

A2 Lesen Sie den folgenden Text.

### ■ Lebenswege

„Achtzig Jahre! Keine Augen mehr, keine Ohren mehr, keine Zähne mehr, keine Beine mehr, kein Atem mehr! Und das Erstaunlichste ist“, sinnierte einst der französische Dichter Paul Claudel, „dass man letztlich auch ohne all das auskommt!“

Ist das nun Lebenskunst? Senilität? Oder ein echter Hinweis darauf, wie man sich am Ende eines Weges durch die Welt fühlen kann?

Wissenschaftler haben sich bisher hauptsächlich damit beschäftigt, wie sich der Körper beim Prozess des Älterwerdens verändert. Dabei, so fanden sie heraus, gibt es individuelle Variationen. Die Haut eines Vierzigjährigen zum Beispiel kann der eines Zwanzigjährigen, aber auch der eines Sechzigjährigen entsprechen.

Doch jeder Mensch altert, das steht fest. Den meisten gefällt das nicht. Man bemerkt die Probleme beim täglichen Treppensteigen und die Veränderung des eigenen Körpers: Muskel- und Knochensubstanz werden nach und nach durch Fett ersetzt, dadurch wächst im Laufe der Zeit die Taillenweite. Und man kann es nicht als Trost ansehen, dass synchron dazu die Haare dünner werden. Ihr Durchmesser verrin-

gert sich bis zum 70. Lebensjahr um 20 Prozent.

Welcher böse Geist hat nur das Älterwerden als Abstieg in die körperliche Unvollkommenheit konstruiert? Nach Meinung der Biologen ist die Evolution dafür verantwortlich: Es kommt darauf an, möglichst viele gesunde Nachkommen zu zeugen. Ist das geschehen, läuft die Maschinerie des Körpers noch zehn bis zwanzig Jahre relativ störungsarm, bis die Kinder aus dem Gröbsten heraus sind. Danach gibt es keinen Grund mehr, unseren Körper funktionsfähig zu erhalten, denn soll das Leben etwa Energie darauf verschwenden, Gene für eine schöne Seniorenzeit zu erfinden?

Und wie steht es mit der Psyche und den Leistungen des Gehirns? Gibt es auch hier einen Abstieg in die Unvollkommenheit?

Nehmen wir z. B. die „biologische Hardware“, unser Gehirn. Es verliert mit der Zeit an Leistungskraft. Das Arbeitsgedächtnis – also die Fähigkeit, mehrere Informationen gleichzeitig parat zu haben und miteinander zu verknüpfen – wird schlechter. Auch die Fähigkeit, Reize schnell aufzunehmen und blitzartig zu reagieren, lässt nach. Einige der altersbedingten Abwärtsentwicklungen lassen sich durch Training auffangen, andere nicht.



Ganz anders aber als die „Hardware“ verhält sich unsere individuell erworbene „Software“. Zur „Software“ gehören Fachkompetenz, Ausdrucksvermögen, Wissen um soziale Zusammenhänge und die Gabe, komplexe Probleme zu lösen. Diese Fähigkeiten verbessern sich nach dem Jugendalter noch enorm. Sie können bis ins späte Erwachsenenalter erhalten bleiben und unter Umständen sogar anwachsen.

Viel zu einfach ist also die Vorstellung vom jugendlichen Aufstieg, der Hochebene des Erwachsenseins mit Jogging, Yoga, Schminke und sorgfältiger Kleiderwahl und das Bild vom Alter als traurigem Abstieg. Wir bewältigen unser Leben in jedem Moment mit unserer höchst eigenen Kombination aus langsam sinkender geistiger Schnelligkeit und langsam steigender Erfahrung.

A3 Textarbeit

- a) Nennen Sie die im Text beschriebenen negativen und positiven Veränderungen beim Älterwerden und vergleichen Sie sie mit den Antworten auf die Fragen 8 und 9 in Aufgabe 1b.

positive Veränderungen

negative Veränderungen