

Wenn im Umfeld von jungen Männern die leeren und resignierten Gesichter alternder Männer dominieren, ist es nicht verwunderlich, wenn sich mit jedem Jahr «älter-werden» ein «Grauen» mehr auf die Schultern dieser Jungs legt. Ich verstehe es sehr gut, wenn

dieselben Jungen ängstlich ihren «inneren Alten» verhöhnen, nicht wahrhaben und ihn so schnell wie möglich loswerden möchten. Die sich selbst erfüllenden Prophezeiungen funktionieren einwandfrei. Je älter Männer werden, umso mehr wandeln sie wie leere, alternde Hüllen durchs Leben. So wird alt-werden nur noch mit »weniger Marktwert haben« und vielleicht noch mit Prostata und anderen körperlichen Gebrechen in Verbindung gebracht. Die Jungs sehen, wie die «Alten» von jungen Freundinnen und wildem Sex träumen und dabei (meist unbewusst) mit der Angst ringen, nicht mehr zu genügen... Vermutlich würde es an Zynismus grenzen, wenn man jungen Männern von der Weisheit des Alters vorschwärmen würde oder ihnen irgendetwas am Alter schmackhaft machen wollte. Der «Trick» mit der Pensionierung, der meiner Generation noch vorgegaukelt wurde, ist längst durchschaut. Mir erzählen junge Männer, wie es ihnen Angst macht, in die leblosen Gesichter alternder Männer zu schauen – und so dem eigenen Tod ins Gesicht zu sehen. Das Leben vor dem Tod wird zur Pflichtübung degradiert. Dafür gewinnen – für suchende Männer – Spekulationen über das Leben nach dem Tod oder Reinkarnationstheorien an Faszination. In diffusen Sehnsüchten nach einer heilen Welt, nach Frieden und konfliktfreien Beziehungen schwingt meistens, leicht überhörbar, eine Todessehnsucht mit. Die Erlösung, die im Himmel wartet, hilft das Mühsal auf Erden zu überstehen. Wie

viele Männer und Menschen geben sich hier auf Erden Mühe, «gut» zu sein, weil sie sich einen «Fensterplatz» im Himmel erhoffen? Die Meisten, die nach dem (anerzogenen) Glaubenssatz «Tue Gutes, dann wird dir Gutes widerfahren» leben, sitzen in diesem Boot. Auf der einen Ebene macht dieser eingravierte Glaubenssatz vielleicht Sinn? Die Patriarchen der Kirche konnten damit mindestens ihre Machtposition etablieren. Auf einer andern Ebene aber lassen diese Glaubenssätze keinen Raum für die Eventualitäten des Lebens – für das Unvorhergesehene, das Unlogische, für das, was einem «zufallen» kann. Ich stelle mir vor, dass Weisheit zu erlangen auch bedeutet, die Volksweisheiten hinter sich zu lassen und sich auf die Suche nach «Individualität» zu machen. Das hiesse unter anderem, die Normen, Ver- und Gebote der Gesellschaft gegen die eigenen inneren «Gesetzbücher» auszuwechseln. Nur so wäre es möglich, den äusseren, altersbedingten Unfreiheiten (ich denke auch an eingeschränkte Bewegungsfreiheiten) mit wachsender innerer Freiheit zu begegnen. Während äusserlich das Alter seine Spuren tiefer eingraviert, erwacht innerlich die Jugend zu neuem Glanz. Oleg Popov, der russische Sonnenclown, hat dazu eine bemerkenswerte Kurzfassung gefunden: «Die Jugend misst sich an der Neugier, die man dem Leben entgegen bringt.» Wie kommt es aber, dass «alt-werden» in der so genannt zivilisierten Welt so in Verruf geraten ist?

## Verleugnetes Potenzial

Einen möglichen Anhaltspunkt dafür – ich nehme ihn als Ausgangspunkt für meine Betrachtungen – ist die Verleugnung des eigenen Potenzials. Auf der Suche nach einem augenfälligen «Anker» für meine Theorie, bin ich auf eine bekannte Metapher in der Bibel gestossen: «Noch ehe der Hahn kräht, wirst du mich dreimal verleugnet haben». Notabene: Bei diesem Gleichnis



Es gibt auch ein Leben vor dem Tod, meint Männertherapeut Peter Oertle (männer:art) lakonisch und plädiert für ein eMannzipiertes Älter-werden – eine Art Narrenfreiheit im männlichen Alter.

geht es mir nicht darum, eine bestimmte Glaubensrichtung vorzugeben, sie liegt lediglich meiner christlichen Erziehung am nächsten. Und wenn ich das Folgende an den «Mann» richte, tue ich das, weil ich ein Mann bin. Dieselben Worte könnten auch an den «Menschen» adressiert sein.

Jesus sehe ich als Symbol(figur) für den möglichen Mann in jedem Mann. Er symbolisiert das Potenzial, das Göttliche (göttlicher Funke) im Mann. Jesus wird von Petrus in jener Nacht dreimal verraten:

In der Nacht bevor die Behörden sich Jesus bemächtigten, sprach er zu den Jüngern: «In dieser Nacht werdet ihr alle irre werden».

Petrus im Kreise der Jünger sagte zu Jesus: «Und wenn sie auch alle an dir irre werden, ich auf keinen Fall».

Jesus erwiderte darauf: «In dieser Nacht wirst du mich, noch ehe der Hahn kräht, dreimal verleugnet haben».

Und so geschah es: Beim dritten Mal fing Petrus sogar an, sich zu verfluchen und zu schwören: «Ich kenne den Menschen überhaupt nicht».

Da krähte der Hahn dreimal und er wurde gewahr, dass er getan hatte, was ihm Jesus prophezeite.

Da ging Petrus hinaus und weinte bitterlich.

### Erziehung als «Verrat»

Mit dem Verrat von Petrus an Jesus verrät er auch sein Potenzial, seine «Meisterschaft», die in ihm steckt. Er verleugnet sich selbst in seiner «Erhabenheit», in seiner «Macht», (s)einen göttlichen Lebensentwurf umzusetzen. Er zieht sich selbst zurück und stellt sein Licht unter den Scheffel. Im «bitterlichen Weinen» sehe ich symbolisch das «schlechte Gewissen», vielleicht sogar «Reue». Wer kennt sie nicht, diese Ahnung, die sich breit macht, wenn man etwas getan oder nicht getan hat, das nicht «gut» ist resp. «gut» gewesen wäre?

Etwas ist verunsichert. Es ist, als gäbe es einen Persönlichkeitsanteil, der dagegen ist – der merkt, dass man nicht wirklich hinter dem steht, was man tut...

Nehme ich dieses «innere Misstrauen» weg von der Metapher und übersetze es auf den westeuropäischen Mann, dann höre ich eine Stimme, die ihn an eine Zeit erinnert, die weit zurück liegt. Praktisch jeder Mann erlebte als Baby oder Kleinkind eine mehr oder weniger lange Zeit, in der er mit offenen Armen auf das Leben «zulief». Vertrauen ausstrahlend, glücklich und ohne Angst. Doch bald einmal wurde er dazu angehalten, sich der Erwachsenenwelt anzupassen. Mann wurde in seinem Urvertrauen erschüttert und verraten. Mann spricht auch von einer «zweiten Natur», die oft subtil mit viel Fürsorglichkeit über die «erste Natur» gelegt wird. Mann wird an den Wurzeln und der Krone konsequent in eine (vorgeschriebene) Form geschnitten. Eine, bei uns übliche, «Bonsaikultur» entsteht. Der Stamm wird älter und älter, während der Rest sich kaum von der Stelle rühren darf. Ich gehe davon aus, dass es niemand erspart blieb, sich seiner Umgebung anzupassen. Mann musste lernen, das zu tun oder zu lassen, was «man» macht oder eben nicht macht. Vermutlich hätte man ohne diese Anpassung nicht überlebt. Ich schreibe hier nur von der Anpassung an die Elternbotschaften und an die Ge- und Verbote der Gesellschaft. Die Anpassungsgeschichte an die Lebensgesetze, wie zum Beispiel an den Alterungsprozess oder an das Gravitationsgesetz gehören in ein anderes Kapitel, dem ich am Schluss noch ein paar Gedanken widmen möchte. Mann wurde also erzogen. Die «Pläne» der Erwachsenenwelt waren wegweisend und man war den Eltern oder Erziehungspersonen ausgeliefert. Mann vergisst schnell, dass da eine «erste Natur» war. Später vergisst

mann, dass man vergessen hat und in dieser Vergesslichkeit liegt der Verrat an sich selbst. In meiner Metapher leugnet Petrus in dem Moment – aus Angst vor den Folgen – seine wahre Natur (Jesus) zu kennen. Er macht sich «klein» und versteckt sein wahres Wesen hinter der unscheinbaren «zweiten Natur».

Diese «zweite Natur» entwickelt sich zum «Topdog». Mann kennt den psychologischen Begriff auch als «inneren Zeigefinger». «Er» schreibt weiter vor, was «man» macht. «Er» hält all die überholten Elternbotschaften aus der Kindheit aufrecht. Mann entwickelt eine «ausweichende Gangart». Vordergründig ist man vielleicht selbstlos, höflich – aber unter der Haube brodelt der Widerstand. Diese Art von Widerstand oder Rebellion wird auch unter dem Begriff «Underdog» zusammengefasst. Der Unterhund gewinnt immer ...

### Erfolgreiche Strategie

Jeder, der diese Zeilen liest, hat auf irgendeine Art überlebt. «Underdog» war erfolgreich, seine Überlebensstrategie hat gewonnen! «Underdog» ist immer dann aktiv, wenn es um «Autonomiephasen» geht. Von den Eltern werden diese Phasen gerne Trotzphasen genannt. Während der Pubertät wünscht sich jeder «Underdog» im Manne nochmals eine Hochkonjunktur herbei. Vernünftig erscheint mir, wenn Männer bis mindestens fünf- und zwanzig ihren «Rebellen» pflegen, sich austoben und ausprobieren. Früher ging man in dieser Zeit auf Wanderschaft. Ich behaupte, wenn diese Zeit nicht explizit als eine Art «Initiationszeit» ausgelebt wird, dann ist ein «regressiver Alterungsprozesses» wahrscheinlich.

Ich versuche, mich zu erklären. Grundsätzlich gehe ich davon aus, dass auf jede Anpassung an einen überholten Glaubenssatz (früher oder später) in irgendeiner Form eine Rebellion folgt. Sie zeigt, einem Seis-

mographien gleich, wann eine notwendige Aktion (Korrektur) angesagt ist. Die «erste Natur» ruft. Rebellion kann aktiv oder passiv sein und passiert meistens unbewusst. Etymologisch kommt Rebellion von «sich auflehnen, empören, den Krieg erneuern, sich aktiv widersetzen». Der aktive Rebell kann sehr lustvoll, befreiend, an-, auf- und erregend sein. Er gehört zu den wichtigsten Persönlichkeitsanteilen im Mann. Gott sei Dank, denke ich mir oft, wenn er ihnen in all den so genannten Sachzwängen plötzlich zu etwas Freiraum verhilft. Die passiven Formen der Rebellion sind bekannt unter den Begriffen Resignation, Depression und Autoaggression. Mann führt Krieg gegen sich selbst, statt sich aufzulehnen. Alle Arten von Frustration gehören zur passiven Rebellion. Kämpft der «aktive Rebell» gegen Windmühlen, ohne irgendein befriedigendes Resultat zu erreichen, fällt er gut und gerne (frustriert) in die passive Form. Mann agiert atem- und pausenlos, um ja nicht in die Depression zu fallen – bis er irgendwann im «Burn-out» dort landet, wo er nie hin wollte. Der «passive Rebell» ist schwieriger als solcher zu entlarven. Er rebelliert ohne Stosskraft, ohne wirklich etwas zu verändern oder zu erneuern. Er haut sich selbst in die Pfanne. So finden sich viele ältere Männer – vom Leben ausgebrannt – in «ihren» Kneipen am Stammtisch wieder in einer «Dauer-Resignation». In der «Suchtarbeit» redet man beim Anpassungs-/Rebellionsmechanismus vom «Suchtpendel»: Auf eine unnatürliche (nicht der ersten Natur entsprechende) Anpassung folgt

immer eine Rebellion, was eine «Zerstörung» (des Glaubenssatzes) beinhaltet. Mann hat dem «Topdog» nicht Folge geleistet – daher folgt ein schlechtes Gewissen. Wird man vom schlechten Gewissen genügend gedrückt, folgt wieder eine Anpassung, diesmal mit dem Wunsch, es besser zu machen – noch angepasster zu sein. Der Teufelskreis ist perfekt. Die anonymen Selbsthilfegruppen kennen den eindrücklichen Spruch: «Wahnsinn ist, immer wieder dasselbe zu tun und unterschiedliche Ergebnisse zu erwarten.» So verstehe ich einen «regressiven Alterungsprozess».

## Lebensversicherung

In unserer (westlichen) «Geschichte» hat mit dem «Fall aus dem Paradies» (Verstoss aus der ersten in die zweite Natur) die Entwicklung des Bewusstseins begonnen. Im «progressiven Alterungsprozess» sehe ich die Aufgabe, sich bewusst und absichtsvoll wieder auf den Weg zu seiner «ersten Natur», gewissermassen seinem «paradiesischen» Ursprung, zu machen. Sich die göttliche Herkunft einzugestehen, hat unübersehbare Folgen. Ich bin aufgerufen, der «ersten Natur» zu folgen, mich ihr zu stellen. Diese «wahre Natur» hat aber einen grossen Haken: Sie ist wahrlich quietschleblig. «Sie» akzeptiert nur ungerne Grenzen. «Sie» ist ungeübt. Denken Sie an die Zeit, in der Sie das Leben aus vollem Herzen und voll Vertrauen umarmt haben. Dieses Leben ist lebensgefährlich. So ist Leben das grösste Risiko, das man eingehen kann. Der Tod dagegen ist todsicher. Wer sicher sein will, sehnt den Tod herbei. Elisabeth Kübler-Ross meint dazu kurz und bündig: «Das Schlimmste am Sterben ist, vorher nicht gelebt zu haben.»

Ungesichertes Leben ist gekoppelt an Naivität und Neugier. Nur so kann Leben jeden Moment neu erlebt, das Unerwartete erwartet und damit Momente der Gnade erfahren werden. In einem gewissen Sinne wird man wieder «Kind» im Alter. Die Aufforderung «Werdet wie die Kinder, denn

ihnen gehört das Himmelreich», beinhaltet vermutlich diese erwähnten Aspekte. Ob diese einem kindischen («regressiven») oder kindlichen («progressiven») Alterungsprozess angehören, muss man selbst entscheiden. In einer Persönlichkeitsentwicklung sehe ich darum einen unsicheren Steg. Auf dem zu gehen heisst, sich aus der «zweiten Natur» wieder auszuwickeln und die darunter liegende «erste Natur» – sein ursprüngliches Potenzial – aufzustöbern. Als Kleinkind lag das unbewusst brach. Heute hat man die Möglichkeit, sich das bewusst zurück zu erobern.

Ich sehe menschliche Entwicklung und «Heilung» grundsätzlich in einer bewussten Rückverbindung mit seinem Ursprung (Religion). «Man ist nicht einfach Mensch; man kann nur hoffen, Mensch zu werden, und Mensch wird man nur dadurch, dass man sich selbst zum Menschen macht – in freier Selbstbestimmung, unterschiedener Selbstverantwortung und vernünftiger Selbstbegrenzung.», sagt Jeanne Hersch (Philosophin). Die Rückverbindung mit der Urnatur zu wagen und diese immer mehr in das betagte Leben zu integrieren, ist die wirkungsvollste und billigste Altersvorsorge, die ich kenne.

Alt werden fliesst so mit einer inneren Befreiung (EMannzipation) zusammen. Im Alter «muss» man weniger und «darf» daher mehr – der «Topdog» kann dem eigenen Gesetzbuch weichen. Mut zur Risikofreude kann wachsen. Mit Erich Kästners Worten unverblümt ausgedrückt: «Ist dein Ruf mal ruiniert, lebt es sich ganz ungeübt.» In dieser Art von Freiheit schwingt eine Würdigung der Eigenwilligkeit mit. Mann wird weniger aufgehalten durch die gesellschaftlichen Gesetzgebungen. Die eigene Weisheit weist viel mehr den Weg. Eine gesellschaftliche Unabhängigkeit macht frei, sich den vom Leben «vorgeschriebenen» Gesetzen hinzugeben – sich in eine universelle Abhängigkeit zu begeben. «Frei ist erst der, der will, was er muss.»

## Religiosität, Narrenfreiheit

Die Lebensgesetze sind im Grossen und Ganzen unumgänglich und deshalb gilt aus meiner Sicht die Regel, sich ihnen hinzugeben oder mit ihnen zu kooperieren. Wir alle sind den Kräften der Gravitation, dem Tag- und Nachtrhythmus, dem Prozess der Vergänglichkeit, gleichermaßen ausgesetzt. Eigentlich gibt es daran wenig zu «rütteln»... und trotzdem laboriert mann gerade da mit unermüdlichen Eifer herum. Was einerseits als Entwicklung und Fortschritt betrachtet werden kann, könnte mann andererseits auch (etwas ketzerisch) als «Verrat» am Leben bezeichnen.

Diese Art von «Verleugnung» als gesellschaftliche Tendenz ist heute üblich. Beispiele dafür gibt es genügend: Alle Arten von Verjüngungskuren; das Szeneleben, das die Nacht zum Tag werden lässt; alle Arten von Doping, welches menschliche Grenzen über

den Haufen zu werfen scheint. So könnte mann die Sichtweise einnehmen, dass mann aus Angst, die Macht zu verlieren, dem Leben mit Teufels-gewalt die «Zivilisation» aufzuzwingen versucht. Der moderne Mann glaubt (noch), er verlöre seine Individualität, wenn er die Macht an die Natur zurückgibt. Der weise Mann könnte zur tieferen Einsicht gelangen, dass wahre Individualität, dem Wortstamm (Individuum = der Unteilbare) entsprechend, sich ungeteilt von der Natur sieht. In der Weisheit des Alters ist mann bemüht, sich immer mehr als Ganzes, in seiner Eigen- und Einzigartigkeit zum Ausdruck zu bringen – in respektvoller Hingabe an die Lebensgesetze. Diese umfassende Rückverbindung – einerseits zu seiner «ersten Natur» und andererseits zu den natürlichen Gesetzen des Lebens – ist eine jedem Manne innewohnende Religiosität, die an keine Glaubensrich-

tung gebunden ist. Mann ist frei und natürlich – sich selbst – und weiss sich eingebunden im grossen Ganzen. Die Einsamkeit und Resignation älterer Männer, die ich einem «regressiven» Älter-werden zuschreibe, könnten sich in einem «progressiven Alterungsprozess» in ein (im) All-Ein-sein wandeln.

## Nahrung

Mit solchen Vorstellungen verwöhne ich, in bewussten Momenten, meinen «inneren Alten». So wird «er» von mir genährt und fühlt sich geehrt. Wie weit diese visionäre Vorstellung in der Wirklichkeit ihre Wirkung hat, wird die Zukunft mir weisen. Ich lebe heute in meinem vierundfünfzigsten Lebensjahr. Ich hadere oft mit Gott und der Welt. Ich fühle mich oft ungelukkig und zweifelnd. Wenn es mir gelingt, unvoreingenommen das Unerwartete zu erwarten und mit dem gegenwärtigen Bewusstsein meiner selbst, mich und meine Umwelt im gegenwärtigen Moment neu zu entdecken, dann bin ich glücklich. Dann fühle ich mich aufgeregt, wie damals beim ersten mal «Nielä rauchä» in den Steilhängen des Üetlibergs. Meinen «Alten» bekomme ich dann wieder zu spüren, wenn ich nach längerem Sitzen zackig aufstehen möchte... Ich rechne innerlich damit, dass ich mich in der Lebensmitte befinde. Wenn ich zurückschaue, dann bin ich froh, nicht mehr zwanzig zu sein. Ich sehe mich, wie ich früher, randvoll mit Vorstellungen, wenig vom wirklichen Geschehen wahrgenommen habe. Mit dreiundzwanzig bin ich, aus Protest, aus der Kirche ausgetreten. Heute nehme ich mich immer mehr als religiösen Mann wahr und glaube an die Befreiung eines «göttlichen» Potenzials.

*«Der, der ich bin, ist das Geschenk Gottes an mich.  
Der, der ich werde, ist mein Geschenk an Gott.»*

männer.be



Foto: Annette Rutsch