

Sinnerfüllt leben – auch im Alter

Der Mediziner und Gesundheitsclown Dr. Dietmar Burger war kürzlich Gast im Romanshorner Pflegeheim: Er erzählte, wie Menschen, auch im Alter, ihr Leben bewältigen können.

Mit Arbeiten, Erleben und auch Erleiden eröffnen sich Möglichkeiten und Wege, Sinn zu erfahren: Wer sich einerseits die Frage stellt: «Wofür lebe ich?» und andererseits: «Was erwartet das Leben von mir?» – dem gelingt es, dem Leben zu antworten und verantwortungsvoll zu leben. Der dies sagt, ist als Bauernkind aufgewachsen, hat nach dem Medizinstudium sechs Jahre Berufserfahrung gesammelt und ist jetzt nach dem Absolvieren der Clownakademie in Konstanz auch als Gesundheitsclown unterwegs. Dietmar Burger machte vor 70 Gästen im Pflegeheim klar, dass sinnerfülltes Leben im Alter sehr wohl möglich ist.

Persönliche Ernte würdigen

Auch in schwierigen Situationen gelte es, statt einem Punkt ein Komma zu setzen – will heißen, die Tür zur Zukunft einen Spalt breit offen zu lassen. So habe es der Begrün-



Bild: Markus Bösch

Arzt und Clown Dr. Dietmar Burger ist oft in Alters- und Pflegeheimen anzutreffen.

der der Logotherapie, der Wiener Arzt und Neurologe Viktor E. Frankl, als Überlebender des KZ formuliert: «Es braucht einen Sinn in der Zukunft zu erwarten.»

Für den älteren Menschen bedeute dies, sich zu fragen, wofür es gut war, gelebt zu haben, sich in der Gegenwart zu versöhnen und für

die Zukunft weiterhin Aufgaben und Ziele zu haben: «Und letztlich darf ich zu mir sagen: Ich muss mir von mir nicht alles gefallen lassen. Wer Freude wahrnehmen kann, ist dankbar für das Leben, kann seine persönliche Ernte würdigen», so Burger. ●

Markus Bösch