

SPIEGEL-GESPRÄCH

„Alt sind nur die anderen“

Der Altersforscher Hartmut Radebold und seine Frau Hildegard über das Älterwerden als Lernprozess, das Leben mit der Angst vor dem Verfall und Sex mit siebzig

Hartmut Radebold, 74, ist Arzt für Nervenheilkunde und Psychoanalytiker in Kassel. Er gilt als Nestor der Psychotherapie Älterer in Deutschland. Lange Zeit beschäftigte sich der emeritierte Professor für Klinische Psychologie mit den Traumata ehemaliger Kriegskinder.

Hildegard Radebold, 67, leitete nach Studium und längerer Kinderpause eine Stadtbibliothek. Die beiden sind seit 1964 verheiratet und haben zwei Kinder. „Älterwerden will gelernt sein“ ist ihr erstes gemeinsames Buch.



Ehepaar Radebold: „Älter werden ist ein Prozess, alt sein ein Endzustand“

SPIEGEL: Frau Radebold, wann hatten Sie erstmals das Gefühl, Ihr Mann werde alt?

Hildegard Radebold: Das habe ich noch gar nicht. Doch! Einmal fiel er hier in unserem Haus in Schweden von der Leiter, da war er 67. Er war bewusstlos und lag dann mit starken Schmerzen im Bett. Da kam dieser Blitzgedanke, aber er verschwand gleich wieder. Weil mein Mann noch so voller Ideen ist. Ich sehe in ihm immer noch den jungen Hartmut Radebold.

Hartmut Radebold: Ja. Ich hatte die Dachrinne gereinigt und offenbar einen Schwächeanfall bekommen ...

Hildegard Radebold: ... und ich konnte die Leiter nicht halten. Da habe ich mich ge-

fragt, wie lange wir das wohl noch genießen können, hier in dieser Abgeschlossenheit.

SPIEGEL: Nun zu Ihnen, Herr Radebold: Wann hatten Sie zum ersten Mal das Gefühl, Ihre Frau werde alt?

Hartmut Radebold: Hmm ...

Hildegard Radebold: Schön, dass du so lange nachdenkst.

Hartmut Radebold: Du hast sehr früh weiße Haare bekommen ...

Hildegard Radebold: ... ja, mit 40 schon ...

Hartmut Radebold: ... deswegen war das kein Alterssymptom. Und außerdem kriegt deine Haut keine Falten. Also eigentlich kann ich diese Frage nicht beantworten.

SPIEGEL: Vielleicht ist es einfacher, Sie sprechen über sich: Wann hatten Sie selbst das Gefühl, alt zu werden?

Hartmut Radebold: Älter! Ich werde ja nicht alt. Ich werde älter.

SPIEGEL: Worin liegt der Unterschied?

Hartmut Radebold: Älter werden ist ein Prozess, alt sein ein Endzustand. Der einzige Moment, in dem ich mich wirklich alt fühlte, war die Beerdigung meiner Schwiegermutter. Als ich hinter ihrer Urne herging, dachte ich: Jetzt sind wir die Nächsten.

SPIEGEL: Und in welchen Momenten fühlen Sie sich älter?

Hartmut Radebold: Wenn ich müde bin. Ich brauche für vieles länger. Ich laufe etwas gebückter. Manchmal habe ich Herzbeschwerden beim Treppensteigen. Und ich brauche jetzt eine Mütze gegen Sonnenbrand. Ach ja, und meine Hörgeräte! Die waren mir erst sehr unangenehm. Aber die meisten Leute sehen sie gar nicht.

Das Gespräch führten die Redakteurinnen Beate Lakotta und Katja Thimm.

SPIEGEL: Warum sollte sie niemand sehen?

Hartmut Radebold: Sie passten nicht zu meinem Selbstbild. Für mich gehören sie zum Bild vom älterwerdenden Mann.

SPIEGEL: Sie werden demnächst 75.

Hartmut Radebold: Ich beuge mich ja auch der Vernunft.

Hildegard Radebold: Und trotzdem hörst du die hohen Frequenzen nicht, die Schwalben, die Mauersegler. Und ich höre die tiefen nicht. Neulich sagte er: „Das Radio brummt.“ Und ich: „Nein, die Kaffeemaschine.“ Wir haben gestritten, bis ich akzeptieren musste, dass er vielleicht recht hat. Er muss ja auch akzeptieren, wenn ich sage: „Da zwitschert eine Blaumeise.“

SPIEGEL: Der Fairness halber auch an Sie, Frau Radebold, die Frage: Ab wann dachten Sie, Sie würden alt?

Hildegard Radebold: Besonders seit diesem Frühjahr. Ich spiele gern Querflöte. Nun habe ich Probleme mit dem Atmen und mit den Fingern: Asthma und Arthrose. Zum Glück kann ich mich bewegen, ohne dass es so auffällt.

SPIEGEL: Wäre das schlimm?

Hildegard Radebold: Wahrscheinlich würde ich mich dann noch älter fühlen. Frauen wird ihr Alter ja schon ab dem Klimakterium vor Augen geführt. Da werden wir zum Neutrum für die Männer. Keiner pfeift mehr hinter einem her. Das hat mich lange beschäftigt, bis ich eines Tages dachte: Och, eigentlich ist das auch ganz schön.

SPIEGEL: Ihr Buch heißt: „Älterwerden will gelernt sein“*. Geht das nicht von selbst?

Hartmut Radebold: Doch, aber nicht immer auf befriedigende Weise. Älter werden bedeutet, nach Kompromissen

zu suchen – ein mühseliger Lernprozess. Aber wir müssen ihn vollziehen, wenn wir brauchbar über unsere verbleibende Zeit kommen wollen: Ein 60-Jähriger hat heute noch ein Drittel seines Erwachsenenlebens vor sich, und diese Spanne wird immer größer. Ich habe als Wissenschaftler über das Altern geforscht, seit ich 30 bin. Nun frage ich mich angesichts meines eigenen Alters: Stimmen meine Theorien?

Hildegard Radebold: Da bin ich gespannt!

Hartmut Radebold: Was ich nicht genügend gewürdigt habe, ist wohl die Bedeutung des Körpers ...

Hildegard Radebold: ... das kriegt er von mir immer aufs Butterbrot! Weißt du noch, als

du Mitte vierzig warst und wir von einem Besuch meiner Eltern nach Hause fuhren? Damals hast du gesagt: Die müssten doch mehr Sport treiben und sich um ihren Körper kümmern. Heute sagst du selbst: „Ich mache so viel Gartenarbeit, das reicht.“

Hartmut Radebold: Das reicht natürlich nicht. Ein Kollege von mir bezeichnet den Körper als einen der Organisatoren der Entwicklung: Der erste sind die Triebe, der zweite die Beziehungen außerhalb der Kindheits-

gen Sie, aber das ist die Realität. Alles, was ich geschrieben hatte, war, dass Ältere Sexualität haben, dass Frauen weiterhin orgasmusfähig sind und dass es bei Männern Potenzstörungen gibt. Heute ist das alles in jeder Stadtbücherei nachzulesen.

Hildegard Radebold: Dazu fällt mir eine Leserin aus meiner Bücherei ein. Sie war weit über siebzig und lieh sich außer Liebesromanen auch handfeste Sachen aus. Eines Mittags, als keiner in der Nähe war, kam sie

zu mir an die Information:

„Sagen Sie, Frau Radebold, finden Sie es sehr absonderlich, dass ich solche Bücher lese?“ Ich antwortete: „Wieso sollten Sie denn andere Gefühle haben als eine 20-Jährige?“ Da hat sie mich umarmt.

Hartmut Radebold: Unter Psychoanalytikern war 1970 noch Freuds These verbreitet, dass mit dem Klimakterium die Libido der Frau nachlässt. Das heißt: Eine 70-jährige Frau mit sexuellen Bedürfnissen galt als hochgradig gestört. Bei meinen Patientinnen zwischen 60 und 80 war das immer wieder eine zentrale Frage: Darf man solche Bedürfnisse haben? Seit kurzem widmet sich Pro familia der Sexualberatung Älterer. Im Altenheim ist es ein Riesenthema, wer mit wem was macht und hat.

Hildegard Radebold: Und wie! Eifersuchtsdramen sind das.

Hartmut Radebold: In Wahrheit ist die Aversion der Jüngeren gegen dieses Thema oft das größte Problem. Einem verwitweten Vater gesteht man vielleicht noch zu, dass er wieder eine Frau sucht, auch für seine sexuellen Bedürfnisse. Aber wenn eine Mutter als Witwe eine neue Beziehung eingeht, wird der

Psychiater geholt, ob sie dement ist. Und der Pfarrer, der ihr zureden soll. Insbesondere die Söhne gehen auf die Barrikaden.

Hildegard Radebold: Als Jugendliche habe ich meinen Bruder gefragt: „Glaubst du, dass bei unseren Eltern noch was läuft?“

SPIEGEL: Was würden denn Ihre Kinder heute von Ihnen denken?

Hartmut Radebold: Och, die denken, dass ihre Eltern eine befriedigende sexuelle Beziehung haben.

Hildegard Radebold: Unsere Tochter hat das sogar ausgesprochen.

Hartmut Radebold: Hat sie das gesagt?

Hildegard Radebold: Ja, als sie sich mit einem Freund über uns unterhalten hat.

Hartmut Radebold: Ach!

Hildegard Radebold: Manchmal denke ich, wir sind ein aussterbendes Modell. Wir



Demenzpatientinnen: „In der Altersmedizin sind wir Schwellenland“



Seniorenrunderer: „Der Körper ist ein Organisator der Entwicklung“

familie, der dritte ist der Körper. Aber dass ich auf meinen Körper Rücksicht nehmen muss, habe ich erst allmählich gelernt – obwohl ich genau das in den Berliner Seniorenbriefen schon vor über 30 Jahren beschrieben habe. Diese Mitteilungen wurden drei Jahre lang jeden Monat vom Senat an alle 60- bis 70-jährigen Berliner verschickt.

SPIEGEL: Was stand da drin?

Hartmut Radebold: Wie sie sich ernähren sollten, dass sie Sport treiben sollten, aber auch Tipps zu Ermäßigungen in der U-Bahn. Der einzige Brief, den der Senat nicht verschickte, war der über Sexualität.

SPIEGEL: War der so brisant?

Hartmut Radebold: Der war ganz harmlos. Aber ich selbst bin ja noch mit dem Bienenbuch aufgeklärt worden und durch die russischen Vergewaltigungen. Entschuldi-

* Hartmut, Hildegard Radebold: „Älterwerden will gelernt sein“. Klett-Cotta Verlag, Stuttgart; 288 Seiten; 19,90 Euro.



W. BISCHOF / MAGNUM PHOTOS / AGENTUR FOCUS

Kinder im zerstörten Köln 1946: „Damals haben wir uns die Trauer nicht zugestanden“

sind fast 50 Jahre zusammen, das gibt es doch kaum noch.

Hartmut Radebold: Viele Männer meiner Generation haben kein Modell für eine Partnerschaft gelernt. Wie ich sind sie nach dem Krieg unter lauter Frauen groß geworden. Meine Frau und ich haben ja auch immer das Gefühl: Wir probieren. Und gerade beim Thema Sexualität ist es wichtig, sich auseinanderzusetzen. Sonst ergeht es einem wie dem alten Paar im Lorient-Film „Pappa ante portas“, wo auf einem Fest der Bürgermeister zu der Frau sagt: „Du bist das Schärfste, was mir jemals zwischen Heringsdorf und Borkum begegnet ist.“ Der Ehemann reagiert empört: „Sie haben da etwas Unflätiges gesagt.“ Aber sie: „Er wollte mir eine Freude machen.“ Das ist das Ende dieser Ehe.

Hildegard Radebold: Eine Beziehung ist viel Arbeit, lebenslang. Früher hatte ich Angst vor Konflikten. Aber mit 45, 50 merkte ich: Wenn ich das jetzt schweigend hinnehme, geht es nicht auf Dauer. Ich musste mein Leben neu sortieren. Meine Analytikerin fragte immer: „Was möchten Sie denn selbst, Frau Radebold?“ Und ich dachte: Was ist das denn für eine Frage? Das ist doch Egoismus! So wurde ich erzogen.

Hartmut Radebold: Das ist typisch für Frauen dieser Generation. Wenn meine Patientinnen depressiv dasaßen, waren sie ohne Inhalt. Ihre Aufgaben waren getan: Kinder großgezogen, Mann zu Ende gepflegt. Und wenn ich sie fragte, was sie denn wollten für ihre weiteren Lebensjahre, dann schauten die mich fassungslos an.

SPIEGEL: Kam in der Analyse Ihre Vorstellung vom Altern vor, Frau Radebold?

Hildegard Radebold: Nein. Da war ich ja erst Anfang 50. Nun werde ich bald 70. Das kann ich mir noch gar nicht vorstellen.

SPIEGEL: Obwohl sich Ihr Mann seit Jahrzehnten mit dem Thema beschäftigt?

Hildegard Radebold: Aber das habe ich nie auf uns übertragen. Alt sind ja immer nur die anderen.

Hartmut Radebold: Schaut man die geballte Ladung aller Statistiken an, dann ist Al-

tern sehr wohl ein Prozess, der Angst hervorruft und Verzweiflung. Ich verstehe inzwischen all die Leute, die das weit weg-schieben und nicht wahrnehmen wollen.

SPIEGEL: Viele sehen das Leben als einen Bogen vom Kind zum Greisenalter, mit dem Höhepunkt in der Lebensmitte.

Hartmut Radebold: Ein gefährliches Modell! Es bedeutet, dass man die letzten 40 Lebensjahre mit der Vorstellung leben muss, es gehe nur noch bergab. Katastrophal.

SPIEGEL: Der Hirnforscher Gerhard Roth erklärt das Ich zur Einbahnstraße. Akademisches Wissen könne man lebenslang erweitern, aber Verhaltensmuster und Emo-

„In keiner Zeit sind Menschen individuell so verschieden wie nach dem 60. Geburtstag.“

tionen seien ab 65 eigentlich gar nicht mehr zu verändern. Er begründet das mit der biologischen Entwicklung des Gehirns.

Hartmut Radebold: Ich bin als Analytiker anderer Meinung. Ich hatte mehrere ältere Patienten, die nach einer Therapie ihr Leben veränderten. Einmal kam eine 80-Jährige wegen Panikzuständen, eine Bilderbuch-Oma mit Löckchen und großer Handtasche. Sie war ein Kriegskind aus dem Ersten Weltkrieg. Und nun überrollte sie etwas Uraltes, das 76 Jahre lang geschlafen hatte: die Angst vor erneuter Abhängigkeit. Denn ihr Sohn hatte sie in ein Altenheim gesteckt. Nach einem halben Jahr Therapie zog sie dort aus, bestimmte die Regeln für den Umgang mit ihrem Sohn selbst und organisierte sich Hilfe.

SPIEGEL: Hilft Altersweisheit, die Demütigungen des Alters hinzunehmen?

Hartmut Radebold: Der Entwicklungspsychologe Paul Baltes fand in seinen bekannten Untersuchungen nur bei 3 von 100 über 60-Jährigen Eigenschaften, die man als weise bezeichnen könnte.

SPIEGEL: Woher kommt dann dieses erklärte Altersbild?

Hildegard Radebold: Das Erfahrungswissen war früher wichtiger, egal ob in Handwerk,

Medizin oder Wissenschaft. Außerdem gab es wenige Ältere, pro Dorf vielleicht zwei. Damit hatten sie einen Einzelstellungsstatus. Und die Deutungsmacht.

Hartmut Radebold: Dagegen werden Ältere heute als Problemfälle dargestellt. Doch ich denke, dass die Gesellschaft den Älteren etwas schuldet: Wir brauchen mehr Forschung und Ausbildung zu Altersthemen. Da ist Deutschland ein Schwellenland. Wir brauchen Ärzte, die etwas von Alterskrankheiten verstehen und die wissen, wie sich die Funktionen von Körper und Geist aufrechterhalten und trainieren lassen. Aber es gibt hier nicht einmal eine Facharztausbildung zum Geriater. Medizinstudenten hören nur eine Querschnittsvorlesung über das Alter, das war's. In der Schweiz gibt es über 80 spezialisierte Alterspsychiater. Wir müssten entsprechend 800 haben. Es gibt aber keinen einzigen.

SPIEGEL: Warum brauchen alte Menschen andere Psychiater als junge?

Hartmut Radebold: Weil sie andere Probleme haben. Ein Psychiater für Ältere muss viel über Demenzprozesse wissen und über die große Gruppe der Altersdepression. Wir schätzen, dass in Deutschland 20 Prozent der über 60-Jährigen daran leiden.

SPIEGEL: Warum werden so viele alte Menschen depressiv?

Hartmut Radebold: Die identitätsstiftende Berufstätigkeit bricht weg. Gerade die Männer verspüren oft eine Leere, und dann beschäftigen sie sich mit ihrer Herkunftsfamilie, mit

ihrer Vergangenheit: Unter den über 60-Jährigen leiden 7,5 Prozent unter einer Posttraumatischen Belastungs-

störung aus dem Krieg. Sie werden durch ständig wiederkehrende innere Bilder gequält. Sie leiden an Schlafstörungen, sie finden, es misslinge ihnen alles.

SPIEGEL: Wie erklären Sie sich die Interesselosigkeit gegenüber diesen Problemen? Was Sie beschreiben, klingt nach Altersdiskriminierung in der Medizin.

Hartmut Radebold: Man muss sich die zeitgeschichtlichen Bezüge ansehen: In den letzten zwei Jahrzehnten trafen die 68er die Entscheidungen. Diese Täterkinder haben ihre Väter und Großeltern, die aktiv am „Dritten Reich“ beteiligt waren, politisch zur Verantwortung gezogen ...

SPIEGEL: ... und sie bestraft, indem sie sie im Alter abschoben?

Hartmut Radebold: Unbewusst ja. Sie haben sich für die Älteren nicht mehr interessiert, zumal die durch die adenauerschen Rentenanpassungen finanziell gut versorgt waren. Die Jüngeren waren dankbar für die Altenheime am Rand der Städte. So waren die Alten aus dem Blickfeld.

SPIEGEL: Heute sind viele Entscheidungsträger aus der 68er-Generation selbst Rentner. Wird es nun besser?

Hartmut Radebold: Ich bezweifle es. Wir Deutsche sind an ein sehr hohes Töchter-



INTERFOTO

Alterssexualität im Film*: „Darf man solche Bedürfnisse haben?“

pflegepotential gewöhnt, ein schreckliches Wort. In anderen Ländern existiert dieses konservative Weltbild so nicht. Doch immer mehr Paare haben nur eines oder gar kein Kind und die Frauen zum Glück andere Lebensentwürfe. Und wie, zum Beispiel, sollte unsere Tochter uns pflegen, wo sie sich doch um ihre eigene Altersversorgung kümmern muss?

SPIEGEL: Zurzeit wird die Rente mit 69 diskutiert. Was halten Sie davon?

Hartmut Radebold: Eine der zentralen Aussagen der Gerontologie ist: In keiner Zeit sind die Menschen individuell so unterschiedlich wie nach dem 60. Geburtstag. Ich denke, jeder sollte selbst entscheiden können, wann er aufhört. Aber 62, spätestens 65, ist dafür ein gutes Alter. Dann kann man in den letzten 10, 15 Jahren seines aktiven Lebens noch etwas Neues machen, das einen befriedigt. So verhindern wir Immobilität und Demenz.

SPIEGEL: Sie selbst haben Ihr Institut aber erst im letzten Jahr übergeben. Warum?

Hartmut Radebold: Als Wissenschaftler habe ich erst spät die Kriegskinderthematik entdeckt. Ich bin dann viel gereist, zu Vorträgen und Kongressen. Im vergangenen Jahr war ich noch 90 Tage unterwegs. In diesem sind es 56, für das nächste habe ich nur 6 Tage geplant.

SPIEGEL: Eine Vernunftentscheidung?

Hartmut Radebold: Ja. Auch, um einer narzisstischen Kränkung zu entgehen. Viele ältere Wissenschaftler tragen auf Kongressen noch vor, wenn sie schon vergesslich werden. Ich habe das bei großen Köpfen erlebt. Schrecklich. Die Schüler sitzen im Auditorium, keiner traut sich zu unterbrechen. Damit mir das nicht geschieht, höre ich jetzt auf ...

SPIEGEL: ... und beginnen etwas Neues?

Hartmut Radebold: Ja. Ich habe zum Beispiel immer darunter gelitten, nicht musizieren zu können. Ich kann keine Noten lesen, ich singe falsch. Aber vor zwei Jahren habe ich mir einen Trommellehrer gesucht. Der hat uns beiden jetzt ein

Stück geschrieben für Querflöte und Trommel.

Hildegard Radebold: ... und so erlebe ich meinen Mann, der so wissend ist, in einer Situation, in der ich viel mehr weiß.

Hartmut Radebold: Trommeln liegt mir.

Hildegard Radebold: Und es ist ja auch nicht so schlimm, wenn du aus einer halben Note eine ganze machst.

Hartmut Radebold: Als Nächstes wollen wir die Meditation erlernen. Mich interessiert dieser andere Weg in meine innere Welt. Außerdem sollen sich ja dadurch neue Verschaltungen im Gehirn ergeben.

SPIEGEL: Das klingt, als erhofften Sie sich von der Meditation geistige Wachheit.

„Wenn mein Mann gehen wollte? Ich weiß nicht, ob ich das ertragen könnte.“

Hartmut Radebold: Ja. Vielleicht kann man so dem Abbau vorbeugen.

Hildegard Radebold: Davor fürchte ich mich am meisten. Was passiert mit unserer Partnerschaft, wenn einer von uns eine Demenz oder Parkinson bekommt. Das Kapitel haben wir in unserem Buch ausgespart. Aber das wurde mir erst hinterher bewusst.

SPIEGEL: Ist das Verdrängung?

Hartmut Radebold: Das vielleicht nicht, aber wohl doch Verleugnung einer wichtigen Fragestellung. Selbstverständlich gibt es auch bei mir die Angst, als intellektueller Mensch eine Demenz zu kriegen. Wenn ich wüsste, dass die Diagnose sicher ist, und ich selbst noch entscheidungsfähig bin, würde ich sagen: Es gibt keine Pflicht zum Leben. Ich würde überlegen, ob ich gehe.

Hildegard Radebold: Auch ich würde zumindest nicht unnötig lange am Leben gehalten werden wollen. Aber wenn mein Mann gehen wollte? Ich weiß nicht, ob ich das ertragen könnte.

SPIEGEL: Was empfinden Sie beim Gedanken an den Tod? Ist es nicht die größte narzisstische Kränkung zu wissen, dass man bald aufhören wird zu existieren?

Hildegard Radebold: Dass man nicht mehr da ist, ja.

Hartmut Radebold: Vor dem Tod habe ich keine Angst. Das nicht. Sondern, dass ich verfallende und dass ich es mitbekomme.

SPIEGEL: Frau Radebold, wovor fürchten Sie sich am meisten?

Hildegard Radebold: Das Alleinsein ist meine zentrale Angst. Der Austausch mit meinem Mann ist mir so wichtig und vertraut.

SPIEGEL: Der französische Philosoph André Glück und seine Frau haben entschieden, sich gemeinsam das Leben zu nehmen, als sie eine schwere Diagnose erhalten hatte ...

Hildegard Radebold: Ich finde, die dürfen das, wenn sie es wollen.

Hartmut Radebold: Wir müssen uns dieser Frage stellen dürfen, ohne dass man gleich verdammt wird. Ich habe mit unserem Sohn, der auch Arzt ist, besprochen, was wir am Lebensende nicht wollen. Und dass er mich gehen lassen soll. Man darf von Angehörigen erwarten, dass sie nicht dagegen reden, wenn einer gehen will.

SPIEGEL: Gibt es ein Lebensalter, das Sie gern noch einmal hätten?

Hildegard Radebold: So schwer es war, als ich um die vierzig war mit der Pflege der Eltern und dem neuen Job in der Stadtbücherei – es war großartig. Da war noch nichts von Krankheit und Bedrohung. Und du warst Anfang fünfzig. Ich habe ein Foto von dir, hinreißend sahst du aus!

Hartmut Radebold: Ich wünsche mir kein Lebensalter zurück, weil ich viele Phasen befriedigt durchlebt habe. Gleichzeitig waren viele traurig. Meine Kindheit nach 1944 war schrecklich. Da gab es nichts mehr, kein Spielzeug, nichts,

keine Kindheit nach 1944 war schrecklich. Da gab es nichts mehr, kein Spielzeug, nichts,

nur Hunger und Kälte. Meine Mutter und ich sind nach Hause gekommen, in die zerstörte Berliner Wohnung, und hatten nur, was wir auf dem Körper trugen. Ich hatte einen kleinen Rucksack, da war eine Kochplatte drin. Mein Bruder war vermisst, und der Vater war tot.

Hildegard Radebold: Dieser Kummer bei meinem Mann über die lang zurückliegende Zeit, das nimmt zu.

SPIEGEL: Warum wird man immer dünnhäutiger im Alter?

Hartmut Radebold: Ich glaube, wir gehen weniger streng mit uns selbst um. Ich sehe ja bei meinen Vorträgen die vielen weißhaarigen Männer und Frauen, die weinen. Damals, als Kinder, haben wir uns die Trauer nicht zugestanden, und bis vor wenigen Jahren war es tabu, darüber zu sprechen. Heute schäme ich mich nicht mehr zu weinen.

Hildegard Radebold: Mir wird in den letzten Jahren eher bewusst, dass unsere Zeit so begrenzt ist. Ich genieße es, hier zu sitzen, dass dieser Blumenstrauß so schön ist und die Kraniche fliegen. Es sind innere Abschiede, die ich nehme.

SPIEGEL: Frau Radebold, Herr Radebold, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.

* „Wolke 9“, Deutschland, 2008.