

# Menschsein im Alter

10 Jahre Fachstelle Altenseelsorge der Diözese Innsbruck

Haus der Begegnung, 6. Oktober 2014

Bert Brecht, Die unwürdige Greisin

In der Erzählung geht es um zwei Lebensabschnitte einer nun greisen Frau. Erzähler ist deren Enkel. Bis zum 72. Lebensjahr ist die Frau auf die Rolle als Mutter ihrer fünf Kinder und Hausfrau festgelegt. Mit dem Tod ihres Mannes ändert sie ihr Leben schlagartig, sie beginnt die letzten Jahre ihres Lebens zu genießen, indem sie Kinos und Gasthöfe besucht und neue Freunde findet. Dass sie ein selbst bestimmtes Leben führt und sich kaum noch an Konventionen orientiert, empört besonders einen ihrer Söhne, einen Buchdrucker, dessen Familie sehr bescheiden leben muss. Er erwartet, dass sich seine Mutter auch für ihre Enkel aufopfert. Schließlich stirbt die Greisin im Alter von 74 Jahren.

Die Erzählung kritisiert die Geschlechtsrollen und insbesondere die Rollenzuweisung an Mütter und Großmütter, von denen Verzicht, Unterordnung und Aufopferung erwartet wird. Selbstbestimmung bei Frauen, insbesondere bei älteren Frauen, wird von der „gutbürgerlichen Gesellschaft“ voller Misstrauen und letztendlich als *unwürdig* angesehen. *„Genau betrachtet lebte sie hintereinander zwei Leben. Das eine, erste, als Tochter, als Frau und als Mutter, und das zweite einfach als Frau B. [...] Das erste Leben dauerte etwa sechs Jahrzehnte, das zweite nicht mehr als zwei Jahre.“*[1]

Sibirien[2]

ist ein Monolog von Felix Mitterer, den er 1989 in Innsbruck verfasste. In dem Werk geht es um einen alten Mann, der von seiner Familie in ein Heim abgeschoben wurde. In seinen jungen Jahren war er Soldat und musste nach Sibirien in die Kriegsgefangenschaft. Er beschreibt ständig, wie kalt und hart es dort war. Er vergleicht seinen jetzigen Zustand mit dem seinerzeit in Sibirien. Oft klagt er und sehnt sich nach den Zeiten mit seiner Frau und seinem Hund. Doch seine Familie will ihn nicht nach Hause zurückholen, wo er so gerne gewesen ist, da er sich über alles und jeden beklagt. Er kritisiert andauernd und mischt sich überall ein - ein richtiger Choleriker. Doch mit der Zeit begreift er, warum ihn seine Familie nicht zurückhaben möchte. Er fleht sie an und er verspricht, alles zu tun, was ihm gesagt wird. Nie wieder möchte er sich irgendwo einmischen, er möchte nur im Kreise der Familie sein und seinen Hund immer bei sich haben.

Er ist verzweifelt, da niemand ihm zuhört. Er schreibt einen Brief an den Bundespräsidenten, und beklagt in dem Schreiben die fürchterlichen Zustände im Pflegeheim, und wie schlecht dort alle behandelt werden. Er kämpft solange, bis der Bundespräsident ihn besucht und er ihm alles zeigen und von der Seele sprechen kann. Es kommt nicht heraus, ob er sich das nur einbildet oder ob es wirklich passiert. Die 5 Akte zeigen den zunehmenden körperlichen Verfall des Mannes. Anfangs kann er im Zimmer herumgehen, dann am Bett sitzen, schließlich nur noch bewegungslos liegen. Seine letzten Worte lauten: "Agnes, meine liebe Frau, komm an meine Seite, Hund, leg dich mir zu Füßen, nicht mehr lange, dann werden wir zusammen am Flussufer sein und laufen und laufen".

Der gesamte Monolog in Sibirien ist eine Anklage und greift die vielen Missstände, die in Pflegeheimen vorherrschen, auf. Als Synonyme für diese im Werk dargestellte schreckliche Anstalt verwendet die Hauptfigur auch die Wörter „Getto“ oder „Totenfabrik“. Hier werden die Heiminsassen zum Kind degradiert und behandelt wie Tiere: nicht nur vernachlässigt, sondern auch geschlagen, beschimpft, verspottet und mit Spritzen zur Ruhe gebracht. Randalierer haben keine Chance. Für die Pfleger sind die Pensionisten eine Plage, auf ihre Gefühle nehmen sie keine Rücksicht, Kritik wird nicht geduldet. Man macht ihnen unweigerlich klar: "Seid froh, dass ihr überhaupt hier sein dürft!" Auch der Protagonist muss bald einsehen, dass man mit Aufbegehren nichts erreichen kann, dass man sich fügen und damit jedes Recht auf Selbstbestimmung ablegen muss, denn ein Überleben in einer solchen Anstalt ist nur durch ein enormes Maß an Diplomatie und durch Bestechung möglich. Weiters wird der Egoismus der Jüngeren angeklagt. Diese nehmen die Wohnung und das Sparbuch des renitenten Querulanten an sich und sind froh, ihn endlich loszuwerden. Dabei merken nur die wenigsten, welche tragischen Zustände tatsächlich herrschen.

### Zwischen Anti-Aging und Vergreisung

„Ist ewige Jugend jetzt möglich? Wer dieses Ziel verwirklichen will, der findet heraus, dass die Antwort Ja lautet. Marco Leonardo teilt seine Erfahrungen und Erkenntnisse in seinem „Ewige Jugend Live Seminar“, jetzt auch als Heimstudium. Es gibt einen Ort, wo anhaltende Jugendlichkeit, Kraft, Erneuerung, Kreativität, Freude, Erfüllung, Wohlstand und Zeitlosigkeit zu den ganz normalen Alltagserfahrungen gehören. Ewige Jugend ist Teil unseres genetischen Erbes.“ Der Traum von ewiger Jugend: Wer würde ihn nicht gerne wahr werden lassen? Unzählige Ärzte, Kosmetikerhersteller und Wissenschaftler behaupten, die richtige Formel dafür gefunden zu haben. Mit Anti-Aging wird jede Menge Geld verdient. Immer häufiger werden Lebensmittel oder bestimmte Inhaltsstoffe als Anti-Aging-Food gepriesen. Am billigsten ist jedoch: ab 16 Uhr nichts mehr essen und zwar für 14 Stunden.

Vergreisung: Die „Moderne“ mit ihrer Sparkassentheorie des „Fortschritts“ war für Charles Peguy (1887-1914) eine Welt, „die nur an ihre alten Tage denkt“. Das ganze Leben des „modernen Menschen“ sei bloß eine Vorbereitung des Ruhestandes. Sein Ideal sei ein immenses Altersheim und Sterbehaus. Um in Zukunft seinen „Frieden“ und seine „Ruhe“ zu haben, mache er aus der Gegenwart eine Zeit der Bedächtigkeit und der Vorsicht, eine tote Zeit, eine Vergangenheit. „Um morgen den Frieden zu haben, hat man heute keine Kinder... Daher diese universelle Unfruchtbarkeit... dieses monströse Bedürfnis nach Ruhe.“ Das ist sicher maßlos übertrieben und verzerrt. Aber sind wir in Österreich, in Europa wirklich jung, ein jugendlicher Kontinent? „Die Jugend ist die Zukunft Europa – aber bitte noch nicht jetzt!“ Das ist der Titel eines vom Österreichischen Institut für Jugendforschung 2005 herausgegebenen Buches. Strukturen, Sicherheiten und Institutionen sind auf allen Ebenen fragwürdig geworden. Man kann darauf depressiv mit einer Fixierung auf eine heile Vergangenheit reagieren oder sich auf Bewährtes beschränken. Manche verstehen sich als Sterbebegleiter einer Verlierergesellschaft oder als Verwalter des Untergangs. Wo nur noch der bisherige Betrieb aufrechterhalten wird, drohen Leerlauf, Vergreisung und Müdigkeit. Viele sind in der Kirche, in der Schule, in sozialen Berufen, aber auch in Politik und Kultur müde geworden. Nicht wenige sind intellektuell, psychisch und disziplinar überfordert. Das geht an die innere Substanz. Die Brunnen sind ausgetrocknet, die Quellen sind versiegt, das Leben kennt keine Spannkraft mehr. Vitalität, Lebenskraft, Phantasie und Kreativität gehen verloren. Müdigkeit und Erschöpfung sind nicht dabei nur eine körperliche Erscheinung. Nach Simone Weil ist „das Niedrige: wohin die Müdigkeit einen führt.“[3] Die Müdigkeit lässt die höhere Aufmerksamkeit absinken und begrenzt sie[4]. Sie ist Zeichen der Sterblichkeit. Schließlich: „Der Tod wurde Müdigkeit.“[5]

### Prägende gesellschaftliche Faktoren in der Erfahrung des Alterns[6]

In einer westlichen Industriegesellschaft zu Beginn des 21. Jahrhunderts n. Chr. zu altern, ist vor allem durch fünf Faktoren besonders geprägt:

(1) Erstens durch eine an einem Jugendlichkeitskult orientierte negative Einstellung zum Altern[7], die dazu führt, dass die meisten Leute möglichst nicht (biologisch) alt werden, sondern am liebsten bis ins hohe Alter jung bleiben möchten. „Forever young“ ist das Motto, das über einem Grossteil der Anti-Aging-Bewegung steht.

(2) Zweitens durch eine dank zivilisatorischem Fortschritt immer mehr erfüllbare Sehnsucht, lange zu leben. „Die relative Sicherheit menschlichen Lebens bis hoch in die Siebziger, Achtziger, ja Neunziger hinein, wie sie heute die meisten von uns schon für selbstverständlich halten, ist ein sehr neuer Sachverhalt – so neu und dabei so einmalig und erstmalig, dass wir uns noch gar nicht richtig daran gewöhnt haben, geschweige denn in

unserem Verhalten angemessen damit arrangiert hätten.“[8] Zwischen den beiden Wünschen, lange zu leben und möglichst nicht biologisch alt zu werden, besteht natürlich eine Spannung, die die Schriftstellerin Monika MARON so auf den Punkt bringt: „Natürlich will ich, was alle wollen: Ich will lange leben; und natürlich will ich nicht, was alle nicht wollen: Ich will nicht alt werden. (...) Ich würde ... auf das Alter lieber verzichten. Einmal bis fünfundvierzig und ab dann pendeln zwischen Mitte Dreißig ... und Mitte Vierzig, bis die Jahre abgelaufen sind; so hätte ich die mir zustehende Zeit gern in Anspruch genommen.“[9] In der Gerontologie wird dieses ambivalente Verhältnis zum Alter u.a. als „Januskopf des Alters“ oder als „Hoffnung mit Trauerflor“ bezeichnet. Oder anders: Wir wollen eine „Unsterblichkeit auf Zeit“.[10]

(3) Drittens durch eine enorm starke Betonung von Autonomie und Selbstständigkeit, die das Abhängigwerden von anderen, wie es sich im Stadium des Hochbetagtheits aufgrund chronischer Erkrankungen und Multimorbidität mit zunehmender Wahrscheinlichkeit einstellt, als entwürdigend erscheinen lässt. Der amerikanische Medizinethiker, Daniel Callahan, meint, dass in den westlichen Gesellschaften das Streben nach Autonomie und Kontrolle „in den letzten Jahren fast die Qualität einer Besessenheit angenommen hat“ und gibt demgegenüber zu bedenken: „Das Ziel, stets unabhängig zu sein, (kann) nur für begrenzte Zeit erreicht werden. Früher oder später, für längere oder kürzere Zeit, werden wir von anderen abhängig sein. Zumindest begleitet uns dieses Risiko immer, ist ein unentrinnbarer Teil unseres Lebens. (...) Ein Selbst lebt in der ständigen Spannung zwischen Abhängigkeit und Unabhängigkeit. Beide sind ein Teil von uns. Die Unabhängigkeit mag uns ein besseres Gefühl geben, sie schmeichelt uns stärker. Trotzdem bleibt sie nur die halbe Wahrheit unseres Lebens.“[11]

(4) Viertens durch die wissenschaftlich fundierte Einsicht, dass der Alternsprozess über eine große Plastizität verfügt, wir ihn also maßgeblich beeinflussen können.

(5) Und fünftens durch die Hochstilisierung eines durch Fitness und Wellness akzentuierten Gesundheitsideals („Gesundheit als höchstes Gut!“), das jede psychisch-somatische Beeinträchtigung als Infragestellung von Lebenswert und Lebenssinn versteht.[12]

Nur mehr ein halber Mensch?

In jeder Lebensphase sind wir ganz Mensch. Es ist ja nicht so, dass ein Kind noch nicht ganz Mensch wäre, weil es die Sprache noch nicht beherrscht, weil es noch nicht arbeiten kann, weil es noch nicht für etwas gut ist. Und auch ältere Menschen sind nicht überflüssig, wenn sie sich aus dem unmittelbaren Erwerbsleben verabschiedet haben. Jede Lebensphase, jede Altersstufe ist eine Herausforderung für unser Leben und unser Menschsein. In jeder Lebensphase gibt es Chancen und Gefährdungen. Jede Phase hat vermutlich auch seine

blinden Flecken, d.h. dass wir wichtige Werte vergessen oder links liegen lassen, weil anderes scheinbar wichtiger ist. Das Alter bringt manchmal zum Vorschein, was in den Zeiten der vollen Aktivität nicht auffiel, und erhellt so die vorhergehenden Lebensabschnitte. So kann der Psalmist beten: „Unsere Tage zu zählen lehre uns! Dann gewinnen wir ein weises Herz.“ (Ps 90,12)

Altern als Gesamtprozess ist der mehr oder weniger beschleunigte Übergang vom Leben zum Tod. Die Todesnähe gibt dem Altern seine besondere Prägung. Sie fordert zu einer Lebensbilanz heraus. Ist das „wirkliche“ Leben vorüber? Bleibt nichts anderes übrig als der Unausweichlichkeit des Endes passiv abzuwarten? Oder sind es goldene Jahre? Nicht selten ist die völlige Verleugnung des Ruhestandsalterns bis zum letzten Augenblick. Tragisch kann es werden, wenn Entwicklungsversäumnisse früherer Lebensstufen nicht mehr einzuholen sind.

Es ist schwer festzustellen, wann eigentlich das „Altern“ beginnt. Altern ist ein ganzheitlicher Entwicklungsvorgang, bei dem das biologische Nachlassen mit dem Nachlassen existentieller Weltbezüge Hand in hand gehen. Teilweise ist das Altern mit organischen Krankheiten mit einem chronischen Verlauf verbunden. Viele Anforderungen von Seiten der Gesellschaft sind nicht mehr da. So treten Konflikte aus Überforderungen z.B. in Entscheidungssituationen zurück. Neue Probleme entstehen durch die Herausnahme aus der bisher vertrauten Arbeit, die ja das Leben ausfüllte, oder durch die Entfernung und den Abschied aus der Familie. Es entsteht das Gefühl der Isolierung und der bedrückenden Entlastung. Depressionen im Zusammenhang mit der Rückentwicklung, Pensionierungsneurosen, Hypochondrie können die Folgen sein. Durch leiblich erkennbaren Leistungsverlust, durch den Rückgang des Erinnerungsvermögens und auch durch emotionale Labilität kommt es zu Veränderungen der Persönlichkeit. Materielle Einkünfte, Macht und Ansehen, die körperliche Fitness und auch die sexuelle Potenz gehen zurück. Es ist nicht leicht, wenn einer zum alten Eisen gehört. Oft sterben nach und nach vertraute Menschen wie Ehepartner, Angehörige, Berufskollegen, Freunde, Schulkollegen.

Bilanz: Dank und Versöhnung

Das Altern ist auch eine Zeit der Ernte und der Bilanz. Zur Spiritualität gehört es zum einen, das Positive des Lebens wahrzunehmen und aufzugreifen. „Es blüht hinter uns her.“ – So lautet ein Wort der Dichterin Hilde Domin. Das bedeutet auch, dass Religiosität und Spiritualität respektiert werden und dass dafür Räume und Zeiten entstehen. Martin Heidegger erinnert daran, dass Denken und Danken aus derselben Wurzel stammen. Undankbarkeit ist Gedankenlosigkeit und umgekehrt[13]. In der Sprache der Heiligen Schrift: Das Gute vergessen bringt den Menschen in das „Land der Finsternis“ (Ps 88,13).

Undankbarkeit und Vergessen sind die große Sünde der „Heiden“. Sie verfinstern das Herz (Röm 1,21). Deswegen sagt der Psalmist: „Meine Seele, vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!“ (Ps 103,2) Dankbarkeit hat eine befreiende Wirkung. Sie befreit von selbstbezogener Enge und Ängsten; sie öffnet den Blick auf andere. „Das Leben zu feiern ist wichtiger als die Toten zu beweinen.“[14] Das schreibt einer, der selbst durch Höllen gegangen ist. In Elie Wiesels Mund ist es keine Anweisung zum seligen Vergessen. Es ist Appell einer Hoffnung, die das Geheimnis der Menschen verteidigt, dass sie mit Gott eins seien und eins sein werden[15]. Wer vom Geheimnis dieses Wesentliche erahnt hat, den drängt es zur Dankbarkeit - trotz allem. Wenn der Mensch aber dankbar wird, dann ist er menschlich - genauso wie wenn er schwach wird, Fehler macht, enttäuscht ist, lacht und liebt. Denn wer „unfähig ist zur Dankbarkeit, ist kein Mensch.“[16] An ihr also findet der Mensch nochmals den Spiegel seines Geheimnisses. Dankbarkeit blickt nie bloß zurück, sondern bewährt sich im Vorausblick. Dankbarkeit auf Zukunft gerichtet ist Hoffnung. Oder im Gegensinn: Hoffnungslosigkeit, Zynismus, Resignation ist Undankbarkeit. So muss in der Dankbarkeit beides deutlich werden: die Anerkennung und Bejahung des Gegebenseins der Gabe, die nicht in der Weise als Funktion seiner selbst assimiliert werden darf, dass der Geber verschwindet, und die schöpferische Kraft dieser Gabe in der Gegenwart. „Das Sein als Gabe, durch das ich bin und das als gegebenes der Grund meiner selbst ist, bleibt in allem Übereignetwerden auf den Schenkenden hin durchsichtig. ... Beten heißt: Hineingenommensein in diese Geburt der Gabe aus dem absoluten Geber, ihn verherrlichen durch den Mitvollzug der Geburt.“[17]

Zur Bilanz gehören aber auch die Brüche, die Unversöhnlichkeiten, die Verletzungen, das Scheitern. „Das Pferd macht den Mist in dem Stall, und obgleich der Mist Unsauberkeit und üblen Geruch an sich hat, so zieht doch dasselbe Pferd denselben Mist mit großer Mühe auf das Feld; und daraus wächst der edle schöne Weizen und der edle süße Wein, der niemals so wüchse, wäre der Mist nicht da. Nun, dein Mist, das sind deine eigenen Mängel, die du nicht beseitigen, nicht überwinden noch ablegen kannst, die trage mit Mühe und Fleiß auf den Acker des liebevollen Willens Gottes in rechter Gelassenheit deiner selbst. Streue deinen Mist auf dieses edle Feld, daraus sprießt ohne Zweifel in demütiger Gelassenheit edle, wonnigliche Frucht auf.“ (Johannes Tauler)

## Raum für Werte

Das Alter schafft Raum für Werte, die ohne weiteres für unser ganzes Leben wichtig und kostbar sind, aber manchmal zu wenig Chance bekamen, sich zu entfalten; zum Beispiel:

- still werden und in bewussten Kontakt mit der Quelle unseres Wesens treten;
- Muße leben, um ruhig einem Menschen zuzuhören, der uns nahe steht;

- befreit werden von einem unheiligen oder auch heiligen Zwang;
- die Reise nach innen antreten, die Dag Hammarskjöld die längste Reise nannte;
- wichtige Erinnerungen hochkommen lassen und in Ruhe auskosten;
- Beziehungen und Gemeinschaft leben, denn durch diese wird eine massive Form der Armut, die Vereinsamung überwunden.

Der Preis für diesen Gewinn in der dritten Lebensphase ist oft hoch. Die körperlichen und geistlichen Kräfte und Fähigkeiten nehmen ab, die Gebrechlichkeit und Krankheiten dagegen nehmen zu. Das bedeutet, dass man mehr und mehr auf die Hilfe anderer angewiesen ist. Das fordert und fördert einen Reifungsprozess, der aber nur wirklich stattfinden kann, wenn man zu diesem Nachlassen seiner Kräfte steht. Es braucht Ehrlichkeit und auch Demut, zum Altwerden zu stehen und es wirklich anzunehmen. Wenn dies jedoch gelingt, kann das Alter zu einer Bereicherung und zu einer Gnade werden. Viele alte Menschen haben das erfahren und damit ihre Mitmenschen beschenkt. Sie sind zum Segen für andere geworden und haben jenen Trost gespendet, die zunächst sie trösten wollten.

Die Würde eines Menschen ist in keinem Fall antastbar, weil sie ihm von Gott selbst zugesprochen wird: Gott hat den Menschen nach seinem eigenen Bild, als sein Abbild erschaffen. „Die Würde sprechen wir uns nicht zu, darum können wir sie einander auch nicht absprechen. Sie ist uns vorgegeben, sie darf nicht angetastet werden.“ (Bischof Franz Kamphaus) Friederike Mayröcker hat ihren langjährigen Partner Ernst Jandl bis zuletzt gepflegt. Nach dessen Tod wurde sie gefragt, ob es denn nicht deprimierend sei mit ansehen zu müssen, wenn ein Mensch, der nichts mehr halten kann, nach und nach seine Würde verliert. Ihre Antwort: Er hat in dieser Phase an Würde gewonnen (Requiem für Ernst Jandl).

## Alles hat seine Zeit

Im Alten Testament gibt es bei Kohelet einen Text, der zunächst befremdend, weil fatalistisch und fast zynisch klingt. „Alles hat seine Stunde.“ Es gibt eine bestimmte Zeit zum Gebären und zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und zum Ernten, eine Zeit zum Töten und zum Heilen, eine Zeit zum Niederreißen und zum Aufbauen, eine Zeit zum Lachen und zum Weinen, eine Zeit für die Klage und eine Zeit für den Tanz, zum Suchen und zum Verlieren, zum Behalten und zum Wegwerfen, zum Steine Werfen und zum Steine Sammeln, zum Umarmen und die Umarmung zu lösen, zum Lieben und zum Hassen, eine Zeit für den Krieg und eine Zeit für den Frieden. Am Ende dieser seltsamen Aufzählung steht ein Wort, das meist nicht mehr gelesen wird. „Überdies hat Gott die Ewigkeit in alles hineingelegt.“ (Koh 3,11) Und: „Er wird das Verjagte heimholen.“ Deswegen dürfen wir vertrauen: „Weder Tod noch Leben, weder Engel noch Mächte, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges, weder

Gewalten der Höhe oder Tiefe noch irgendeine andere Kreatur können uns scheiden von der Liebe Gottes, die in Christus Jesus ist, unserem Herrn.“ (Röm 8,38f.)

### Ars moriendi: Einübung ins Sterben

Das Sterben und der Tod bündeln die Armut des Lebens. Da wird dem Menschen buchstäblich alles aus der Hand genommen. Diese Armut, diese Ohnmacht, diese Passion, diese letzte Entmächtigung kann nun verdrängt oder zugedeckt werden, man kann ihr rebellisch zu entkommen versuchen. Oder das Sterben kann als letzte entscheidende Tat des Lebens verstanden werden. Der Tod ist nicht bloß ein Ereignis am Ende des Lebens. Nicht erst in Todesgefahr oder in so genannten Grenzsituationen werden wir uns unserer Sterblichkeit bewusst. Es gibt Erfahrungen, in denen sich die Minderung des Lebens zeigt und das Sterben ankündigt: Nichtangenehmensein, Versagen im Beruf, Grenzen in der Leistungsfähigkeit, Misserfolg, Leiden, Krankheit, Enttäuschungen durch lieb gewordene Menschen, Zu-kurz-Kommen, notwendige Entscheidungen, die andere Möglichkeiten ausschließen, Mitsein mit schwierigen und belasteten Menschen, finanzielle Desaster, Zerbrechen von Ehen und Freundschaften, Überforderung, Tod von Freunden. Da kündigt sich an: Du musst selbst sterben.

Einübung in die Armut des Sterbens ist von Jesus her nicht mit der Verachtung des Lebens und mit der Ausmerzungen jedes Lebenswillens verbunden. Wohl braucht es die Annahme der Grenzen, des Unterwegsseins und zugleich das Verschenken von Lebensmöglichkeiten, den Abschied und das Verlassen von Bindungen (vgl. die Nachfolgeworte) und die Annahme des Kreuzes, das durch das Leben zugemutet wird. Loslassen, Vertrauen und Hingabe sind nicht einfach ein moralisches oder idealistisches Postulat. Sie können nicht ein für allemal aus dem Boden gestampft werden. Jesus selbst hat seine Jünger dafür in eine lange Schule genommen. Er gewährt ihnen die lange Geduld des Lernens, der Vergebung, des Wachsens und des Reifens. Einübung in die Armut des Sterbens realisiert sich schließlich in der Bitte um Hingabe: „Nehmt, Herr, und empfangt meine ganze Freiheit, mein Gedächtnis, meinen Verstand und meinen ganzen Willen, all mein Haben und mein Besitzen. Ihr habt es mir gegeben; Euch, Herr, gebe ich es zurück. Alles ist Euer, verfügt nach Eurem Willen. Gebt mir Eure Liebe und Gnade, denn diese genügt mir.“[18]

### Altenseelsorge

Gott, das dunkle Licht. „Der verborgene Gott: „Gottes Verstecke suchen/ Gott entdecken.“ Gott offenbart sich (verdeckt) im leisen Säuseln des Windes, (siehe 1 Kön 19, 12). Seelsorger/innen bezeugen Gott nicht durch lautstarke Parolen, durch fromme Sprüche,

durch gewaltige (Droh)reden; sie fallen nicht mit ihrem Missionseifer über die (alten) Menschen in den Heimen her und überrumpeln sie nicht. Sie treten vielmehr leise auf, sind Hörende auf das leise Wirken Gottes in den (alten) Menschen. Sie gehen behutsam, ehrfürchtig, achtsam und wertschätzend mit den Menschen in den Heimen um. Auf diese Weise sind sie Licht der Welt, Sie sind Hoffnungsträger und sollen Hoffnung verbreiten, gerade in den dunklen Stunden der Heimbewohner/innen (hohe Sterberate in den Heimen; Heimeintritt als schwierige Anpassungssituation; Unversöhnlichkeiten der Lebensgeschichte usw.) Sie sind auch Salz der Erde, indem sie manchmal die Ombudsfunktion für die Bewohner/innen übernehmen, taktvoll und liebevoll zum Aufbau des anderen und eines menschlichen Klimas im Heim ihre Kritik äußern, wo es notwendig ist. Sie sind Salz der Erde, indem sie anderen die Frohbotschaft Jesu schmackhaft machen und selber Menschen sind, die andere gut schmecken können.

Ich besuche Dich

„Sooft er auf die Tür starrt, sie bewegt sich ausschließlich dienstlich, keine Freunde, nie. Ist denn ein jeder Abgesang so glanzlos? Er stirbt das erste Mal, er weiß nicht wie.“ So Konstantin Wecker[19]. „Sie drehen ihn, sie waschen ihn, sie zieh'n ihn an. Am Mittwoch darf er in den Park. Er würde gerne in den blauen Frühling flieh'n. Er ist zu schwach. Er war noch nie sehr stark.“ „Bei Schwester Heike wagte er es zu lächeln. Die streichelt manchmal zärtlich sein Gesicht. Sonst ist es still um ihn. Keine Besuche. Auch sein betuchter Sohn besucht ihn nicht.“

*Ich höre dir zu:* Eine oft gehörte und geäußerte Bitte lautet: „Hab doch einmal etwas Zeit für mich!“; „Ich bin so allein!“; „Niemand hört mir zu!“ Zeit haben, zuhören können paradoxerweise gerade im Zeitalter technisch perfekter, hochmoderner Kommunikation so dringlich wie nie zuvor! Vielleicht ist es gut, an das wichtigste Möbelstück zu erinnern: an den gemeinsamen Tisch, an dem gegessen, gestritten, gespielt, miteinander gesprochen wird.

*Ich besuche dich:* Die äußeren Wege sind oft nicht so weit. Aber die Wege zu uns selbst, die Wege zueinander nach einem Streit, die Entscheidung füreinander, wenn viele andere Wertigkeiten die Beziehung überlagern. Besuch und Gastfreundschaft sind mehr gefragt denn je. Den ersten Schritt tun. Den anderen in seinem Zuhause aufsuchen ist besser, als darauf warten, dass er zu mir kommt. Besuch schafft Gemeinschaft. Er holt den anderen dort ab, wo er sich sicher und stark fühlt. Die Besuchskultur ist sehr kostbar. Lassen wir sie nicht abreißen! Gehen wir auch auf jene zu, die nicht zu uns gehören. Sie gehören Gott, das sollte uns genügen.

*Ich bete für dich:* Wer für andere betet, schaut auf sie mit anderen Augen. Er begegnet ihnen anders. Auch Nichtchristen sind dankbar, wenn für sie gebetet wird. Ein Ort in der Stadt, im

Dorf, wo regelmäßig und stellvertretend alle Bewohner in das fürbittende Gebet eingeschlossen werden, die Lebenden und die Toten – das ist ein Segen. Sag es als Mutter, als Vater deinem Kind: Ich bete für dich! Tun wir es füreinander, gerade dort, wo es Spannungen gibt, wo Beziehungen brüchig werden, wo Worte nichts mehr ausrichten. Gottes Barmherzigkeit ist größer als unsere Ratlosigkeit und Trauer.

Gebet eines älter werdenden Menschen

O Gott,  
Du weißt besser als ich,  
dass ich von Tag zu Tag älter  
und eines Tages alt sein werde.  
Bewahre mich vor der Einbildung,  
bei jeder Gelegenheit und zu jedem Thema etwas sagen zu müssen.  
Erlöse mich von der großen Leidenschaft,  
die Angelegenheiten anderer ordnen zu wollen.  
Lehre mich,  
nachdenklich aber nicht grüblerisch,  
hilfreich aber nicht diktatorisch zu sein.  
Bei meiner ungeheuren Ansammlung von Weisheit erscheint es mir ja schade,  
sie nicht weiterzugeben –  
aber Du verstehst, o Gott, dass ich mir ein paar Freundinnen erhalten möchte.  
Bewahre mich vor der Aufzählung endloser Einzelheiten  
und verleihe mir Schwingen, zum eigentlichen Punkt zu gelangen.  
Lehre mich schweigen über meine Krankheiten und Beschwerden.  
Sie nehmen zu -  
und die Lust, sie zu beschreiben, wächst von Jahr zu Jahr.  
Ich wage nicht, die Gabe zu erflehen,  
mir die Krankheitsschilderungen anderer mit Freuden anzuhören,  
aber lehre mich, sie geduldig zu ertragen.  
Lehre mich die wunderbare Weisheit, dass ich mich irren kann.  
Erhalte mich so liebenswert wie möglich.  
Ich möchte keine Heilige sein – mit ihnen lebt es sich so schwer - ,  
aber: eine alte Griesgrämin ist das Krönungswerk des Teufels.  
Lehre mich, an anderen Menschen unerwartete Talente zu entdecken,  
und verleihe mir, o Gott, die schöne Gabe, sie auch zu erwähnen.  
(nach Teresa von Avila)

Manfred Scheuer, Bischof von Innsbruck

- [1] Bertolt Brecht, Große kommentierte Berliner und Frankfurter Ausgabe. Suhrkamp 1988–1999, Bd.18, 431.
- [2] Felix Mitterer, Sibirien. Hörbuch, Sprecher: Fritz Muliar. Preiser Records, Wien 2002.
- [3] Simone Weil, Cahiers/ Aufzeichnungen 1. Bd. Hg. u. übers. Von E. Edl und W. Matz, Paris 1970, München-Wien o. J. 289.
- [4] Simone Weil, Cahiers 1, 290.
- [5] Simone Weil, Cahiers 1, 311-313.
- [6] Heinz Rügger, Altern im Spannungsfeld von „Anti-Aging“ und „Successful Aging“. Gerontologische Perspektiven einer seelsorglichen Begleitung älterer Menschen, in: Ralph Kunz (Hg.), Religiöse Begleitung im Alter. Religion als Thema der Gerontologie, Zürich 2007, 1ff.
- [7] Die Idealisierung der Jugend setzte in unserem Kulturraum mit dem ausgehenden 19. Jahrhundert ein; vgl. zur Geschichte der unterschiedlichen Wertungen des Alters in der Gesellschaft Peter Borscheid, Der alte Mensch in der Vergangenheit, in: P. B. Baltes et al. (Hg.), Alter und Altern: Ein interdisziplinärer Studententext zur Gerontologie, Berlin 1994, 35-61; ferner Domenica Tölle, Altern in Deutschland 1815-1933. Eine Kulturgeschichte, Graftschaft 1996 (Marburger Forum zur Gerontologie, Bd. 2). Heute ist der Jugendlichkeitskult kein rein ästhetisches oder geistig-psychologisches Phänomen, sondern in hohem Masse eine ökonomische Kraft, „ist der Jugendlichkeitskult heute (doch) zu einer milliardenschweren Branche geworden“ (S. Jay Olshansky & Bruce A. Carnes, Ewig Jung? Altersforschung und das Versprechen vom langen Leben, München 2002, 13).
- [8] Arthur E. Imhof, Ars Moriendi. Die Kunst des Sterbens einst und heute, Wien 1991 (Kulturstudien/Bibliothek der Kulturgeschichte, Bd. 22), 160.
- [9] Ich will, was alle wollen. Gedankengänge eines alten Kindes, in: Thomas Steinfeld(Hg.), „Einmal und nicht mehr.“ Schriftsteller über das Alter, Stuttgart 2002, 22-27, dort 22.26.
- [10] P.B. Baltes, Hoffnung mit Trauerflor. Lebenslänge contra Lebensqualität – von der Menschenwürde im hohen Alter, in: NZZ Nr. 257 vom 4./5. November 2006, 73.
- [11] Nachdenken über den Tod. Die moderne Medizin und unser Wunsch, friedlich zu sterben, München 1998, 18, 174, 176.
- [12] Manfred Lütz, Vom Gesundheitswahn zur Lebenslust, in: Severin J. Lederhilger (Hg.), Gott, Glück und Gesundheit. Erwartungen an ein gelungenes Leben, Bern 2005 (Linzer Philosophisch-Theologische Beiträge, Bd. 11), 32–54.

[13] Martin Heidegger, Was heißt Denken? Tübingen 1954, 91ff; ders., Gelassenheit, Pfullingen 1959, 66f.

[14] A.a.O. 94.

[15] Elie Wiesel, Chassidismus – ein Fest für das Leben. Legenden und Portraits. Aus dem Französischen von Hans Bücken, Freiburg-Basel-Wien 2000, 15.

[16] Elie Wiesel, Die Weisheit des Talmud. Geschichten und Portraits. Aus dem Französischen von Hanns Bücken, Freiburg-Basel-Wien <sup>2</sup>1996, 187

[17] Ferdinand Ulrich, Gebet als geschöpflicher Grundakt des Menschen (Beten heute 3), Einsiedeln 1973, 22.

[18] Ignatius von Loyola, Geistliche Übungen. Nach dem spanischen Autograph übersetzt von Peter Knauer SJ, Würzburg 1998, 234.

[19] in: Es geht zu Ende, aus: Wut und Zärtlichkeit (2011).