



DIÖZESE
INNSBRUCK

Digitales Archiv

Im Geist und im Herz jung bleiben

08.03.2005

Digitales Archiv

Shelf Mark: 1.3.1.3.16

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

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

[urn:nbn:at:at-dai-1047](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:at:at-dai-1047)

I n G e i s t u n d H e r z j u n g b l e i b e n

Liebe Seniorinnen und Senioren - und solche , die es erst werden wollen !

Neulich wurde ich zu einer Versammlung der Jungschar eingeladen. Aber da habe ich doch abgewunken . Ich bin einfach zu weit weg . Für die Zehn- und Zwölfjährigen bin ich mit 84 ein Urgroßvater . Da muß man doch Leute suchen , die den jungen Menschen biologisch und vom heutigen Lebensgefühl her näher stehn . Aber bei einer Einladung zu den Senioren ist das anders . Da kann ich mich nicht so leicht drücken . Ich bin selber einer von den Alten .- und vielleicht kann ich es wagen , aus dieser Situatio heraus den einen oder anderen tröstlichen oder hilfreichen gedanken zu sagen . Ich habe vor vier monaten die zweite künstliche Hüfte bekommen , bin auf beiden Augen staroperiert und versenke ~~einen~~ ~~einen~~ nicht-unbeträchtlichen Teil meines Gebisses abends ins Wasserglasl . Und wenn mich vor vielen Jahrzehnten ein kleines Mädchen in der ersten Klasse Volksschule in Schwaz gefragt hat : "Katechet , sind deine Lokken echt ?" - Dann ist das auch schon lange her , wie Sie feststellen können . Die frage ist heute überholt . Und wenn ich heute die Tageszeitung aufschlage , dann konzentriert man sich eher auf die Verstorbenen als auf die sportseite , denn bei den ersten sind mehr Bekannte dabei . Und trotzdem - muß ich sagen - ertappe ich mich oft bei dem Gedanken , daß ich jetzt eigentlich meine schönsten Jahre verlebe . Es ist natürlich Sonnenuntergang , aber Sie wissen ja - die Abendsonne kann oft besonders schön sein . Natürlich ist es eine Gnade , wenn man noch etwas tätig sein darf und keine fremde Hilfe braucht und sich die Weh wehen in Grenzen halten . Aber ich bin mit sehr viel Gebrechlichkeit und Krankheit täglich konfrontiert - schließlich lebe ich ja in einem Sanatorium . Ich darf mich also , liebe Seniorinnen und Senioren , mit euch in gewisser Hinsicht solidarisch erklären .

Im Alten Testament gibt es einen dichterisch sehr schönen , aber doch etwas bedrückenden text über das Altwerden im Buche Kohelet , des Prediger , im Kap 12 :

" Denke an deinen schöpfer in den Tagen der Jugend , ehe die bösen Tage und die Jahre sich nahen , von denen du sagen wirst : Sie gefallen mir nicht . Ehe die Sonne dunkler wird und das Licht und der mond und die Sterne , und ehe die Wolken nach dem Regen wiederkehren , wann die Wächter des Hauses zittern (die Hände) und die die starken Männer sich krümmen (die Beien) , wann die Müllerknechte nicht mehr arbeiten (die Zähne) und der Tag sich verdunkelt in den Fenstern (die Augen) , wann die Tore nach draussen sich schliessen und der laut der mühle leiser wird (die Ohren) Wann der laut der Vögel innehält und alle Lieder schweigen (Taubheit) Wenn man sich fürchtet vor der Anhöhe (Mühe beim Steigen) und auf dem Wege in Schrecken geht (eisige Strasse) Dann geht der Mensch in sein ewiges Haus ! Auf der Strasse gehen schon die Klageweiber umher (man muß sich auf dne Tod einstellen und schleunigst Testament machen) Ehe der silberne Strick zerreißt und der goldene Leuchter zerspringt und der Krug an der Quelle zerschellt und das Rad am Brunne zerbricht und der Staub zur Erde zurückkehrt , wie er war , und der Odem zurückkehrt zu Gott , der ihn gegeben . "

Ein bißchen traurig ist diese Darstellung des alters schon , auch wenn manches stimmt . Die zeit neigt sich dem Ende zu . Das kann man nicht überspielen .

Aber andererseits - ein wenig hat sich das Altwerden in unserer heutigen und hiesigen Gesellschaft schon geändert. Was hier der Verfasser des A.T. schreibt, würde man heute das Defizitmodell des Alters nennen. Die Leistungsgesellschaft hat nur gesehen, daß der alte Mensch abbaut (Das stimmt zwar auch nicht ganz, aber die primitive Leistungsgesellschaft hat es so gesehen). Altwerden ist also nur Rückzug und man muß halt schauen, daß der alte Mensch versorgt ist und sich halbwegs wohlfühlt.

Und dann ist ein anderes Modell aufgekommen: Das Aktivitätsmodell: Das hat die Konsumgesellschaft entdeckt und will mit unzähligen Extrakten, Wässerchen und Mitteln, Vitaminpräparaten und Wunderpillen das Geschäft machen. Da hupfen dann Urhroßväter aufs Mountainbike und Großmütter springen vom Dreimeterturn und im Fernsehen schauen die - abgesehen von den weissen Haaren - aus wie's blanke Leben. Es ist ja durchaus Beherzigenswertes in diesen Programmen - aber ein wenig erinnert das manchmal an künstliches Jungsein, an Faltenliften und Mini--rock für Omas - will sagen, dieses Modell ist nur biologisch ausgerichtet, und das ist zu wenig. Das dritte Modell - und das ist sehr erfreulich - ist das Sinnfindungsmodell. Da geht es nicht nur um biologisches Aufmöbeln und Leistung, sondern um L e b e n s s i n n. Das bedeutet klärung nach innen und Blick ins Morgen.

Ich muß gestehen - seit 30 Jahren besuche ich Seniorenheime im ganzen Land und kann nur feststellen, daß sie sich in dieser Zeit gewaltig verändert haben. Von den sogenannten Spitälern und Heimen alten Stils, in denen die Menschen halt versorgt wurden und herumgesessen sind bis zu heutigen Seniorenheimen mit einem vielfachen Angebot an Aktivitäten und Bildung, Ausflug und Kultur, Musik und geselligkeit (bei Senioren erlebt man die fröhlichste Gesellschaft, hat mir ein Pfarrer gesagt). Es hat sich in unserem Land in dieser Hinsicht viel geändert, nicht zuletzt auch durch eine hervorragende medizinische Betreuung, in Chirurgie und Pharmakologie, Schmerzabkämpfung und Zahnheilkunde, Augenheilkunde und Hörgeräten, Fortschritte der Geriatrie und der Gerontologie ... Aber vergessen wir nicht. Das gilt für uns hier. Man muß nicht über viele Grenzen fahren - dann schaut das anders aus. Wir müssen einfach für vieles und viele Menschen dankbar sein. Denn wir erleben im Altwerden Hilfen, von denen unsere Vorfahren nicht einmal träumen konnten.

A l t w e r d e n h e i ß t n i c h t n u r z u r ü c k -
s c h a u e n

Wir kennen alle diese Versuchung, sich im Schnellzug des Lebens, der ja unserem Gefühl nach immer schneller fährt, sich in die Gegenrichtung zu setzen und zurückzuträumen, weit zurück, wo das Land im Horizont versinkt. Man hat viele Erlebnisse, Erfahrungen und Erinnerungen gesammelt, das Langzeitgedächtnis funktioniert auch besser. Und je tiefer man in den Schubladen der Erinnerungskommode kramt, umso schöner werden die alten Dinge. Die Erinnerung leistet uns nämlich insofern eine gewisse Lebenshilfe, als die die positiven Erlebnisse sorgfältig aufbewahrt und die negativen verdrängt und verweirft. Und so kommt es dann zum heimlichen vergolden der Vergangenheit. Selbst dort, wo sie so häßlich war wie der Krieg, legen manche Blattgold auf. Es ist gut und recht, wenn wir uns an Positives erinnern und dankbar sind. Aber die

süssen Träume von der "guten, alten Zeit" sind immer ein gutes Stück Illusion. Es hat sie nie gegeben, die goldenen Zeiten. Es gab auch damals tiefe Schatten. Alle Zeiten haben ihre positiven und ihre negativen Akzente. Manches war damals besser als heute, und manches schlechter. Ja - wird jemand einwenden - aber moralisch wars in unserer Jugend doch ganz anders. Sicher - heute sind viele Hemmungen und Lebensordnungen angeknackt. Aber wenn ich bedenke, wie man im heiligen Land tirol zum Beispiel mit den ledigen Kindern und den ledigen Müttern umgegangen ist - dann war da nicht sehr christlich. Eine alte Frau hat mir bei der Visitation erzählt, daß sie als Kind bei der Prozession kein Blumenkörbchen tragen durfte, weil sie ein lediges Kind war. Und ein alter Kaiserjäger, der zwei Kriege mitgemacht hat, hat mir nicht von den Kriegen erzählt, sondern davon, was seine Mutter und er mitgemacht haben, weil sie ihn ledig hatte. Die Verweigerung von Menschlichkeit und Liebe ist an sich schlimmer wie so manche sexuelle Verfehlung.

Wir müssen also als Senioren aufpassen, daß wir nicht vergangenheitsverträumt, gegenwartsverneinend und zukunftsverzweifelnd werden. Darin kann nicht die Sinnerstließung des Alterns liegen. Die Chance im Alter bildet eine eigene Art von Wachwerden, von einem gelassenen Weitwerden der Seele. Das Alter sollte etwas von einem Herbstabend annehmen, den der Fotograf und der Maler so schätzt, mit den feinen Pastelltönen, den verdämmernden Blau- und Lilafarben, den klaren Horizonten und dem eigenartig hellen Himmel. Wennes gelingt, drohende Verbitterungen zu vermeiden, dann bekommt der Herbstabend geradezu ein Flair von Milde. Das setzt allerdings ein demütiges Wissen um das eigene Versagen voraus.

Ich erinnere mich an einen jungen Menschen, der zu mir kam, als ich noch im Amt war, und zu dem ich - fast entschuldigend - gesagt habe: Sie müssen halt bedenken, daß Ihr Herr Pfarrer schon sehr alt ist ... Dann hat er gesagt: Das macht mir nichts. Mir gefällt er .. Was gefällt Ihnen denn an ihm?, habe ich gefragt, Ja wissen Sie, hat er gesagt, wenn ich ihn anschau, habe ich immer das Gefühl - alles ist verziehen ...

Das ist der Pastellton, das milde Leuchten am Abend.

A l t w e r d e n u n d J u n g b l e i b e n i s t
n i c h t n u r e i n e b i o l o g i s c h e F r a g e

Es geht nicht nur um den Zellzustand, Kreislauf, Hautfalten, Haarpigment, Beweglichkeit der Gelenke und Minderung der vitalen Kräfte. Es gibt jugendliche Alte und altwirkende Jugendliche. Das Leben führt uns das immer wieder vor. Wenn sich ein junger Mensch rühmt, der Nullbockgeneration anzugehören, dann ist er geistig alt. Und wenn mir eine 55jährige Klosterfrau auf das Angebot, Sie könne sich jetzt etwas wünschen, was nicht unbedingt sein muß wie unzählige andere Hilfen, zur Antwort gibt: Dann wünsche ich mir für die vielen jungen Menschen, die wir haben, zwei Fußballtore, zwei Korbballtore und Bälle ... - Dann ist diese Schwester eben jung, viel jünger als jemand, der sich bei viel Alkohol in der nächsten Diskothek zu Tode amüsiert ... Das Jungbleiben im Alter ist ganz wesentlich eine Frage des Geistes und der gemüthften Grundeinstellung. Die Minderung vitaler Kräfte muß keineswegs zur Minderung des Persönlichkeitsniveaus führen. Manche Menschen beginnen oft erst in einer schweren Krankheit zu leuchten. Es gibt im Alter oft Entwicklung zu höherer Reifung, abgeklärteren Leistungen. Das Alterswerk vieler großer Wissenschaftler, Staatsmänner und Künstler zeugt davon, aber auch die gewaltigen Leistungen ganz einfacher Großmütter und Großväter. Sie sind weder aus den familiären Aufgaben wegzudenken, noch in der Gesellschaft. Was wären denn die Vereine, und Initiativen, was wäre Pfarrleben und Caritas, was wäre Gemeinde und Heimatpflege ohne die Alten.

Aber das Jungbleiben im Alter geht nicht ganz von selbst, man muß sich hier und da schon ein bißchen einstoßen und sich für etwas interessieren. Gerade vorige Woche habe ich in Südtirol einen Herrn kennengelernt, der mit 80 einen Doktor gemacht hat. In Innsbruck sind viel im Seniorenstudium. Aber man muß ja nicht auf akademische Höhen gehen, es geht um ein "Interesse", und Interesse heißt "dabeisein, mittendrinsein, insein". Vielleicht kehren wir im Alter zu einem Interesse der Kindheit und Jugend zurück, zu etwas, was wir im täglichen Beanspruchsein des Berufs und der Familie nicht ausleben konnten. Das ist doch das Schöne im Ruhestand, daß ich vieles nicht mehr muß. Und so kommt ein Element des spielenden Menschen im Alter zur Geltung, und das kann auch der Watter mit Bekannten oder die Musik sein. Mir haben Freunde vor 15 Jahren eingeredet, ich sollte mit dem Malen anfangen. Es waren eigentlich ehrolsamen, stillen Stunden in dem sehr beanspruchenden Bischofsamt, wenn man am späten Abend irgendeine Landschaft oder Stimmung versucht hat. Es ist dann daraus ein karitatives Unternehmen für viele Projekte geworden, eine vornehmere Form des Bettelns. Aber ich weiß natürlich, daß ich nie in die Kunstgeschichte eingehen werde. Dafür reicht's nicht. Aber es ist ein schönes Seniorenspiel. Mir fällt oft die letzte Strophe des salten schottischen Liedes ein:

" Drum Schwestern, Brüder, schließt den Kreis,
das Leben ist ein Spiel.
Und wer es recht zu spielen weiß,
gelangt ans große Ziel ... "

Altwerden und trotzdem Jungbleiben
kann eine abgrundtiefe Wurzel haben

Es gibt eine Chance für echtes Jungbleiben im Alter, die ich nicht verschweigen will. Ich gebe zu, daß diese Chance nicht für jeden in gleicher Weise zu ergreifen ist - für den einen leichter, für den anderen schwerer. Es kann sein, daß das Leben zu dieser Chance manchmal Blockaden aufgebaut und manchmal Türen geöffnet hat.

Aber es ist ganz einfach eine Tatsache: Älterwerden bietet die Chance zu vertiefter Religiosität. Das ist durch religionspsychologische Studien in den USA sogar statistisch erwiesen. Diese religiöse Chance muß unbedingt in die Richtung eines Urvertrauens und nicht einer Urangst gehen. Es gibt beide. Aber die vitalen Schübe werden etwas schwächer, die Jagd der Termine ruhiger, der Wirkungskreis etwas kleiner, die Leistung etwas geringer, aber der erhellte Horizont eines gütigen Gottes, der mich und mein Leben mit aller menschlichen Armseligkeit doch barmherzig umarmt - das das Leben heller. Und damit ist die Lebenskurve des Menschen nicht einfach eine Parabel, ein biologisches Aufsteigen und Absinken wie beim Tier. Da gilt das Wort des Kohelet, des Predigers, der versucht, ein Fazit des Lebens zu ziehen, mit allen Höhen und Tiefen, Freude und Leid, Wachsen und Vergehen, Gewinnen und Verlieren, und dann am Schluß sagt: "Aber auch die Ewigkeit hat er ihnen ins Herz gelegt .."

Und dabei war für den Prediger im A.T. diese Ewigkeit keineswegs mit solchen Verheissungengefüllt wie für uns Christen, in dem auferstandenen Christus, der unser Bruder ist und nicht rastet und ruht, bis wir bei ihm sind, haben wir einen unüberholbaren Lebenshorizont. Unsere Lebenstheaterbühne hat einen erhellten, lichten Rundhorizont. Und das ist die Grundvoraussetzung für ein echtes Jungbleiben der Seele, weil der Tod eben nur ein rascher Durchgang ist,

nicht mehr als eine Liftfahrt vom Parterre in den dritten stock .
Der Glaube verscheucht das N e i n zum Leben , das die verbitterung ,
die große gefahr des alters , einreden möchte , und verwandelt die
Grundhaltung der Seele in ein dankbares J a .

Diese Art von Jugendlichkeit hat der Prophet Jesaia vor mehr
als 2700 Jahren beschrieben :

" Die auf den Herrn hoffen , werden nicht enttäuscht .
Es wachsen ihnen Schwingen gleich den Adlern.
Sie laufen und werden nicht müde,
sie gehen und werden nicht matt ..."