



DIÖZESE
INNSBRUCK

Digitales Archiv

Senioren Mut machen

Digitales Archiv

Shelf Mark: 1.3.1.38.85

CC-BY-NC-ND-Lizenz (4.0)

Creative Commons Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitung 4.0 International Lizenz

[urn:nbn:at:at-dai-23681](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:at:at-dai-23681)

Altbischof Reinhold Stecher

In den alten Tagen ein wenig in Form bleiben ist nicht nur eine biologische Frage .

Natürlich gehört das auch dazu . Man muß mit Bewegen , Wandern oder Schwimmen der zunehmenden Bequemlichkeit , die ich deutlich spüre , entgegentreten . Aber vielleicht ist es in Zeiten der Fitness - Wellness-Welle nicht überflüssig , darauf hinzuweisen , daß Jungbleiben nicht nur eine Frage von Training , gezielter Ernährung, frischer Luft oder gar von kraftspendenden Zaubertränken ist , die Urgroßväter schwungvoll aufs Mountainbike hopsen lassen .-Beim erfüllten Altwerden spielt auch die seelische Verfassung eine große Rolle.

Es ist gut , wenn man vom Leben noch ein wenig gefordert ist. In meinem Beruf ist das Last und Lust zugleich . Priester müssen nicht am Pensionsschock sterben . Es gibt immer noch etwas zu tun. Und wahrscheinlich ist es eine Wohltat für unsere kleinen grauen Zellen , wenn sie mit Vorbereitung , Studium , Lektüre und Dialog gefordert werden . Ich kann mich in dieser Hinsicht nicht beklagen (aber ich weiß natürlich , daß alle diese Aktivitäten ein zeitlich begrenztes Geschenk sind) . Aber solange man kann , soll man sich dem Leben öffnen . Es wird bei jeden nach Neigung und Interessen verschieden sein . Manche Senioren werden durch eine Aufgabe verjüngt , der ich mich nicht widmen kann : Den Umgang mit Enkeln . Es fällt mir immer auf , daß Großeltern , die mit ihnen unterwegs sind , manchmal ein bißchen überbeansprucht, aber meist jünger und beschwingter wirken. Das Alter hat ganz eigene Antennen für kindliches Gemüt.

Wenn ich schon nach dem erfüllten Altwerden gefragt werde , kann ich eines nicht verschweigen : Die größte Chance ist ein tieferes Hineinwachsen ins Gottvertrauen . Diese Lebenskurve , die sich in die letzte Geborgenheit schwingt , kann ganz anders verlaufen als die biologische . Diese "Jugendlichkeit" des Herzens ist mir schon aus Krankenbetten und Rollstühlen entgegengeleuchtet .

Und darum wage ich es, auch Senioren Mut zu machen , die etwas schwierige konditionen haben .