

*»Reife beschränkt  
sich grundsätzlich  
nicht aufs Alter,  
aber Entwick-  
lung findet bis  
zum letzten  
Atemzug statt.«*

Dagmar Wagner

**Wie würden Sie Reife definieren?**

WAGNER Auf den Menschen bezogen bedeutet Reife ein Entwicklungszustand. Man hat an einem bestimmten Punkt gewisse Erfahrungen gesammelt, um dann etwas tun zu können oder zu dürfen, zum Beispiel die Schulreife. Das heißt, Reife beschränkt sich grundsätzlich nicht aufs Alter, aber Entwicklung findet bis zum letzten Atemzug statt. Auf's Alter bezogen bedeutet Reife für mich, die Herausforderungen des Alters annehmen zu können und dann auch damit umzugehen. Dass ich mich dem Alter in seiner Ganzheit stelle und nicht Teile herauspicke, die ich gut finde, aber andere Teile ablehne. Dazu gibt es einen wunderbaren Satz von Hermann Hesse: Alter wird nur gering, wenn man Jugend spielen will.

ADAM Reife, die ich im hohen und höchsten Lebensalter noch erreichen kann, bedeutet für mich auch, die eigene Persönlichkeit zu vervollkommen. Biologisch, rein körperlich bin ich irgendwann ausgereift, aber meine Persönlichkeit, die kann ich immer weiter und weiter entfalten. Da ist keine, ich denke auch keine biologische Grenze gesetzt. Auch ein Mensch mit Demenz hat eine Persönlichkeit, die er entfaltet.

**Muss man die einzelnen Reifephasen im Leben erfolgreich durchlaufen haben, um die Reife im Alter auch zu bewältigen?**

WAGNER Ich würde mit dem Begriff „erfolgreich“ sehr behutsam umgehen. Jeder tut das, was er kann, und zwar im Rahmen der gegebenen Lebensumstände. Dazu gehört, dass

man die Erfahrung macht, dass man die Herausforderungen des Lebens zu gewissen Zeitpunkten eben auch bewältigen kann. Das gibt mir Selbstbestätigung, macht mich zufrieden, und ich kann zum nächsten Schritt weitergehen. Erfolgreich heißt für mich, dass der Mensch sich wohlfühlt mit dem, was er geleistet hat im Rahmen seiner Möglichkeiten.

ADAM Ich bin auch der festen Meinung, dass Bewältigungsprozesse nur funktionieren, wenn die Herausforderung für mich mit den mir zur Verfügung stehenden Kompetenzen zu meistern ist. Es geht nicht darum zu fragen, ob ich Schuld daran habe, dass ich etwas nicht bewältigen kann.

**Also zu akzeptieren, dass ich gewisse Dinge nicht leisten kann und damit dann auch im Reinen bin.**

ADAM Ganz genau. Sich selbst anzunehmen, ist, glaube ich, überhaupt ein Credo, das unser ganzes Leben begleitet, und wenn das im Alter auch gelingt, stellt sich eine starke Zufriedenheit ein: Sich seiner selbst sicher sein in dem, was man kann und was man nicht kann, und es so, wie es ist, annehmen.

WAGNER Und das zu akzeptieren, hat für mich auch etwas mit Reife zu tun.

**Welche Rolle spielen Glaube und Spiritualität?**

ADAM Ein Mensch, der gut gebunden ist im Glauben, egal in welche Richtung, für den ist das ein Schatz, aus dem er schöpft, um sein Leben, egal in welchem Lebensalter, zu bewältigen. Gerade die letzten Fragen, die existenziellen Fragen – Wo komme ich her? Wohin gehe ich? – beschäftigen das hohe Lebensalter natürlich, so dass sich ein Mensch dann vielleicht wieder öffnet gegenüber spirituellen Erfahrungen oder auch gegenüber seinem gelernten Glauben. Aber ich denke nicht, dass es zwingend notwendig ist.

WAGNER Glaube und Spiritualität sind enorme Kraftquellen, und sie werden im Alter wieder wichtiger. Spiritualität behandelt ja das, was über den Menschen hinausgeht, also das, was wir nicht begreifen und nicht erklären können, und der Tod ist so etwas. Das sagt auch in dem „Ü100“-Film eine Dame so wunderbar: Es ist ja noch keiner zurückgekommen. Und man weiß, dass Menschen, die entweder gläubig sind oder spirituell oder die meditieren, ruhiger und auch zufriedener sterben.

Aber ich kann auch in der Meditation oder in der Natur wunderbare spirituelle Erlebnisse haben. Je älter man wird, desto bewusster ist einem das. Ich empfinde das oft, wenn ich meine Lieblingsstrecke fahre, den Brenner, und die Berge sich plötzlich vor mir auftun, so dass ich jedes Mal