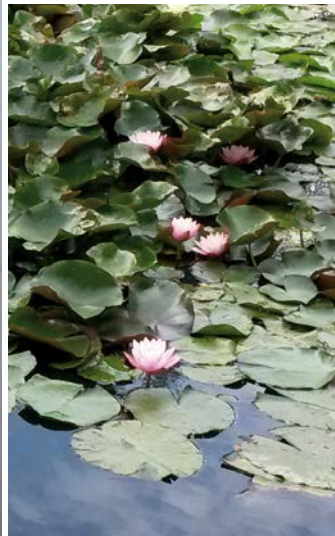




LAGES

Evangelische Senioren
in Württemberg



Spiritualität des Älterwerdens – Persönliche Wege und Theologische Entwicklungen

Ein Vortrag von Cornelia Coenen-Marx

Älter werden – Gespräch zwischen den Generationen

Ein Vortrag von Fulbert Steffensky

Einleitung
Fürs Älterwerden eine „Gebrauchsanweisung“.
von Richard Haug und Ulla Reyle 03

Vortrag
**Spiritualität des Älterwerdens –
Persönliche Wege und Theologische Entwicklungen**
von Cornelia Coenen-Marx 04

Vortrag
Älter werden – Gespräch zwischen den Generationen
von Fulbert Steffensky 20

Informationen zur LAGES
(Evangelische Senioren in Württemberg) 34

Impressum 35

Fürs Älterwerden eine „Gebrauchsanweisung“.

Das wäre ja gar nicht so schlecht in einer Zeit, in der die früheren Vorstellungen und internalisierten Bilder vom Älterwerden nicht mehr taugen. Und wer aus dem Beruf ausscheidet, findet sich oft mit dem Anspruch konfrontiert, aus der neuen Lebensphase „etwas machen“ zu sollen.

Eine Gebrauchsanweisung wäre da nicht schlecht. Die wollen freilich Cornelia Coenen-Marx und Fulbert Steffensky nicht liefern. „Ich lebe übrigens besser, seit ich mir aus dem Kopf geschlagen habe, es müsse alles ganz gelingen“, erzählt Steffensky. So führt der „Neustart“ nach dem Berufsleben auf einen Weg ohne genau definierte Wegmarken. Vielmehr regen die beiden Beiträge auf je eigene Weise dazu an, die vielgestaltige Landschaft des Älterwerdens zu erkunden.

„Dabei geht es um eine Erfahrung von Führung aus der Mitte, die gerade im Übergang in einen neuen Lebensabschnitt sehr wichtig ist. Der Weg steht noch nicht fest, er bildet sich im Gehen.“ (Coenen-Marx)

Die beiden Beiträge wurden als Vorträge auf einem Fachtag am 27. Februar 2016 beziehungsweise bei einer Mitgliederversammlung am 11. Mai 2016 der Evangelischen Senioren in Württemberg (LAGES) gehalten. Wir danken Cornelia Coenen-Marx und Fulbert Steffensky herzlich, dass sie uns die Manuskripte zur Verfügung gestellt haben. So kann ein weiterer Kreis von Leserinnen und Lesern an den anregenden Gedanken teilhaben, die zu einem tiefer gehenden Verständnis des Älterwerdens beitragen.



Richard Haug und Ulla Reyle

Vorsitzende der Evangelischen Senioren in Württemberg (LAGES)

Spiritualität des Älterwerdens – Persönliche Wege und Theologische Entwicklungen

1. Ziele

Wenn Sie einmal am Ende Ihres Lebens stehen – Was möchten Sie dann erreicht haben? Das war die letzte Frage in einem Interview letzte Woche. Welche Träume habe ich noch, welche Wünsche will ich mir erfüllen? Zwei Bücher sind in Arbeit, die Idee eines Pflegezirkels, aber vieles von dem, was mir noch am Herzen liegt, entspricht einfach dem Weg, den ich seit langem beschreite. „Haben Sie einen Wunsch, den Sie sich noch erfüllen müssen?“, hat auch Iris Radisch den Schriftsteller Andrej Bitow gefragt.¹ „Ich möchte immer nur das nächste tun, das nächste von allem, was ich noch nicht getan habe. Ich möchte, dass es eine Fortsetzung gibt“, antwortet er. „Aber im Grunde denke ich, dem Wesentlichen kann man nichts hinzufügen. Das Wesentliche kann man nicht erreichen. Man kann darum herum schreiben, schöne Verse machen, guten Wein trinken, einen guten Stuhl bauen. Mehr schafft man nicht“, so Bitow.

Wenn der Zeithorizont sich im Altern verschiebt, wird die Frage drängender, wie wir die Lebensphase nutzen, die noch vor uns liegt. Noch einmal aufbrechen und Neues wagen – die gewohnten Rollen verlassen. Einen ungelebten Traum endlich in die Wirklichkeit umsetzen. Oder einfach weglassen, was lediglich den Erwartungen anderer

entspricht oder was sich so an Gewohnheiten angesammelt hat: Wesentlich werden, nennt eine Freundin das. Wissen, was wirklich zählt – und es ohne Druck genießen.

Wer sich auf dem Zeitschriftenmarkt umschaut, findet in letzter Zeit immer mehr Magazine, die Lust auf die so genannte dritte Lebenshälfte machen – diese geschenkte Zeit, in der wir uns gesund genug fühlen, um noch einmal aufzubrechen, während Alter und Gebrechlichkeit noch weit entfernt scheinen. Die „Power Ager“ sind interessant geworden – nicht nur für Reiseunternehmen, Schiffbauer, Architekten und Stadtplaner oder für die Mode- und Kosmetikindustrie. Sie bereichern auch die Zivilgesellschaft, tragen soziale Initiativen und Start ups. Auch auf der Website www.poweraging.de gibt es Tipps zur Persönlichkeitsentwicklung und die Gestaltung eines aktiven Lebens, kurz, es geht darum, ein passives Verständnis des Alterns zu überwinden.

Die jüngste EKD-Kirchenmitgliedschaftsuntersuchung zeigt: 75 Prozent der 60- bis 69-jährigen blicken zuversichtlich auf ihr weiteres Leben; und über ein Drittel geht davon aus, dass noch ein Neuanfang stattfinden kann. Viele machen sich noch einmal auf den Weg und helfen international als Au-pair, im Senior Expert Service oder über-



Cornelia Coenen-Marx



nehmen einen freiwilligen Einsatz in Krisengebieten. Andere engagieren sich jetzt in der Flüchtlingsarbeit, lernen Menschen aus anderen sozialen und kulturellen Kontexten kennen oder arbeiten mit am Entstehen neuer Netzwerke – als „Leih-Omas“, Stadtteilmütter, Senior-Mentoren für Schüler und Azubis, in Familienzentren und Generationenhäusern. Dabei geht es oft um das Elementare – um Kinderbetreuung und Einkäufe, um Hausaufgaben und Mittagstische. Landläufig Aufgaben, die in Familien und Nachbarschaften wahrgenommen wurden, heute aber reichen die Beziehungsnetze weit darüber hinaus. Und oft entstehen dabei tragfähige neue Freundschaften und Liebesbeziehungen.

„Im Alter neu werden können“, hieß auch die Denkschrift zum Altern, die die EKD 2010 heraus gegeben hat. Gerade diejenigen, die der Kirche nahe stehen, blicken, wie Untersuchungen zeigen,² durchaus mit Zuversicht auf ihr weiteres Leben und können sich vorstellen, noch etwas Neues zu beginnen. Sie wehren sich zu Recht, wenn sie das Gefühl bekommen, von der Kirche vor allem als Hilfebedürftige und potenzielle Pflegebedürftige wahrgenommen zu werden. Gelingen des Altern heißt heute aktives Gestalten und entsprechend bedeutet Spiritualität

im Alter eben durchaus nicht nur, sich auf das Ende vorzubereiten, sondern Energie zu schöpfen für eine neue, spannende und herausfordernde Lebensphase. Gebürtlichkeit statt Sterblichkeit heißt mit Hannah Ahrendt das Stichwort für die Suche nach einer neuen Religiosität des Älterwerdens. „Kann man denn im Alter noch einmal neu geboren werden?“, fragt Nikodemus Jesus, als er heimlich bei Nacht zu ihm kommt, auf der Suche nach dem Sinn seines Lebens.³ Ja, sagt Jesus, und erzählt von dem Neuanfang aus dem Geist Gottes. Oder denken Sie an Abraham und Sara, die in ihrem Alter aufbrechen in das Gelobte Land und spät noch den ersehnten Sohn zur Welt bringen – so spät, dass Sara selbst diese späte Schwangerschaft lächerlich findet.

Nach seinem Schlaganfall hat der BAP-Sänger Wolfgang Niedecken eine seiner schönsten CDs herausgebracht: „Zusammen Alt“, eine Sammlung von Liebesliedern voller Sentimentalität und Aufbruchslust. „Weck mich aus dem Albtraum, saach mir, wo ich ben. In all de Labyrinth bleib mir nur ding Stemm“.

¹ Iris Radisch, Die letzten Dinge, Lebensendgespräche, Berlin 2015

² Petra-Angela Ahrens, „Uns geht's gut“ Generation 60 plus, Religiosität und kirchliche Bindung, Münster 2011.

³ Joh. 3, 1 – 21

2. Neustart

Vorstellungsrunde während einer Coaching-Fortbildung. Vor uns liegen Lebenslandschaften mit Sonnengipfeln, Liegewiesen, schmalen Graten und Jammertälern. Die Teilnehmenden sollen sich mit ihren Erfolgen und ihrem Scheitern und mit ihren Zielen für die nächste Zeit vorstellen. Das verlangt, dass alle die konventionellen Selbstbeschreibungen mit Rollen, Funktionen und Erfolgsbilanzen überwinden und sich auch zu ihren Verletzungen und Grenzen bekennen. Denn auch die Auseinandersetzung mit Verlusten und mit Scheitern macht produktiv. Mir fällt auf, wie selbstverständlich diese Erkenntnis inzwischen ist: niemand muss die eigene Vergangenheit glätten, entscheidend ist, die Zukunft zu gewinnen, die eigenen Energiequellen frei zu legen. Die meisten in der Runde sind zwischen Mitte dreißig und Mitte vierzig und in besonderer Weise dem Gesetz des Gelingens unterworfen; hier geht es darum, sich selbst zu aktualisieren, das Beste aus den eigenen Gaben zu machen – und damit zugleich einen Lebensunterhalt zu realisieren, eine Familie zu unterhalten. Kein Wunder, dass einem hier eben auch gescheiterte Lebensträume und Selbstüberforderungen begegnen.

Einen Traum realisieren zu können, ohne damit den Lebensunterhalt verdienen zu müssen. Die eigenen Ziele definieren – ganz unabhängig von den Zielsetzungen einer Organisation, eines Arbeitgebers. Ein Privileg, ein Traum. Aber genau darin liegen

die Chancen des Alterns. In aller Freiheit zu definieren, was ich nicht mehr will, mich unabhängig machen von ungesundem Druck, von Erwartungen, die nicht lebbar sind. Umgekehrt geht es aber auch darum, die neue Freiheit zu nutzen und die Zeit, die mir bleibt, bewusst zu gestalten.

Der französische Philosoph Roland Barthes entschied sich, einen Roman zu schreiben, als seine Mutter gestorben war. Ihm war klar: Wenn ich etwas ganz Neues beginne, dann muss ich mein Leben so einrichten, dass ich diesen Traum verwirklichen kann. Dann muss ich ein neues Leben beginnen. Dafür gibt es seiner Auffassung nach ein paar grundlegende Voraussetzungen: Es braucht einen bewussten Entschluss. Man muss den Alltagstrott verlassen, die eigenen Routinen überprüfen. Es geht darum, dem eigenen Leben einen neuen, grundlegenden Inhalt zu geben.⁴

Margarete von Trotts Film über Hildegard von Bingen erzählt, dass die bekannte Klostergründerin gegen Ende ihres Lebens eine ungewöhnliche Entscheidung trifft. Sie verlässt das Kloster, in dessen Aufbau sie ihr ganzes Leben investiert hat, verlässt den Konvent und ihre Rolle als Äbtissin und bricht zu Pferd auf eine Predigt- und Seelsorgereise auf. Allein – nur von wenigen Freunden begleitet. „Wir sind hier, um das, was uns gegeben wurde, vollständig und freiwillig zurück zu geben“, sagt der Franziskanerpater Richard Rohr, der ein Buch über die spirituelle Reise der zweiten Lebenshälfte geschrieben hat.⁵ In der ersten Lebenshälfte, schreibt

⁴ Roland Barthes, Die Vorbereitung des Romans, Frankfurt am Main 2008

⁵ Richard Rohr, Reifes Leben, 2014

er unter Bezug auf Carl Gustav Jung, gehe es darum, ein Heim und eine Familie aufzubauen, ein sicheres Fundament für das Leben. Dann aber sei die Herausforderung, das alles wie Hildegard loszulassen und noch einmal frei zu werden. Wissend frei, weil wir ein neues Gefühl für Grenzen und Begrenztheit auch unserer Zeit haben.

3. Wandlung

Die Bibel zeichnet diese Bewegung in der Geschichte von Jakob nach. Sie erinnern sich an den Zweitgeborenen, der seinem Bruder Esau das Erbe abluchste – und seinem Vater Isaak den Segen. Ein junger Mann, voller Hunger nach Leben, dem jedes Mittel Recht scheint, um zu bekommen, was das Schicksal ihm verweigert: Land und Herden, die dem Erstgeborenen zustehen, eine große Familie und viele Nachkommen, eben Erfolg und Segen. Der Schwindel fliegt auf und Jakob flieht durch die Wüste zu seinem Onkel Laban. Er wird sich durchkämpfen durch die Widrigkeiten der kommenden Jahre und es wird ihm tatsächlich gelingen, sich nach und nach den Reichtum aufzubauen, von dem er geträumt hatte – und es scheint tatsächlich, als sei der Segen mit ihm, den er sich doch eigentlich nur erschlichen hatte. Als stünde ihm der Himmel offen. Davon erzählt der Traum von der Himmelsleiter, den er auf der Flucht geträumt hatte.⁶

Interessanterweise lässt uns die Geschichte diesem Jakob noch einmal begegnen – in



einer anderen Nacht, gegen Ende seines Lebens. Es ist eine Art Gegengeschichte – denn Jakob ist auf dem Weg zurück, um sich mit Esau zu versöhnen. All seine Herden, seine Frauen und Kinder hat er am Ufer zurück gelassen; er ist allein, als er in der Nacht am Fluss Jabbok mit einer unbekannten Macht ringt⁷. Noch einmal geht es um den Segen – jetzt aber nicht mehr in diesem äußeren Sinne von Erfolg, Land und Besitz, sondern in einem inneren Sinn. Es geht um die eigene Integrität, um das Akzeptiertwerden – nicht nur von der Familie, sondern letztlich von Gott. Am Ende ist Jakob verletzt – er hinkt, aber er geht der Sonne entgegen. Und er ist ein anderer geworden oder in einem tieferen Sinne er selbst: von jetzt an trägt er den Namen Israel.

Der Maler Max Beckmann hat die beiden Gottesbegegnungen Jakobs in einem einzigen Holzschnitt dargestellt⁸ – er zeigt Gott mit Jakob auf der Leiter. Wie Jakob sich fest-



⁶ 1. Mose 28, 10 – 22

⁷ 2. Mose 32, 25–32

⁸ Max Beckmann, Jakob ringt mit dem Engel

hält an dieser Gottesgestalt und doch zu fallen droht in die Tiefe und Dunkelheit des Flusses. Von oben aber, von der Spitze der Leiter, strahlt Licht ins Bild – die aufgehende Sonne. Es ist, als zöge sie den Fallenden nach oben. „Ich bin in meinem Leben oft gefallen, sei es in Beziehungen oder im Beruf, emotional oder körperlich, doch immer gab es einen Trampolineffekt, der bewirkte, dass ich letztlich nach oben gefallen bin“, schreibt der Franziskanerpater Richard Rohr.

Der Jakobsweg ist ähnlich wie die „Heldenreise“ zur Landkarte eines Coaching-Prozesses geworden, ein Symbol für Wandel und Veränderung. Wir werden herausgerufen aus dem Gewohnten, finden Mentoren, die uns über die Schwelle begleiten. Wir müssen Prüfungen und Kämpfe bestehen und werden schließlich belohnt. Und dann kehren wir mit den neu gewonnenen Schätzen den Rückweg an und müssen noch einmal eine Schwelle überschreiten – dabei wird spürbar: wir sind ein anderer geworden. Während wir im Außen unterwegs waren, sind wir zugleich einen inneren Weg gegangen.

4. Selbstüberschreitung

Es ist kein Zufall, dass viele in dieser Phase eine äußere Reise unternehmen oder ein Buch schreiben. Das sind Möglichkeiten, die innere Bewegung im außen sichtbar und greifbar zu machen. Produktiv zu werden jenseits der sonst üblichen Vorstellungen von Produktivität. Denn leider messen wir

unseren „Output“ ansonsten wie man den Output von Maschinen misst – nach möglichst großer Effizienz. Wir wollen funktionieren. Ariadne von Schirach, die mit ihrem Buch „Du sollst nicht funktionieren“ zu einer neuen Lebenskunst ermutigen will, schreibt: „Wenn der Wert der Natur ihr Ertrag ist und der Wert des Tieres seine Tauglichkeit als Futter, Lastenträger oder Attraktion, dann ist der Wert des Menschen seine Arbeitskraft und seine Fähigkeit, ein gutes Bild abzugeben. Doch die Würde des Menschen liegt jenseits solcher Zwecke. Eine Zeit, die den Wert eines Menschen mit seiner Leistungskraft gleichsetzt, ist eine würdelose Zeit. Sie diskriminiert diejenigen, die zur Verwertung entweder noch nicht oder nicht mehr tauglich sind – und damit irgendwann uns alle. Das Beharren auf die kategoriale Nutzlosigkeit des Menschen, verbunden mit dem Gebot, genau diese zu lieben und zu beschützen, ist die Grundlage für alle Beziehungen, die das Reich des Widerwärtigen zu verlassen vermögen.“⁹

„Es lohnt sich nur der Weg nach innen“, heißt eines der Bücher von Sam Keen über „Das kreative Potenzial der Langeweile“.¹⁰ Keen legt den Finger in die Wunde einer Zeit, in der immer etwas los sein muss, damit man sich spürt. Nur keinen Stillstand aufkommen lassen, nur nicht zur Ruhe kommen. Dabei ist genau das die Voraussetzung, unsere Erfahrungen zu reflektieren und unsere Gefühle zu nutzen – uns zu verändern. Nichtstun und Träume haben, anderen mit Empathie begegnen – für Sam Keen sind

⁹ Ariadne von Schirach, Du sollst nicht funktionieren. Für eine neue Lebenskunst, 2014, S. 75.

¹⁰ Sam Keen, Es lohnt sich nur der Weg nach innen, Hamburg 1993

das Haltungen auf dem Weg nach „oben“, zu mehr Gesundheit, Lebendigkeit und Engagement.

Darum geht es, wenn die so genannten Power-Ager noch einmal neu starten und für andere, aber auch für sich selbst Verantwortung übernehmen – nun aber in einem Sinne, der sich selbst zugleich realisiert und überschreitet, so wie das bei Jakob am Jabbok der Fall ist, der nach Hause kommt, aber nun einen neuen Namen trägt. Lars Tornstam, der Untersuchungen zur Spiritualität älterer Menschen in Schweden durchgeführt hat, spricht in diesem Zusammenhang von Gero-Transzendenz oder auch von Ego-Transzendenz.¹¹

Der ehemalige Chefredakteur der Zeitschrift „Psychologie heute“, Heiko Ernst, spricht von Generativität und sagt, sie sei „unser Zukunftssinn. Wir richten das Denken über die eigene Existenz hinaus. Generativität ist die Fähigkeit, von sich selbst abzusehen, für andere da zu sein, Wissen und die eigenen Erfahrungen in die Gesellschaft einzubringen und etwas weiter zu geben“ – und sie hängt nicht davon ab, ob wir eigene Kinder zur Welt bringen. Generativität gibt Antwort auf zwei Fragen: Wie geht es mit mir weiter? Und: wie geht es mit meinem Umfeld weiter?

5. Generativität

Vor einiger Zeit bin ich im Traum einem älteren Ehepaar begegnet, das eine große Grünsilbe in viele kleine Blumentöpfchen

umpflanzte. Sie wollten die kleinen Pflänzchen zu ihrem 80. Geburtstag verschenken – etwas aus ihrem Haus für alle, die ihnen lieb sind. Lebendiges Erbe. Grünsilben schlagen Luftwurzeln und lassen sich ganz leicht in neue Erde verpflanzen. Für mich war das ein wunderbares Bild für die Aufgabe der dritten Lebensphase.

Anteil zu nehmen am Leben der Jüngeren und etwas weiterzugeben, das ist für die allermeisten alten und auch sehr alten Menschen ein zentraler Lebensinhalt. Die Hochaltrigenstudie der Universität Heidelberg¹² liefert Ergebnisse, die nur diejenigen überraschen, bei denen die Rede vom demografischen Wandel allein Bilder von Alter als Belastung hat entstehen lassen: 76 Prozent der befragten 80- bis 99-Jährigen empfinden Freude und Erfüllung in emotional tieferen Begegnungen mit anderen Menschen. 61 Prozent im Engagement für andere Menschen. Und 60 Prozent haben das Bedürfnis, – vor allem von den jüngeren Generationen – auch weiterhin gebraucht und geachtet zu werden. 85 Prozent beschäftigen sich intensiv mit den Lebenswegen der nachfolgenden Generationen in der eigenen Familie.

Tatsächlich sind Großeltern eine wichtige Stütze für junge Familien, sie springen mit Geld, aber auch viel mit praktischer Hilfe ein, wenn die Belastungen aus Arbeit und Familie die mittlere Generation an den Rand bringen. Die unmittelbaren Beziehungen zwischen den Generationen sind nach wie vor eine bedeutsame Säule zur Sicherung von Lebensrisiken und Lebensqualität. Denn



¹¹ Zitiert nach Ralph Kunz: Spiritualität und Altersdiskurs, in: Konstrukte gelingenden Alterns, Stuttgart 2012

¹² Mit der Generali-Stiftung 2014

das materielle und das immaterielle Generationenerbe, das Ältere einzubringen haben, ist erheblich. Das geht weit über die eigene Familie hinaus. In Projekten zur Frühförderung von Kindern, in ambulanten Hospizdiensten oder an Mittagstischen, wo Einheimische und Migrantinnen Gerichte aus aller Welt kochen und gemeinsam essen, spielen die jungen Alten eine entscheidende Rolle. Was sie einbringen, ist nicht nur praktische Hilfe, sondern auch das kulturelle, geistige und geistliche Erbe, aus dem auch die nächsten Generationen noch leben.



Ich denke an Kirchenkuratorinnen und ehrenamtliche Kirchenpädagogen, an Menschen, die Friedhöfe erhalten und Ortsgeschichte schreiben, an ehrenamtliche Prädikantinnen und Prädikanten in schrumpfenden Städten und Regionen, Mentorinnen und Mentoren, Stifterinnen und Stifter – materiell wie immateriell hat die ältere Generation ein reiches Erbe weiterzugeben.

6. Gemeinschaft und Engagement

Die christliche Gemeinde hat von Anfang an Erfahrung mit dieser Art Familiaritas, die nicht allein auf echter Verwandtschaft beruht, sondern auf Zusammenhalt und Vertrauen auch über Unterschiede hinweg. Der sterbende Jesus verweist seine Mutter und seinen Freund Johannes aneinander: „Siehe, das ist deine Mutter“, „Siehe, das ist dein Sohn“. Pflegekinder und Pflegeeltern, Paten und Klostersgemeinschaften waren über Jahrhunderte selbstverständlich. Das alles kehrt heute zurück in Lesepatenschaften und mit Leihomas, aber auch in generationenübergreifenden Wohnprojekten. Die Mehrgenerationenhäuser und neuen Dorfgemeinschaften zeigen: unsere Gesellschaft ist im Aufbruch in Richtung Wahlfamilien.

Auf Schloss Blumenthal in Bayern haben sich Menschen zusammengetan, um miteinander anders zu leben. Eine bunte Mischung von Individualisten vom Parkettpfleger über den Mediziner, von der Hotelkauffrau bis zur Steuerfachangestellten oder zur Yoga-

lehrerin. Ihre Zukunftsvision ist ein Grundeinkommen für jedes Mitglied aus den Gewinnen der Betriebe und eine gemeinsame Altersversorgung. Schloss Blumenthal ist eine GmbH und Co KG mit einer Investitionssumme von 5 Mio. Euro jährlich. Die Basis bildet ein Hotel mit 80 Betten in einem alten Herrenhaus, ein Gasthaus sowie Gärten und Parks. „Wir stehen hier immer vor der Frage, wie sieht unsere Balance zwischen Ökonomie und Gemeinschaft aus“, wird der Geschäftsführer Martin Horack zitiert, der hier einst mit acht Familien begann und inzwischen in einem kleinen Dorf lebt – mit Kindern und Älteren und Menschen aus allen Berufsgruppen.

Für Menschen, die alleinerziehend mit Kindern leben, die in die dritte Lebensphase eintreten und damit rechnen, mehr Hilfe zu brauchen, für Menschen mit einer Behinderung oder für Singles, die einen Ort der Zugehörigkeit suchen, wird es wichtiger, darüber nachzudenken, wo und wie sie leben. Henning Scherf, Malu Dreyer stehen für solche Projekte. Die Idee in diesen Projekten: starke Nachbarschaften, in denen man einander wechselseitig hilft, mit wechselseitigen Diensten und Hilfen füreinander eintreten. Hausaufgabenhilfe gegen Einkaufsdienste ganz wie in einer Mehrgenerationenfamilie. Dabei geht es durchaus darum, einander nützlich zu werden – nun aber nicht nur in einem materiellen Sinne.

Ich erinnere mich daran, wie meine Urgroßtante auf mich aufpasste, wenn meine Eltern abends unterwegs waren. Sie saß dann

mit ihren steifen Beinen – sie hatte Arthritis – auf einem kleinen Bänkchen und las mir vor oder sang mir vor. An einem Abend rutschte sie von diesem Bänkchen herunter und konnte sich nicht mehr allein aufrichten – und auch ich war zu klein und zu schwach, ihr zu helfen. So saß sie den gesamten Abend und sang das Choralbuch von vorn bis hinten durch – und ich genoss es. Das wichtigste, was sie mir gegeben hat, war vielleicht das Gefühl, dass man auch mit Angewiesenheit gut leben kann. Und dass auch ein solcher Abend seine Schönheit hat. Ihre Lebenserfahrung und Gelassenheit und ihr Gottvertrauen haben mich lange über ihren Tod hinaus getragen.

Für mich ist sie ein Beispiel dafür, wie Spiritualität über die Generationen weitergegeben wird – zumeist ganz selbstverständlich, als Lebenserfahrung im Alltag. Viele Menschen suchen Mentoren und Ratgeber, die ihre Erfahrungen einbringen, aber keine eigenen Aktien und Interessen mehr im Spiel haben, die frei von Loyalitäts- und Konformitätsdruck auf das Ganze sehen können, die sich mit den eigenen Fehlern und Umwegen ausgesöhnt haben und deswegen auch andere vorurteilsfrei begleiten können. Es ist an der Zeit, diese Rolle der Älteren bewusst wahrzunehmen und wertzuschätzen. Die Kirche kennt ja sogar ein Ältestenamt, das Amt der Presbyter. Darin steckt die Erinnerung, dass es in der Antike wie auch im Judentum eine große Ehrerbietung älteren Menschen gegenüber gab, weil sie Weisheit und Einsicht entwickeln konnten.

Solche, die eigene Erfahrung transzendierende Einsicht, gehört zur Spiritualität des Älterwerdens genauso, wie der bewusste Umgang mit den eigenen Schwächen, mit Unvollkommenheit und Unversöhntem, aber auch die bewusste Gestaltung von Gemeinschaft über die Generationen hinweg. Dazu gehört, zu akzeptieren, dass wir aufeinander angewiesen sind, und, wenn nötig, einander auch um Hilfe zu bitten. „Man muss für seine Seele, sein emotionales Leben Sorge tragen, und das erfordert eine Pflege seiner sozialen Netzwerke, der zwischenmenschlichen Beziehungen, seiner Interessen und Werte. Es gilt deshalb auch, seine geistigen Aktivitäten lebendig zu halten, Nachsinnen, Nachdenken, Gespräch und Diskussion zu pflegen – und es gilt, etwas für die seelische Gesundheit und Lebendigkeit zu tun und in guter emotionaler Bezogenheit zu leben“, schreibt der Psychoanalytiker Hilarion Petzold in einem Buch über gelingende Hochaltrigkeit, das er mit heraus gegeben hat.¹³ Er spricht von einem guten zwischenmenschlichen Miteinander, von Konvivialität. Der Begriff liegt ganz nah am Begriff der Konvivenz, mit dem wir in der Ökumene das Miteinander von Menschen unterschiedlicher Religiosität und Spiritualität bezeichnen. Immer geht es darum, die anderen – Menschen einer anderen Generation, mit anderen Erfahrungen und Perspektiven, anderen Glaubensüberzeugungen – im Miteinanderleben als Bereicherung zu erfahren.

7. Geschichte und Geschichten

Ganz oben auf einem Bücherregal in meiner Bibliothek liegt eine alte Familienbibel – eine reich verzierte in einem alten Ledereinband. Das wertvollste an diesem Stück ist die Familienchronik. Die hat der Bibel einen Ehrenplatz in meinem Regal gesichert, auch wenn es nicht unsere Familienbibel ist, nicht unsere Geschichte. Ich bekam sie als junge Pfarrerin geschenkt. Der alte Mann, der sie mir brachte, war, wie viele Gemeindeglieder, ein Flüchtling aus Ostpreußen gewesen. Die Bibel hatte er auf dem Treck mitgebracht – gut eingepackt und sicher verwahrt in seinem Rucksack. Und so brachte er sie mir auch – in mehrere Lagen Packpapier gewickelt und vielfach verschnürt. Er brachte sie zu seiner Pfarrerin, weil er nicht wollte, dass seine Söhne das Erbstück irgendwo auf einem Flohmarkt verkauften. Er hatte das Gefühl, dass der Überlieferungsfaden gerissen war. Unsere Geschichte ist voll von solchen abgerissenen Fäden. Die Vertriebenen von damals können davon erzählen – genauso wie die Flüchtlinge von heute. Und die Nachkommen der jüdischen Familien, die einst aus unseren Dörfern und Städten deportiert wurden.

Meine Großmutter Hildegard habe ich nie kennen gelernt. Sie starb am 5. Mai 1945 im Beschuss eines versprengten Tieffligers. Bis auf ein paar Fotos und eine Brosche gingen alle Erinnerungsstücke verloren. Trotzdem oder vielleicht gerade deswegen habe ich eine ganz besondere Verbindung zu ihr: ich trage ihren Namen. Und meine Eltern

¹³ Hilarion Petzold, Der Wille für gelingende Hochaltrigkeit, in Hilarion Petzold u.a.: Hochaltrigkeit, Herausforderung für persönliche Lebensführung und biopsychosoziale Arbeit, Wiesbaden 2011

haben so von ihr erzählt, dass sie mir nahe kam – in Bildern und Geschichten, in den Gesten meiner Tante, dem Haaransatz meiner jüngsten Schwester. Als die aufwuchs, lebte niemand mehr aus der Großelterngeneration. Und vielleicht waren es diese Erschütterungen im Fundament der Familie, die mir als Kind die Familiengeschichten der Bibel so lieb gemacht haben – von Abraham, Isaak, Jakob und Esau – und ihren Frauen Sarah, Rebekka, Lea und Rahel. Als Kind hat es mich fasziniert, wie Aufbruch in die Zukunft und Segen von einem zum anderen weiter gegeben wurde. Das Generationenerbe, das war mir früh klar, geht weit über handgreifliche Erinnerungsstücke hinaus.

Wir spüren das vor allem bei Familienfesten – bei Taufen, Konfirmationen überlegen wir, was wir Kindern und Enkeln, den Nichten und Neffen mitgeben wollen. Was wirklich zählt, was bleibt. Da wird die Uhr verschenkt, die mehr als eine Generation halten soll, der Ring, den die Großmutter trug. Vielleicht auch, wie in meiner Familie üblich, die schöne Taschenbibel mit Goldschnitt und dem Konfirmationsspruch als Widmung. Und dann beim festlichen Essen werden Geschichten erzählt, Familiengeschichten, die Identität beschreiben und aus denen wir Kraft ziehen. Vor drei Jahren feierte mein Neffe Matthias seine Konfirmation in Manchester. Er wächst in einer binationalen Familie auf und hat seitdem in Philadelphia und in München und vorher schon in Göteborg gelebt. Immer neue Schulen mit unterschiedlichen Kulturen und Leistungsanforderungen. Viel-

leicht deshalb liebt er es, alte Fotoalben anzuschauen und nachzufragen. „Mehr als je brauchen wir Rituale und Narrative“, sagt Rowan Williams, der Erzbischof von Canterbury, der in der weltweiten anglikanischen Kirche die Umbrüche der Globalisierung und die damit verbundenen Konflikte erlebt. Keine Religionsgemeinschaft weiß das besser als das Judentum, das seit der Zerstörung des Tempels und der Vertreibung ins Exil seine Feste und Liturgien pflegt. „Wenn Dein Kind Dich morgen fragt“, heißt es in der Liturgie für den Sederabend, dann sollst Du ihm sagen: „Wir waren Sklaven des Pharaos in Ägypten“. Wir leben von Ritualen, von Erzählungen und von Narrativen – nicht nur von denen in unseren Familien, sondern auch von denen unserer Religionsgemeinschaften. Wir sind dafür verantwortlich, der nächsten Generation Zukunft zu erschließen – durch einen bewussten Umgang mit unserer Geschichte.

„Wenn Menschen meiner Generation mich fragen, was sie denn weiter geben sollen, dann sage ich ihnen dies“, so Johannes Rau: „Sagt (Euren Kindern), dass wir auf den Schultern unserer Mütter und Väter stehen. Sagt Ihnen, dass ohne Kenntnis unserer Tradition und unserer Geschichte eine menschliche Zukunft nicht gebaut werden kann. Sagt ihnen, dass wir ohne innere Heimat keine Reisen unternehmen können. Und sagt ihnen zu guter Letzt, dass die stete Bereitschaft zum Aufbruch die einzige Form ist, die unsere Existenz zwischen dem Leben hier und dem Leben dort wirklich ernst nimmt.“¹⁴

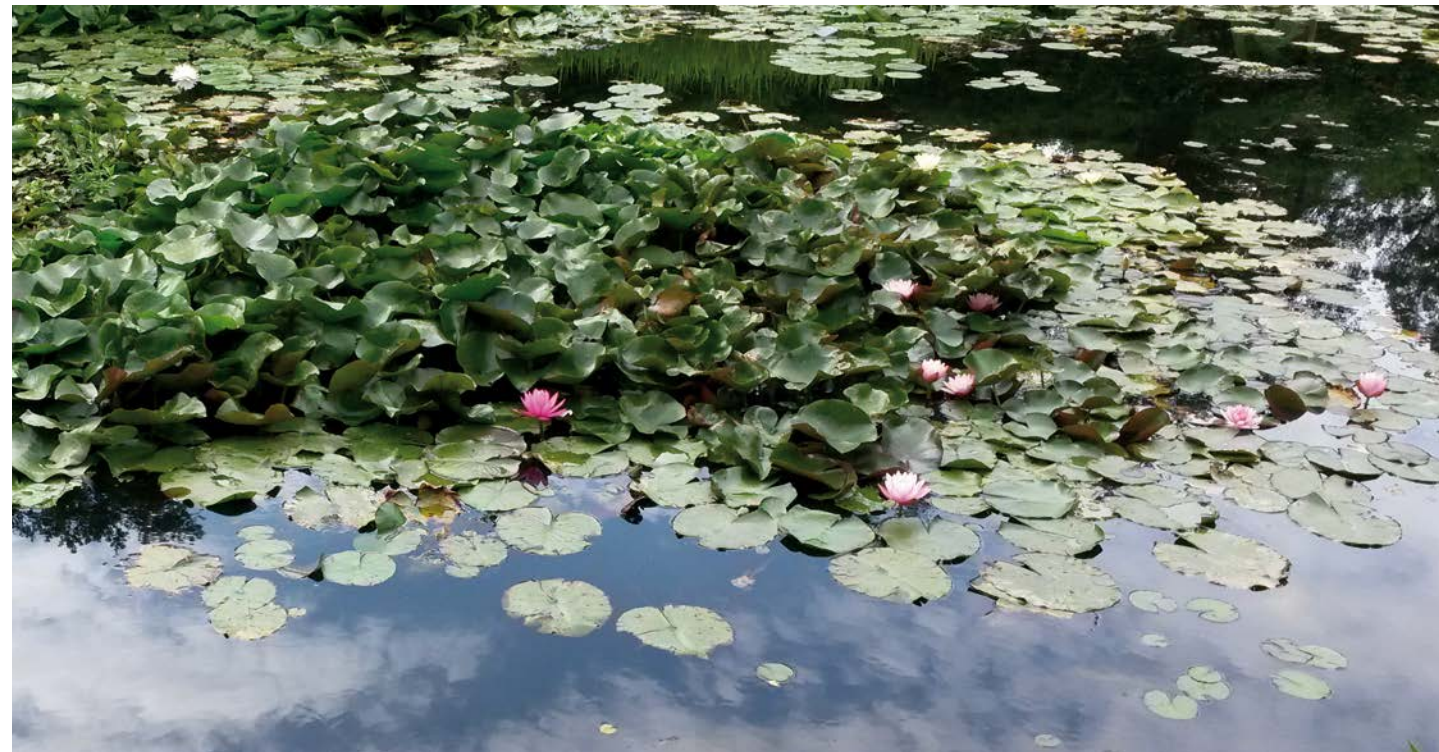


¹⁴ Bibelarbeit zu 5. Mose 6, 3 ff auf dem 30. DEKT in Hannover, 2005

8. Rollentranszendenz

Dieser Tage meldete sich ein ehemaliger Kollege mit einer Personenstandsanzeige auf Facebook. Die kleine Clara C. hat uns alle verändert, hieß es da. Sie hat aus Kindern Eltern gemacht, aus Eltern Großeltern, aus Geschwister Tanten und Onkel. So ist es – die nächste Generation verwandelt die vorige. So wie sich unser Selbstverständnis ändert, wenn die vorige stirbt. „Jetzt stehen wir in der ersten Reihe“, sagte meine Mutter, als ihre Elterngeneration gestorben war und ich dachte an eine Sturmschneise im Wald. „Die Einschläge kommen näher“ sagen andere und geben zu, dass sie so ab Mitte 50 häufiger Todesanzeigen lesen, um zu schauen, ob die eigenen Geburtsjahrgänge darunter sind. Altern ist nicht einfach ein körperlicher Vorgang bei einem isolierten Individuum, sagt Michael Großheim, „sondern wesentlich eine Verschiebung der eigenen Stellung in der Generationenfolge einer Gesellschaft.“¹⁵

Wir wandeln uns auch mit den Menschen, die uns am nächsten sind. Wenn ein geliebter Mensch stirbt, wenn ein anderer geboren wird oder ein Mensch in unser Leben tritt, den wir lieben lernen. Mit und durch die anderen werden wir selbst ein anderer: bei einem Tod zur Waise, bei einer Geburt zu Mutter oder Vater, so werden wir Bräutigam oder Witwe, aber auch Freund oder Nachbarin – was an anderen geschieht, verwandelt auch uns. Denn wir werden am Du zum Ich, wie Emanuel Levinas und Martin Buber deutlich gemacht haben. Wenn unsere Be-



ziehungen sich verändern, bleiben auch wir nicht, die wir waren.

Die Fotoreporterin Maggie Steber hat ihre Mutter in den letzten Lebensjahren mit der Kamera begleitet.¹⁶ In einer Altenwohnung in Miami dokumentierte sie deren langsamen Abschied vom eigenen Ich. Madje, die Mutter, war an Demenz erkrankt. Maggie hatte immer ein distanziertes Verhältnis zu ihr gehabt. Aber während sie fotografierte, wuchs ein neues Verstehen. Schmerzhafte Erinnerungen fielen weg; Sorgen über die Zukunft spielten plötzlich keine Rolle mehr. Gemeinsam erlebten sie das Jetzt, und es wuchs eine Nähe, mit der die Fotografin nie gerechnet hätte. Am Ende starb Madje in den Armen ihrer Tochter. Es ist gerade der

verkürzte Zeithorizont, der die Intensität dieser Begegnung ermöglicht. Es ist der Verlust der Vergangenheit, das Verschwinden der festgelegten Rollen, das etwas Neues ins Leben treten lässt. Wir verändern uns mit den Rollen in der Zeit – aber wir können auch diese Rollen im Abschied nehmen und loslassen noch einmal überschreiten. In einer Art Beziehungstranszendenz, die in der Rollenumkehr Neues ermöglicht. Den eigenen Eltern noch einmal neu als erwachsene Menschen begegnen zu können, auch in Verletzungen, Hilflosigkeit und Angewiesenheit – bietet die Chance, selbst endgültig erwachsen zu werden.

Was geschieht, wenn wir an einem Sterbett sitzen, stellt unser Denken über Leis-

tung, Produktivität und Lebenssinn sehr grundsätzlich in Frage. Denn das Bild vom immer wachen, gesunden und leistungsstarken Menschen, der nicht auf andere angewiesen ist – dieses Bild von Freiheit und Autonomie hält im Sterbeprozess nicht stand. Andreas Kruse und Thomas Klie schreiben:¹⁷ „Die mit einer Gesellschaft des langen Lebens verbundenen Herausforderungen verlangen nach einer Auseinandersetzung mit Fragen des Menschseins, mit dem Verständnis von Würde und mit den Vorstellungen eines guten und sinnerfüllten Lebens unter Bedingungen der Vulnerabilität. Vorstellungen von Leben und Autonomie, die den Beziehungscharakter menschlichen Lebens und dessen Angewiesenheit auf andere nicht einbezieht, sind unvollständig“. Zu dieser Angewiesenheit gehört auch das Lernen von denen, die uns voraus gehen. Die uns diese eine Erfahrung voraushaben.

In ihrem Buch „Jeder Tag ist kostbar“ beschreibt auch Daniela Tausch-Flammer, wie die Begegnung mit dem Sterben ihrer Mutter sie verändert hat. „Ich war vorher jemand, der mit viel Angst im Leben stand. Angst vor der Dunkelheit. Angst, keinen Beruf zu bekommen. Angst, keinen Ort zum Leben zu finden. Angst vor Begegnung. ... Durch die Lupe des Todes weitete sich der Angstring, ... hielt mich nicht länger gefangen. Durch das Bewusstwerden der Endlichkeit öffnete sich eine Tür zur Spiritualität. In mir wuchs das Vertrauen: Das, was dir passiert, wird stimmen. Ich begann zu vertrauen, dass ich in meinem Leben geführt werde, von Gott



¹⁵ Michael Großheim, Altern und Zeithorizont, in Martina Kumlehn, Andreas Kubik, Konstrukte gelingenden Alterns, Stuttgart 2012

¹⁶ Die Reportage findet sich in der Zeitschrift GEO-Wissen, Heft 52, 11/2013.

¹⁷ In einer im Internet veröffentlichten Stellungnahme zum assistierten Suizid 2014

begleitet bin. ... Dass angesichts des Todes vor allem die Momente zählen, in denen ich gewagt habe, mich offen zu zeigen.“

Der Philosoph Thomas Rentsch spricht vom Altern als einem „Werden zu sich selbst“. Es geht darum, bewusst zu begreifen, dass die Kürze des Lebens und seine Überschaubarkeit sichtbar, erfahrbar und einsichtig werden, dass sie nicht schrecken müssen und dass nun die Chance besteht, das menschlich Wichtige vom vielen Unwichtigen dauerhaft zu unterscheiden. „Ich kann als Philosoph nicht unmittelbar an positive theologische Redeweisen anknüpfen“, schreibt er, „ich sage jedoch: Viel wäre vom Sinn dieser Reden schon bewahrt, wenn wir das Alter als eine Lebenszeit verstehen, in der die innige Verschränktheit von Endlichkeit und Sinn, Begrenztheit und Erfüllung erkennbar und einsichtig werden kann.“¹⁸

9. Herzensgebet und Achtsamkeit

Ist es nun also doch die bewusste Auseinandersetzung mit der Endlichkeit, die dem Altern Tiefe gibt? Normalerweise schieben wir dieses Thema ja doch eher in die so genannte vierte Lebensphase, die Hochaltrigkeit. Oder könnte die verdichtete Zeit geradezu ein Energieschub sein, die Neuanfänge in der dritten Phase ganz bewusst wahrzunehmen und zu gestalten? Und lernen wir möglicherweise ganz nebenbei, mit unserer Sterblichkeit umzugehen, wenn unser Alltag neue Tiefe gewinnt?

Im Zusammenhang mit einer Erkrankung im vorletzten Jahr habe ich mich mit dem Konzept des mystischen Coachings beschäftigt. Die Kieler Praktische Theologin Sabine Bobert will mit ihren Übungen einladen, sich ganz und offen auf das Leben, auf Gott einzulassen.¹⁹ „Die mystische Erfahrung der Unio setzt voraus, dass wir von Barrieregefühlen frei geworden sind“, schreibt sie – von Gefühlen wie Hass, Angst, Wut, Neid, Lähmung und Zweifel. Solche Gefühle entfremden uns voneinander und von uns selbst; sie schneiden uns von unserer Wesensmitte und von Gott ab. Wir merken das, wenn unser Alltag sich leblos anfühlt und Gott unendlich fern erscheint. Öffnende Gefühle dagegen führen uns in Lernprozesse und lassen uns letztlich Gottes Gegenwart in allen Dingen spüren.

Sabine Bobert sieht das orthodoxe Herzensgebet als eine Möglichkeit, uns auf das Wesentliche zu zentrieren und Ruhe, Gelassenheit und Frieden zu finden. Es geht dabei nicht um viele Worte, sondern eigentlich nur um eine Gebetsformel wie das 1500 Jahre alte „Jesus Christus, erbarme dich meiner“ oder das „Liebe umgibt mich“ aus der Wolke des Nichtwissens. Diese Formen des Gebets und der Meditation haben viel gemeinsam mit der mystischen Versenkung und den Mantren im Buddhismus, der ja nicht zuletzt die Generation der Power Ager mit geprägt hat. Auch hier geht es um die Konzentration auf den Atemrhythmus, um heilende Inhalte. Sabine Bobert macht Mut, diese Formen der Mystik im Alltag einzu-



üben – beim Aufwachen und Einschlafen wie auch in Pausenzeiten im Bus oder auf dem Fahrrad.

Dabei geht es um eine Erfahrung von Führung aus der Mitte, die gerade im Übergang in einen neuen Lebensabschnitt sehr wichtig ist. Der Weg steht noch nicht fest, er bildet sich im Gehen. Das entspricht unserer heutigen Alternserfahrung, die ja gerade nicht so selbstverständlich auf geprägte Altersbilder zurückgreifen kann. Nicht nur Gebete, auch Tagebücher und Walking, Naturerfahrung können zur meditativen Praxis gehören. Es geht darum, im eigenen Hier und Jetzt anzu- kommen, Ewigkeit in der Gegenwart zu spüren und eben damit von Zukunftsangst frei zu werden. Diese Erfahrung, so Bobert, kann sich gerade in kritischen Zeiten, in Krankheit und Krisen, bewähren.

10. Kirche als Pilgerschaft

Fast vierzig Prozent der evangelischen Bürgerinnen und Bürger über sechzig nehmen nach eigener Aussage in irgendeiner Weise am Gemeindeleben teil – damit liegt die Kirche weit vor anderen Organisationen. Viele der Angebote drehen sich allerdings um Gemeinschaftsbildung und Engagement. Ich denke an offene Treffpunkte, Sport-Tanz- und Reiseveranstaltungen, aber auch an das Engagement bei Tafeln, in der Nachbarschaftshilfe oder in Hospizdiensten, an Mentoringprogramme und Leihoma-Dienste. Generationenübergreifende Angebote

und gemeinwesenorientierte Plattformen gewinnen an Bedeutung und es ist unstrittig, dass die jungen Alten nicht nur das Gemeindeleben, sondern auch die Nachbarschaften entscheidend tragen.

Wie sieht es aber mit spirituellen Angeboten aus? Die überkommenen Formen von der Frauengruppe bis zum Altenbesuch haben ihre Attraktion verloren – auch deshalb, weil sie mit dem Gefühl von Passivität und Hilfebedürftigkeit verbunden sind, von dem ich am Anfang gesprochen habe. Die geprägten Formen, ja selbst die Lieder und Liturgien vermitteln den Eindruck, die letzte Lebensphase mit ihren Gestaltungsaufgaben sei vorgezeichnet – eine Zumutung und ganz sicher eine Illusion in einer pluralistischen Gesellschaft, in der diese Phase durch vielfältige Neuanfänge gekennzeichnet ist, die so noch nicht erprobt wurden. Seelsorgerinnen und Seelsorger und andere Engagierte in der Gemeinde sind dabei Weggefährten – manchmal vorauslaufend, manchmal selbst lernend. Und das Wesentliche wird sein, offen und fragend miteinander umzugehen und Spiritualität gemeinsam neu zu entdecken und Rollen zu überschreiten.

Muss und soll es alternsspezifische Angebote geben? Oder sind es die bestimmten Themen, denen wir im Laufe des Lebens immer neu und immer anders begegnen? Rollenwechsel, Neuanfänge, Aufbrüche und Abschiede beschäftigen uns immer wieder und mit immer anderem Fokus und es kann gerade die gemischte Gruppe sein, die uns das bewusst macht. Das gleiche gilt für die

Erfahrungen von Trennungen, Einsamkeit und Aussöhnung. Und letztlich auch für den Umgang mit Endlichkeit und Verletzlichkeit. Die Strategien, mit denen wir diesen Themen im Laufe unseres Lebens begegnen, mögen sich nicht grundlegend ändern – sie werden aber immer neu auf den Prüfstand gestellt. Darin liegt eine Chance, Verzerrungen loszulassen und zu sich selbst zu kommen. Vielleicht ist es aber vor allem der unterschiedliche Zeithorizont, das Lebens-tempo, das die Lebensalter unterscheidet. Es ist der Umgang mit Endlichkeit und Ewigkeit, der dann auch dem Umgang mit Träumen und Zielen und letztlich auch unseren Blick auf Gott und die Welt verändert.

Das Leben als Reise, als Pilgerschaft ist für viele heute zu einem spirituellen Bild geworden. Es passt in eine Zeit der Mobilität und Migration und der immer neuen Aufbrüche – beruflich wie privat. Frühere Generationen haben den Weg weiter gedacht bis hinein in eine Ewigkeit, die wir uns trotz aller Erfahrung nicht vorstellen können. „Ich preise dich, mein Erretter, dass du mir auf der Erde kein Vaterland und keine Wohnung gegeben hast, so dass ich mit David sage: „Ich bin dein Pilgrim und dein Bürger“, heißt es bei Johann Amos Comenius. Letztlich, so Comenius, geht es darum, unterscheiden zu lernen, loszulassen und wesentlich zu werden. „Du hast mich vor der Torheit bewahrt, das Zufällige für das Wesentliche, den Weg für das Ziel, das Streben für die Ruhe, die Herberge für die Wohnung, die Wanderschaft für das Vaterland zu halten“. „Im Alter erzählt man

sich sein Leben neu“, sagt die Schriftstellerin Ruth Klüger im Gespräch mit Iris Radisch: „Ich beurteile die Menschen anders, als ich sie vorher beurteilt habe. Das hängt auch damit zusammen, dass ich weicher geworden bin“.²⁰ Diesen neuen Blick auf das Leben sollten wir uns und anderen nicht vorbehalten. ■

²⁰ Iris Radisch, Die letzten Dinge, Lebensendgespräche

Älter werden – Gespräch zwischen den Generationen

Selbstbefragung eines 82-Jährigen

Wann hast Du Dich zum ersten Mal alt gefühlt?

Als ich die Musik nicht mehr verstand, die meine Enkel lieben. Als ich anfang, tote Autoren lieber zu lesen als die gegenwärtigen. Als ich auf dem Friedhof mehr Bekannte hatte als unter den Lebenden.

Was wünschst Du Dir in dieser Lage?

Die Kraft, mich als endliches Wesen anzunehmen. Ich möchte mit Schmerz und mit Heiterkeit lernen, dass meine Welt nicht die Welt meiner Nachkommen sein muss. Mein Glaube und meine Lebensauffassung sollen nicht zum Diktat der Kommenden werden. Ich möchte resignieren lernen, ich möchte mich mit Dank und ohne Ressentiment verabschieden können.

Gelingt Dir das?

Nein! Oder vorsichtiger: manchmal halb. Ich lebe übrigens besser, seit ich mir aus dem Kopf geschlagen habe, es müsse alles ganz gelingen. Wir sind Fragmente, das ist nicht nichts!

Glaubst Du an die Weisheit des Alters?

Ein halbes Märchen und eine halbe Wahrheit! Vielleicht könnte weise machen, dass man so viel kommen und gehen gesehen

hat und dass man kaum etwas ganz ernst nimmt; keine Theorie, keine Denkmode, keinen Entwurf, der mit der Pose der Letztlichkeit daherkommt. Man ist gefeit gegen die falschen Absolutheiten. Die Ironie des Alters ist schön, wenn sie nicht zynisch wird. Auch das gibt es. Vielleicht könnte auch die Einsicht in die eigenen Lebensschulden weise machen, weise und gütiger. In jedem Schuldner erkennt man: Er ist wie ich selbst. Man lernt die Wahrheit des Satzes: Wer ohne Sünde ist, werfe den ersten Stein!

Was hinterlässt Du Deinen Nachkommen?

Vielleicht einiges, was mir geglückt ist. Was mich schmerzt am Ende des Lebens, sind die Lasten, die wir unseren Kindern vermachen. Wir setzen sie gefangen in den Bannkreis unseres Versagens und unserer Schuld. „Die anderen sind dein Gerichtshof.“ (Pascal Mercier) Wir sind der Gerichtshof unserer Kinder in dem, was wir ihnen verweigert und falsch gemacht haben. Sie müssen uns vergeben. Zu wissen, dass die Nachkommen uns vergeben müssen, ist die Voraussetzung dafür, gut mit ihnen zu leben.

Wird man im Alter frömmer?

Man sagt, dass die Alten die Zähne und die Zweifel verlieren. Es stimmt nur das erste.

Wenn ich die Welt und ihre Untergänge nicht verleugnen will, kann ich mich nicht mehr zu systematischen Aussagen über Gott verstehen. Der Glaube darf die Widersprüche nicht verleugnen, er muss sie retten. Die Erde ist voll von seiner Güte sage ich, und ich sehe, wie sie rettungslos verkommt. „Hinfert soll keine Sintflut mehr kommen, die die Erde verdirbt.“ lese ich in meiner Bibel, In meiner Zeitung aber lese ich, dass die Fluten Hunderttausende ersäufen. Nein, man kann das nicht auf einen Nenner bringen. Das Gebet ist die einzige Stelle, an der die Widersprüche schweigen. In ihm kann man dem eigenen Unglauben mit Humor begegnen. Wir sind Fragmente, auch in unserem Glauben. Nur Gott ist ganz. Das genügt. Er wird mit meinen schwachen Glaubensversuchen leben können.

Deine Skepsis wundert mich. Du bist doch konservativer geworden, zum Beispiel mit Deiner ständigen Betonung der Tradition und der Gottesdienste.

Ich flüchte gerne in das Glaubensgasthaus meiner Toten und lebenden Geschwister, also in die Tradition und die Gottesdienste. Es sind kleine Fluchten, die das Herz stärker sein lassen, als es von sich aus sein kann. Sie sind der Rollator für meinen hinkenden

Glauben. Ich bin im Gottesdienst nicht allein. „Allein bist du kleine!“ – auch beim Beten, auch mit meinem Glauben und mit meiner Hoffnung. Ich nehme Teil am Glauben von anderen Menschen, und so kann ich leichter das Glaubensbekenntnis sprechen, das Vaterunser und die Psalmen. Ich bin nicht nur auf meinen eigenen windschiefen Glauben angewiesen. Wir teilen den Glauben, wie man Brot teilt in kargen Zeiten. Wenn ich das weiß, dann brauche ich meinen eigenen gebrochenen Glauben nicht zum Maßstab meiner Worte und meiner Lieder zu machen. Gerade wenn man älter geworden ist und seine Niederlagen hat, verzichtet man gern auf sein bisschen Authentizität. Man birgt seine eigene zitterige Stimme in das große Lob der Welt. Man fragt nicht mehr danach, ob das Herz auch fromm genug ist zum Beten; ob die Gebete auch echt sind und ob auch alles von innen kommt. Man schüttet die Tränen seines Glücks und seiner Trauer in das große Meer des Lobes Gottes.

Am Ende: Hast Du gelebt oder wurdest Du gelebt?

Ich weiss nicht, welche meiner Lebensschritte ich wirklich ganz verstehe. Es gibt Grundsituationen der eigenen Existenz, in die man nur eine beschränkte Einsicht hat



Fulbert Steffensky

und an denen uns das Urteil über uns selbst verweigert ist. Warum habe ich diese oder jene Lebensentscheidung getroffen? Einige Gründe kann ich nennen. Sind es die eigentlichen Gründe? Ich spüre, wie ich oft wenig Herr im eigenen Haus war. Je älter man wird, desto mehr ist man sich selbst ein Rätsel und muss man mit der eigenen Rätselhaftigkeit leben. „Wir sind nicht die Bildhauer unserer Gesichtszüge und nicht Regisseure unseres Ernstes, unseres Lachens und Weins.“ (Pascal Mercier) Richtiges und Falsches, Kenntlichkeit und Unkenntlichkeit waren unlösbar miteinander verflochten. Mir bleibt nichts anderes übrig als der Humor meinen eigenen Lebensentscheidungen gegenüber. Mein theologisches Resümee: Man muss sich nicht durchschauen, weil Gott uns kennt. Darum ist Psalm 139 einer meiner liebsten Texte: „Gott, du erforschst mich und kennst mich.“ Das ist doch wohl genug.

Verschiedene Welten

Wenn ich mit meinen Enkeln spreche, dann verbinden sich Zeiten, die weit auseinander liegen. Ich bin 78 Jahre älter als die jüngste Enkelin. Ich staune und bin dankbar, dass wir aus solchen Fernen uns so gut verstehen. Die Jahre allein sagen noch nicht alles. Es sind andere Zeiten, in denen sie Kinder sind. Es sind andere Zeiten, in denen ich Kind war oder gar in denen meine Eltern und meine Großeltern Kinder waren. Ich will die Zeiten

vergleichen. Die drei Ältesten leben in Bolivien und kommen wenigstens einmal im Jahr, meistens allein, nach Deutschland. Als ich im Alter meiner jüngsten Enkelin war, also sieben, liefen wir auf die Straße, wenn wir ein Auto vorbeifahren hörten. Ein Flugzeug hatten wir kaum gesehen. Kurze Zeit darauf haben wir sie dann jede Nacht gehört, die Bombenflugzeuge nämlich.

Wir lebten in einer anderen Welt von Geräuschen und Klängen. Die Nächte in unserem Dorf waren fast völlig still. Man hörte gelegentlich einen Hund anschlagen und die Ketten der Kühe oder Ziegen im Stall klirren, sonst nichts. Die ersten Geräusche des Tages war der Schrei der Hähne und waren die Vögel, die zu singen anfangen; war das Knarren der Wagenräder, das man von weitem hörte und das langsam verschwand.

Meine Enkel werden in Hamburg oder in La Paz auch nachts die tönende Glocke der Großstadt nicht los. Die ersten Geräusche ihres Tages sind die der Autos oder der Bahn. Vielleicht aber stört die Kinder dieser Lärm kaum noch, und sie haben so viel Angst vor der Stille wie wir Alten vor dem Lärm.

Verschieden war auch unsere Erfahrung von Licht und Dunkel. Die Enkel leben in einer Welt, ob in Hamburg oder in La Paz, in der es nie ganz dunkel ist. Sobald es dämmt, machen wir das Licht an, und in der Großstadt muss man nachts die Vorhänge zuziehen, damit einen die Straßenlaternen nicht am Schlafen hindern. Die bolivianischen Enkel machen gelegentlich in dem Dorf ihres Vaters am Titicacasee die Erfahrung, die ich

aus meiner Kindheit kenne, dass man buchstäblich in der Dunkelheit der Nacht die Hand nicht vor den Augen sieht. Vielleicht haben sie weniger Angst, als wir als Kinder hatten, weil sie solche Dunkelheit kaum noch kennen. Dunkelheit ängstigt einen bis tief in die Seele. Darum ist der Wunsch nach Licht in den Psalmen ein Grundwunsch an das Leben. Licht ist eines der häufigsten Symbole Gottes: „Dein Licht sei meines Fußes Leuchte!“, heißt es. Oder: „In deinem Licht sehen wir das Licht.“ Oder: „Laß leuchten über uns dein Angesicht!“

Vielleicht ist der größte Unterschied zwischen ihrer Kindheit und meiner die Erfahrung von Zeit. Man stelle sich die Langsamkeit eines von Kühen gezogenen Wagens vor, wie er durch das Dorf zieht und über die Feldwege. Das war das Symbol jener Welt. Die Leute brauchten lange Zeiten für ihre Wege, und kaum etwas ließ sich rasch erledigen. Für alles brauchten die Menschen Geduld, es war vielleicht die wichtigste Tugend. Nicht nur das Leben war langsam. Die Leute sprachen auch langsam. Meine Enkel sprechen viel schneller und geschickter. Die Worte stehen ihnen rascher zur Verfügung, wie ihnen überhaupt das Leben schneller zur Verfügung steht. Die Wochentage gingen damals zwar schnell vorüber, weil die Leute von morgens bis abends gearbeitet hatten. Langsam aber verrann die Zeit der Sonntage und der Festtage. Die Leute hatten nichts anderes gelernt als zu arbeiten. So wussten sie mit der freien Zeit nichts anzufangen. Man hat lange Wegstrecken zu Fuß zurück-



gelegt. Es gab weder Bahn noch Busse in jenem Dorf. Gelegentlich haben die Menschen dabei den Rosenkranz gebetet. Sie waren vielleicht frommer, als wir es sind; aber es war auch eine Art Zeitvertreib.

Die Welt meiner Kindheit war religiös. Ich frage jetzt nicht, ob die Menschen darin religiös waren oder nicht. Die Welt war es. Wir lebten in religiösen Landschaften: die Orte hatten ihre religiösen Zeichen: auf dem Berg stand die Kapelle. An wichtigen Stellen, etwa wo jemand zu Tode gekommen war, stand ein Kreuz. Psalmsprüche waren auf den Wänden der Häuser geschrieben. Die Zeiten waren bezeichnet: wir haben morgens, abends und zu den Mahlzeiten gebetet. Die Anfänge der Jahreszeiten wurden religiös begangen. Die Häuser wurden gesegnet, das Vieh und der frische Wein. Wir lebten in einer Landschaft aus religiösen Zeichen. Die Landschaften meiner Enkel dagegen sind neutral und unkenntlich geworden. Was ihnen zum Glauben verhelfen soll, müssen sie selber setzen

und erfinden. Sind meine Enkel glücklicher in der Welt, in der sie leben? Waren wir Alten in unserer Welt glücklicher? Ich wage darauf keine Antwort.

Das Glück der Alten und der Jungen

Ich komme aus einer Welt, in der man das Wort Glück nicht kannte. Das Unglück kannte man wohl. Unglück hiess: Nicht genug Brot zu haben, gegen Wind und Wetter nicht geschützt zu sein, der Härte der Natur unterworfen zu sein; eingesperrt zu sein in die quälende Langsamkeit jener Zeit, keine Zeit für die spielerischen Momente des Lebens zu haben, keine Zeit für Musik, für Gedichte und freies Denken zu haben; in die festen Rollen eingesperrt zu sein, in die Rolle des Kindes, der Frau, des Knechts. Man konnte die Orte nicht wechseln, weder die inneren noch die äusseren.

Einen Teil dieses Unglücks hat man unmittelbar gespürt; vom anderen Teil hat man nur die Folgen gespürt. Gespürt hat man den Hunger, die Kälte, den Krieg, die Flucht, die Müdigkeit der unendlichen Arbeit; alles also, was das Leben unmittelbar belästigt und gequält hat. Für naturhaft gehalten hat man die innere Immobilität: dass man aus der Gefangenschaft der Weltinterpretationen nicht hinaus kam. Ich nenne solche Interpretationen: die Frau soll dem Man gehorchen; die Kinder sind Verwaltungsgut der Eltern; die Arbeiter sind den Herren unterlegen und ergeben. Nur Revolutio-

näre konnten solchen Interpretationen entkommen. Damals hätten die Leute als Glück genannt die Verfügung über die einfachen und selbstverständlichen Dinge des Lebens: dass sie Brot haben, dass sie die Ernte vor dem Regen nachhause brachten und dass kein Krieg sei; dass die Kinder nicht sterben und dass man von Krankheiten verschont bleibt. Glück als die individuelle und vollkommene Erfüllung des Lebens hat man nicht gedacht. Man wusste: die Erde ist ein Jammertal, und daran liesse sich nicht viel ändern. Und so hat man diese Lieder mit dem Tenor gesungen: „Wir sind nur Gast auf Erden und wandern ohne Ruh und mancherlei Beschwerden der ewigen Heimat zu.“

Meine Enkel leben in anderen Welten. Der Hauptunterschied ist klar: heute – zumindest in dieser westlichen Welt – ist das Brot selbstverständlich, wir haben keinen Krieg und wir werden von der Natur nicht bedrängt, wie es in den alten Zeiten war. Für unser Thema ein Hauptunterschied: Wir haben mehr Zeit, wir haben mehr Optionen und das persönliche Glück ist eine Kategorie unserer Wünsche geworden. Wir haben mehr Zeit, jedenfalls objektiv. Subjektiv empfinden wir uns komischerweise als Geklagte und Getriebene. Zeit zu haben ist eine Voraussetzung für Glück. Wir können lesen, reisen, Fernsehen, miteinander kommunizieren. Wir haben vor allem viel Zeit, uns selbst wahrzunehmen, und zu bedenken und zu reden. Das aber ist eine Voraussetzung für das Glück wie für das Unglück. Wir in unserer westlichen Welt, denen es von den äusse-

ren Bedingungen aus relativ gut geht, sind alle Narzissten, ob wir es wollen oder nicht. Ich verstehe das nicht moralisch, sondern will damit sagen, dass wir alle Zeit haben, Zuschauer und Wahrnehmer unserer selbst zu sein – ein Glück und die Voraussetzung eines Unglücks zugleich.

Der andere Unterschied zu alten Zeiten, den ich angedeutet habe: Wir haben viel mehr Lebensoptionen als unsere Väter und Mütter. Wir können unsere Orte wählen, unsere Partner, unsere Sexualität, unsere Religion, unsere Art zu essen, unsere Art zu reisen. Wir sind natürlich nicht in vollkommener Weise frei, dies zu tun, viel freier aber als die meisten Menschen es jemals vor uns waren. Wir können wählen, während unsere Vorfahren keine andere Wahl hatten. Das ist eine Steigerung unseres Glücks, für die wir nicht dankbar genug sein können. Es könnte allerdings zum Grund für eine neue psychische Schwierigkeit sein, die uns am Glück hindert: Wir müssen wählen. Wir haben keine andere Wahl als zu wählen. Wir leiden am Optionensalat. Das Glück: Alles ist möglich! Der Fluch: Alles ist möglich! Ich beschreibe es an einem amüsanten Beispiel. Ich war vor einiger Zeit mit einem Freund im Auto unterwegs. Der Freund musste parken, und er fand bald einen großen und völlig leeren Parkplatz. Er musste keine Parklücke suchen, denn alles war Lücke. Es war merkwürdig, wie viel Überlegung und Mühe es den Freund kostete, seinen Ort zu finden unter den 200 Möglichkeiten. Die freie Auswahl hat ihn irritiert.

Die Gesellschaft und ihre Alten

Warum sollen die Alten für junge Menschen sichtbar sein? Dazu möchte ich mit einem Bild beginnen. Ich war in diesen Tagen im Elsass in einem alten, breitgefügtten Bauernhaus. Es stand in einem großen Garten, umgeben von Nussbäumen. Ich habe das Haus gerne angesehen. Ich habe darüber nachgedacht, wie viel Kinder in diesem Haus geboren und wie viel Tote aus ihm getragen wurden. Wie es dastand mit seinen Jahren, vermittelte es das Gefühl von Kontinuität und Dauer. So ist es mit alten Leuten. Sie kommen von weit her, haben viel gesehen und erfahren. Sie sind vielleicht nicht weiser geworden mit ihren Erfahrungen, aber sie haben sie gemacht und standgehalten. Sie sind geschüttelt worden wie die Nussbäume vor dem Haus im Elsass, und sie sind nicht untergegangen. Alte Leute geben das Gefühl von langer beständiger Zeit. Zur Lebensgewissheit gehört das Gefühl von Kontinuität und Dauerhaftigkeit. Sie kann nur erfahren werden, wo mindestens drei Generationen sichtbar sind und miteinander leben. Menschen werden von ängstlicher Zufälligkeit geschüttelt, wo sie nur sich selber und die eigene Zeit erleben, höchstens noch die der nächsten Generation. Das wohl macht die Geborgenheit aus, die Kinder bei ihren Großeltern erleben. Alte Leute bauen Brücken über die Zeiten. Sie tun es mit ihrer puren Existenz. Sie tun es, indem sie erzählen. Das Erzählen ist die Kunst der Alten, und man erwartet diese Kunst bei den Alten. Sie haben mehr Zeit, und sie haben

länger gelebt. Erzählen heißt, Zusammenhänge herstellen. Die Erzählung macht aus den treibenden Bruchstücken des Lebens einen Strom aus Zeit und Sinn. Wenn wir unseren Enkeln erzählen, bleiben sie nicht in der stummen Gegenwart eingekerkert. Sie lernen, woher sie kommen und wohin sie gehen. In jedem Märchen, das wir erzählen; in den biblischen Geschichten und in den Geschichten unseres eigenen Lebens flüstern wir unseren Kindern zu: das Leben geht. Du kannst dem Unglück entrinnen, wie wir Alten entronnen sind; wie Hänsel und Gretel der Hexe entronnen sind und Jona aus dem Bauch des Walfischs gerettet wurde.

Es gibt andere Gründe für die notwendige Sichtbarkeit des Alters. Die Szene wäre illusionär, wenn auf ihr nur Junge, Starke und Gesunde sichtbar wären. Das Gefühl für die Endlichkeit des Lebens entsteht erst, wo wir endliches Leben wahrnehmen; wo wir Menschen dahinwelken und sterben sehen. Mit jedem Blick, den ich auf alte Leute werfe, lerne ich den Satz: Mensch, du musst sterben! Ich lerne ihn nicht in Panik, sondern in alltäglicher Gelassenheit. Das ist das Problem unserer Großstädte, in denen das Alter und der Tod in unsichtbare Winkel verbannt sind. Sie geben das illusionäre Gefühl, das Normale sei nur das Leben in seiner Stärke. Aber zur Normalität gehören Leben und Tod, Blühen und Vergehen. In dem Dorf, in dem ich groß geworden bin, sah man täglich alte Leute; man sah sie hinfälliger werden. Dann schließlich wurde ihr Sarg für alle sichtbar aus den Häusern und zum Friedhof getragen.



Man ging oft auf den Friedhof und behielt lange das Datum ihres Todes im Gedächtnis. Zur *Ars moriendi*, zur Sterbekunst, gehörten die sichtbare Hinfälligkeit und das Sterben der Menschen. Wie kann man ohne falsche Dramatik wissen, dass man sterblich ist, wenn man alte Menschen nur noch im Zoo der Altersheime – der Seniorenheime sagen wir verschleiernd – wahrnimmt!

Alte Menschen sind immer weniger zu etwas tauglich und verwendbar. Wenn sie nicht zu alt sind, können sie noch auf die Kinder aufpassen oder Kartoffeln schälen. Aber weniger und weniger können sie sich durch sich selbst rechtfertigen. Immer weniger können sie sich durch ihre Arbeit, durch ihre Intelligenz und ihren Witz rechtfertigen. Sie sind, weil sie sind. Sie sind nicht, weil sie etwas leisten. Kinder sind zunächst ebenfalls nicht

durch ihre Funktion für die Gesellschaft gerechtfertigt. Aber sie sind immerhin eine „Investition für die Zukunft“, wie Zyniker sagen. Aber da gibt es Menschen, deren Existenz sich nicht durch ihren Leistungs- und Ertragswert ausweisen lässt: Behinderte, dauerhaft Erkrankte, Alte. Sie lehren uns, dass der Mensch nicht für Zwecke da ist. Wenn wir sie dulden und sichtbar sein lassen, lehren sie uns, was Gnade ist – dass der Mensch ungerechtfertigt da sein darf; nicht gerechtfertigt durch die Größe seiner Taten, seiner Stärken; nicht ausgewiesen durch seine Verwendbarkeit. Es ist etwas wundervoll Widerborstiges und Anarchistisches in einer Gesellschaft, die Alte, Kranke, Behinderte sichtbar sein lässt. Eine solche Gesellschaft weiß, dass das Ziel des Menschen nicht seine Verwendbarkeit ist. Dies aber ist

ein Grundwissen der Humanität, dass kein Mensch eines Zweckes wegen da ist. Vielleicht hat man am stärksten zweckhaft vom Menschen in der Nazizeit gedacht. In sich selber galt er nichts, wie der zynische Satz „Du bist nichts, dein Volk ist alles“ es lehrte. Der Einzelne war immer vom Ganzen her definiert, vom Volk, vom Vaterland, vom Führer. Es ist nur konsequent, dass die nutzlosen Esser ausgerottet wurden, die Kranken und Behinderten. Ganz sicher wären auf Dauer auch die ganz Alten dran gekommen.

Das Alter und seine Weisheit

Wer ist ein alter Mensch? Es ist ein Mensch, der eine Erfahrung von vielen Jahren hat; der kleine Siege und große Niederlagen kennt; der geliebt hat und geliebt wurde; der schuldig geworden ist; der in seinen physischen Kräften eingeschränkt ist; der immer mehr ein bedürftiges und angewiesenes Wesen ist; der am Ende seines Lebens steht und der mehr Freunde auf dem Friedhof als in der Stadt hat.

Ich frage mich, welche dieser Kennzeichnungen einen Menschen in die Nähe der Weisheit bringen. Vielleicht die Erfahrung, die man gemacht hat? Das war eher in alten und kaum sich ändernden Zeiten so, in denen wirklich der am meisten wusste, der am längsten gelebt hatte, viele Jahre das Wetter beobachtet, das Vieh versorgt und mit Menschen umgegangen ist. Weisheit hat mit Wissen zu tun, und in der Tat war der ein

gefragter Ratgeber in alten Welten, wer lange Jahre das Leben beobachtet hatte. Diese Zeiten sind vorbei. Das Wissen, das ich gestern gewonnen habe, wird heute schon von meinen Enkeln belächelt. Die Welt dreht sich zu schnell, als dass mein Wissen von gestern heute noch brauchbar wäre. Dabei veraltet nicht nur technisches Wissen rasch, sondern auch Wissen über die Art und das Wesen der Menschen, das man noch am ehesten der Weisheit zurechnet. Wie zum Beispiel hat sich das „Wissen“ über Sexualität verändert, das wir aus den alten Welten mitgebracht haben; die Auffassung von Ehe, vom Umgang mit Kindern? Wir Alten haben viel gelernt, viel verlernt und Vieles neu gelernt. Das nun scheint mir ein Moment möglicher Weisheit: die Skepsis „Endgültigkeiten“ gegenüber. Zur Weisheit gehört das Misstrauen systematischem Denken und unbezweifelten „Theorien“ gegenüber. Man lernt mit Vorbehalten und Zweifeln den augenblicklichen Gültigkeiten gegenüber zu leben. Skepsis, Misstrauen, ja, sogar Pessimismus sind Momente der Weisheit, und die Skepsis hat schon viele Leben gerettet.

Was könnte einen alten Menschen weiser machen? Seine Schuld und seine Niederlagen. Wer gelebt hat, ist an der Schuld und am Verrat nicht vorbeigekommen. Wer lebt, kommt an den Niederlagen nicht vorbei. Zur Weisheit gehört Güte. Ich kann mir nicht vorstellen, dass ein Mensch gütig wird, der Schuld und Niederlagen nicht kennt; der nur stark und souverän ist. Wer verraten hat, wird vom Verräter wissen: er ist wie ich. Wer

schuldig geworden ist, wird vom Schuldner wissen: er ist wie ich.

Der alte Mensch kann sich immer weniger durch sich selber rechtfertigen. Er ist bedürftig und angewiesen, und er wird es täglich mehr. Angewiesen zu sein kann einen Menschen bitter machen, der Verlust der eigenen Stärke und Unabhängigkeit kann ihn verzweifeln lassen. Es kann einen aber auch erkennen lassen, was zum Menschen gehört: ein bedürftiges Wesen zu sein. In den wichtigsten Dingen des Lebens ist man angewiesen, man braucht die anderen. Man kann sich nicht selber küssen; man kann sich nicht selber vergeben (wenn kein anderer vergibt), man kann sich nicht selber schön finden (außer man ist mit Dummheit gesegnet); man kann sich nicht selber begnadigen. Der humanste Zug eines weisen Menschen ist, dass er versteht, was Gnade ist. Und dies lernt er spätestens an der eigenen Bedürftigkeit.

Das Leben des alten Menschen ist befristetes Leben. Natürlich ist so das Leben von uns allen, ob alt oder jung. Aber wir Alten wissen es genauer. Man sagt immer, man könne seinen eigenen Tod und sein Ende nicht denken. Das glaube ich nicht. Dass mein Vater und meine Mutter gestorben sind; dass drei meiner Geschwister gestorben sind; dass meine Frau tot ist, dies hat mich meinen Tod gelehrt. Wenn man ihn nicht gar zu sehr verdrängt und nicht zu große Ängste hat, hat man den Tod im Gedächtnis. Man fragt sich, wenn man sich von fernen Freunden trennt: Werde ich sie wieder sehen? Man fragt sich,

wenn man in der fremden Stadt oder am Meer ist: Werde ich noch einmal hierher kommen? Man lebt final, vom Ende her. Man lernt daraus: Alles hat ein Ende. Die Endlichkeit gehört zum Wesen des Menschen und der Welt. Dies zu wissen, ist ein Moment der Weisheit. Zur Weisheitsliteratur gehört das Buch des Predigers Salomo („Kohélet“), und dieser weise Prediger kennt die Endlichkeit der Dinge und des Menschen: „Es geht dem Menschen wie dem Vieh: Wie dieses stirbt, so stirbt auch er, und sie haben alle einen Odem, ... Es ist alles aus Staub geworden und wird wieder zu Staub.“ (Kohélet 3, 19-20) Ich nenne diese pessimistische Heiterkeit ein Merkmal der Weisheit. Pessimistisch: man kennt den Tod als Ende allen Lebens, aller Entwürfe, aller Versuche. Heiter: Man ist gefeit gegen die falschen Absolutheiten. Ich gebe zu: Dieser Pessimismus ist der gefährlichste Zug der Weisheit. Es könnte sein, dass man, überwältigt von der Endlichkeit des Lebens, nichts mehr ernst nimmt; die Gefahr vor lauter Lebenskel nur noch die Toten zu preisen, „mehr als die Lebendigen, die noch das Leben haben“. (Kohélet 4, 2)

Es gibt einen Kanon, der an den Prediger Salomo anknüpft und der etwas hinzufügt: Alles ist eitel, du aber bleibst, und wen du ins Buch des Lebens schreibst.

Auch dieses Lied stimmt ein in die Endlichkeit und Vorläufigkeit aller Dinge. Aber es ist nicht das Einzige, was es zu singen weiß. Es fügt hinzu, dass es einen bleibenden

Grund des Lebens gibt. Werden und Vergehen, Aufblühen und Verwelken sind in das Buch des Lebens gezeichnet. Sie sind lesbar und damit nicht völlig sinnlos. Es gehört wohl zur Weisheit des Alters, dass man alle Niederlagen, alles Verwelken und selbst den Tod als Ankunft im Land lesen kann, das noch „kein Auge gesehen und kein Ohr gehört“ hat. Dies kann der Glaube im direkt religiösen Sinn sein. Es kann auch ein weltlicher Glaube sein, in dem Menschen einfache Sätze sagen: Das Leben ist gut, und nichts stürzt in eisige Sinnlosigkeit. Dieser Glaube an den Sinn des Lebens ist im Alter nicht leicht. Man hat im Laufe der Jahre bei sich und der Welt viel gesehen und erlebt, was der Güte des Lebens widerspricht. Es ist nicht einfach, in allen Schmerzen, Niederlagen und Zerstörungen „die ewige Zier“ zu sehen und mit Goethes Faust zu sagen: „Ihr glücklichen Augen, was je ihr gesehen, es sei, wie es wolle, es war doch so schön.“

Ich habe vier Momente einer möglichen Weisheit des Alters genannt, den Zweifel der augenblicklichen Gültigkeit gegenüber; die nicht geleugnete Schuld und die Niederlagen, die den Menschen gütiger machen; die Bedürftigkeit, die man lernen muss, und schließlich den Glauben an Gott. Dies alles kommt nicht einfach mit den Jahren. Die Weisheit des Alters hängt davon ab, wie das Leben mit einem umgegangen und wie man mit dem Leben umgegangen ist. Wer hauptsächlich Zerstörungen erfahren hat, dem wird es nicht leicht fallen, das Leben gut zu heißen. Wer immer nur stark und Meister

seiner selbst sein wollte, dem wird es schwer fallen, die eigene Bedürftigkeit anzunehmen. Wer nie zum Leben gekommen ist, dem wird auch der Tod nicht leicht sein.

Die Lehren der Kinder

In den „Sprüchen Salomos“ (4, 1-2) lese ich eine Grundregel der alten Welten „Hört, meine Söhne, die Mahnung eures Vaters; merkt auf, dass ihr lernt und klug werdet! Denn ich gebe euch eine gute Lehre; verlasst meine Weisung nicht!“ Warum sollte man in jenen Welten auf die Lehren der Väter und Mütter hören? Weil die Alten am längsten gelebt haben; am längsten das Wetter beobachtet, den Acker bebaut, die Tiere gepflegt, die Nahrung konserviert und die Kinder erzogen haben. Diese Welten hatten sich kaum verändert. Was gestern gegolten hat, galt auch heute und morgen. Wissen war Erfahrungswissen. Wer am längsten gelebt hatte, hatte das Wissen jener unveränderlichen Zeiten



gespeichert. Gehorsam war die Grundtugend jener Zeit. Denn es war vernünftig, auf jene zu hören, die am längsten Wissen und Erfahrung gehortet hatten. Die „Väter und Mütter“ hatten ein Wissen, dem die „Söhne und Töchter“ wenig entgegenzusetzen hatten. Das Wissen der Alten war aus der Vergangenheit in die Gegenwart gerettet.

Gilt diese Form des Wissens noch? Ganz überholt wird es wohl nie sein, und die Kinder lernen immer noch von ihren Vätern und Müttern. Aber es ist eine neue Form des Wissens und der Lebensaneignung entstanden: Das Wissen aus dem Experiment. Nicht mehr die Tradition mit ihren unveränderlichen Regeln lehrt uns zu leben, sondern das Experiment. Experten aber des Experimentes sind nicht wir Alten, sondern unsre Kinder und Enkel. Wissen war in der alten Gesellschaft immer altes und überliefertes Wissen. Wissen aus dem Experiment heisst nun neues, bisher nicht bekanntes Wissen.

Die Alten haben es nicht leicht mit dieser neuen Situation, weil ihre „natürliche“ Autorität angetastet wird. Wir kennen es aus der Situation von Einwanderern. Besonders die Väter aus Ländern mit stark patriarchalen Traditionen tun sich schwer damit, dass ihre Kinder die Sprache im neuen Land schneller lernen als sie und dass die Kinder ihre Sprachlehrer- und Lehrerinnen werden; dass sogar die Enkel für sie vor der Steuerbehörde oder der Polizei dolmetschen müssen. Es verstört ihr Weltbild, sie fühlen sich entwertet, und dies ist bei vielen oft ein Moment starker psychischer Belastung. Sie

spüren nicht selten, dass sich die Kinder der schlechten Sprache ihrer Eltern schämen.

Was also lerne ich von meinen Kindern, mehr noch von meinen Enkeln? Etwas, was allen Alten sofort einleuchtet: Wir alle lernen von unseren Nachkommen die neuen technischen Welten. Wenn mein Computer bockt, rufe ich meine Enkelin. Es ist nicht nur so, dass sie schneller den Fehler (meinen oder den des PC) findet; sie versteht die Welt der technischen Geräte besser. Ich kann notfalls den Umgang lernen, die Bedienung, aber ich verstehe die Hintergründe und Gesetze jener fremden Welt nicht, oder doch viel weniger als sie. Es entsteht etwas, womit die Alten nicht ganz leicht fertig werden: Mitleid mit ihnen. Wer von uns Alten kennt nicht das mitleidige Lächeln der Enkel, wenn sie uns in neue Geräte einführen oder sie für uns wieder verfügbar machen? Je besser wir mit unseren Enkeln dran sind, umso mehr Humor haben wir mit unserem eigenen Unvermögen.

Es sind aber nicht nur die technischen Welten, die sich verändert haben und in denen die Kinder meine Meister und Meisterinnen sind. Ihre Lebenswelten sind andere, und ich versuche zu beschreiben, was sie mich lehren. Unsere Kinder lehren uns, dass es nicht nur eine Heimat gibt. Meine Generation lebte in der Welt der Nesthocker. Wir blieben meistens in der Gegend, in der wir geboren waren; in dem Beruf, den wir einmal gewählt hatten und in dem Glauben, in dem wir erzogen wurden. Heimat empfanden wir in der Treue zu unseren Herkunft und zu den

einmal getroffenen Wahlen. „Bleibe im Land und nähre dich redlich!“ war unsere Devise, Bleiben unsere Tugend. Unsere Kinder sind Nestflüchter. Sie lehren uns, dass man fliegen kann, nicht nur hocken. Ich nehme ein Beispiel: Als ich 35 Jahre alt war, bin ich aus der katholische Kirche ausgetreten und in die evangelische eingetreten. Für mich war es kein existentieller Schritt, wohl aber für die alte Welt, in der ich lebte. Es war ein Skandal. Vor einiger Zeit ist die Tochter einer Freundin denselben Weg gegangen, und niemand mehr hat sich gross darüber aufgeregt. Für unsere Kinder – und spätestens für die Enkel – sind Wechsel, Zeitweiligkeit und Ausprobieren selbstverständlich geworden. Wechsel der Berufe, der Beziehungen und der Orte werden für sie leichter. Sie kennen zum Beispiel kaum noch in der alten Dramatik das Heimweh, die alte Krankheit der Nesthocker. Ich weiss nicht, ob ich selbst ihre Flüge noch lernen kann. Aber ich kann zumindest lernen, dass es andere Lebensweisen gibt, als wir es gewohnt waren. Ich lerne, sie zu lassen; die Haupttugend, die wir Alten zu lernen haben. Gelegentlich aber rufe ich den Zugvögeln nach: Überall kann man nicht zuhause sein. Verfliegt euch nicht ins Nirgendwo!

Unsere Kinder lehren uns, mit den Unberechenbarkeiten des Lebens zu rechnen. Ich habe eine Enkeltochter, in Deutschland geboren, in Bolivien aufgewachsen, sie studiert in der Schweiz Theaterwissenschaft. Ich frage sie: Welchen Beruf strebst du damit an? Sie lächelt überlegen und hält dies für

eine Frage aus alten Zeiten: Man studiert, ergreift einen Beruf, kann sich ausrechnen, wann man pensioniert wird und wie hoch die Pension ist. Das alles weiss sie nicht. Sie weiss auch nicht, ob sie bei diesem Studium je Arbeit findet in einem Beruf. Diese Offenheit der beruflichen Zukunft kümmert sie wenig. Sie kann sich auch vorstellen, auf einer Schweizer Alb Käse zu machen, wenn sie sonst nichts findet. Gewiss, es ist ja nicht nur ihre Wahl, dass die jungen Menschen ihre berufliche Zukunft so wenig absehen können. Es ist ihr gesellschaftliches Schicksal. Aber was ich bewundere, ist, wie angstlos sie mit ihren grösseren Lebensschicksalen umgehen.

Unsere Kinder lehren uns, gesellschaftlichen Zwängen gegenüber freier zu sein. Eine Hauptfrage meiner alten Welt war: „Was sagen die Leute?“ Was sagen die Leute, wenn du nicht proper bekleidet bist; wenn du nicht den vorgeschriebenen sexuellen Regeln folgst; wenn du nicht denkst, lebst, liebst wie „man“ denkt und lebt? In meiner alten Welt stand man immer vor dem Gericht der öffentlichen Meinung, die einem befahl, wer und wie man sein sollte. Diese Öffentlichkeit war nicht nur draussen. Man hatte sie lange verinnerlicht, sie versuchte, unser Gewissen zu ersetzen. Wir lebten in einer Schamkultur. Man schämte sich nicht nur vor sich selbst, man schämte sich vor allem vor der Öffentlichkeit, die einen sah und aburteilte. Das ist bei meinen Kindern anders, und man kann ihnen mit dem Satz „Was sagen die Leute“ kaum noch kommen. Sie sind

freier, vielleicht auch einsamer, weil sie kein anderes Forum mehr kennen als das eigene Gewissen. Kann ich selbst, kann meine Generation diese Freiheit noch lernen? Ich weiss es nicht. Die kulturellen Prägungen, die man in Jugend und Kindheit erfahren hat, sitzen tief. Die Art meiner Kinder lehrt mich, sie zu durchschauen. Man ist damit den alten Prägungen nicht mehr völlig ausgeliefert, aber das heisst noch nicht, dass man von ihnen befreit ist.

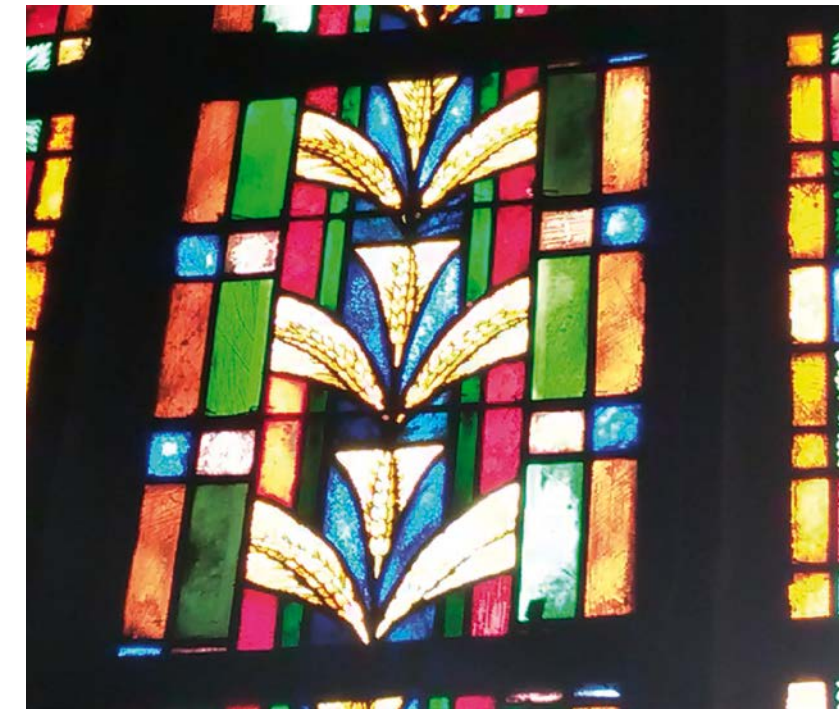
Die Kunst des Abdankens

Das Alter ist die Zeit der letzten und vielleicht schwersten Lebensaufgabe: die anderen anders sein zu lassen. Es ist die Zeit, da wir die Endlichkeit lernen, nicht nur weil wir wissen, dass unsere Zeit befristet und kurz ist. Wir Alten müssen auch lernen, dass unser Lebenskonzept, unsere Lebensweise, sogar die Weise unseres Glaubens endlich sind; sie müssen nicht die Konzepte und Weisen unserer Kinder und Enkel sein. Wir müssen unsere Nachkommen gehen lassen. Wir müssen abdanken. Abdanken ist ein schönes altes Wort. Es heisst, sich mit Dank verabschieden; sich selber und die eigene Weise den anderen nicht als Diktat hinterlassen; nicht erwarten, dass sie uns ähnlich sind. Abdanken – das heisst sich nicht in Bitterkeit und Resignation abwenden, sondern mit Schmerz und in Heiterkeit zugeben, dass unsere Kinder und Kindeskinde ihre eigenen Wege gehen, so wie wir sie früher

gegangen sind. Unsere Kinder sind nicht dazu da, uns selber fortzusetzen. Abdanken zu können, ist ein Stück Gewaltlosigkeit, die uns Alte schöner macht und die bewirkt, dass unsere Nachkommen mit Güte und Zärtlichkeit an uns denken können.

Was hinterlassen wir unseren Nachkommen, wenn wir sterben? Ich frage nicht nach materiellen Gütern, sondern nach dem Geist und den Lebenskräften, die wir überliefern. Ich stelle die Frage nicht ohne Angst. Wenn ich bei meinen Kindern und Enkel einen Gesichtsausdruck, eine Reaktion, eine Geste erkenne, die meinen eigenen ähnlich sind, erschrecke ich. Was habe ich ihnen vermacht? In ihr Leben ist alles eingewoben, was mir selber nicht gelungen ist, was ich versäumt habe, was meine Fehler sind. Und so frage ich mich manchmal, was ich meinen Nachkommen an Lebensmöglichkeiten verwehrt habe. Wir sind auch immer auf die Vergebung unserer Nachkommen angewiesen. Aber, so sage ich mir, wir sind nicht unendlich, auch nicht unendlich in dem, was wir anrichten. Man kann in demütiger Heiterkeit zugeben, dass die Unverwüstlichkeit des Lebens stärker ist als die Verwüstungen, die wir anrichten – besser so gesagt: dass Gott größer ist als unsere Schuld.

Wir sind nicht allmächtig, auch nicht in unserer Schuld und in dem, was wir falsch gemacht haben. Gottseidank – wir sind endlich! Nein, wir hinterlassen unseren Nachkommen nicht nur unsere Lebensschulden. In demütigem Stolz können wir auch sehen, dass die, die nach uns kommen, von den Le-



bensbroten leben, die wir für sie gebacken haben. Sie sind die Erben unseres kleinen Gelingens, nicht nur unserer Schulden. Sie stehen auf unseren Schultern mit ihrem eigenen Leben, wie wir unser ganzes Leben lang auf den Schultern von anderen gestanden haben. So war unser Leben nicht umsonst. Ich wünsche mir eine Zeit, in der die Eltern und die Großeltern Sorge tragen für die Welt, die Atemluft und die Lebensträume ihrer Kinder; eine Zeit also, in der Menschen nicht in verblendeter Heutigkeit nur an sich selber denken. Ich wünsche mir eine Zeit, in der die Enkel die Namen ihrer Großeltern wissen, auch wenn sie schon lange gestorben sind. Sorge und Gedächtnis machen die Welt menschlicher und verbinden die Generationen. ■



In der LAGES arbeiten Vertreter/innen der älteren Generation sowie kirchliche Werke und Einrichtungen zusammen, die mit und für Seniorinnen und Senioren im Bereich der Württembergischen Landeskirche tätig sind. Die Arbeitsgemeinschaft hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Interessen älterer Menschen und deren Gruppierungen sowohl in der Kirche als auch in der Gesellschaft wahrzunehmen und das Verständnis für das dritte und vierte Lebensalter zu verstärken. Über ihre mehr als 100 ehrenamtlichen Delegierten aller Kirchenbezirke erreicht die LAGES die Mitarbeitenden vor Ort.

Die Geschäftsführung im Fachbereich Bildung/Fortbildung liegt bei der Evangelischen Erwachsenen- und Familienbildung (EAEW), im Fachbereich Offene Altenarbeit/Altenpolitik beim Diakonischen Werk Württemberg. Eines der wichtigsten Anliegen der LAGES ist es, ältere Menschen und die Arbeit mit ihnen vom Evangelium her zu verstehen, zu fördern und entsprechende Arbeitsformen zu finden.

Die LAGES bietet Fachberatung für Kirchengemeinden an – Kirchengemeinderatsgremien oder Leitungsteams – und fördert neue Angebote und Initiativen für und mit den „jüngeren“ Seniorinnen und Senioren. Die LAGES unterstützt Bezirksarbeitskreise Senioren (BAKS) und deren Gründung in den Kirchenbezirken. In den Bezirksarbeitskreisen Senioren arbeiten Ehrenamtliche und Hauptamtliche zusammen, um Fragen des Älterwerdens auf Bezirksebene zu koordinieren.

Kontakt Geschäftsführungen

LAGES

Fachbereich Bildung / Fortbildung



Bettina Hertel

Büchsenstraße 37 A, 70174 Stuttgart
Telefon: 07 11 / 229 363 -463 oder -462
b.hertel@eaew.de

LAGES

Fachbereich Offene Altenarbeit / Altenpolitik



Isabell Rössler

Diakonisches Werk Württemberg (DWW)
Heilbronner Straße 180, 70191 Stuttgart
Telefon: 07 11 / 16 56 -254
roessler.i@diakonie-wue.de

www.lages-wue.de

Vorsitzender: Richard Haug, Dekan i. R.
Stellvertretende Vorsitzende: Ulla Reyle

Redaktion: Bettina Hertel

Bildnachweise: Titel (Mann): © Syda Productions – Fotolia.com
Titel (Mädchen mit Oma): © auremar – Fotolia.com
Titel und Seite 14/15 (Seerosen): Birte Petersen
Titel und Seite 17 (Kirchenfenster): Bettina Hertel
Titel und Seite 23 (Landschaft): Bettina Hertel
Seite 07, 10, 30, 33: Bettina Hertel
Seite 26/27: Birte Petersen
Hinweise auf weitere Quellen nehmen wir gerne auf.

Gestaltung: FREIRAUM K . Kommunikationsdesign,
Karen Neumeister, www.freiraum-k.de

Druck: logo Print GmbH, Metzingen, www.logoprint-net.com

Herausgeber: Evangelische Senioren in Württemberg (LAGES)
Fachbereich Bildung / Fortbildung
Büchsenstraße 37 A, 70174 Stuttgart
b.hertel@eaew.de. www.lages-wue.de

Bezugsadresse: Evangelische Senioren in Württemberg (LAGES)
Büchsenstraße 37 A, 70174 Stuttgart
Telefon: 07 11 / 229 363 -462, Fax: 07 11 / 229 363 -470
p.schmidt@eaew.de

Diese Broschüre wurde gefördert vom Freundeskreis der LAGES.

© November 2016



Evangelische Erwachsenen- und
Familienbildung in Württemberg (EAEW)

LAGES

Fachbereich Bildung / Fortbildung

Büchsenstraße 37 A, 70174 Stuttgart

Telefon: 07 11 / 229 363 -463 oder -462

www.lages-wue.de



LAGES

Fachbereich Offene Altenarbeit / Altenpolitik

Diakonisches Werk Württemberg (DWW)

Heilbronner Straße 180, 70191 Stuttgart

Telefon: 07 11 / 16 56 -254