

VORWORT

„Was würde fehlen, wenn es die alten Menschen in unseren Gemeinden nicht gäbe?“ Diese Frage wurde im März 2010 bei einer Studienwoche aufgeworfen, die sich mit dem Gesicht zukünftiger Altenpastoral befasste.

Auslöser dieser Frage waren die von alten Menschen immer wieder zu hörenden Klagen wie: „Was kann ich noch tun?“, „Wozu bin ich noch nütze?“, „Wer braucht mich denn noch“? – und das damit einhergehende Bild vom alten Menschen als Kostenfaktor, als Belastung, ja Störfaktor in einer Welt der Wirtschaftlichkeit, der Leistung und des Erfolgs.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der erwähnten Studienwoche hielten diese Frage für wesentlich, um auch künftig eine zeitgemäße Form der Altenpastoral realisieren zu können. Daher befasste sich in der Folgezeit eine Projektgruppe weiter damit. Das Ergebnis ihrer Überlegungen ist diese Broschüre.

Die Mitglieder der Projektgruppe möchten mit ihren Überlegungen eine Diskussion zu Inhalten, Wegen und Möglichkeiten künftiger Altenpastoral unter einer generationenübergreifenden Perspektive anregen und stellen daher mit dieser Broschüre ihre Gedanken einem breit gestreuten Kreis von Interessentinnen und Interessenten zur Diskussion:

- ◇ Kolleginnen und Kollegen in der Altenpastoral, Seniorensorge oder Altenheimseelsorge
- ◇ Entscheidungsträger von Diözesen und anderen kirchlichen Institutionen,
- ◇ Träger von Vereinen, Verbänden, Bildungseinrichtungen und von Institutionen der Sozialarbeit

- ◇ Ausbildungseinrichtungen von Theologinnen und Theologen
- ◇ sowie weiteren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Pastoral
- ◇ Verantwortliche in der Weiterbildung haupt- und ehrenamtlicher Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Seniorenarbeit
- ◇ Gruppen der pfarrlichen Seniorenpastoral und Bildungsarbeit
- ◇ alle, die an den Themen Altern, Lebensgestaltung, lebenslanges Lernen interessiert sind

Wir laden ein, zu unserem Text Stellung zu nehmen, ihn zu kommentieren und zu ergänzen – Kontaktmöglichkeiten sind am Ende der Broschüre angegeben – und freuen uns über eine lebhaftige Diskussion zur Frage:

„Was würde fehlen, wenn es die alten Menschen in unserer Gemeinde nicht gäbe?“

Projektgruppe „Altern quergedacht“

*Birgit Altmeyer, Peter Bromkamp,
Edith Habsburg-Lothringen,
Karl Langer, Hanns Sauter, Elisabeth
Stepanek, Eva-Maria Wallisch*



ALTE MENSCHEN ALS PROPHETINNEN UND PROPHETEN?

Die Welt, in der wir leben, ist bestimmt vom Ideal einer unbegrenzten Jugendlichkeit. Gesundheit, Schönheit, Schnelligkeit und Flexibilität besitzen einen hohen Stellenwert. Menschen, die nicht mithalten können, weil sie mit physischen oder psychischen Einschränkungen leben, gelten hier als Störfaktoren. Das Alter – besonders seine letzte Lebensphase – gehört zu diesen Störfaktoren.

Befindlichkeiten, die die Grenzen des Lebens aufzeigen, wie Hilfsbedürftigkeit, Gebrechlichkeit, Endlichkeit, Einsamkeit und Sterblichkeit, tauchen einfach auf. Man möchte ihnen gerne aus dem Weg gehen, aber sie lassen sich nicht zurückdrängen.

Auch die biblischen Prophetinnen und Propheten waren Störfaktoren. In einer Welt, die sich die Menschen nach ihren Vorstellungen eingerichtet hatten, wiesen sie im Auftrag Gottes auf Eingleisigkeiten hin, zeigten sie Mängel und Einseitigkeiten auf, und appellierten sie an die Einsicht und Verantwortung der Einzelnen, ihr Verhalten zu ändern. Somit konfrontierten sie die Menschen mit Wahrheiten, von denen sie gerne weggeschaut haben und mit denen sie nichts zu tun haben wollten. Es gelang niemanden, auch nicht mit drastischen

Mitteln, diese Prophetinnen und Propheten zum Schweigen zu bringen.

Prophet oder Prophetin zu sein sucht sich der/die Betreffende nicht aus. Er/sie wird von Gott dazu gerufen, ja es wird ihm/ihr von Gott zugemutet. Auch die alten Menschen, die krank, bettlägerig, pflegebedürftig sind, haben sich ihr Leben so nicht ausgesucht. Sie empfinden es selbst oft als Zumutung.

Bei der Botschaft, die uns alte Menschen sagen, geht es – wie bei der Botschaft der Prophetinnen und Propheten der Bibel – um das Ganze. Zum Menschsein gehören nicht nur Gesundheit, Attraktivität und Flexibilität, sondern auch Krankheit, Gebrochenheit und das Verwiesen-sein auf andere. Gott hat den ganzen Menschen als sein Ebenbild geschaffen. Die Menschen, die von den Befindlichkeiten des Alters geprägt sind, von denen die Bibel sagt: „Ich mag sie nicht“ (Koh 12, 1) verweisen dort auf „das Ganze“, wo nur eine Seite gesehen wird.

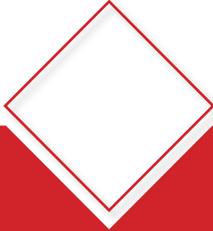
Für uns stellt sich die Frage, ob Gott durch diese Menschen – ob sie es selbst so sehen oder nicht – allen etwas sagen möchte – ob diese es hören wollen oder nicht. Bejaht

man diese Frage und sieht man in den alten Menschen Prophetinnen und Propheten, verändert sich die Pastoral.

Die Bibel und das auf ihr beruhende Menschenbild haben immer den ganzen Menschen im Blick. Als ganzer Mensch – so wie er ist – ist er Ebenbild Gottes und berufen, Gottes vielfältige Wege zu den Menschen und mit den Menschen sichtbar zu machen. Eine Altenpastoral, die sich diesem

Menschenbild und dem Prophet-sein alter Menschen verpflichtet weiß, hilft dem alten Menschen, sein Leben zu deuten, und den Menschen aller Lebensalter im lebenslangen Prozess des Älter- und Alt-werdens einen Sinn zu entdecken, der eine dem Augenblick verhaftete Sinngebung überschreitet.





„GEBRECHLICHKEIT“ ODER RELATIVIERUNG VON LEISTUNGSDRUCK

Ein im Alter gebrechlich gewordener Mensch ist schwach, ihm entswinden langsam, aber sicher die Kräfte, er wirkt hinfällig, ausgezehrt, erschöpft. Dem kann er oftmals kaum noch etwas entgegen setzen. „Gebrechlichkeit“ lässt erkennen, dass es sich hier um einen Zustand handelt, der nicht besser wird. Ein Mensch, der gebrechlich ist, ist anfällig für weitere Einschränkungen – physisch und psychisch. Der kleinste Auslöser genügt zuweilen, ihn gänzlich zu zerbrechen.

Im Wort Gebrechlichkeit schwingt auch die Nähe des Todes mit. Niemand sagt wohl über einen jungen Menschen, er sei gebrechlich. Allenfalls hat er ein Gebrechen. Gebrechlichkeit passt nicht in unsere Vorstellung von einem aktiven und gesunden Leben. In einer Gesellschaft, die Vitalität zur Norm erhebt, wird Gebrechlichkeit und damit der oder die Gebrechliche, an den Rand gedrängt.

Die Bibel beschreibt in bildreicher Sprache Situationen, bei denen es um Gebrechlichkeit geht, in denen vom Schwinden der Kräfte die Rede ist. „In Kummer schwindet mein Leben dahin, meine Jahre verrinnen im Seufzen. Meine Kraft ist ermattet im Elend, meine Glieder sind zerfallen.

IMPULSE

„In der menschlichen Schwäche zeigt sich die Stärke und Größe Gottes.“

Gibt es dazu Erfahrungen?

Wie können diese Erfahrungen in die Altenpastoral einfließen?

Was bedarf es, diese Erfahrungen glaubhaft zu vermitteln?

Ich bin geworden wie ein zerbrochenes Gefäß“, klagt beispielsweise der Beter in Psalm 31. Das Matthäus-Evangelium spricht zugleich von Jesus als dem, der das „geknickte Rohr nicht zerbricht und den glimmenden Docht nicht auslöscht, bis er dem Recht zum Sieg verholfen hat.“ (Mt 12,20) Dieses Bild vom geknickten Rohr und vom glimmenden Docht lässt fragen, wo wir „geknickt“ sind, wo das Leben in uns nur noch glimmt. Erfahrungen der Hinfälligkeit und Gebrechlichkeit, gleich in welchen Jahren sie auftreten, gehören zum Leben. Sie lassen sich daher nicht verdrängen, sondern müssen akzeptiert und ins Leben hineingenommen werden. Unsere Gesellschaft stellt den Wert des ge-

brechlichen Lebens – unterstützt durch das Erscheinungsbild eines gebrechlichen alten Menschen – schnell in Frage.

Wenn wir die Gebrechlichkeit alter Menschen wahrnehmen, kann uns bewusst werden, wie sehr wir als Menschen körperliche Wesen sind, welche Kostbarkeit unsere Körperlichkeit ist und welch eines sorgsamem Umgangs sie bedarf – auch und gerade in ihrer Verletzlichkeit.

Unser Glaube lehrt, den letztendlichen Sinn des Leidens (und damit auch der Gebrechlichkeit) im Leiden, im Tod und in der Auferstehung Jesu Christi zu suchen. Mitleid, Fürsorge und hingebungsvoller Dienst am Nächsten sind – wie das Gleichnis vom barmherzigen Samariter besagt – die christliche Antwort auf Leiden und Gebrechlichkeit. Doch haben ältere Menschen mit ihrer Gebrechlichkeit unseres Erachtens für Kirche und Gesellschaft auch selbst eine prophetische Botschaft. Diese Botschaft antwortet auf die Frage, was Gott durch gebrechliche alte Menschen sagen möchte.

Worauf möchte er jüngere oder nicht gebrechliche Menschen hinweisen, worauf die alten Menschen selbst?

Vielleicht möchte er durch sie eine neue Sensibilität für die Kostbarkeit und Unverfügbarkeit des Lebens wecken und ein Bewusstsein dafür wach halten, dass wir das Leben letztlich nicht uns selbst verdanken. Wir brauchen nicht um jeden Preis vital, leistungsstark und aktiv zu sein.

In jedem Leben und in jeder Lebensphase gibt es Zeiten, in denen wir Schwäche spüren, weniger leistungsstark sind, aus dem Gleichgewicht geraten, nur beschwerlich weiterkommen oder hinfallen.

Dies zu sehen und anzuerkennen, kann eine Entlastung vom Druck der vielfältig an den Einzelnen herangetragenen Erwartungen und Wünsche bedeuten.

So können uns alte Menschen in ihrer Gebrechlichkeit vor Augen führen, dass es unmöglich und auch nicht notwendig ist, allen Wünschen und Erwartungen nachzukommen. – Die Bibel und mit ihr das Prophetentum der Älteren und Alten vertritt den Standpunkt, dass gerade in der menschlichen Schwäche sich die Stärke und Größe Gottes zeigt. (1 Kor 1,25-27; 2 Kor 13,4 u.a.)





„ENDLICHKEIT“ ODER DIE INTENSITÄT DES LEBENS

Endlichkeit bezeichnet die Eigenschaft von Lebewesen, Objekten und Prozessen, ein Ende zu besitzen. Dabei kann es sich um eine zeitliche oder um eine räumliche Begrenzung handeln. Endlichkeit ist eng benachbart der Sterblichkeit. Die Erfahrung der Endlichkeit ist ein Verweis darauf, dass wir Menschen vergängliche Geschöpfe sind, ein Teil der gesamten Schöpfung, die auf ihre Vollendung wartet. (Röm 8, 19ff)

Während unseres Lebens erfahren wir Endlichkeit auf unterschiedliche Weise. Wir spüren, dass die Zeit vergeht, dass unsere Ressourcen begrenzt sind. Sowohl in schönen, glücklichen Momenten, als auch in traurigen, belastenden Situationen erleben wir, dass wir letztlich nichts festhalten können. Die Erfahrung, dass alles ein Ende hat, kann Angst und Unsicherheit erzeugen. Das Ende einer Beziehung, einer glücklichen Phase, eines Erfolgs, eines Glücksgefühls, eines Traums kann wehtun und verletzen. Zu erleben, wie etwas endet, kostet Kraft. Diese Erfahrungen der Unverfügbarkeit menschlichen Lebens haben aber auch eine zweite Seite. Ich kann nicht alles in meiner Hand halten und muss auch nicht alles im Griff haben. Aus der Sicht einer Gesellschaft, die über alles verfügen möchte, ist die Erfahrung von Unverfügbarkeit und von Grenzen, die gesetzt sind,

befremdend. Aus der Perspektive eines glaubenden Menschen aber liegt jegliches Ende in Gottes Händen und hat deshalb Zukunft. Bewusst endlich zu leben und das Leben als eine Aufgabe zu verstehen, die von Gott gegeben wurde, kann helfen, sich nicht mit allen Mitteln gegen Vergänglichkeit und Tod zu wehren.

Die Gewissheit, dass wir endlich leben, und die Erfahrung, dass Erlebnisse und Begegnungen unseres Lebens nicht beliebig wiederholbar sind, macht dieses einmalig und kostbar.

Endlich leben heißt, jetzt, hier und heute, das Leben einmalig und kostbar zu erleben. Endlich leben heißt, jetzt, hier und heute, dieses Leben mit Freude, Schmerz, Angst, Grenzen, Schwäche zu spüren. Endlich leben bedeutet, im Vertrauen darauf zu leben, dass ich nicht allein bin, dass jemand da weiter macht, wo ich mit meinen Kräften, mit meinem Denken und Planen am Ende bin. Ich habe Grenzen, aber mit der Hilfe Anderer kann ich besser mit diesen Grenzen umgehen und leben.

Die Gewissheit, dass das Ende dazu gehört, hilft auch und gerade im fortgeschrittenen Alter sowie im achtsamen Umgang mit alten Menschen das Leben anzunehmen

und zu gestalten. Die Hoffnung, dass Gott Endliches vollendet, gibt die Kraft, das Ende nicht passiv zu erleiden, sondern aktiv zu gestalten. Die Bibel – ein Buch menschlicher Erfahrungen mit Gott – spricht oft von Endlichkeit und Vergänglichkeit: „Herr, tu mir mein Ende kund und die Zahl meiner Tage! Lass mich erkennen, wie sehr ich vergänglich bin!“ (Ps 39) Sie verbindet dies aber mit einer Perspektive der Hoffnung: „Wenn nämlich schon das Vergängliche in Herrlichkeit erschien: die Herrlichkeit des Bleibenden wird es überstrahlen.“ (2 Kor 3,11) Menschen (nicht nur) im Alter, an denen Endlichkeit deutlich sichtbar wird, regen an, das eigene Leben bewusst zu leben.

Auf Gott hoffende Menschen geben die Hoffnung weiter, dass die Grenze der Endlichkeit überschritten werden kann. Ein Beispiel mit prophetischem Charakter ist bereits für das Neue Testament Ijob: „Wer geduldig alles ertragen hat, den prei-

sen wir glücklich. Ihr habt von der Ausdauer des Ijob gehört und das Ende gesehen, das der Herr herbeigeführt hat. Denn der Herr ist voll Erbarmen und Mitleid. (Jak 5, 11)

IMPULSE

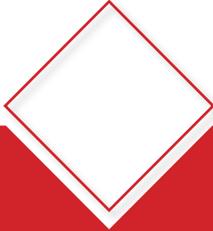
Wie kann es gelingen, endlich zu leben?

Wie wir das Leben vor dem Tod vom Glauben an ein Leben nach dem Tod geprägt?

Welche Erfahrungen von Endlichkeit können das eigene Leben einmalig und wertvoll machen?

Was bedeutet für mich die Verheißung: „Ich will euch Zukunft und Hoffnung geben“?





„HILFSBEDÜRFTIGKEIT“ ODER WIDER DEM DRANG NACH PERFEKTIONISMUS

Hilfsbedürftigkeit meint, dass ein Mensch an großen physischen oder psychischen Einschränkungen leidet und er deshalb auf Hilfe und Unterstützung durch andere angewiesen ist. Doch Hilfe und Unterstützung anderer zu brauchen, ist eine Grundbefindlichkeit von Menschen jeden Lebensalters. Für Kinder ist die Erfahrung, nicht alles selbst zu können, noch selbstverständlich. Sie haben daher kaum ein Problem damit, um Hilfe zu bitten, ja diese geradezu einzufordern. Sie glauben auch fest daran, dass sie alles, was sie „noch nicht können“, im Laufe des Lebens dazulernen werden.

Auf vielerlei Weise machen auch Erwachsene die Erfahrung, Hilfe zu brauchen. Sie können sich die benötigte Hilfe holen, indem sie andere darum bitten, sie können sich auch selbst helfen, indem sie sich informieren, fehlende Fähigkeiten erwerben oder professionelle Hilfe organisieren. Mit zunehmendem Alter häuft sich die Erfahrung, dass bisher problemlose alltägliche Erforderlichkeiten ohne Hilfe anderer nicht mehr gelingen. Etwas „nicht mehr“ zu können, also Kompetenzen – vielleicht unwiederbringlich – zu verlieren, ist deprimierend. Daher ist im höheren Lebensalter das Angewiesen sein auf Hilfe eine zunehmende Herausforderung an das Selbstbild und den Selbstwert des Menschen.

Hilfsbedürftige alte Menschen erleben sich vielfach als mit Mängeln behaftet und daher als „Menschen zweiter Klasse.“ Hilfe zu erbitten und Hilfe anzunehmen verstehen sie nicht als Chance und Möglichkeit zur Weiterentwicklung, sondern als Zeichen von Abhängigkeit und eingeschränkter Selbstbestimmung. In unserer Gesellschaft ist es ein hoher Wert, ein selbstbestimmtes, freies Leben zu führen und daher auch der Wunsch vieler Menschen, ihre Selbstbestimmung bis ins hohe Alter, ja bis zum Tod zu wahren. Wer hilfsbedürftig wird, erlebt, dass dieser Wunsch nicht in Erfüllung geht. Selbständigkeit zeigt sich nun darin, Abhängigkeit bewusst zu anzunehmen.

Die Bibel weiß, dass es den Menschen, der alles kann und der nie Hilfe braucht, nicht gibt. Sie sagt über Adam, dem ersten Menschen: „Ich will ihm eine Hilfe machen, die ihm entspricht.“ (Gen 2,18) Ein enges Textverständnis bezieht diese Stelle auf das Verhältnis von Frau und Mann. Deuten wir aber „den Menschen“ als eine Einheit aus Mann und Frau, können wir den Text umfassender verstehen: Gott hat den Menschen so geschaffen, dass er auf Gegenseitigkeit und Hilfe angewiesen ist, und sorgt zugleich dafür, dass er auch eine hat. Hilfe geben und Hilfen annehmen zu können, gehört daher zum Menschsein. Ein-

ander zu helfen beruht auf Gegenseitigkeit. Es bereichert und erweitert den eigenen Horizont. Damit verbunden ist ein Lernprozess, der besagt, dass keiner alles können muss. Die ständige Erfahrung, etwas nicht mehr zu können, lässt permanent Grenzen erfahren. Wieder neu zu lernen, um Hilfe zu bitten und Hilfe anzunehmen, bedeutet, Grenzen zu überschreiten. Es entlastet vom Zwang, alles selbst zu tun und sich dadurch zu überfordern.

Hilfsbedürftige Menschen sind eine prophetische Botschaft an alle, die immer wieder in Gefahr sind, auf „unnützes Leben“ herabzuschauen. Auch ein Leben mit Schwächen ist ein lebenswertes Leben. Paulus vertritt den Standpunkt, dass gerade die schwächer erscheinenden Glieder des Leibes unentbehrlich für das Funktionieren des Ganzen und deshalb wertvoll und zu schätzen sind. (1 Kor 12, 12-27) Hilfsbedürftige (alte) Menschen machen darauf aufmerksam, dass Gottes Maßstäbe von Stärke und Schwäche, von sinnvoll und sinnlos, von lebenswert und lebensmutig, anders sind als die von Menschen. Die Seligpreisungen, das Magnifikat und zahlreiche andere Bibelstellen sprechen davon. Helfen und sich helfen lassen ist von hoher Bedeutung für jede zwischenmenschliche Beziehung. Sich helfen lassen „darf sein“. Hilfsbedürftige alte Menschen können die Menschen anderer Lebensphasen ermutigen, mit ihren Grenzen zu leben und sich „Unvollkommenheit“ zuzugestehen.

IMPULSE

Wo bzw. wann fühlen Sie sich stark, wo bzw. wann fühlen Sie sich schwach?

Stimmen Sie der Behauptung zu, dass in unserer Gesellschaft „Schwäche“ und „Stärke“ einseitig verstanden wird?

Was könnte geschehen, einseitige oder enge Sichtweisen zu vermeiden?





„LEBENSILANZ ZIEHEN“ ODER SICH SEINER IDENTITÄT VERGEWISSERN

Alten Menschen wird oft nachgesagt, sie seien die „ewig Gestrigen“, lebten stärker in der Vergangenheit als in der Gegenwart und sprächen meist über immer dieselben Themen. Nur in der Vergangenheit leben kann sicher dazu führen diese zu glorifizieren, an der Gegenwart vorbei zu leben und sich vor der Zukunft zu verschließen. Zudem birgt der einseitige Blick auf die Vergangenheit auch die Gefahr im gelebten Leben nur das Negative zu sehen. Die Auseinandersetzung mit der Vergangenheit ist aber auch die Voraussetzung, Lebensbilanz zu ziehen. Dies bedeutet, sich der eigenen Identität zu vergewissern. Im Alter den Blick auf das bisherige Leben zu richten, ermöglicht, den roten Faden und wichtige Themen des Lebens zu erkennen. Wer sein Leben bilanziert, begibt sich – bildhaft gesprochen – auf einen Berg und überblickt das Panorama der eigenen Lebenslandschaft. Er/sie vergegenwärtigt sein/ihr Leben, setzt sich mit seinen/ihren Stärken und Schwächen auseinander, sieht, was gelungen, was weniger gelungen und was offen geblieben ist. So kann er/sie sich als Autor/in und Gestalter/in seines Lebens erfahren und Sinn und Bedeutung seines/ihrer Lebens erkennen.

Wer Bilanz zieht, stellt sein Leben in Frage: Was ist für mich Gewinn? Was ist Leis-

tung? Was ist Beziehung? Gelingt es, neue, erweiterte Perspektiven für mein Leben zu entdecken? Kann ich die Begriffe „Gewinn“ und „Verlust“, relativieren und neu mit Inhalt füllen? Bewertungen können sich ändern. Manchmal wird „Verlust“ zu „Gewinn“ und umgekehrt.

Welche „Posten“ – Gesundheit, Fähigkeiten, Herkunft, finanzielle Mittel usw. – stehen noch zur Verfügung und welche kann ich beeinflussen? Kann ich im Blick auf mein Leben „Ja“ sagen, nicht nur zu meiner Erfolgsgeschichte, sondern auch zu den Verlusten oder Fragmenten meines Lebens?

IMPULSE

„Spätestens das Alter relativiert Leistung und Erfolg und gibt beidem eine neue, realistische und menschliche Perspektive.“

Kann ich dem aus meiner Erfahrung zustimmen oder nicht?

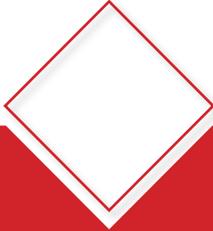
Was ist „Leistung“?

Auf welches Verständnis von Leistung sollte die Altenpastoral hinwirken?

Ein biblisches Beispiel, Lebensbilanz zu ziehen, ist Psalm 92: Wer glauben kann, dass der Mensch von Gott angenommen wird, braucht Misserfolge und Scheitern nicht auszublenden. Er trägt Frucht noch im Alter und verkündet Gott als den Halt seines Lebens. Diese Verse sind Leitbild sowohl für die eigene Zukunft als auch für die Zukunft der nachfolgenden Generationen. Wenn es dem alten Menschen gelingt, einen barmherzigen Blick auf sich und sein Leben einzuüben, wenn es ihm gelingt, sich in der Hoffnung auf Vollendung einem gnädigen und barmherzigen Gott anzuvertrauen, ist er ein Prophet, eine Prophetin, der/die dem Machbarkeits- und Perfektionswahn unserer Zeit und Gesellschaft Werte wie Vertrauen, Geduld, Barmherzigkeit oder Glauben entgegensetzt. Eine solche Sichtweise könnte die jüngeren

Generationen genauso wie manche Ältere aufrütteln, die sich eingespannt erleben in die gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Zwänge unserer Zeit. Das Alter vermag Leistung und Erfolg zu relativieren und gibt beidem eine neue, realistische und menschliche Perspektive. Bilanz ziehen heißt aber auch erkennen und sich ausöhnen damit, dass nicht alles gut werden konnte. Das Ideal der Vollkommenheit fasziniert den Menschen. An ihm misst er sich selbst und Andere. Ein ehrlicher Blick auf das Leben – wie es geworden ist – bewahrt, falschen Idealen zu verfallen: „Wer an Gott glaubt, braucht nicht Gott zu sein und Gott zu spielen. Er muss nicht der Gesündeste, der Stärkste, der Schönste, der Erfolgreichste sein.“ (Fulbert Steffensky: Mut zur Endlichkeit, Stuttgart, 2007, S. 20)





„EINSAMKEIT“ ODER ERWEIS DER EINMALIGKEIT

Die Alltagswahrnehmung verbindet Einsamkeit schnell und fast ausschließlich mit dem Alter. Ein alter Mann, der allein in seiner Wohnung lebt, ist einsam. Eine Frau im Pflegeheim, die wartet – auf einen Besuch, auf die nächste Mahlzeit, auf jemanden, der mit ihr im Vorübergehen wenigstens einige Belanglosigkeiten austauscht – ist einsam. Doch diese Wahrnehmung ist trügerisch. Fühlt sich diese alte Frau wirklich einsam? Sind andere Menschen nicht einsam? Einsamkeit empfindet der Mensch während seines ganzen Lebens.

Einsam fühlen sich Jugendliche, wenn sie das Gefühl haben, dass sie niemand versteht. Wenn es ihnen nicht gelingt, sich mit dem, was ihnen wichtig ist, mitzuteilen oder verständlich zu machen, fühlen sie sich nicht nur einsam oder unverstanden, sondern auch hilflos. Das Gefühl von Einsamkeit entsteht, wenn bewusst wird, dass etwas fehlt, was ich notwendig brauche: Familie, Heimat, Freunde... Zahlreiche Menschen fühlen sich zeit ihres Lebens unverstanden, als von Gott und der Welt verlassen: „Keiner will mich, keiner mag mich, keiner versteht mich.“ Wer hat noch nicht erlebt, dass Liebeskummer in tiefe Einsamkeit stürzen kann? Je älter ein Mensch wird, desto häufiger und intensiver erlebt er Einsamkeit: psychische und physische

IMPULSE

„Einsamkeit ist der Preis für die Einmaligkeit des Menschen“ – enthält diese These Wahrheit oder redet sie eine unbefriedigende Situation schön?

Kann man „dem Mann von der Straße“, der „Frau von der Pflegestation“, den „Jugendlichen aus dem Jugendzentrum“ ein solches Verständnis von Einsamkeit vermitteln?

Wenn ja – wie?

Einschränkungen und Verluste erschweren die Pflege von Kontakten, Ehepartner und Freunde sterben, die räumliche Distanz zu den Kindern beeinträchtigt die Beziehung zu Familienangehörigen. Emotional aufgeladene Zeiten wie Advent, Weihnachten, der Jahreswechsel, aber auch die Erinnerung an den Sterbetag eines vertrauten Menschen, lassen Einsamkeit besonders spüren. Das Erleben von Einsamkeit macht den, der sie erlebt, hilflos und den, der beistehen möchte, oft ratlos.

Zu den bekanntesten Stellen der Bibel, die von Einsamkeit berichten, gehört die Er-

zählung von der Todesangst Jesu im Garten Getsemani. Jesus möchte angesichts all dessen, was auf ihn zukommt, nicht allein sein und bittet seine Jünger, mit ihm zu wachen und zu beten. Diesen gelingt es aber nicht, Jesus am Beginn seines Leidensweges beizustehen. Nicht, dass sie es nicht wollten, sondern weil sie nach einem für sie ereignisreichen Abend einfach zu müde sind.

Das Ausharren mit Jesus fällt ihnen aber auch deshalb schwer, weil sie sich einfach überfordert fühlen. Sie verstehen ihn nicht und können das Ausmaß seiner Angst nicht mitvollziehen. (Mt 26,36-46; Mk 14,32-42; Lk 22,39-46) Bisher war immer er es, der den Weg gewiesen hat, der von sich selbst sogar behauptete, nicht nur der Weg, sondern auch die Wahrheit und das Leben zu sein (Joh 14,6) und der wusste, wie es weitergehen würde. Nun gelingt es selbst Jesus nicht, sich seinen Jüngern mitzuteilen.

Das Evangelium verwendet für diese Erfahrung Jesu das Wort Einsamkeit zwar nicht, umschreibt sie aber mit „Jesus wird von Angst und Traurigkeit befallen“ und „seine Seele war zu Tode betrübt“. (Vgl. Mk 26, 36-43)

Einsamkeit gehört zum Leben und holt auch den aktivsten, geselligsten Menschen ein. Jeder kommt einmal in eine Situation, in der er sich nicht mitteilen kann oder die andere nicht nachvollziehen können – bis hinein in die Erfahrung des Sterbens. Einsamkeit ist der „Preis“ für die Einmaligkeit des Menschen. Ein Mensch, der sich seiner Einmaligkeit bewusst ist, wird immer wie-

der Einsamkeit spüren; er kann nicht vor ihr fliehen.

Die prophetische Botschaft alter Menschen an jüngere ist daher eine zweifache: soziale Kontakte zu pflegen und auch dann daran zu arbeiten, wenn sie abnehmen, sowie: es ist Zeichen meines Menschseins, meiner Einmaligkeit, auch nicht verstanden zu werden. Mit Einsamkeit umzugehen ist eine bleibende Herausforderung für die Menschen aller Altersstufen.





„STERBLICHKEIT“ ODER ERMUTIGUNG ZU MEHR LEBEN

Der Tod ist das Ende des Lebens. Damit widerspricht er allem, was das Dasein, die Lebenslust, die Freude eines Lebens ausmachen.

Die Auflehnung gegen Tod und Sterblichkeit durchzieht die Geschichte der Menschheit. Die Bibel weiß um die Sterblichkeit des Menschen als Grundkonstante des Lebens: „Denn Staub bist du, zum Staub musst du zurück“. (Gen 2,19) Neben diesem Wissen um den Tod findet sich im Laufe der Geschichte Israels aber auch die Hoffnung, dass mit dem Tod nicht alles zu Ende ist: „Ich aber bleibe immer bei dir, du hältst mich an meiner Rechten. Du leitest mich nach deinem Ratschluss und nimmst mich am Ende auf in Herrlichkeit.“ (Ps 73,23; vgl. Ps 16) Sie versteht den Tod weiter, nicht nur als Ende des physischen Lebens, sondern als Ende einer Beziehung. Den Gedanken, dass mit dem Tod die Beziehung zu Gott nicht abbricht, kennt das Alte Testament, das Neue Testament führt ihn weiter: Gott ist kein Gott der Toten, sondern ein Gott der Lebenden. (Mk 12,27)

Das Neue Testament überbietet alle Deutungen des Todes im Alten Testaments mit der Erfahrung, dass in Jesus Christus das Leben Gottes endgültig erschienen ist: „Ich

IMPULSE

Wie zeigt sich heute der Glaube an ein Leben nach dem Tod?

Das Akzeptieren der Sterblichkeit – ein Ja zu bewussterem Leben?

Was bedeutet das für die Glaubensverkündigung, die Sterbe- und Trauerbegleitung?

bin die Auferstehung und das Leben. Wer an mich glaubt, wird leben, auch wenn er stirbt.“ (Joh 11,25). Wer eine Beziehung zu Jesus pflegt, lebt auch in einer tieferen Beziehung zu Gott. Diese schafft den Tod nicht ab, nimmt ihm aber Schrecken und Hoffnungslosigkeit und gibt dem Sterben eine neue Bedeutung. Für das Neue Testament ist das Sterben vergleichbar einer Geburt, die dem Leben einen neuen Horizont schenkt.

Am Ende des irdischen Lebens stehen nicht Leblosigkeit und Zerfall, sondern der Beginn eines neuen Lebens, das aus einer noch engeren Beziehung zu Gott – also aus mehr Leben – besteht. (Vgl. Joh 10. 27-29; Joh 12, 24; 2 Kor 5, 17; u. a.)

Nicht nur der Tod eines Menschen, sondern Verluste im allgemeinen bedeuten immer auch ein Weniger an Beziehung. Der Verlust von Beziehungen ist ein Einschnitt in das Leben und bedeutet eine Lücke, mit der man erst lernen muss, umzugehen. Ein bewusstes "Ja" des alten Menschen zu seiner Sterblichkeit kann ein Versuch sein, mit oder trotz Verlusten (weiter) leben zu können. Gerade in einer Zeit und Welt, in der das Defekte, das Unfertige, das Schmerzvolle, das Kranke, das Schuldhafte, ja die gesamte Not des Menschen und der Schöpfung gerne verdrängt wird, geben alte Menschen Zeugnis von der Würde eines fragmentarischen Lebens. Sie regen dazu

an, sich mit dem Thema ehrlich auseinander zu setzen, denn ein ehrlicher Umgang mit dem Thema Sterblichkeit kann mehr Lebensqualität für alle bedeuten.



AUSBLICK

Unsere Gesellschaft und mit ihr die Kirche sieht das Alter in einer eigenartigen Spannung: Einerseits wird es als „späte Freiheit“ ersehnt, andererseits – wenn es die Schattenseiten des Lebens einholen – gefürchtet und verdrängt.

Die vorangegangenen Überlegungen verstehen sich als ein Versuch, das „Ganze“ des Alters in den Blick zu nehmen und den verdrängten Seiten wie Gebrechlichkeit, Hilfsbedürftigkeit, Einsamkeit, Sterblichkeit und Endlichkeit ihren unersetzlichen Platz in der Wahrnehmung der Menschen wieder zu geben. Dabei kann es nicht darum gehen, die als negativ wahrgenommenen und daher oft verdrängten Seiten zu schön zu reden oder gar zu glorifizieren. Sie sind eine Realität, die nicht zuletzt durch die zunehmende Lebenserwartung immer häufiger sichtbar wird.

Vielmehr geht es darum, das Leben auch dann zu schätzen, wenn es von diesen Schattenseiten geprägt ist. Im Laufe unserer Überlegungen wurde deutlich, dass diese Schattenseiten wichtige Befindlichkeiten und Lebenserfahrungen darstellen, die alle Generationen miteinander teilen. Sie sollen daher auch ein Anstoß und erster Beitrag dazu sein, sich über diese Erfahrungen altersübergreifend auszutauschen und wechselseitig voneinander zu lernen. Wo dies gelingt, erfüllt Altenpastoral ihren Zweck. Unsere Überlegungen sind ein Anfang und zweifellos ergänzungsbedürftig.

Wir verstehen diesen Text als Anstoß, eine herrschende enge Sicht vom Alter aufzubrechen und als Beitrag, das gegenwärtige Altersbild zu verändern.

Wir laden ein, mit uns zu diskutieren und weiter zu denken.

Rufen Sie an oder senden Sie Ihre Beiträge an:

Projektgruppe „Altern quergedacht“:

Birgit Altmeyer
(Altenpastoral, Hauptabteilung
Seelsorge Erzbistum Köln)
Tel: 0049 (0)221-1642/1451
birgit.altmeyer@erzbistum-koeln.de

Peter Bromkamp
(Altenheimseelsorge, Hauptabteilung
Seelsorge Erzbistum Köln)
Tel: 0049 (0)221-1642/ 1534
peter.bromkamp@erzbistum-koeln.de

Edith Habsburg-Lothringen
(Seitenstetten, Seniorenreferat der
Diözese St. Pölten)
Tel: 0043-(0)664/1188328
edith@habsburg.cl

Karl Langer
(Fachbereich Seniorenpastoral,
Kategoriale Seelsorge Erzdiözese Wien)
Tel: 0043(0)1-51552/3335
k.langer@edw.or.at

Hanns Sauter
(Fachbereich Seniorenpastoral,
Kategoriale Seelsorge Erzdiözese Wien)
Tel: 0043-(0)1-51552/3335
h.sauter@edw.or.at

Elisabeth Stepanek
(Referat für Altenpastoral der Diözese
Graz-Seckau)
Tel: 0043(0)316-8041/839
elisabeth.stepanek@graz-seckau.at

Eva-Maria Wallisch
(Referat Altenpastoral der Erzdiözese
Salzburg)
Tel: 0043-(0)676-8746/2058
e.wallisch@seelsorge.kirchen.net