

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 84 (2013)
Heft: 11: Genuss & Wellness : Vergnügen und Wohlbefinden in jedem Lebensalter

Artikel: Das Erleben von Genuss ist im Alter die Erinnerung an schöne Momente : ein Recht auf Madeleine
Autor: Imhof, Paul
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-804335>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 26.11.2024

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Das Erleben von Genuss ist im Alter die Erinnerung an schöne Momente

Ein Recht auf Madeleine

Wer geniessen will, soll im Alter nicht darauf verzichten müssen. Im Gegenteil: Genuss fördert das Wohlbefinden. Zuweilen dürfen dabei auch ärztliche Ratschläge und gut gemeinte Ermahnungen der Angehörigen ignoriert werden – meint unser Autor, ein renommierter Kulinarikjournalist.

Von Paul Imhof*

Der Mann war 85 Jahre alt, vergesslich, gar dement, begütert und nie verheiratet. Im aktiven Leben bewirtschaftete er seinen Bauernhof, in dem er immer noch wohnte. Als Treuhänder betreute er andere Bauern und hielt nebenbei drei Bienenvölker. Er lebte während Jahrzehnten gut und stets allein, sein Weinkeller war ansehnlich bestückt, die Freude an feinem Essen begleitete ihn wie ein Leitmotiv durch die Zeit. Am Ende des Lebens brauchte er zu Hause Unterstützung und Betreuung. Einer der Betreuer stellte eines Morgens fest, dass der Honig, den er dem alten Mann für das Morgenessen auf eine Brotscheibe gestrichen hatte, innert kürzester Zeit vom Brot floss und dieses wie ein gestrandetes Floss im Honig aussehen liess. Der



*Paul Imhof, 61, ist Kulinarikjournalist beim Zürcher «Tages-Anzeiger» und Buchautor. Er ist Herausgeber des Bandes «Culinarium – Essen und Trinken in der Schweiz» (2003). Derzeit erscheint von ihm die fünfbändige Reihe «Das kulinarische Erbe der Schweiz» (Echtzeit Verlag).

Betreuer wunderte sich, bis er realisierte, dass der Honig das Billigstprodukt eines Grossverteilers war. Eine Kollegin, ebenfalls Betreuerin, hatte den Honig gekauft.

Er sagte: «Dieser flüssige Honig ist unbrauchbar. Warum gleich der Billigste?»

Sie: «Ein besserer wäre Geldverschwendung. Der merkt das nicht mehr.»

Er: «Wie willst du das wissen? Der Mann hatte jahrelang Bienen. Der weiss besser als wir, was guter Honig ist. Ausserdem: Warum verdünnst du seinen Wein?»

Sie: «Er trinkt zu viel.»

Er: «Was macht das schon. Er ist 85. Er hat Geld, er kann sich den teuersten Honig leisten. Er hat tolle Weine im Keller. Die soll er doch trinken.»

Sie: «Und wenn er vom Stuhl kippt?»

Er: «Dann fällt er glücklich.»

Ein Satz wie ein Hammerschlag

«Der merkt das nicht mehr»: Kaum ein anderer Satz wirkt für einen betagten Menschen brutaler. Wie ein Hammerschlag auf den Kopf. Wer will denn wie wissen, ob jemand etwas nicht mehr merkt? Nur weil die Person keinen Kommentar abgibt, keine Analyse, keine Reaktion, sondern einfach schweigt – gar still genießt? Oder tatsächlich im Dunkel einer unendlichen Leere dämmert, die wohl zurückbleibt, wenn jemand den Verstand verloren hat?

Die Erinnerung kann in der schlimmsten Düsternis aufblitzen, wenn sie der richtige «Wecker» wachrüttelt. Ein einst bekannter und gefürchteter Gourmet und Restaurantkritiker lag nach einem Schlaganfall im Spital. Er war

Ein kulinarischer Knopfdruck kann ein ganzes Universum wieder erstehen lassen.

kaum mehr ansprechbar, hatte fast komplett die Sprache und den Kontakt zur Umwelt verloren. Freunde, auch einstige Opfer seines scharfen Urteils, besuchten ihn, brachten Geschenke mit. Eine Spitzenköchin schob ihm eine Gabel von ihrer Foie gras in den Mund. Da nannte er plötzlich klar und zutreffend den Produzenten. Könnte nicht eher das Gegenteil geschehen: Dass all die wohlmeinenden Betreuerinnen und Betreuer das Potenzial der Erinnerung verkümmern lassen, wenn sie die Auslöser verweigern? Den vertrauten Honig durch eine schlechte Kopie ersetzen? Den Wein verdünnen? Wie ein kulinarischer Knopfdruck ein Universum wieder erstehen lassen kann, hat der französische Schriftsteller Marcel Proust in seinem Werk «Auf der Suche nach der verlorenen Zeit» in der berühmten Madeleine-Szene beschrieben. Der Protagonist erhält an einem Wintertag von seiner Mutter Tee mit «Petites Madeleines», einfachem Kleingebäck in typischer Form einer Jakobsmuschel:

«In der Sekunde nun, da dieser mit den Gebäckkrümeln gemischte Schluck Tee meinen Gaumen berührte, zuckte ich zusammen und war wie gebannt durch etwas Ungewöhnliches, das sich in mir vollzog. Ein unerhörtes Glücksgefühl, das ganz für sich allein bestand und dessen Grund mir unbekannt blieb, hatte mich durchströmt. (...) Und mit einem

Mal war die Erinnerung da. Der Geschmack war der jenes kleinen Stücks einer Madeleine, das mir am Sonntagmorgen in Combray (...), sobald ich ihr in ihrem Zimmer guten Morgen sagte, meine Tante Leonie anbot, nachdem sie es in ihrem schwarzen oder Lindenblütentee getaucht hatte. (...) Wenn von einer weit zurückliegenden Vergangenheit nichts mehr existiert, nach dem Tod der Menschen und dem Untergang der Dinge, dann verharren als einzige, zarter, aber dauerhafter, substanzloser, beständiger und treuer der Geruch und der Geschmack, um sich wie Seelen noch lange zu erinnern, um zu warten, zu hoffen, um über den Trümmern alles übrigen auf ihrem beinahe unfassbaren Tröpfchen, ohne nachzugeben, das unermessliche Gebäude der Erinnerung zu tragen. (...) Wie in jenem Spiel, bei dem die Japaner in eine mit Wasser gefüllte Porzellanschale kleine Papierstückchen werfen, die sich zunächst nicht voneinander unterscheiden, dann aber ... ausein-



Vignerons in Gironde 1945: In Momenten des Genusses finden Verstand und Sinnlichkeit in einem Nu der Zeit zusammen.

Foto: Willy Ronis

andergehen, Umriss gewinnen, Farbe annehmen und deutliche Einzelheiten aufweisen, zu Blumen, Häusern ... werden, ebenso stiegen jetzt alle Blumen unseres Gartens und die aus dem Park von Swann und die Seerosen der Vivonne und all die Leute aus dem Dorf und ihre kleinen Häuser und die Kirche und ganz Combray und seine Umgebung, all das, was nun Form und Festigkeit annahm, Stadt und Gärten, stieg aus meiner Tasse Tee.»

Alle Sinne erinnern sich

In solchen Momenten finden Verstand und Sinnlichkeit in einem Nu der Zeit zusammen, der Geschmack, die Konsistenz des Teigs, die Brüchigkeit, die Elastizität der Ausführung – alles spielt eine Rolle. Und was eine Madeleine schafft, befeuern auch Honig, Ghacks mit Hörnli, Süßmost, eine Wurst: die Kraft, die in die Vergangenheit reicht. Solche Erfahrungen sind nicht allein auf Nase und Gaumen beschränkt, auch das Auge >>

klickt den Link ins frühere Leben an, ebenso das Gehör, durch ein bestimmtes Musikstück zum Beispiel, das einen den Hüftschwung der Sechziger wieder spüren lässt.

Jeder Mensch hat ein Recht auf seine Madeleines. Es sind ja nicht einfach nur nüchterne Erinnerungen, als ob jemand in einem Zeitungsarchiv blättern würde, es sind Momente der Freude, der Zärtlichkeit, des Glücks – das Üble ist aus dem Gedächtnis gebannt, so gut es geht. Was bleiben darf, ist der Genuss, und der tritt in zahlreichen Varianten auf: Genuss des Augenblicks, der Aufmerksamkeit, der Leidenschaft, der Liebe, der Erotik, des Rausches, der Hingabe an die Erinnerung, entbunden vom Ballast der Alltäglichkeit, des Vergessens, der Bewegung, des Schlafes (ob man wieder aufwacht, ist einerlei), der Stille, des Alleinseins, des Zusammenseins, des Treibenlassens – und nicht zuletzt des Respekts. Im Ausklang des Lebens haben die Menschen Respekt verdient, auch in einer Gesellschaft, die ihre Alten immer gnadenloser der Würde beraubt, sie als Rentenempfänger auszurauben versucht und sie der Lächerlichkeit preisgibt, indem sie sie in Sportstress jagt und in einen erbärmlichen Jugendwahn treibt. Den letzten Respekt, den ihnen eine solche Gesellschaft noch als Genuss zubilligt, ist der Status als aktive wie passive Konsumobjekte.

Freude und Genuss können das Leben verlängern

Kein Wunder, machen sich Betagte Sorgen, ihnen könnten am Ende Erben, Beistände oder Betreuer die Freude am Genuss unterschlagen, aus welchen Gründen auch immer – aus Gier, aus Angst um die Höhe der Erbschaft, aus echter Sorge um die Gesundheit. Dabei kann Freude das Leben oft nachhaltiger verlängern als eine Schachtel voll Medikamente. Der Mensch wird nicht erst seit Neuestem 80 Jahre und älter. Verzicht auf Genuss bedeutet nicht zwangsläufig bessere Haltbarkeit, eine Diät

Auch das Gehör klickt den Link ins frühere Leben an, durch ein Musikstück zum Beispiel.

kann auch schaden statt helfen, weil sie die Seele ebenso schrumpfen lässt wie die Hüfte. Das Problem ist gewiss nicht neu. Schon in den 1950er Jahren beobachtete der amerikanische Journalist und Feinschmecker A.J. Liebling in Paris den Niedergang der kulinarischen Lebensfreude. In seinen Erinnerungen «Zwischen den Gängen – Ein Amerikaner in den Restaurants von Paris» (1959) klagte er: «In der heroischen Zeit vor dem Ersten Weltkrieg gab es Männer und Frauen, die neben einem gigantischen Mittagmahl und einem ruhmreichen Abendessen noch ein umfängliches Souper nach dem Theater oder den anderen Vergnügungen des Abends zu sich nahmen. Ich habe einige der Überlebenden dieser Epoche gekannt, Achtzigjährige von makellosem Appetit und nie versagender guter Laune – rüstig, ironisch und frei von den Magengeschwüren, die man sich durch die Sorge um eine ausgewogene Ernährung holt.»

Warum sich mit 80 eine Laufsteg-Figur anhungern? Mit 80 ist es ebenso unsinnig, sich eine Laufsteg-Figur anzuhungern wie den Wein mit Wasser zu verdünnen, um nicht die Contenance zu verlieren. Das Recht auf Genuss ist freilich nicht einfach gratis zu haben wie Warenmuster im Supermarkt, häufig müssen sich die Menschen von äusseren Zwängen befreien, bis sie es erlangen. Sie müssen es sich erstreiten, denn «oft findet man nicht den Genuss, den man mit Recht erwarten muss», schrieb Wilhelm Busch.

Dieses Unglück befällt immer häufiger den Nachwuchs, die Jungen. Es wäre deshalb sinnvoll, die Grosseltern verwendeten ihre Energie auf die Anstrengung, den Enkeln die Vielgestaltigkeit von Genuss aufzuzeigen, ihnen beizubringen, wie sie ein Geschmacksgedächtnis aufbauen können. Man kann sich ja wirklich fragen, welche Art Madeleine die Generation Tweet dereinst frapieren wird. Tiefkühlpizza? Cola Zero? ●

MEIN GENUSSERLEBNIS

Michael Fässler, Botschafter für Menschen mit Behinderung

In meinem Leben spielt schon seit über 15 Jahren der Sport die Hauptrolle, jetzt als Spieler im Nationalkader Rollstuhl-Tischtennis. Ab einem gewissen Niveau ist das mit grossen Trainingsaufwand verbunden und mit vielen Wettkämpfen im In- und Ausland. Voraussetzung für gute Leistungen ist auch ein Programm mit aktiver und passiver Erholung. Unter aktiver Erholung verstehe ich beispielsweise Schwimmen oder leichtes Fahren auf dem Hometrainer. Und unter passiver Erholung verstehe ich alles andere. Darum geniesse ich jeweils jene Stunden, welche ich einfach mal auf dem Sofa rumliegen und im Fernseher meine Serien schauen kann. Meine Familie ist auch sehr aktiv im Berufsleben und im Sport. Die Momente, an denen wir alle gemeinsam Zeit haben, sind leider sehr rar. Und darum fühle ich mich am besten und so richtig «well», wenn ich meine Familie um mich herum habe. Diese Nähe und Geborgenheit gibt mir unglaublich viel, bringt mir den Ausgleich und zeigt mir immer wieder, wie unverzichtbar meine Familie ist für mich. Darum freue ich mich jetzt schon auf ein paar ruhige und besinnliche Weihnachtsstunden mit ihnen. Genuss verbinde ich immer automatisch mit feinem Essen: Beim Essen komme ich auf andere Gedanken und ich geniesse jeweils das Beisammensein am Tisch.



Foto by Marco Samuels / Miss Handicap Organisation