

Das Altern annehmen und gestalten

„Was, Sie sind schon 60? Das sieht man Ihnen aber nicht an.“ Wenn uns ein Gesprächspartner fünf Jahre jünger schätzt, als wir sind, fühlen wir uns geschmeichelt. Alle wollen alt werden, aber niemand möchte alt sein. Der Statistik zufolge werden im Jahr 2050 mehr alte Menschen als Kinder und Jugendliche in Deutschland leben. Dass Altern zum Leben gehört, wird jedoch weitgehend verdrängt. Altern ist Schicksal. Es wird uns geschickt. Benno Burkhardt reimt:

„Alt zu werden ist die Gunst,
die Natur allein uns spendet.
Alt zu sein dagegen Kunst,
die ein jeder selbst vollendet.“

Die Werbung gaukelt uns vor, Altern sei vermeidbar, und es gibt Buchtitel wie „10 Schritte zur Unsterblichkeit“, in dem Tipps gegeben werden, wie man sein Leben verlängern kann, ohne zu altern.

Gegen Gesundheitstipps ist nichts einzuwenden, und der Fortschritt der Medizin hat dazu geführt, dass die Lebenserwartung, die vor 100 Jahren bei 50 bis 60 Jahren lag, heute deutlich höher ist. Aber statt sich von „Anti-Aging“-Programmen gefangen nehmen zu lassen, wäre es besser, eine „Pro-Aging“-Einstellung zu gewinnen, das Altern anzunehmen.

Auch dazu gibt es Literatur, zum Beispiel das Buch von Meinolf Peters: „Die gewonnenen Jahre. Von der Aneignung des Alters“ (Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2008). Er warnt vor verbissenem Fitnessstraining und kosmetischen Korrekturen, und er propagiert Entschleunigung und Loslassen, den Ausbau latent vorhandener Interessen, einen Spagat zwischen Aktivität und Hinnahme.

Immer mehr Menschen haben nach dem Übergang in den Ruhestand noch viele Jahre, oft sogar Jahrzehnte, die sie bei guter Gesundheit und leistungsfähig erleben. Sicherlich wächst mit dem Älterwerden das Bewusstsein der Begrenzung und der Endlichkeit, aber viele Ältere wollen Neues beginnen, wollen ihre Fähigkeiten einbringen – auch in der Kirche, wie diese Ausgabe unserer Zeitschrift zeigt.

Ihnen genügt es nicht, „betreut“ und „unterhalten“ zu werden. Sie haben Kraft und Begabungen, mit denen sie aktiv das Leben der Gemeinde mitgestalten können und wollen. Die Talente der Älteren brach liegen zu lassen und nicht wahrzunehmen und wertzuschätzen, wäre nicht nur jammerschade, sondern geradezu schädlich für die Kirche.

Waldemar Wolf

**Das ist des Menschen Ruhm, zu wissen, dass unendlich sein Ziel ist,
und doch nie still zu stehn im Lauf ... Nie werd ich mich alt dünken,
bis ich fertig bin; und nie werd ich fertig sein, weil ich weiß und will,
was ich soll ... Bis ans Ende will ich stärker werden und lebendiger
durch jedes Handeln, und liebender durch jedes Bilden an mir selbst.**

Friedrich Schleiermacher

(Schriften aus der Berliner Zeit, 1800-1802, Teil 1, Band 3, S. 58)

Peter Bartmann

Gesund alt werden – und warum wir es immer noch nicht begreifen können

Dr. Peter Bartmann, evangelischer Theologe und Gesundheitsökonom, geboren 1963, arbeitet im Diakonischen Werk der EKD im Bereich Gesundheitspolitik. Ehrenamtlich ist er im Pfarrdienst der Evangelischen Kirchengemeinde Berlin-Dahlem, vor allem in der Kinder- und Jugendarbeit, engagiert; Reichensteiner Weg 24, 14195 Berlin.

Zum Glück gibt es die vielen privaten Fotoalben. Sonst würden wir vergessen, wie radikal sich die Lebenserwartung und Lebensqualität im Alter in den letzten hundert Jahren verändert haben. Da liegen die Bilder von 1920, von 1950, von 1970 und von 1990 nebeneinander und werfen Fragen auf: Der Mann mit dem zerfurchten Gesicht aus der Nachkriegszeit ist nicht 75, sondern nur 55 Jahre alt, die schwarz gekleidete Frau (um 1920) sieht so aus, als sei ihr Leben schon vorbei, dabei ist sie erst Ende

Dreißig. Ein Album weiter sieht man Oma beim Bergwandern, gebräunt, lachend und beweglich – mit 69 Jahren – um 1990.

Ein anderes Leben

Im Durchschnitt sind alte Menschen heute viel gesünder und beweglicher als ihre Eltern und Großeltern. Sie leben auch ein ganz anderes Leben. Frühere Generationen erreichten den „Ruhestand“ abgearbeitet, oft auch krank und führten danach ein sehr bescheidenes Leben mit einer knappen Rente.

Ganz anders die Ruheständler der 1980er und 1990er Jahre: Sie schieden nicht selten vor dem sechzigsten Lebensjahr aus dem Erwerbsleben aus und sind oder waren so gesund und wohlhabend, um große Reisen zu machen oder Lebensträume zu verwirklichen. War es in den 1970er Jahren nicht unüblich, mit siebzig Jahren in ein „Altersheim“ zu ziehen, leben 2009 viele alte Menschen zu zweit oder allein in den Wohnungen oder Häusern, die einmal eine ganze Familie aufnehmen mussten.

Der Blick in die Fotoalben regt zum Nachdenken, auch zum Wundern an: Warum werden wir auf einmal so alt? Woher kommen unsere Vorstellungen von einem gelingenden Leben im Alter – und woher die Ängste? Wo können

Auf eine menschenwürdige Art alt zu werden und jeweils die unserem Alter zukommende Haltung oder Weisheit zu haben, ist eine schwere Kunst. Meistens sind wir mit der Seele dem Körper gegenüber voraus oder zurück, und zu den Korrekturen dieser Differenzen gehören jene Erschütterungen des inneren Lebensgefühls, jenes Zittern und Bangen an den Wurzeln, die uns je bei Lebensentscheidungen und Krankheiten befallen. Mir scheint, man darf ihnen gegenüber wohl klein sein und sich klein fühlen, wie Kinder durch Weinen und Schwäche hindurch am besten das Gleichgewicht einer Störung des Lebens wiederfinden.

Hermann Hesse

(aus: Gesammelte Werke. Suhrkamp Verlag, Frankfurt/Main 1970)

sich Menschen im Ruhestand aktiv einbringen? Wo werden die Erfahrungen alter Menschen gebraucht? Und: Was brauchen Menschen für ein möglichst gutes Greisenalter?

Eine ständig steigende Lebenserwartung und die Aussicht auf viele Lebensjahre ohne gesundheitliche Einschränkungen werden vor allem durch den höheren Wohlstand, die besseren Arbeits- und Lebensbedingungen und den medizinisch-technischen Fortschritt ermöglicht.

Dass diese Entwicklung keine Selbstverständlichkeit ist, kann man an den Umbrüchen von 1989 ablesen: Die Lebenserwartung war in der DDR etwas niedriger als im Westen und ist dort seither stärker gestiegen. In den Nachfolgestaaten der ehemaligen Sowjetunion ist sie hingegen nach 1989 aufgrund des wirtschaftlichen Niedergangs deutlich gefallen.

Nicht zu vergessen sind auch die großen europäischen Katastrophen des 20. Jahrhunderts, die Menschen durch Ermordung, Vertreibung, Krieg und Hunger um ein langes, einigermaßen gesundes Leben gebracht haben. Und nicht zu vergessen ist auch, dass auf den Nachbarkontinenten weiterhin zigtausend Menschen jedes Jahr durch behandelbare Erkrankungen, Hunger oder Gewalt vorzeitig zu Tode kommen oder behindert werden.

Ein langes gesundes Leben verdankt sich in hohem Maß den großen, individuell kaum beeinflussbaren Rahmenbedingungen: Frieden, wirtschaftliche Prosperität, eine funktionierende Renten- und Krankenversicherung sind gute Voraussetzungen, um gesund alt zu werden. So lange diese abstrakten Systeme gut ineinander greifen und funktionieren, geraten sie fast in Vergessenheit: Wer ist schon dankbar dafür, dass er regelmäßig und lebenslang Rente bekommt, dass es Krankenhäuser und Pflegedienste gibt?



© Johann Mayr

Individuelle Lebensstrategien

Solange diese äußeren Rahmenbedingungen stabil sind, stehen die individuellen Lebensstrategien im Vordergrund, zum Beispiel Sparsamkeit, der tägliche Frühsport, die Pflege eines Freundeskreises, die fortwährende Bemühung um Bildung oder gemeinsame Aktivitäten, die den eigenen Horizont zu anderen Menschen oder zu Gott hin überschreiten. Nur wenn ich mich immer wieder um die Menschen bemühe, die mir lieb sind, wird das Netz, das uns verbindet, halten. Nur wenn ich mich bewege, geistig rege bleibe, werden mir auch die Lebenskräfte bleiben und zuwachsen, die ich für den Alltag im Alter brauche.

Bei genauerem Hinsehen sind auch viele dieser individuellen Ressourcen nicht in erster Linie selbst errungen, sondern eher wie Ge-

schenke, die es zu pflegen gilt: zum Beispiel gute Gewohnheiten, die mir von Eltern oder Lehrern nahe gebracht worden sind, Freundschaft und Zuwendung, die mir einfach geschenkt werden, Anregungen, die mich mitgerissen und motiviert haben. Auch die Gelegenheiten, bei denen ich meine Kräfte und Talente einbringen konnte, erscheinen im Rückblick wie verdanktes Glück.

Wie kann ich praktisch würdigen, dass ich mein langes Leben nur mit den öffentlichen Institutionen und mit der Gesellschaft, die mich umgibt, verwirklichen kann? Der amerikanische Arzt und Bioethiker *Daniel Callaghan* forderte vor einigen Jahren die Senioren seines Landes auf, wieder die Funktionen zu übernehmen, die alte Menschen in allen Gesellschaften innegehabt hätten. Anstatt mit Sport und Medizin gegen das Altern zu kämpfen und allzu lange wie Jugendliche auszusehen und zu leben, sollten die Alten ihre individuelle Vergänglichkeit hinnehmen und die jüngeren Generationen mit Weisheit und Tatkraft unterstützen.

Viele ältere Menschen sind längst auf diesem Weg: In der Regel wird im Rentenalter das fortgesetzt, was in der Mitte des Lebens angelegt worden ist, zum Beispiel die Beratertätigkeit für die alte Firma, die Arbeit im Sportverein, in der Partei oder im kulturellen Bereich. Für viele traditionsreiche Organisationen ist die Generation 55+ die verlässliche Basis aller Aktivitäten. Allerdings können nicht alle Senioren an gewachsene Beziehungen anknüpfen: Der Beruf oder die Familienarbeit haben alle Kräfte gebunden, die eigene Welt ist klein geworden, das Leben dreht sich um wenige vertraute Menschen.

„Ernten“ und „säen“

Zumindest im „dritten Lebensalter“, in den überwiegend gesunden Lebensjahren, die oft bis Mitte Siebzig dauern, ist mehr möglich, zum Beispiel ein erneutes Zugehen auf die Altersgenossen und auf Menschen, die etwas jünger sind, die gemeinsame Auseinandersetzung mit den Lebensthemen der eigenen Generation, aber auch Aktivitäten, die das Weiterleben der

Gemeinschaft erleichtern. Die Ernte des eigenen Lebens darf genossen werden, aber ein Teil der Ernte ist Saatgut, das ausgesät werden muss. Nicht immer sind die eigene engere Familie oder der langjährige Freundeskreis die richtige Adresse für diese Aktivitäten.

Während das dritte Lebensalter oft eine Zeit der Aktivität und des Genusses ist, ist das vierte Lebensalter meistens durch Einschränkungen geprägt: Der Radius des Lebens verengt sich, alte Freunde und Verwandte sterben. Wenn man die Menschen fragt, was ihnen am wichtigsten ist, so steht bei den jüngeren Senioren meistens die Familie im Vordergrund, im hohen Alter rückt die eigene Gesundheit an die erste Stelle.

Merkwürdigerweise sind viele alte Menschen mit ihrer Gesundheit sehr unzufrieden, mit dem Leben insgesamt aber zufrieden. Gute Erinnerungen und Begegnungen mit anderen Menschen werden wertvoller – und über das, was noch erreichbar ist: Über das Essen im beliebten Lokal in der Nachbarschaft, freut man sich mehr als in früheren Zeiten.

Versteckte Probleme

Aber Zufriedenheit im Alter ist keine Selbstverständlichkeit: Alte Menschen verzweifeln an gesundheitlichen, finanziellen und familiären Problemen, sie leiden an Depressionen und Suchterkrankungen und begehen Suizid. Häufig bleibt dies Leiden unbemerkt. Viele alte Menschen sind stolz darauf, niemandem zur Last zu fallen und ihr Leben allein zu bewältigen: In der eigenen Wohnung vereinsamen sie, sie stolpern, können sich nicht mehr baden und duschen – und erst ein schwerer Sturz deckt ihre Probleme auf. Und selbst wenn das Problem erkannt ist, fragen sie: Lohnt es sich noch, die Wohnung umzugestalten? Soll ich das mühsam ersparte Geld nicht den Kindern vererben?

Aber nicht nur die alten Menschen verstecken ihre Probleme, auch der Rest der Gesellschaft sieht bei alten Menschen nicht mehr so genau hin: Depressionen und Suchterkrankungen werden viel seltener erkannt und therapiert als im jüngeren Alter.

Hier brechen Fragen auf, die die gesamte Gesellschaft angehen. Schließlich werden die meisten von uns eines Tages genau mit diesen Problemen konfrontiert sein: Wie können wir mit der Gebrechlichkeit im hohen Alter leben – und wie mit eigener und fremder Hilfebedürftigkeit? Die Gefahr ist groß, dass unsere Gesellschaft die aktiven, leistungsfähigen Senioren idealisiert und keine Vorkehrungen für ein möglichst gutes Greisenalter trifft.

In der Kirche dominieren die aktiven Senioren – die Greise fehlen. Sie „kommt nicht mehr“, heißt es dann im Seniorenkreis, etwa weil sie Stufen im eigenen Haus oder an der Kirche nicht mehr bewältigen kann, weil sie nicht mehr gut hören und sehen kann. Selbst diese vergleichsweise kleinen Einschränkungen wirken schon ausschließend. Noch mehr schließen Depressionen und Altersverwirrtheit aus.

Um im Bild zu sprechen: Es gibt vor der Kirche keinen alten Baum, unter dem alte Menschen sitzen können, um ihren Gedanken nachzuhängen und jüngeren bei der Lebensarbeit zuzusehen. Und in der Kirche muss man sich ja als alter Mensch „benehmen“. Das merken auch Menschen, die sich nicht mehr an die Regeln halten können: Ohne Worte wurde eine alte Dame, langjährige Kirchgängerin, aus dem Sonntagsgottesdienst vertrieben, als sie begann, immer mehr Stuhlkissen auf ihren Stuhl zu legen.

Es gibt hervorragende Projekte, die hochbetagte, auch verwirrte Menschen wieder in die Kirche holen. In Berlin hat sich ein Geistliches Zentrum für Menschen mit Demenz gebildet, das unter anderem Gottesdienste für Menschen mit Demenz feiert und andere Gemeinden

darin unterstützt. Es gibt die Überlegungen des Psychiaters *Klaus Dörner*, der zwischen Familie und Gesellschaft einen Nahraum, eine Nachbarschaft entwickeln will, in der Menschen ganz alt werden können. Treibend sollte dabei nicht die Angst vor der Altersverwirrtheit sein, sondern ein freundlich-nüchterner Blick auf das, was ganz alte Menschen brauchen.

Früher war das ganz hohe Alter eine Ausnahme, mit der niemand rechnete. Heute ist es ein gemeinsames Schicksal vieler Menschen. Unter dem Baum vor der Kirche könnten viele alte Menschen sitzen. Das wäre doch eine Perspektive, zumindest für die Sommermonate.

**Ein alter Mann ist stets ein fremder Mann.
Er spricht von alten, längst vergangenen Zeiten,
von Toten und verschollenen Begebenheiten ...
Wir denken: „Was geht uns das an?“**

**Ein alter Held ist nur ein alter Mann.
Wie uns die Jahre trennen!
Erfahrung war umsonst.
Die Menschen starten für das Rennen,
und jeder fängt für sich von vorne an.**

**Für uns ist er ein Mann von irgendwo.
Ihm fehlt sein Zeitland, wo die Seinen waren,
er spricht nicht unsre Sprache,
hat ein fremd Gebaren ...
Und wenn wir einmal alt sind und bei Jahren:
dann sind wir grade so.**

Kurt Tucholsky

(aus: Oller Mann. Gesammelte Werke,
Band 2, S. 1351. Rowohlt Verlag, Reinbek 1960)

Magdalene Simpfendörfer-Autenrieth

Simeon und Hanna – Lukas 2,22-40

Pfarrerin Magdalene Simpfendörfer-Autenrieth, geboren in Stuttgart; Studium der Theologie in Tübingen und Heidelberg; danach: Vikarin in Tuttlingen und Schwäbisch-Hall; 1992 bis 2003: Pfarrerin in Leutkirch; 2003 bis 2009: Pfarrerin im Berufsbildungswerk Waiblingen; seit Februar 2009: Oberin der Großheppacher Schwesternschaft.

Vor mir auf dem Tisch liegt ein kleines Buch, eine Schwarzweißfotografie auf der Umschlagseite. Sie zeigt zwei Alte, links und rechts von einem Baum sitzend. Rechts der alte Mann: Er hat neben sich eine geöffnete Aktentasche liegen, auf dem Schoß hält er einen kleinen Stapel loser Seiten. Um die dunkle Hose nicht zu beschmutzen, sitzt er auf einem ausgebreiteten Taschentuch. Intensiv über seine Papiere gebeugt, dem Betrachter sein helles Haupt entgegen haltend, ist er dabei, eine Notiz aufzuschreiben. Er wirkt wie einer, der schon sein Leben lang damit beschäftigt ist, konzentriert seine Gedanken zu Papier zu bringen, wie einer, der damit noch nicht fertig ist. *„Und siehe, ein Mensch mit Namen Simeon war fromm und gottesfürchtig und wartete auf den Trost Israels“ (Lukas 2,25).*

Links vom Baum die alte Frau: Sie trägt einen dicken Mantel und einen schwarzen Hut, dazu einen hellen Schal, umgelegt wie einen großen Kragen. Die Hände übereinander geschlagen, die Füße in den dunklen Schnürstiefeln ordentlich nebeneinander gestellt, den Blick in eine unbestimmte Ferne gerichtet: So sitzt sie ruhig und abwartend da. *„Es war eine Prophetin, Hanna ..., eine Witwe an die vierundachtzig Jahre ..., die diente Gott mit Fasten und Beten Tag und Nacht“ (Lukas 2,36f).*

Nach vielen Jahren zog ich, einer Erinnerung nachgehend, das Büchlein aus dem Regal. Es trägt den Titel: „In Ruhe verrückt werden dürfen“. Es ist ein Ratgeber für ein neues Denken

in der Altenpflege aus dem Jahr 1991. Was seine Aktualität angeht, möglicherweise inzwischen ebenso vergangen, wie die beiden Menschen auf dem Foto.

Hanna und Simeon – das assoziierte ich mit diesem Bild. Vielleicht haben die beiden Alten, die sich täglich am Tempel mit großem Ernst ihren Gebeten widmeten, dabei lange verweilten, versonnen und die Zeit vergessend, einfach da saßen, den Erlöser herbeisehnend, damals auf ihre Umgebung ähnlich skurril und verrückt gewirkt, wie die beiden auf dem Foto. Die Begegnung des Christkinds mit den beiden Alten gehört noch zur Weihnachtsgeschichte. Und die hat sich – nach Lukas – ihre Adressaten eher am Rand des gesellschaftlichen Geschehens gesucht als unter den Großen, deren Worte Gewicht hatten und deren Weisheit gefragt war.

Bilder helfen verstehen

Simeon und Hanna lassen sich auch im Stockholmer Nationalmuseum entdecken. „Simeon mit dem Christuskind“ (1669) war das letzte Bild, das Rembrandt malte. Als er starb, fand man es fast fertig auf seiner Staffelei. Ein Bild von seltsamer Innigkeit und Distanz. Das Kind auf Simeons ausgestreckten Armen ist von einem hellen Licht angeleuchtet. Es hält den Blick auf die Lichtquelle gerichtet. Die beiden Alten im Widerschein des Lichts sind ernst und nachdenklich auf das Kind konzentriert, ohne ein Lächeln, das den aktiven Kontakt suchen will, und ohne das Kind mit einer liebevoll-besitzergreifenden Geste an sich ziehen zu wollen. Als würden die beiden im hellen Lichtschein schon weiter schauen, als nur auf das Kind: *„Siehe, dieser ist gesetzt zum Fall und zum Aufstehen für viele in Israel und zu einem Zeichen, dem widersprochen wird ..., damit vieler Herzen Gedanken offenbar werden“ (Lukas 2,34f).*

Auf ganz unterschiedliche Weise hatte sich der Maler im Lauf seines Lebens mit diesem Sujet auseinandergesetzt. Drei Bilder sind dabei entstanden. Sein letztes Bild vermittelt den Eindruck, als wolle er, Rembrandt selbst, am Ende seines Lebens dem Betrachter hinhalten, was er auf seiner Lebensreise entdeckt und gefunden

hat: „*Meine Augen haben deinen Heiland gesehen*“ (Lukas 2,30).

Beobachtungen zum Text

Es war üblich, dass eine Mutter 40 Tage nach der Geburt eines Sohnes ein Opfer bringen musste, um wieder als rein zu gelten. Dazu kommt, dass nach jüdischem Gesetz das erste Kind Gott gehört, bis es durch ein Opfer ausgelöst ist (3. Mose 12,1-4; 4. Mose 18,15). So wie die Beschneidung, gehören diese Gesetze zu einer Geburt und dem Beginn des neuen Lebens dazu. Aus diesem Grund finden wir Maria, Josef und das Kind hier im Tempel.

Die vorgeschriebene Opfergabe der Armen nach der Geburt des Erstgeborenen waren zwei Turteltauben. Man hätte dafür eigentlich nicht nach Jerusalem zu reisen brauchen. Doch Lukas verankert damit das Weihnachtsgeschehen, das sich vor den Toren der Stadt Davids zutrug, noch fester in der Tradition. Im Tempel von Jerusalem, im Haus Gottes, wird das Kind begrüßt und für seinen Weg freigesprochen.

Nunc dimittis – Nun lässtest du deinen Diener in Frieden fahren ... Die Musikgeschichte kennt viele Vertonungen des Lobgesangs, den der alte Mann im Tempel anstimmt. „*Fromm und gottesfürchtig*“ sei er gewesen, lesen wir, und „*der Heilige Geist war mit ihm*“. Er sehnt sich mit dem Propheten Jesaja nach Tröstung für sein Volk (Jesaja 40,1), nach Befreiung von fremden Besatzern, nach Identität mit dem Gesetz Gottes, nach dem verheißenen Messias, der Heil und Erlösung bringt.

Hanna, verwitwet und hochbetagt, wird uns als Prophetin vorgestellt. Der Verzicht auf eine Wiederverheiratung unterstreicht nach jüdischem Verständnis die Frömmigkeit und Gottesfürchtigkeit einer Frau. Hanna erwartet die Heilszeit auf ihre Weise: Mit Beten und Fasten dient sie Gott Tag und Nacht. Sie hält sich immer am Tempel auf, als sei die Zeit, die ihr noch bleibt, zu kurz, um nachzulassen oder eine Unterbrechung zu riskieren.

Beide Alten scheinen im Lukas-Evangelium noch einmal die alte prophetische Tradition zu verkörpern und bezeugen zugleich „aus zweier

Zeugen Mund“ die Zeitenwende. Die Heilsgeschichte setzt sich nun auf andere Weise fort: Das Gesetz, als Offenbarung des göttlichen Willens, wird von einem Menschen abgelöst, in dem sich Gott zeigt. In dem Kind schauen sie den lang Erwarteten, den Heiland, das Licht der Völker, das allen Menschen leuchten wird (Jesaja 49,6), und das Zeichen Israels, das Widerstand und Widerspruch hervorrufen wird (1. Korinther 1,23; Apostelgeschichte 28,22).

Meditation

Geboren in der Stadt seiner Väter, wird das Christuskind jetzt im Haus seines Vaters dargestellt und für seinen Weg freigesprochen. Damit wird die Geschichte des Christuskinds mit der Geschichte seines Volks eng verflochten. Erfüllen sich in ihm die Heilserwartungen, die von Anbeginn her im Volk sind (1. Mose 49,18), so liegen auf ihm nun auch Segen und Last der neu anbrechenden Zeit. Seine Zukunft wird zweideutig sein: Licht und Heil für alle Völker und zugleich ein Zeichen, das nicht nur in Israel Widerstand und Widerspruch hervorrufen wird. Das wird der Weg des Christkinds durch die Welt sein. Wer in dem Krippenkind den Erlöser sehen will, wird seinen ganzen Weg anschauen müssen.

Es gibt kaum Krippenlandschaften, in denen man die beiden Alten vom Tempel wieder findet. Sie eignen sich nicht für romantische Darstellungen. Ihre Rolle am Ende der Weihnachtsgeschichte bringt Nüchternheit ins lichtbeglänzte Geschehen.

Sie brauchen keine Engel, die ihnen Bescheid sagen. Nach Zeichen, an denen sich der Heiland erkennen lässt, fragen sie nicht. Simeon und Hanna haben lange gewartet, und jetzt wissen sie sich am Ziel. Es ist ein Wissen und Erkennen, das tiefer sitzt als vordergründiges Verstehen.

Sie bieten sich auch nicht als liebevolle Großeltern für das Kindlein an, die das Kind an sich drücken, es Herzen und küssen mögen. Sie schauen auf ihre Art, dass das Wunder, das ihnen in diesem Kind begegnet, größer ist, als sie es fassen könnten: Gott macht ernst mit seinen

Verheißungen. Er sucht uns auf. Und die beiden Alten schauen noch weiter. Sie sehen durch den Schleier der Zukunft hindurch auf das Ziel, dem uns dies Kind entgegenführen wird. „*Und wer dies Kind mit Freuden umfassen, küssen will, muss vorher mit ihm leiden groß Pein und Marter viel*“ (Evangelisches Gesangbuch 8,5).

Die Eltern des Kindes „*wunderten sich*“, heißt es, und der alte Simeon segnete sie. Soll ihnen der Segen ein Zeichen des Trostes sein? Möglicherweise erschrecken die jungen Eltern ja vor den beiden Alten und ihren Ansagen. Vielleicht halten sie die beiden für leicht meschugge. Hier ist nicht davon die Rede, dass Maria diese Worte in ihrem Herzen weiter bewegt. Das Verständnis für dies besondere Kind und seinen Weg wird bei seinen Eltern erst langsam wachsen.

Das erzählt auch die an den Text anschließende Geschichte des zwölfjährigen Jesus im Tempel. Und wer weiß, ob diejenigen in Jerusalem, „*die auf die Erlösung Jerusalems warteten*“, der Botschaft der alten Hanna vom Tempel ihre Ohren und Herzen freudig und bereit geöffnet haben. Propheten haben es schwer im eigenen Land – und auch Alte finden nicht so leicht Gehör.

Zwei Alte, die nach vorn blicken

Neben heilsgeschichtlichen Einsichten, bietet der Text auch reichlich Stoff, der die beiden Alten selbst betrifft. Zum Themenkreis Alter und Älterwerden lassen sich daraus einige wertvolle Hinweise gewinnen. Beeindruckend ist zunächst ihre innere und äußere Unabhängigkeit. Hanna und Simeon haben ihre eigene Art entwickelt, ihre verbleibende Lebenszeit zu gestalten. Das tun viele. Doch hier heißt dies nicht Rückzug ins Private und auch nicht Flucht an sonnigere Plätze der Welt. Sie leben auch nicht – was viele ältere Men-

schen kennzeichnet – aus der Vergangenheit, in der alles besser war. Nicht das Gestern, sondern solange sie leben, ist das Heute ihre Zeit. Sie blicken nicht weg, sondern sehen mit Sorge auf den unerlösten Zustand ihres Landes und seiner Menschen. Sie widmen ihre Zeit und ihre Gebete ihrem Volk, beten für die mit, die es nicht tun. Sie bitten um Trost und fasten für den Frieden. Um sich selbst haben sie sich längst ausgesorgt. Das eigene Haus oder die eigene Wohnung bedeutet ihnen nichts oder nur wenig. Sie scheren sich nicht um den Spott oder das Gerede der anderen, denn auch Eitelkeiten haben sie längst hinter sich gelassen. Sie blicken nach vorn, nach dem, was dem Frieden dient, dem äußeren und dem inneren. Zuletzt finden sie ihren Frieden. Sie können gehen, der Heiland ist da.

Anregungen für ein Gespräch

Ich möchte einige Hinweise des Textes, die sich für ein weiterführendes Gespräch zum Themenkreis *Alter/Älterwerden* eignen, anreißen:

- *Die Konzentration auf das wirklich Wichtige – die Chance des Alters.* Man unterstellt älteren

**Die Zeit steht still. Wir sind es, die vergehen.
Und doch, wenn wir im Zug vorüberwehen,
scheint Haus und Feld und Herden, die da grasen,
wie ein Phantom an uns vorbeizurasen.
Da winkt uns wer und schwindet wie im Traum,
mit Haus und Feld, Laternenpfahl und Baum.
So weht wohl auch die Landschaft unsres Lebens
an uns vorbei zu einem andern Stern
und ist im Nahekommen uns schon fern.
Sie anzuhalten suchen wir vergebens
und wissen wohl, dies alles ist nur Trug.
Die Landschaft bleibt, indessen unser Zug
zurücklegt die ihm zugemessnen Meilen.
Die Zeit steht still. Wir sind es, die enteilen.**

Mascha Kaléko

(aus: Die paar leuchtenden Jahre. dtv 13149, München, S. 36)

Menschen gern, sie könnten sich nach beruflicher Inanspruchnahme und Familienzeit nun dem wirklich Wichtigen zuwenden. Eine eigene Tagesstruktur und ein eigener Lebensrhythmus gäben dazu die Freiheit. Doch was ist das wirklich Wichtige? In LORIOTS Film „Pappa ante portas“ sieht man das frisch gebackene Ruhestands-Ehepaar nach einigen vergeblichen Versuchen („Lass uns etwas wirklich Sinnvolles tun“) schließlich vereint Blockflöte spielen. Offenbar ist es nicht ganz einfach, jenseits der Arbeitszeit zu entdecken, wofür es sich jeden Morgen aufzustehen lohnt. Simeon und Hanna haben ihre Aufgaben gefunden und betreiben sie mit Disziplin und Hingabe.

Das Gebet für die Welt spielt heute auch in Mutterhäusern und Klöstern eine wichtige Rolle. „Auf diese Weise können wir noch lange einen Beitrag leisten“, sagen die Ordensfrauen.

● *Die Wucht der Erfahrungen hinter sich – der Schatz des Alters.* Der Bibeltext erzählt, dass Alte tiefer blicken können. Sie schauen gleichsam durch Erinnerungen und Erfahrungen hindurch auf die Gegenwart und entdecken darin etwas Wesentliches, was anderen noch verborgen ist.

Ist so ein Tiefenblick ein Privileg der Alten? Viele Lebensjahre bieten auch Erfahrungsweisheit. Ältere haben mehr Krisen gemeistert und Schwierigkeiten überlebt als Jüngere. Sie können deshalb auch in aktuellen Schwierigkeiten Ratgeber sein. Zwei schöne Beispiele dazu finden sich in der Literatur: „Zwei alte Frauen“ von *Velma Wallis* und „Minimum“ von *Frank Schirrmacher*.

Die Erfahrung lehrte sie auch, dass sich die Fülle der Möglichkeiten von Lebensstufe zu Lebensstufe immer mehr auf eine Wirklichkeit reduziert. Viele alte Menschen beklagen diese Einschränkung. Andere blicken dankbar auf den Reichtum ihres Lebens zurück und sind auf diese Weise aktiv im Kontakt mit der eigenen Lebensgeschichte. Auch dafür geben Simeon und Hanna ein eindrucksvolles Beispiel: Ihre Lebensgeschichte, die Geschichte ihres Volks und ihrer Religion erleben sie als eng miteinander verwoben und deshalb auch ganz präsent.

Immer mehr Angebote in Seniorentreffs oder betreuten Einrichtungen wollen das biografische Schreiben oder Erzählen fördern. Ein lebendiges Bewusstsein für den Zusammenhang von Geschichte und Lebensgeschichte macht den Blick wach für die Gegenwart und ihre ungelösten Fragen.

● *Eine verheißungsvolle Blickrichtung: Nicht rückwärtsgewandt, sondern den Blick nach vorn gerichtet.* Simeon und Hanna bewegt das Wissen: Noch können wir uns nicht in Ruhe und Frieden wiegen. Sie schauen über das Gegenwärtige hinaus auf das Kommende. Warten auf sichtbare Zeichen zum Besseren hin und auf Erlösung. Falsche Propheten und schlechte Politiker, die gern „Frieden, Frieden“ rufen, wünschten sich natürlich andere Alte.

● *Das Risiko des Alters: Gehör finden.* „Wenn ich noch ein Wort einlegen soll, lass es mich wissen“, schrieb vor ein paar Jahren ein alter Freund. „Wenn ich erst im Ruhestand bin, wird man meinen Einschätzungen kein Gehör mehr schenken.“ Man möchte widersprechen und spürt gleichzeitig: Er hat Recht. Obwohl man weiß, dass die Älteren über viel Erfahrung verfügen und potenziell noch lange gute Ratgeber sein könnten, hört mit dem Eintritt in den Ruhestand – häufig unter dem Hinweis auf verdiente Schonung – das Gefragt-Sein auf. Eine schwierige Erfahrung für Ältere.

● *Den Frieden finden.* Was könnte ein besseres Lebensziel sein? In einer Gesprächsrunde ist es interessant festzustellen, was die Teilnehmenden an persönlichen Vorkehrungen treffen, um diesem Ziel näher zu kommen. Dass das Loslassen-Können und „in Frieden“ dahinfahren können dennoch glücklichen Ausnahmen vorbehalten bleibt, war vielleicht schon immer so: „Wir spinnen Luftgespinste und suchen viele Künste und kommen weiter von dem Ziel“ dichtet *Matthias Claudius* (Evangelisches Gesangbuch 482,4). Simeon preist in seinem Lobgesang Gott selbst als den, der den Frieden schenkt. Welche Vorbereitungen müssten wir treffen, um eines Tages wie Simeon unseren Frieden aus Gottes Hand nehmen zu können?

Dagmar Petrick

Alte Menschen im Spielfilm. Bilder einer bewegten Landschaft

Dagmar Petrick, geboren 1970 in Ludwigsburg, verheiratet, vier Kinder, hat unter anderem in Marburg und Bochum Filmwissenschaften, Anglistik und evangelische Theologie studiert, sorgt zuhause für Kultur, wenn sie nicht gerade ins Kino geht oder Texte schreibt; Ellen-Weber-Straße 133, 06120 Halle/Saale.

„Schreiben Sie mir was über alte Leute im Film?“, fragt mich mein Redakteur. Und ich denke, wie soll das gehen, Hänfling, der ich bin? Doch schon purzeln mir in der Mediathek die DVDs wie Herbstlaub entgegen, in denen Menschen ab 60 eine tragende Rolle spielen, bunte, vielschichtige Figuren, Glanzrollen für betagte Schauspieler allesamt. Versuch einer Landschaftsbeschreibung.

Ein Hut segelt über das Wasser. Ein alter Mann und sein Enkelkind sehen ihm nach. „Wenn du dich nicht entscheiden kannst, musst du hie und da etwas von dir, das du besonders gern magst, über den Bach werfen!“ In **Vitus** (CH 2006) von Fredi M. Murer verkörpert Bruno Ganz einen Opa, wie ihn jedes Kind sich wünscht, als einen Felsen in der Brandung, Zufluchtsort für gebeutelte Seelchen. Denn Vitus (Teo Gheorghiu), Opas Enkelkind, ist anders als die anderen Knirpse, liest schon im Kindergarten den Brockhaus und spielt meisterhaft Klavier.

Von allen Seiten gefördert, wird er allerdings auch allseits gedrängelt. „Ich wäre gern anders“, seufzt er, als er zwölf ist. „Wie?“, fragt der Opa. „Einfach normal!“ Vitus denkt an Opas Hut und fasst einen Entschluss. Er täuscht einen Sturz von der Balkonbrüstung vor. Fortan soll ihn keiner mehr für besonders halten. Einzig Opa („ich bin stumm wie ein Stein!“) weiß, dass Vitus nach wie vor überschlau und ein ausgekochtes Schlitzohr ist. Vitus kehrt ans Klavier und auf die Bühne zurück. Doch ist es

nicht das Verdienst seiner Eltern und Lehrer. Es gab eine Zeit, lange ist sie her, da bastelte Vitus mit dem Großvater Flugmaschinen in der Werkstatt hinterm Haus. Sie mampften Spaghetti und träumten vom Fliegen. „Gib deinen Kindern Flügel!“, riet der Schriftsteller Khalil Gibran. Vitus' Opa, der namenlos zur Urgestalt anwächst in einem poetischen Film voll wunderschöner Musik und leiser Komik, verwandelt solche Worte in Taten.

Als hätte man sie ausgesagt, schlagen uns die Bilder in Chris Kraus' **Vier Minuten** (D 2006) entgegen. Wildgänse flattern über ein mit Stacheldraht umhülltes Gebäude, die Frauenhaftanstalt Luckau. Inmitten von Gewalt und Hoffnungslosigkeit erteilt seit sechzig Jahren die Pianistin Traude Krüger (Monica Bleibtreu) Klavierunterricht. Die junge Jenny von Loeben (Hannah Herzprung) ist ihre Meisterschülerin und soll an einem Wettbewerb für Nachwuchspianisten teilnehmen.

Doch die vermeintliche Mörderin handelt explosiv wie eine Handgranate, und Frau Krüger, als wäre sie ein eingerosteter Schraubstock, beharrt auf ihren Bedingungen: Von einem sechsjährigen Mädchen verlangt sie einen Knicks, von Jenny Manieren. Aufhören soll sie mit der „unerträglichen Negermusik“, den Jazzklängen, die an Krügers Nerven zerren. Denn die Alte ist selbst dünnhäutig wie die Schülerin, vernarbt herausgekrochen aus den Schrecken der Nazizeit, die ihr das Wichtigste raubte – eine Geliebte. Den Schmerz tarnt sie unter einem Mantel eherner Disziplin und Gefühllosigkeit, und Jenny, mit ihrem ungebremsten Willen, sich auszudrücken, rüttelt daran.

In der titelgebenden vierminütigen Abschlusssequenz, dem Wettbewerbsvorspiel, stürzt Jenny das artig begonnene Schubertsche Impromptu in eine hemmungslose Komposition von Annette Focks. Schweißgebadet hämmert sie auf den Flügel, betrommelt das Holz. Frau Krüger, atemlos, kippt den Empfangswein hinunter, als wäre er ein Betäubungsmittel. Das Publikum aber ist hingerissen, es rast und tobt. Die Meisterin protestiert ihrer Elewin zu, beide lä-

cheln sich an. Kraus hat seinen Film einer Gertrud Krüger gewidmet. Sie leitete die Wohngruppe, die er als Internatsschüler besuchte, und durch jene „strenge, preußische, unvorstellbar hemdsärmelige alte Dame“, so der Regisseur und Drehbuchautor, habe er zur Kunst gefunden. Wer also mag behaupten, die Muse küsse immer jung?

44 Jahre sind Fiona (Julie Christie) und Grant Anderson (Gordon Pinsent) verheiratet, nie waren sie länger als zehn Stunden getrennt. Doch dann stellt Fiona die Pfanne in den Kühlschrank und verläuft sich beim Langlauf in der Schneelandschaft. Winterzeit für eine Ehe in Sarah Polleys **An ihrer Seite** (Kanada 2006). Beherzt treibt Fiona ihre Aufnahme in ein Heim für an Alzheimer erkrankte Menschen voran. „Wir sollten nicht nach etwas suchen, was uns gefällt“, erklärt sie, „wir sollten versuchen, ein klein bisschen unsere Würde zu bewahren.“ Grant teilt Fionas Zuversicht nicht. Er leidet. „Ich werde gehen, aber ich werde nicht fort sein“, bringt sie ihre Krankheit auf den Punkt. Und unablässig fällt Schnee, als begrübe er alle Erinnerung. Nach drei Wochen erkennt Fiona Grant nicht mehr und hat sich in einen Heiminsassen verliebt.

Polleys Spielfilmdebüt *An ihrer Seite* heißt im Englischen treffender *Away from her* – Fort von ihr. Nicht Nähe und Vertrautheit schauen wir, sondern Zerfall und Entfremdung. Die Bilder verdichten sich, werden Zeichen, die uns auffordern, ihnen eine Bedeutung einzuschreiben. Wenn sich Fionas und Grants Loipenspuren in der Ferne verlieren, erzählen sie von Verlust. Und wenn Polley ganze Handlungsstränge ausschneidet, um sie unvermittelt wieder zusammenzusetzen, spiegeln diese Jumpcuts die Aussetzer in Fionas Gehirn.

„Im Vergessen liegt manchmal etwas Zaubenhaftes“, behauptet Fiona. In der Tat gelingt es



© Johann Mayr

Julie Christie, ihrer Figur Würde und Charme zu bewahren. Diesem Film entströmt eine leise Hoffnung: Die Bürde des Alters ängstigt. Vielleicht kann man sie tragen, bewusst und würdevoll.

Anders Warren Schmidt in **About Schmidt** von Alexander Payne (USA 2002). Jack Nicholson spielt den raubeinigen Firmenvorstand Warren Schmidt, der so unvermittelt in den Ruhestand plumpst, wie ein aus der Winterruhe gerissener Brummbär. Kurzfristig will er die Welt verbessern und übernimmt die Patenschaft für einen kenianischen Jungen, Ndugu.

Als Warrens Frau stirbt, empfindet er es wie eine Ungerechtigkeit. Doch ohne deren ordnende Hand müllt das Haus zu, und Warren denkt nach. Nie, bekennt er Ndugu, habe er die Frau gekannt, die 42 Jahre an seiner Seite atmete. Sein Leben erscheint ihm mit einem Mal merkwürdig mangelhaft, als dümpelte er immer schon im Ruhestand. Warren funktio-

niert wie die allgegenwärtig im Film tickenden Uhren. Schließlich bricht er auf. Seine Tochter will er vor „dem schrecklichen Fehler einer Heirat“ bewahren.

Doch die Reise zielt ins eigene Herz, und Warren zieht eine traurige Bilanz: Für seine Familie war er niemals da, wohl aber für einen unbekanntem Jungen. Ndugus Antwortbrief, jede Zeile tropft voll Dankbarkeit, rührt den versteinerten Mann zu Tränen. Noch braucht ihn jemand. Die Liste der verpassten Gelegenheiten ist gleichwohl groß.

Eine späte Erkenntnis muss nicht zu spät kommen. In David Lynchs **Eine wahre Geschichte – The straight story** (USA 1999) hält die Kamera lange auf ein Bündel trockener Zweige: „Alleine kann man sie brechen; zusammen sind sie stark“, erklärt der 73jährige Alvin Straight (Richard Farnsworth).

Seit einem Streit vor zehn Jahren hat er seinen Bruder Lyle nicht gesprochen. Doch Lyle erleidet einen Schlaganfall. Und Alvin, der keinen Führerschein besitzt, kauft einen Deutz-Aufsitzenmäher, ein altes Ding von 1966, und macht sich auf. Sechs Wochen zuckelt er 412 km von Laurens/Iowa nach Mount Zion/Wisconsin, über die Berge, den Mississippi. Er will sich mit dem Bruder versöhnen, und bei ihm – so ahnen wir – wird er sterben.

Lynch erzählt die Geschichte einer ungewöhnlichen, aber wahren Reise, als besäße er alle Zeit der Welt, und bleibt dabei doch geradlinig, straight, wie sein gleichnamiger Held. Jedes Bild sitzt, steht so lange, bis wir es verstanden und genossen haben, als wäre The straight story eher ein Gedicht als ein Roadmovie.

Sicherlich wirkt der Film mit dem Rasenmähertempo unter seinen hektischen Hollywoodbrüdern angestaubt wie ein Dino. Doch ist es eine Einladung, genau hinzuschauen, wie Slowfood im Fastfoodzeitalter. Denn es sind die Kleinigkeiten am Wegrand, die berühren und beredter von der Einsamkeit und Last des Alters erzählen als manche Worte: die unablässig kreisende Handbewegung eines Greises am Tresen zum Beispiel. Oder die Mähdrescher, die

durch die Kornfelder dampfen, als mahnten sie an das Ende aller Dinge.

Und über allem strahlt der Himmel! Gleich zu Beginn blicken wir ins funkelnde Sternenzelt. Grillen zirpen. Streicher setzen ein. Nichts geschieht, und doch ist uns, als hätten wir für einen Augenblick die Ewigkeit geschaut. Der aufwärtsgerichtete Blick ist wiederkehrendes Motiv, Bild der Sehnsucht und Alvins Lebensfazit gleichermaßen.

„Die Familie ist das Wichtigste!“, beharrt er und fügt hinzu: „Schau in den Himmel!“ Denn dort leuchten die Sterne. Sie erinnern ans Wesentliche. „Bist du den ganzen Weg bis hierher allein gefahren?“, fragt Lyle. „Ja“, antwortet Alvin. Sie blicken in die Nacht hinaus. Die Sterne funkeln. Mehr gibt es nicht zu sagen.

Auf der Bühne steht eine kleine weißhaarige Frau. Eileen Walker, 93 Jahre alt, schmeißt die Arme in die Luft und schmettert: „Should I stay or should I go?“ Sofort ist klar: In Stephen Walkers Dokumentation **Young@heart** (UK 2007) geht es ums Ganze. Eileen fragt nicht nach der Liebe. Sie fragt nach Leben und nach Tod.

1982 gründete Bob Climan den Young@heart-Chor, dessen Durchschnittsalter bei über siebzig liegt. Mit Oldies aus den 20er und 30er Jahren begannen sie. Heute tourt der Chor mit Klassikern aus Rock, Soul, Funk und Pop durch die USA und Europa. Und es singen keine Senioren, deren Gelenke wie geschmiert laufen. Fred Knittle interpretiert nach einem Schlaganfall und fünf Bypassen Coldplays „Fix you“, während neben ihm der Sauerstoffapparat klackert. Der 75jährige Stan Goldman leidet an Wirbelsäulenstenose. Mit der 83jährigen Urgroßmutter Dora Morrow singt er ein Duett und schraubt sich ächzend aus dem Klapstuhl.

Der Chor tritt im Gefängnis auf und ehrt ein am Vormittag verstorbene Mitglied mit „May your heart stay forever young.“ Tränen kullern. Die rauen Kerle reiben sich die Augen. Als ein weiterer Sänger stirbt, sind sich die anderen einig: Beide hätten gewollt, dass sie weitermachen. Denn eins ist sicher, schmunzelt Fred Knittle: „Wir verlassen dieses Leben nicht lebend!“

Als eine alte Dame wegen verschiedener Beschwerden den Arzt zu sich rief, meinte dieser: „Ich kann Sie leider nicht jünger machen.“ „Ich will ja auch nur älter werden.“

Walker lässt den Figuren Raum, hält sich zurück und verschweigt doch nicht die eigene Betroffenheit: „Kann ich jetzt noch weiterfilmen?“ Die Entschlossenheit der Alten aber steckt an. Walker bringt den Film zum Ende. Und so dürfen auch wir an der Lebendigkeit der Alten teilhaben. Denn *Young@heart*, im Herzen jung, ist eine Ode an das Leben, ein Dennoch, das den Schmerz nicht übertüncht, sondern ihn in ein Lied verwandelt. *Young@heart* ist Eileen Walker gewidmet. Sie starb nach den Konzerten. Wir erfahren es im Abspann.

„Wir mussten uns von dem Gefühl freimachen“, erzählt die 80jährige Ursula Cain, „was werden die Leute sagen, wenn sie uns Alte auf der Bühne sehen?“ Ursula Cain (*1927), Christa Franze (*1927), Siegfried Prölß (*1934) und Horst Dittmann (*1943) waren einmal Tänzer der Leipziger Oper. Die Karrieren im klassischen Ballett enden früh. Für ihr Tanztheaterstück „Zeit – Tanzen seit 1927“ holte die Choreografin Heike Hennig die vier auf die Bühne zurück. Trevor Peters schuf daraus **Tanz mit der Zeit** (D 2007), einen Dokumentarfilm, der von der Schönheit des Alters erzählt.

Ursprünglich hatte Hennig bei ihrer Choreografie an etwas Düsteres gedacht. Herzschrittmachertöne im Hintergrund vielleicht? Schließlich kennzeichnen die geschichtlichen Eckpfeiler dieser Lebensläufe Umbrüche allesamt, Krieg, DDR, Wende. Und Hennigs Darsteller sind alt, achtzigjährig bisweilen. In Nahaufnahme sehen wir die Krampfadern, die gichtgekrümmte Hand, fast meinen wir, autsch!, selbst den Schmerz zu spüren.

Doch trotz der Besuche beim Orthopäden und den Pillen fürs Knie, stellen sich die Vier den Herausforderungen ihres Lebens, auch je-

nen letzten, die das Alter bringt. Und so perlen nun Klavierläufe, begleiten diesen Tanz mit der Zeit wie ein sprudelndes Bächlein, das sich zu versiegen weigert. Wir staunen. Solche Schönheit erwächst vielleicht nur dem Alter.

Tanzend erzählen die vier ihr Leben. Sich bewegend, bewegen sie uns. Denn die Botschaft dieses Films, wie auch die der anderen Filme, klingt so einfach wie sie schwer ist: Wir alle leben. Bis zuletzt. Und sollen lebendig sein. Zeit-lebens.

Man sagt immer: „Meine Damen und Herren, liebe Freunde“, ich würde gern zur Begrüßung sagen: „Meine lieben Sterblichen!“ nicht wahr. Das muss nicht traurig sein, das muss auch nicht bitter sein, und gar nicht aggressiv, um Gottes willen! Aber es muss doch dahin führen, dass man sagt: „Soll’n wir uns mal wieder klar darüber werden, dass wir alle, wie wir hier sitzen, hundertfünfzig Leute, eines Tages alt sind, älter werden, schwächer werden, kleiner werden und dann nicht mehr da sind.“ Das sollten wir wissen, und das sollte uns vielleicht auch freundlich und sogar heiter stimmen.

Hanns Dieter Hüsch

(aus: Martin Buchholz: Was machen wir hinterher? Brendow Verlag, Moers 2000)

Doreen Heinemeyer

Kino für Senioren – geht das?

Mein Name ist Doreen Heinemeyer. Ich bin 37 Jahre jung und begeisterter Filmfan. Ich habe mein Hobby zum Beruf gemacht und leite seit 1999 das Cinestar in Meißen. Vielen ist das Kino unter dem Namen Filmbühne bekannt. Angefangen hat meine Kinokarriere in Zittau. Dort habe ich viel über den Film und über die Kinowirtschaft gelernt. Kino – das ist ein Wirtschaftszweig geworden, seit man damit viel Geld verdienen muss. Leider leidet die Qualität der Filme darunter. Aber das muss man wohl in Kauf nehmen. Hauptsache, wir schreiben schwarze Zahlen. Lange Zeit habe ich auch so gedacht. Seit ein paar Jahren sehe ich das etwas anders. Mit Filmen kann man unheimlich viel ausdrücken.

Leidenschaft, Emotionen, Trauer, Freude und auch Wissenswertes kann man vermitteln. Einen Film anzuschauen, muss mehr sein, als nur sich zu unterhalten. Er muss einen berühren. Egal, was für Gefühle er in einem auszulösen vermag, zu fühlen ist wichtig. Gerade in unserer schnellen und kalten Zeit.

Menschen reden kaum noch miteinander. In vielen Familien gibt es Streit. Es ist heute nicht mehr wichtig zu wissen, was der andere denkt und wie er fühlt. Was zählt, ist Leistung und dass man keine Schwäche zeigt. Stark sein. Augen zu und durch.

Auch in einem Kinobetrieb bleibt man davon nicht verschont. Leistung wird nur an Zahlen

gemessen. Ob ein Kino gut funktioniert, hängt nicht davon ab, ob die Menschen, die es besuchen, glücklich und zufrieden nach Hause gehen, sondern davon, ob die Zahlen stimmen.

In Meißen ist das nicht leicht. Die große Konkurrenz ist Dresden. Als mir immer wieder gesagt wurde, die Stadt sei zu alt, und „alte“ Leute gingen nicht ins Kino, wollte ich das nicht glauben. Der tägliche Besuch der Meißener bei anspruchsvollen Filmen, wie zum Beispiel „Das Parfüm“, zeigte mir, dass da sehr wohl Interesse vorhanden ist. Also machten wir uns Gedanken und haben ein Konzept entworfen, das heute erfolgreich unter dem Namen „Seniorenkino“ läuft.

Eine tolle Idee!

Ein glücklicher Zufall hat mir vor nunmehr drei Jahren geholfen. Ich habe bei der Adventsverlosung auf dem Meißener Weihnachtsmarkt eine Privatvorstellung für das Cinestar Meißen verschenkt. Die Gewinnerin wollte allerdings das Kino nicht nur für sich nutzen und hat den Preis der evangelischen Kirchgemeinde in Meißen geschenkt. Was für eine Idee! Im Mai lud die Kirche dann fast 200 Seniorinnen und Senioren ins Kino ein. Gezeigt wurde der Film „Wie im Himmel“.

Und das war dann auch die Geburtsstunde des „Seniorenkinos“ in Meißen. Seither wird einmal im Monat an einem Mittwoch um 14:45 Uhr ein Film speziell für unser anspruchsvolles Publikum gezeigt. Ab 14 Uhr bekommen unsere Besucherinnen und Besucher Kaffee und Kuchen serviert und können sich in geselliger Runde auf den Film einstellen. Filme wie „La Bohème“, „Besser geht's nicht“, „Das Leben der Anderen“ und „An ihrer Seite“ gehören genau-

„Das Leben ist wie eine Pralinschachtel. Man weiß nie, was man als nächstes bekommt.“

(Zitat aus Forrest Gump)

so auf den Spielplan wie Klassiker. Manchmal geht man lachend aus dem Kino, manchmal nachdenklich. Doch immer hat man ein tolles Kinoerlebnis gehabt, das das Leben etwas verschönern konnte – und wenn es auch nur für ein paar Stunden ist. Es ist ein Treffpunkt geworden. Menschen, die sich sonst wahrscheinlich nicht in ein modernes Kino getraut hätten, finden den Weg genauso wie Cineasten. Menschen, die einsam sind, bekommen die Möglichkeit, sich auszutauschen oder einfach nur der Einsamkeit zu entfliehen und in eine Fantasiewelt einzutauchen.

Für mich ist das „Seniorenkino“ eine meiner liebsten Veranstaltungen geworden. Man kommt ins Gespräch, man bekommt ganz viel zurück. Es ist kein anonymes Erlebnis, wie das Tagesgeschäft. Also werden wir vom Cinestar Meißen alles Mögliche tun, um diese Reihe am Leben zu erhalten.

Auch in diesem Jahr haben wir wieder besondere Filme ausgesucht. So zeigten wir im Februar den Film „Hachiko“ mit Richard Gere, und im März „Vision – Hildegard von Bingen“. Vielleicht sehen wir uns ja mal ...

**Wir seh'n mit Grausen ringsherum:
Die Leute werden alt und dumm.
Nur wir allein im weiten Kreise,
wir bleiben jung und werden weise.**

Eugen Roth

(aus: Ernst und heiter. dtv, München)

Roswitha Kottnik

Zwischen Wellness/ Reisen und Pflegeheim/ Demenz – Altenhilfe- strukturen im Wandel

Roswitha Kottnik, gebürtige Berlinerin; nach Studium der Theologie in Berlin und Hamburg Vikariat in Stuttgart, dort tätig als württembergische Pfarrerin; verheiratet, zwei erwachsene Kinder; mehrere Jahre als Religionslehrerin an Stuttgarter Schulen tätig; danach viele Jahre Pfarrerin im Wohnstift Augustinum in Stuttgart; seit 1993: in Stuttgart als Referentin im Diakonischen Werk der EKD zuständig für den Aufbau der ambulanten und stationären Hospizarbeit; seit dem Teilumzug des Diakonischen Werks nach Berlin: dort als Referentin im Zentrum Gesundheit, Rehabilitation und Pflege zuständig für das Arbeitsfeld „Ältere Menschen“; Reichensteiner Weg 24, 14195 Berlin.

Mit seinem Buch „Leben und sterben, wo ich hingehöre“⁽¹⁾ hat Klaus Dörner eines der erfolgreichsten Bücher zum Thema alt- und pflegebedürftig werden geschrieben. Als er das Buch schrieb, war er selbst 73 Jahre alt. Erfahrungen, Hoffnungen und Träume, wie alt gewordenes, auch pflegebedürftig werdendes Leben gelingen kann, sind da eingeflossen.

Wie kann oder muss ein Gemeinwesen gestaltet sein, damit sich jeder dort zuhause fühlen kann? Es wird wohl nicht anders gehen, als dass jeder seinen Beitrag dazu leistet, die Jungen, die jungen Alten, die alten Alten.

Grenzen verschwimmen

Das zeigt schon, dass es „das Alter“ als klar definierten Lebensabschnitt nicht mehr gibt. Rentenalter, Altersgrenze – solche Begriffe sagen etwas über äußere Zuordnungen aus, aber nichts über die Menschen, die in solchen Kategorien erfasst werden. Sie sagen weder etwas über ihre Befindlichkeit noch über ihre Lebensgestaltung und ihren Lebensstil aus. Herkömmliche Biografiemodelle „Kinderzeit – Jugendzeit

– Erwachsensein, Familie haben und/oder im Beruf stehen – Alter“ entsprechen nicht mehr einem solchen Wirklichkeitsmodell. Grenzen verschwimmen. Die Moderne mit ihrer zunehmenden Pluralisierung und Individualisierung von Lebensentwürfen hat auch die Definition von dem, was unter Altsein zu verstehen ist, verändert.

Die Grenze zwischen alt sein und nicht alt sein hat sich in den letzten 35 Jahren um 10 bis 15 Jahre verschoben. Das gilt für die äußere Physiognomie, und es gilt auch für den nachgewiesenen besseren Gesundheitszustand und die zunehmende Erhöhung des Lebensalters. Während vor 150 Jahren Mädchen eine Lebenserwartung von 45 Jahren und Jungen von 38 Jahren hatten, sind es heute 82 bzw. 75 Jahre, mit zunehmender Tendenz.²⁾

Alter wird heute hochdifferenziert betrachtet. Wir reden vom dritten und vierten Lebensalter. Diese Entwicklung ist Chance und Herausforderung zugleich. Es ist eine Chance, die Begabungen und die vorhandenen Ressourcen des dritten Lebensalters zu nutzen, Neues auszuprobieren und für sich selbst neue Lebensqualität zu gewinnen.

Es ist aber auch eine Herausforderung, nach dem Sinn des Lebens zu fragen, wofür es sich zu leben lohnt und sinnstiftende Erfahrungen zu machen. Ob Wellness und Reisen sinnstiftende Wirksamkeit haben, wird vermutlich von jedem unterschiedlich beantwortet. Es gibt da sicher

auch Nachholbedarf. Sich anderen Kulturen, anderen Landschaften zu öffnen, bereichert das eigene Leben.

Für andere da sein

Die Zunahme bürgerschaftlich engagierter Älterer zeigt aber, dass es genauso zum Wohlbe- finden des Menschen gehört, für andere da zu sein, die Hilfe brauchen. Die Engagementquote der 40- bis 85-Jährigen ist zwischen 1996 und 2002 von 16 Prozent auf fast 19 Prozent gestiegen.³⁾ Ältere engagieren sich sowohl innerfamiliär als auch nachbarschaftlich in Vereinen und in Kirchengemeinden.

„In den letzten Jahren zeigen immer mehr Studien positive Effekte von individuellem und informellem Hilfeleisten ... auf das Wohlergehen vor allem älterer Menschen. Ähnlich wie bei den Befunden zu formeller Hilfe fand man, dass individuelle Unterstützung mit erhöhtem Wohlbefinden, Lebensqualität, Kontrolleinschätzungen und verminderten depressiven Symptomen zusammenhängt.“⁴⁾

Diese Ergebnisse sind eine Herausforderung an die Altenarbeit in der Kirche. Hier ist ein weitgehend ungenutztes Potenzial. In einem von der EAfA (Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Altenarbeit in der EKD) veröffentlichten Flyer zur Selbstorganisation Älterer heißt es: „Wer heute aus Altersgründen aus dem Arbeitsleben ausscheidet, verfügt über ein unschätzbares Erfahrungswissen, ist in der Regel geistig

Was ist ein Mensch wert? Viele sagen: soviel wie er leistet, wie er der Gesellschaft nutzt. Was aber, wenn du älter wirst und nicht mehr nützlich bist? Wenn dein Beruf, dein Können, deine Erfahrung nicht mehr gefragt sind? Was ist mit einem Kind, das geboren werden und leben will, aber nicht erwünscht, das un- bequem ist? Oder mit einem Kranken, der zur Last fällt? Wohin damit?

Lothar Zenetti

und körperlich fit und hat eine längere Lebensphase vor sich, die es zu gestalten gilt. Viele haben deshalb das Bedürfnis, die gewonnene Lebenszeit mit einer sinnstiftenden Aufgabe zu füllen und möchten aktiv am Leben in ihren Wohnquartieren teilnehmen.“⁵⁾

Dabei ist jedoch zu beachten, dass sich Ältere nicht voraussetzungslos engagieren. Die neue Generation älterer und alter Menschen ist selbstbewusster als frühere Generationen. Sie wissen, was sie wollen, sie haben berufliche Qualifikationen und das eigene Leben in hohem Maß selbst gestaltet. Diese Erfahrung bringen sie mit hinein ins Altwerden und wollen über Art und Umfang ihres Engagements selbst entscheiden und die Zielrichtung bestimmen.

Die Studie des Sozialwissenschaftlichen Instituts der EKD „Die Evangelische Kirche und die älteren Menschen“ stellt allerdings fest, dass diese selbstbewussten Alten es in ihrer Kirche oft nicht leicht haben.⁶⁾ Die Pastorinnen und Pastoren nehmen wahr, dass es die fitten Alten nicht unbedingt in Richtung Kirche zieht, sondern eher hin zu anderen attraktiven Angeboten. Sie sind selbst der Meinung, dass die bestehenden kirchlichen Angebote für diese Älteren nicht sonderlich attraktiv sind.

Ein Balanceakt

Fragt man die Pastorinnen und Pastoren nach Potenzialen von Seniorinnen und Senioren und ihrem möglichen Engagement für die kirchengemeindliche Arbeit, so geht es ihnen mehr darum, welche Angebote die Kirche Älteren machen kann als darum, wie diese ihre Fähigkeiten besser in die Kirchengemeinde einbringen können. Im Blick auf die eigene kirchliche Praxis zeigt die Studie, dass die fitten Alten weniger in den Blick kommen. So sinnvoll eine Orientierung der Arbeit an den alten Menschen ist, die auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind, weist die Studie auch auf Defizite hin:

**Das ist das beste Vermächtnis,
das mir Natur gereicht:
Ich habe ein gutes Gedächtnis,
denn ... ich vergesse leicht.**

Oskar Blumenthal

„Auf der anderen Seite wird aber so ein breites und noch wachsendes Feld, in dem sich gesellschaftliche Leitvorstellungen von Autonomie und Aktivität bis ins hohe Alter hinein ausbreiten, aus dem Blick verloren und nicht um seine Deutung aus der Sicht der Kirche gekämpft. Selbst die auf der Hand liegende Integrationsvorstellung: dass man die fitten Alten gewinnen müsse, um wirkliche Solidarität mit allen üben zu können – wird selten formuliert. Man richtet sich in der Option für die Armen ein – obwohl man sich selbst dort nicht wohl fühlt“ (S.14).

Es geht also um einen Balanceakt. Wie gelingt es, die Zeitspanne des jungen, fitten Alters, des so genannten dritten Lebensalters mit dem vierten Lebensalter zusammenzubringen? Das vierte Lebensalter stellt eine ganz neue Herausforderung an unsere Gesellschaft dar. Wie gehen wir mit Pflegebedürftigkeit, mit Demenz, mit schwindenden Kräften um? Sehr realistisch formuliert der Altersforscher *Paul Baltes*⁷⁾:

„Es gelingt uns zwar, länger zu leben, der Rest des menschlichen Systems hinkt jedoch hinterher, und zwar mit zunehmender Diskrepanz. Das hohe Alter ist also die große Unsicherheitskomponente der Zukunft, denn es leidet an einer tief sitzenden und nur schwer zu korrigierenden biokulturellen Konstruktionsschwäche ... Im hohen Alter ist die einst so reichlich fließende Quelle des menschlichen Entwicklungspotenzials kaum noch sichtbar“ (S. 30).

Hier liegt die große Zukunftsaufgabe für unsere Kirche und ihre Diakonie. Wie kann es gelingen, jungen Alten mit ihren Begabungen und ihrer Lebenserfahrung eine kreative Plattform in unseren Räumen, aber auch in unseren Kon-

zepten und Planungen zu geben? Nehmen wir sie als Bereicherung wahr, oder lassen wir sie lieber abwandern, weil sie nicht in unsere bisherigen Denkmuster und Gemeindeaktivitäten passen?

Wie können wir vermitteln, dass es Grenzen gibt, dass ein Leben mit Einschränkung, Krankheit, Sterben und Tod ein von Gott geliebtes Leben ist und wir für dies Leben Sorge zu tragen haben? Anti-Aging-Programme tragen keinen Lebenssinn in sich und sind irgendwann lächerlich. Wird es uns als Kirche und Diakonie gelingen, die Herausforderungen des dritten und vierten Lebensalters anzunehmen und Handlungskonzepte zu entwickeln? Wir erproben zurzeit vieles in gemeinwesenorientierten Wohn- und Lebensprojekten, in neuen Formen des Zusammenlebens und füreinander Sorgens. Selten waren dabei Kirche und Diakonie so aufeinander angewiesen wie heute.

Verwendete Literatur und Tipps zum Weiterlesen:

¹⁾ Klaus Dörner: *Leben und Sterben, wo ich hingehöre – Dritter Sozialraum und neues Hilfesystem*, Neumünster 2007

²⁾ Laut Statistisches Bundesamt, www.destatis.de

³⁾ Clemens Tesch-Römer u.a. (Hrsg.): *Altwerden in Deutschland*, Wiesbaden 2006

⁴⁾ Lisa Marie Warner: „Wer anderen hilft, der hilft auch sich selbst“ – Wie Helfen Zufriedenheit und Gesundheit fördern kann, in: Informationsdienst Altersfragen, Heft 06 November/Dezember 2009, Berlin

⁵⁾ Evangelische Arbeitsgemeinschaft für Altenarbeit in der EKD (EAfA): *Selbst organisierte Altenarbeit in der Kirchengemeinde*, Hannover 2009

⁶⁾ Sozialwissenschaftliches Institut der EKD: *Die Evangelische Kirche und die älteren Menschen – Ergebnisse einer Studie über die Altersbilder von Pastorinnen und Pastoren in Deutschland*, Hannover 2009

⁷⁾ Paul B. Baltes: „Alter(n) als Balanceakt: Im Schnittpunkt von Fortschritt und Würde“, in: *Peter Grufß (Hrsg.): Die Zukunft des Alterns*, München 2007

Bernd Oehler

Das UHU-Frühstück

Pfarrer Bernd Oehler, 49, verheiratet, vier Kinder, seit zehn Jahren in Meißen St. Afra, III. Pfarrstelle: besondere Zuständigkeiten: Schulen, Seelsorge, Soziales, Kinder- und Jugendarbeit, Stadtgemeinde und zugehörige (24) Dörfer.

Kennen Sie die Unterteilung „BIVI“ und „UHU“? Nachdem für die Menschen „BIVierzig“ unser „Kindertreff“ im Mai 2004 baulich abgeschlossen war, starteten wir im September dieses Jahres mit einer Einladungsaktion und einem angehängten Rundruf unser „Vorruheständlerfrühstück“.

In zwei Richtungen sollte die Initiative gehen: Einmal sollten Menschen angesprochen werden, die sich möglicherweise nach dem erreichten Ruhestand auf dem Abstellgleis wiederfinden. Für sie wollten wir ein Gesprächsforum mit niederschwelligem Einstieg schaffen, um Kontakte untereinander und zur Gemeinde zu knüpfen. Zum anderen wollten wir diese Gruppe auf die vielfältigen Aufgabenbereiche der Gemeinde ansprechen, in denen immer wieder Ehrenamtliche gefragt sind.

Niederschwelliger Einstieg

Gedacht – getan: 450 jüngere Seniorinnen und Senioren wurden von der Verwaltungsmitarbeiterin aus der Gemeindedatenbank erhoben, ein Anschreiben wurde in Sozialausschuss und Kirchenvorstand beraten und auf den Verteilweg gebracht. Dazu gab es einen Artikel in den Kirchennachrichten, der über die wenig wahrgenommene Gruppe der Vorruheständler nachdachte und auf den Brief an die Vorruheständler aufmerksam machte.

Das Anschreiben selbst war kurz gehalten und lud zum Frühstück von 9 bis 11 Uhr in einen unserer Gemeindesäle ein: zu Gespräch, zum näheren Kennenlernen der fünf Jahre davor zusammengelegten Gemeinde, zu Kontakten, zur Ideensammlung und zur Vorstellung von Gemeindeaktivitäten. Thematisch war der Satz

die Feier des sonntäglichen Gottesdienstes; den Wandel von der Mündigentaufe zur Säuglings- taufe u.a. In seinen „Anmerkungen zur heu- tigen Taufpraxis“ spricht sich Krabbe für eine „Aufwertung der Heiligen Taufe“ aus und für einen „eigenständigen Ritus der Kleinkinder- Segnung“.

Im Lauf der Zeit hat sich die Christenheit „vom Hochfest der Kyrios-Nacht“ entfernt. Doch wenn der Kirche im Lauf ihrer Geschich- te etwas verloren geht, kann sie es auch wieder- entdecken. Und das ist geschehen ...

Krabbe berichtet von der „Erneuerung der Osternacht“: in der römisch-katholischen Kir- che, in der Michaelsbruderschaft, in Taizé. Er zitiert verschiedene Liturgien, Gestaltungen einer Osternachtfeier und nennt „drei verschie- dene Grundtypen der Kyrios-Nachtfeier“: 1. die aus urchristlicher Zeit stammende Form; 2. die verkürzte Form der Feier in den Abend- und Nachtstunden des Karsamstags; 3. die verkürzte Form in den frühen Morgenstunden des Oster- sonntags. Die Möglichkeit von „ökumenischen Osternachtfeiern“ wird – mit Blick auf „Rom“ – eher skeptisch beurteilt.

Krabbe will „das Erbe der urchristlichen Kyrios-Nacht“ wach halten. Es gilt, der alten Osternacht-Tradition folgend, „die Gegenwart Christi in Wort, Taufe und Mahl zu feiern“, auch den Zusammenhang von Tauffeier und Eucharistiefeier deutlich zu machen.

Im Kirchenjahr sollte die Feier der Kyrios- Nacht das Herzstück sein. Inzwischen ist „die Tradition der Osternacht ... in vielen ... evangeli- schen und katholischen Gemeinden ,angekom- men“, wie Krabbe feststellt. Sie feiern – ihren theologischen Vorstellungen und lokalen Gege- benheiten entsprechend – „ihre“ Osternacht.

Hans-Gerd Krabbe hat eine interessante, lehrreiche Untersuchung vorgelegt: ein „Kom- pendium ... mit grundlegenden theologischen Inhalten“, das ohne theologischen Fach-Jargon auskommt und von allen genutzt werden kann, die an theologischen Themen und an der Fra- ge des christlichen Gottesdienstes interessiert sind. Das Buch informiert gut und gründlich und regt mit praktischen Hinweisen dazu an, die Tradition der Osternacht in der Kirche und in der eigenen Gemeinde zu fördern.

Walter Herrenbrück

Vorschau auf Heft 3/2010:

Von Fest zu Fest – feste feiern

Aus dem Inhalt:

<i>Arnd Bäucker:</i>	Die Feste fallen, wie wir sie feiern
<i>Annegret Puttkammer:</i>	Meine Meinung
<i>Harald Schröter-Wittke:</i>	Gott als Liebhaber des Lebens
<i>Stephan Zeipelt:</i>	Hinauf auf's Fest – Wallfahrtspsalmen
<i>Detlef Puttkammer:</i>	Gemeinde bei Gelegenheit – Feuerwehrfest
<i>Angela Schwarz:</i>	Churchnight: Was? Wie? Wo? Warum?
<i>Wolfhart Koeppe:</i>	Urlaub als Kasus
<i>Hermann Brünjes:</i>	Ein Liebesbrief von Gott am Valentinstag
<i>Uwe Haubold:</i>	Unter einem anderen Stern: Musical im Autohaus
<i>Maren Wejwer:</i>	„Brenne auf, mein Licht“ – das Martinsfest
<i>Dagmar Petrick:</i>	Babettes Fest
<i>Beate Weingardt:</i>	Studienbrief S 55: Segen