

# WER ALT WERDEN WILL, DARF KEIN FEIGLING SEIN!

Diesen Artikel haben wir aus dem Buch „Seniorenarbeit – aber wie? Alles für den schnellen Start“ von Eberhard Platte und Erhardt Riedesel (Hrsg.) entnommen. Wir drucken S. 9-12 mit freundlicher Genehmigung der Christlichen Verlagsgesellschaft Dillenburg (CVD) ab. Die Redaktion

*Samuel Moser, Schweiz*

CHANCEN DES ALTERS NUTZEN

SPÄTE FREIHEIT ENTDECKEN

Das Altwerden bringt Lust und Last, Befreiung und Bürde, Loslassen und neues Beginnen. Das ist wahrhaftig nichts für Feiglinge. Es ist wie das Leben selbst – herausfordernd und lebensgefährlich.

Der beliebte Schauspieler und Entertainer Joachim Fuchsberger schreibt in seinem Buch „Älterwerden ist nichts für Feiglinge“: „Ich denke, es ist an der Zeit, dass sich die Alten die faltige Haut nicht länger über die Ohren ziehen lassen. Hören wir auf, im stillen Kämmerlein oder vor der Glotze auf die Schwätzer aus den Amtsstuben zu hören, lassen wir uns keine Angst mehr einjagen von den Neunmalklugen, wo immer sie sitzen.“ Fuchsberger will den Altersgenossen Mut machen, mit dem unvermeidlichen Vorgang des Altwerdens locker umzugehen. Das Buch ist voller Lebenserinnerungen. Der Autor zieht das Fazit: „Benehmen wir uns nicht wie alt gewordene Junge, sondern wie jung gebliebene Alte.“

Wir alle möchten möglichst lange leben, aber ohne dabei alt zu werden. Deshalb suchen wir ermutigende Zeugnisse aus Philosophie, Literatur und Kunst. Sie sollen die „Lust aufs Alter“ wecken und uns zeigen, dass das Alter durchaus seine Chancen hat. So übernahm Michelangelo mit 71 Jahren die Bauleitung des Petersdoms, mit 73 schrieb der Philosoph Immanuel Kant die „Metaphysik der Sitten“, mit 80 vollendete Giuseppe Verdi seine Oper „Falstaff“, ebenfalls mit 80 Jahren Johann Wolfgang von Goethe seinen „Faust II“; und mit 99 zeugte Abraham seinen Sohn Isaak.

Eine Hundertjährige wurde gefragt, was sie aus ihrem Leben gemacht habe. Ihre Antwort: „Das kann ich nicht sagen, ich arbeite immer noch daran.“ Wer heute 60 ist, kann davon ausgehen, über 80 Jahre alt zu werden. Das bedeutet, dass wir länger, weit über das Erwerbsleben hinaus, arbeitsfähig sind.

In der Jugend mussten wir tun, was Eltern und Lehrer uns hießen. Als Erwachsene mussten wir machen, was die Chefs von uns verlangten oder die Familie von uns forderte. Die Arbeit gab uns Essen auf den Tisch, ein Dach über dem Kopf, Geld, um die Rechnungen zu bezahlen und den gewünschten Lebensstil zu pflegen, aber auch das wundersame Gefühl, etwas zu leisten. Im Rentenalter sind wir nun endlich unsere eigenen Chefs.

Die Terminhoheit über die Agenda liegt bei uns. Aus freiem Ermessen können wir Ja oder Nein sagen. Das ist so etwas wie späte, aber wohlverdiente Freiheit, die wir genießen dürfen – ohne dabei ein schlechtes Gewissen zu haben! Wir müssen nicht mehr, wir dürfen und können. Wir dürfen auch mal etwas sein lassen und Gelassenheit entwickeln, denn einmal werden wir nicht nur dieses und jenes lassen müssen, sondern das irdische Leben selbst.



#### EINEN BAUM WACHSEN SEHEN

Als Generalfeldmarschall Helmuth Karl Bernhard von Moltke in den Ruhestand trat, wurde er gefragt, was er nun zu tun gedenke. „Ich möchte endlich wieder einen Baum wachsen sehen“, war seine prompte Antwort. Im Erwerbsleben lebten wir nach vorn; im Rentenalter ist die Tiefe an der Reihe. Es geht darum, im Weniger das Mehr zu finden. Nicht nur beim Genießen des Sonnenuntergangs oder beim Lauschen auf den Gesang der Amsel, sondern auch beim Erzählen, Singen oder Spielen mit den Enkelkindern. Da lässt sich möglicherweise einiges gutmachen, das wir an den eigenen Kindern sträflich versäumt haben. Es liegt weitgehend an unserem Denken und Wollen, ob wir das dritte Lebensalter als Belle Epoque oder als „unheilbare Krankheit“ erleben. Das wusste auch die Krimi-Autorin Agatha Christie, die meinte: „Je älter ich werde, desto interessanter werde ich für meinen Mann.“ Was nicht verwunderte, denn ihr Mann war Archäologe.

#### NICHT NUR AUF DER TRIBÜNE SITZEN

Wir Alten wollen nicht nur auf der Tribüne sitzen und uns am Tun der andern amüsieren. Wir möchten uns weiterhin verausgaben – aber vielleicht in einem gemächlicheren Tempo. Wir wollen weiterhin aktiv und wachstumsorientiert leben. Die Einigelung in die eigenen vier Wände wirkt lebensverkürzend. Wenn der Gang in den Garten der einzige Ausgang ist, ist das zu wenig. Solange Blut in unseren Adern fließt, gibt es Beziehungen zu pflegen, Reisen zu unternehmen, zu lesen und sich weiter zu bilden. Nur wer nicht mehr neugierig ist und das Lernen aufgegeben hat, ist alt. Die Generation 60plus gilt im Allgemeinen als wohlhabend. Mit Udo Jürgens können viele sagen: „Ich habe alles, aber ich habe es leider nicht mehr lange.“ Noch zu Lebzeiten „mit warmen Händen“ mit andern zu teilen, macht bekanntlich glücklich. Ohne großzügige Spenden könnten christliche Gemeinden, Missions- und Hilfswerke ihren Auftrag kaum erfüllen. Viele Rentner sehen ihre Chance in der

Freiwilligenarbeit. Sie wollen etwas tun, was zu ihrem Lebensentwurf passt. Sie spenden Zeit, und indem sie etwas für andere tun, tun sie auch etwas für sich.

#### VERSÖHNT LEBEN – IN WÜRDE STERBEN

In jedem menschlichen Leben gibt es verpasste Gelegenheiten, vertane Zeit, verletzende Worte. Unser Lebensrad lässt sich nicht zurückdrehen. Ein Weiser empfiehlt: „Vergieße keine Tränen über die fleckigen Seiten der Vergangenheit. Stattdessen blättere um und freue dich über die schönen weißen Seiten, die dir noch bleiben.“ Sterben ist ein lebenslanger Prozess; er beginnt bereits bei der Geburt. Unsere Zeit liegt in den Händen eines Höheren. Leichter stirbt, wer weiß, dass mit Tod und Grab nicht alles aus ist – vorausgesetzt, dass wir unser Leben vor Gott und Menschen in Ordnung gebracht haben und als Versöhnte die letzte Wegstrecke gehen können. Das Sinnen über Auferstehung und Ewigkeit prägt den alternden Gläubigen und macht ihn zur Respektsperson, denn er steht nahe bei Gott. ☛