

# Existenzielle Fragen an das Leben im fortgeschrittenem Alter

Vortrag im Rahmen der Ringvorlesung der CAU „Alter, Gesundheit und aktiver Lebensstil“ am 25.01.10  
– Dirk Große, Theologe und Pastor in Altenholz

## Vorbemerkung

Mit dem heutigen Vortrag betrachten wir das Thema dieser Ringvorlesung „Alter, Gesundheit und Lebensstil“ aus einer ganz anderen Perspektive.

Als Seelsorger erlebe ich täglich, wie in der Begegnung mit Menschen, deren berufliche Phase zu Ende geht oder bereits zu Ende gegangen ist, existenzielle Fragen bewusst oder unbewusst, offen oder verdeckt berührt bzw. angesprochen werden.

Ich möchte Ihnen einige erlebte Fälle erzählen, aus denen diese existentiellen Fragen herausklingen.

Ich verzichte dabei auf Power Point. Ich erzähle Ihnen einfach aus dem Leben und vertraue darauf, dass das „Leben“ der anschaulichste und aufschlussreichste Erzähler ist.

## Der erste Lebensblick (Krankheit)

Herr P. ist seit drei Jahren in Rente. Er war über Jahrzehnte als Abteilungsleiter in einem größeren Unternehmen tätig. Er hat keine Probleme mit seinem Ruhestand. Er ist Mitglied eines Literaturkreises, unternimmt Kulturreisen und geht nun als Ruheständler vermehrt seinem Hobby nach: er rudert. Im Sommer zweimal in der Woche. Herr P. raucht nicht. Er trinkt gerne ein Glas Wein, aber in Maßen. Er ernährt sich relativ gesund. Zusammenfassend könnte man sagen: Er treibt Sport und hält sich durch anspruchsvolle Lektüre geistig fit.

Er erfüllt augenscheinlich all das, worauf Herr Janssen in seinem ersten Vortrag und Herr Rieckert im zweiten an guten Voraussetzungen für einen gesunden Lebensstil im Alter hingewiesen haben.

Und nun kommt es: als Herr P. zu einem Grundscheck bei seinem Arzt ist, stellt dieser in einem Belastungs-EKG fest, dass sein Herz nicht ganz in Ordnung ist.

Ein Kardiologe stellt die Verengung der Herzkranzgefäße fest und rät dringend zu einer Bypass-OP.

Ich begegne Herrn P. wenige Tage nach dieser für ihn unerwarteten Diagnose. Ich weiß nichts über dessen Gesundheitszustand, aber ich erlebe Herrn P. anders als sonst: in sich gekehrter, etwas bedrückt, wortkarger und ich spreche ihn an: „Geht es Ihnen nicht gut? Sie wirken anders. Wenn ich ehrlich zu Ihnen sein darf: etwas bedrückt? Kann das sein?“

Das ist übrigens das Typische an einer Seelsorgesituation. Selbst wenn die Menschen ihren Pastor oder Seelsorger kennen und ihm vertrauen und ihn sogar mögen, so wenden sie sich selten direkt an ihn.

Ein wacher Seelsorger muss daher neben der verbalen Sprache immer auch einen aufmerksamen Blick auf die Körpersprache haben. Jedenfalls wird meine Frage an Herrn P. zu einem „Türöffner“.

Er erzählt von seinem Arztbesuchen und schildert all das sehr sachlich und für einen Nicht-Mediziner ausgesprochen kundig. Doch zwischen den Zeilen spricht er eine andere Sprache. Die Sprache der Angst.

Wenn man genau hinhört, richtet sich die Angst nicht nur auf die nötige Bypass-OP, sondern noch auf etwas anderes. In diesen Tagen zerbricht sein bisheriges Lebensgefühl. Dass er nicht mehr so rudert, wie als junger Mann, das konnte er sich ohne weiteres eingestehen. Aber sich nun eingestehen zu müssen, dass seine Gesundheit und seine bisher ohne Einschränkungen erfahrbare Vitalität zerbrechlich geworden sind, das erschüttert sein Selbstempfinden und sein bisher unerschütterliches Lebenskonzept.

In dieser Krisensituation entstehen existenzielle Ängste. Fragen kommen auf: Was wird sich ändern? Wie wird mein Leben nun aussehen? Was wird nicht mehr gehen? Welchen Weg habe ich vor mir? Kann ich das vor mir Liegende noch als „gut“ erleben?

Es ist nicht selten so, dass Menschen- insbesondere Männer- in solchen Krisensituationen versuchen, diese Krise zu verdrängen oder zumindest nicht zum Thema vor anderen zu machen.

Dabei- so widersprüchlich das klingen mag- ist das Bedürfnis nach Aussprache enorm groß. Mitunter wollen Menschen in solchen Krisen die Angehörigen auch schützen vor der eigenen Lebensangst. Sie wollen also die engsten Angehörigen nicht mit ihren eigenen Ängsten belasten.

Als Seelsorger bin ich in einer Rolle. Ich stehe sozusagen außerhalb des privaten Kontextes und bin doch zugleich Anwalt der Seelen. Viele Menschen sagen mir nach einer Krise, dass es ihnen gut tat und geholfen hat, dass ich einfach da war und zugehört habe.

So war es auch bei Herrn P. Am Ende unseres Gesprächs erwähnte er seinen OP- Termin. An einem Dienstag 2004 sollte er in der Uniklinik um 10.00 Uhr erscheinen. Ich bot ihm an, dass wir uns um 9.00 Uhr in unserer Altenholzer Kirche zu einer kleinen Andacht treffen könnten. Das Angebot hat er zusammen mit seiner Frau angenommen.

Später- nach seiner OP und Reha- sagte er mir mit bewegter Stimme: „Herr Große, diese Andacht.... Also, ich weiß gar nicht, wie ich es sagen soll: die hat mir die Angst genommen. Irgendwie hatte ich das Gefühl,

die Ärzte geben bestimmt ihr Bestes und alles andere liegt in Gottes Hand. Das hat einfach gut getan.“ Inzwischen rudert Herr P. wieder fleißig, isst kalorienbewusster, salzärmer und liest einen Roman nach dem anderen.

Ich erzähle diesen Fall so ausführlich, weil er mir exemplarisch für viele ähnliche Situationen ist. Möglicherweise werden einige unter Ihnen solche Erfahrungen selbst schon erlebt haben. Existentielle Fragen entstehen, wenn wir mit der Zerbrechlichkeit unseres Lebens in Berührung kommen. Junge, normal gesunde Menschen haben kaum ein Empfinden für diese Zerbrechlichkeit. Das war bei uns nicht anders, als wir jung waren.

Ich möchte in diesem Zusammenhang auf den Vortrag von vor zwei Wochen „Umgang mit Behinderung“ (11.01.) von Herrn Wegner zu sprechen kommen. Nicht wenige älter werdende Menschen erleben zunehmenden Maße ihr Leben als eingeschränkt. Also im wahrsten Sinne des Wortes: als behindert.

Gerade vor wenigen Tagen besuchte ich einen promovierten Juristen zu seinem 84. Geburtstag. Wenn auf meine Frage nach deren Befinden ein „Ganz gut“ als Antwort kommt, dann hake ich nach. „Was heißt denn für Sie ganz gut?“ So ergibt sich fast immer ein Gespräch über zunehmende „Behinderungen“ im fortschreitenden Alter. Der Jubilar sprach von einer Makula-Degeneration, die ihn das Lesen zunehmend schwerer fallen lasse. Für einen geistig aktiven Akademiker ist das eine gravierende Einschränkung in seiner Lebensqualität. Wenn das, was das Leben lebenswert macht, die geistige Auseinandersetzung mit anspruchsvollen Themen durch Lektüre, dann wird ein solches Leben zu einem „behinderten“ Leben. Noch stärker zu spüren bekommen Menschen solche Einschränkungen nach Schlaganfällen. Motorik und Sprache sind je nach Schwere des Schlaganfalls stark betroffen. Sprache und Mobilität sind Grundvoraussetzungen für einen aktiven Lebensstil. Menschen mit Einschränkungen sind daher angewiesen auf Unterstützung ihres sozialen Umfeldes. Als Seelsorger bin ich sehr häufig eine Art „Brückenbauer“, damit Betroffene und „Nichtbetroffene“ zueinander finden.

### **Der zweite Lebenseinblick (Nachwuchs)**

Ich erinnere mich noch genau an ein Gespräch mit einer 65-jährigen Dame vor 5 Jahren, die ab und zu bei uns im Kirchenbüro aushalf. Das Gespräch begann ganz harmlos. Sie sagte: „Wissen Sie, ich freu mich immer über ihre Kinder. So viel Leben, so viel Lebendigkeit. Das finde ich toll!“

Meine Kinder waren damals 14, 12, 11 und 7 Jahre alt.

Ich fragte sie, ob sie selbst Kinder hätte. „Aber ja. Drei. Aber die sind ja längst aus dem Haus. Die sind alle schon zwischen 32 und 41. Beruflich sehr erfolgreich, aber eben doch sehr, sehr eingespannt. Da bleibt kaum Zeit für eine Partnerschaft. Und für Familie erst recht nicht!“

Da war es. Das Thema. Sie hätte so gern Enkel. Bei drei eigenen Kindern war für sie immer ganz klar: irgendwann würde sie Großmutter werden. Aber jetzt- das sah sie ganz realistisch- war klar: dieser Wunsch würde nicht in Erfüllung gehen. Es war deutlich herauszuhören: diese enttäuschte Erwartung machte sie traurig. Ein existentielles Thema!

„Warum“ könnte man fragen? Wir leben doch anders als früher, als die Nachkommen in einem sozialen Familienverband für älter werdende, zwangsläufig Verantwortung zu übernehmen hatten. Aber bei der Erwartung von Enkeln kommen tatsächlich noch ganz andere existentielle Bedürfnisse ins Spiel.

Mit Enkeln beginnen die Großeltern die Welt noch einmal neu zu entdecken. Das Lächeln, das Glucksen eines Kleinkindes lässt sie das Leben neu entdecken. Es wird schön, es wird staunenswert, es wird dynamisch, es wird: jung. In der Beziehung zu Enkeln werden die Großeltern „jung“, weil sie das Leben aus der Kinderperspektive zu sehen beginnen! Ich selber habe über meinen Vater nicht schlecht gestaunt, als er mit meinen Kindern all das gemacht hat, wozu er für mich als Kind keine Zeit hatte.

Ja vielleicht ist es gerade auch das: mit Enkeln das Leben noch einmal neu und viel feinfühligere und offener entdecken, als es bei den eigenen Kindern möglich war, weil dazu nie viel Zeit und Muße war. Außerdem geben Enkel ihren Großeltern das Gefühl des Gebrauchtwerdens. „Oma, liest du mit mir ein Buch?!“ „Opa, kannst du mit mir Duplo spielen?!“

Und noch etwas. Wenn die Großeltern dann wirklich eines Tages gebrechlicher werden, dann sind es nicht selten die Enkel, die einfach da sind, einkaufen, erzählen, zuhören. Das vermittelt soziale Wärme.

Schließlich ist es auch im 3. Jahrtausend nach Christi Geburt existentiell unverzichtbar: trotz aller segensreichen, sozialen Einrichtungen bleibt unser Leben angewiesen auf soziale Vernetzung, Zuwendung und Geborgenheit- gerade auch im Alter.

Außerdem gewährleisten die Enkel nicht selten die Plastizität des Gedächtnis: wenn ein 16-Jähriger seinen 81-jährigen Opa seinen neuen I-Phone „touch“ erklärt, dann hat das Gedächtnis einiges zu verarbeiten.

Übrigens die Dame, die so gern Enkel bekommen wollte, ist kurz vor Weihnachten doch noch Oma

geworden. Darüber habe ich mich so gefreut, dass ich sie am Telefon beglückwünschen musste. Ich habe ihre Stimme noch im Ohr: sie klang so jung, so frisch, so freudig, so lebendig, dass ich mich im Stillen verwundert zu fragen begann, ob sie wirklich schon 70 Jahre alt sein konnte.

### **Der dritte Lebensblick** (Verlust des Partners)

In meiner Kirchengemeinde in Altenholz leite ich mittlerweile drei Trauergruppen. Angefangen hatte ich vor sieben Jahren mit einer Trauergruppe.

Wenn ein Partner oder eine Partnerin nach längerer Krankheit oder auch plötzlich stirbt, dann gerät fast immer das ganze Leben vollkommen aus den Fugen. Nichts ist mehr so wie vorher. Alltägliche Rituale, wie z.B. das gemeinsame Frühstück oder Zubettgehen erinnern Tag für Tag an den schmerzlichen Verlust. Geburtstage, Hochzeitstage, Weihnachten werden nun als Zumutungen erlebt. Das Leben vieler Trauernder gleicht häufig einer Wüstenwanderung. Keine Oase in Sicht. Keine Quelle in der Nähe, die den Durst nach Frische, nach Freude, nach gutem Leben stillen könnte.

Die ganze Existenz befindet sich in einer tiefen Krise. Das Schlimmste ist, dass sich der/die Trauernde in dieser Krise nicht einmal ansatzweise vorstellen kann, jemals diese Lebenswüste wieder verlassen zu können. Es ist einfach nicht vorstellbar.

Ich möchte Ihnen das anhand von Herrn Z. verdeutlichen. Herr Z. ist 68 Jahre alt und seit einigen Jahren als ehemaliger Polizeibeamter im Ruhestand. Bis vor kurzer Zeit hat er sein gesamtes Leben in Süddeutschland verbracht.

Vor 18 Monaten zog er mit seiner Frau, eine gebürtige Norddeutsche, nach Eckernförde. Der Schwiegervater war pflegebedürftig. Er starb im Februar 2009. Jetzt wollten die Eheleute Z. ihren Ruhestand genießen und noch einmal richtig „durchstarten“: Radfahren, mit den Hunden durch die wunderschöne Landschaft spazieren, Schwimmen in der Ostsee.... Deshalb erwarben sie ein Haus in unmittelbarer Nähe des Strandes. Sie kauften Möbel und gestalteten ihr neues Zuhause.

Im Juli vergangenen Jahres klagte Frau Z. über Schmerzen in der Bauchgegend. Anfang September starb sie an den Folgen von Bauchspeicheldrüsenkrebs.

Seitdem steht Herr Z. jetzt am Abgrund. Sein Leben- wenn man es denn als ein solches bezeichnen darf- findet wie in Trance statt. Selbst an wunderschönen, klaren sonnigen Tagen empfindet Herr Z. nur Nebel. Kein rettendes Land in Sicht. Sein ganzes Lebenskonzept basierte auf der Beziehung zu seiner Ehefrau. Nach deren unerwarteten Tod hatte er nicht nur seine Frau, sondern auch sein ganzes Lebenskonzept verloren. Das Dramatische an solchen Trauerprozessen liegt jedoch nicht ausschließlich in dem Verlust des geliebten Menschen. Vielmehr findet eine Steigerung der Existenzkrise in der Abkoppelung von dem sozialen Umfeld statt.

Nicht selten reagieren Freunde, Bekannte, ja sogar Familienangehörige vollkommen hilflos im Umgang mit Trauernden.

„Ruf mich ruhig an, wenn dir danach ist“, „Kopf hoch, wird schon wieder“, „Die Zeit heilt alle Wunden“, „Du darfst dich nicht verkriechen, du musst dich ablenken!“, „Unternimm doch was“, oder ein halbes Jahr nach dem Sterbefall: „Nun musst aber langsam dein Leben wieder in Griff bekommen“.....sind Sätze aus dem sozialen Umfeld, die vielleicht sogar mitunter gut gemeint sein mögen. Letztlich sind sie Ausdruck von Unfähigkeit, mit der Trauer des anderen umzugehen. Stellen Sie sich Herrn Z. vor, wenn er zu hören bekommt: „Kopf hoch, wird schon wieder!“ dann bekommen Sie eine Vorstellung, was ein solcher Satz auslösen kann.

Darüber hinaus wissen Trauernde zu berichten, dass es durchaus vorkommt, dass Freunde, Bekannte oder Nachbarn bei einer möglichen Begegnung auf der Straße oder im Supermarkt abrupt umdrehen oder die Richtung wechseln.

Dabei wäre es für die Betroffenen existentiell hilfreich, wenn sie sich in ihrer Trauer sozial vernetzt wissen. Um es in einem Bild auszudrücken: wenn Trauernde vor dem Abgrund stehen oder gar über dem Abgrund schweben, sind es gerade Menschen aus dem sozialen Kontext, die ihnen Halt geben können. Keiner kann den Grund der Trauer „abstellen“, aber jeder könnte dazu beitragen, dem Trauernden durch menschliche Präsenz einen „Haltebügel“ zu reichen.

Wie macht man das? Durch aktives Zuhören! Schenken Sie dem Trauernden Ihre Aufmerksamkeit, Ihre Zeit, Ihre Anteilnahme! Stellen Sie eine offene Frage, auch wenn sie banal sein mag: „Wie geht es Ihnen?“ Den meisten Trauernden tut es gut, wenn sie ihre Trauer zur Sprache bringen. Dafür aber brauchen sie Zeit. Fragen Sie einen Trauernden nicht nach seinem Befinden, wenn sie unter Zeitdruck stehen. Aktives Zuhören braucht Präsenz. Wer im Stress ist, kann nicht präsent sein.

Sollten Sie sich in der Kommunikation mit Trauernden unsicher sein, dann schreiben Sie wenigstens. Zwei oder drei Sätze sind viel im Vergleich zur Nichts.

Lassen Sie die Trauernden vor allem nicht allein!

Herr Z. kommt übrigens seit Oktober in eine unserer Trauergruppen. Das ist ein sehr großer Schritt zurück ins Leben! Eine 85 Jährige hat ihm den Hinweis dazu gegeben. Der besondere „Schatz“ einer Trauergruppe besteht darin, dass alle Teilnehmer dasselbe Schicksal teilen. Der Trauernde fühlt sich dort immer verstanden. Er erfährt, dass es anderen ganz genauso geht. Schon allein das tut gut. Offenbar hat Herr Z. das auch so erfahren. Im November öffnete sich bei ihm ein „Ventil“. Er redete, beschrieb sich in seiner Trauer. Er erklärte sein Elend, seine Unfassbarkeit, seine Eindrücke aus dem Krankenhaus, seine Ohnmacht. Er sprach mit gebrochener Stimme. Reden, endlich reden- das bedeutet schon viel Leben!

Am 23. Dezember machte ich mich auf den Weg nach Eckernförde, um ihn vor Weihnachten noch einmal zu sprechen. Ich traf ihn nicht an. Dafür warf ich in seinen Briefkasten einen Gruß- und Weihnachtswunsch, meine Heiligabend-Predigt und einen Bronzeengel. Abends entdeckte ich auf meinem Anrufbeantworter seinen Anruf: „Herr Große, ich habe mich sehr gefreut, dass sie an mich gedacht haben. Ich danke Ihnen sehr für Ihre Predigt und den Engel und wünsche Ihnen und Ihrer Familie gesegnete Weihnachten.“ Darüber habe ich mich gefreut. Das war mein persönliches Weihnachten. Dass wir in solchen existentiellen Krisen sozial vernetzt bleiben, das lässt Betroffene zurück ins Leben finden. Nur so gelingt es!

#### **Der vierte Lebensblick (Wiedereintritt in die Kirche)**

2009 sind in Altenholz 15 Menschen in die Kirche wieder eingetreten (bei 44 Austritten). Von den 15 Wiedereintritten waren sechs über 60 Jahre alt.

2008 gab es elf Wiedereintritte, davon waren neun über 60 Jahre.

2007 waren sechs von den zwölf Wiedereintritten über 60 Jahre. Von 38 Wiedereintritten waren also in den vergangenen drei Jahren 21 über 60 Jahre alt. Das sind 55,3%.

Was veranlasst Menschen über 60 Jahre wieder in die Kirche einzutreten?

Hierzu möchte ich Ihnen von einem Gespräch erzählen, dessen Inhalt sicher nicht untypisch für die Beantwortung unserer Frage sein dürfte.

Herr K.- 78 Jahre alt- brachte zwei Wochen vor Weihnachten eine Spende von 200,- Euro für Notleidende in unserer Gemeinde. Bei der Übergabe erzählte er mir, dass er vor fünf Jahren wieder in die Kirche eingetreten ist. Ohne Umschweife benannte er seine Motivation für seinen Wiedereintritt. „Wissen Sie, ich habe gerade in den letzten zehn Jahren viele Trauerfeiern miterlebt. Davon waren fast die Hälfte sogenannte weltliche Trauerfeiern. Ehrlich gesagt: die fand ich irgendwie trostlos. Wenn ich von der Weltbühne abtrete, möchte ich wenigstens tröstlich, mit geistlichem Zuspruch verabschiedet werden. Wenn man älter wird, fragt man sich doch öfter: „Was kommt danach? Die Sache mit der Auferstehung erschließt sich mir zwar nicht vollkommen. Aber ohne Hoffnung auf ein Leben danach, kann ich und will ich nicht auf mein Lebensende zugehen.“

Ich glaube in diesen Fragen „Wohin geht mein Leben? Was habe ich von meiner Zukunft zu erwarten? Gibt es eine Zukunft über das Sichtbare hinaus?“ eine existentielle Auseinandersetzung stattfindet, die jeder und jede mit zunehmenden Alter in sich austrägt.

Darin sehe ich auch einen entscheidenden Grund, warum in jedem Gottesdienst die ältere Generation überproportional stark vertreten ist. Es ist deren Bedürfnis nach einem bleibenden Sinn, nach Ermutigung, nach Hoffnung, nach einer immer noch offenen Zukunft, die sie in der Kirche beantwortet haben wollen. Sie kommen, weil sie geistliche Nahrung suchen. Und sie haben ein genaues Gespür für Glaubwürdigkeit, Ernsthaftigkeit und Redlichkeit. Sie wollen keine dogmatischen richtigen Sätze hören, sondern lebensrelevante und mit Leben gesättigte Angebote erfahren.

Kurzum: Sie wollen die Frage nach der Zukunft ihrer menschlichen Existenz ernsthaft behandelt wissen. Sie wollen also „Wegzehrung“, damit ihr Leben auf einem guten Weg bleibt.

#### **Der fünfte Lebensblick (Ehrenamt)**

Frau L. hat 30 Jahre einen Kindergarten geleitet. Mit 63 Jahren wird sie von vielen Mitarbeitern in den Ruhestand verabschiedet.

Jetzt hat sie Zeit, ihrer großen Leidenschaft nachzugehen: dem Lesen.

Jetzt hat sie Zeit mit ihrem Mann zu reisen.

Jetzt hat sie Zeit, sich um ihre Enkelkinder noch zu kümmern.

All das tut sie auch. Aber das ist ihr zu wenig. Sie möchte ihre Lebenserfahrung in einem für sie interessanten Bereich ehrenamtlich einbringen. Sie schließt sich der Hospizbewegung an, belegt Kurse, macht eine Selbstanalyse und besucht Sterbende.

Neulich schrieb sie mir, sie selber profitiere durch ihr Engagement in der Hospizbewegung. Manchmal macht ihr die Betreuung Sterbender auch zu schaffen. Aber dafür hat sie ihre Supervision-Gruppe, die zugleich auch eine menschliche Gemeinschaft für sie bedeute.

So wie Frau L. engagieren sich viele Menschen.

Alle erleben ihr Ehrenamt als Zugewinn an Lebensqualität. Sie machen etwas Sinnvolles und geben ihrem

Leben so Sinn.

Sie bleiben aktiv, indem sie sich neuen Herausforderungen stellen.

Der frühere Leiter der Personalabteilung von Dataport engagiert sich bei uns im Kirchenvorstand.

Eine 69 Jährige engagiert sich im Kindergottesdienstteam und darüber hinaus in der Initiative „Wellcome“.

Ein 65 jähriges Mitglied unserer Trauergruppe trainiert inzwischen eine junge Fußballmannschaft.

Herr W. pflegt unsere Homepage.

Die ehemalige Grundschullehrerin liest in unserer Kindertagesstätte Kinderbücher vor.

Aktive Lebensgestaltung im fortgeschrittenen Alter hat gegenüber den jüngeren den entscheidenden Vorteil, dass man sich je nach seinen persönlichen Neigungen das aussuchen kann, was das eigene Interesse findet. Für viele entspricht ein solches Ehrenamt einem „Aufbruch zu neuen Ufern“. Unsere Kirchengemeinde beispielsweise kann nur deswegen ein so vielfältiges, buntes und lebendiges Angebot vorhalten, weil sich so viele Ehrenamtliche einbringen.

Im Übrigen hätte ich diesen Vortrag nicht in der notwendigen Zeit und Konzentration bedenken und vorbereiten können, hätte ich nicht als Pastor und Vorsitzender des Kirchenvorstandes so viele kompetente, engagierte Kirchenvorsteher/Innen, die mir einen nicht unerheblichen Teil an administrativen Aufgaben abnehmen. Darüber bin ich sehr dankbar und ich empfinde es als eine sehr vornehme Aufgabe, meinen Dank an diese Schätze in unserer Gemeinde weiterzugeben. Meinem sympathischen Kollegen geht es ganz genauso. Daher werden wir beiden Pastoren morgen alle Ehrenamtlichen bekochen und zu einem Dankeschön-Essen einladen. Im vergangenen Jahr kamen 120 Personen ..... und das waren längst nicht alle!

Ich kann also nur sagen: Was ist das für ein Segen, wenn sich Menschen im etwas fortgeschrittenen Alter ehrenamtlich einbringen! Ich möchte sie nicht missen!

### **Fazit**

Gibt es einen gemeinsamen roten Faden bei all diesen Lebenseinblicken? Sind die angesprochenen existentiellen Fragen und Herausforderungen geprägt durch ein sie verbindendes Lebens-Thema?

Als Seelsorger meine ich sowohl bei den auf Hilfe und Unterstützung Angewiesenen, als auch bei den Aktiven in der dritten Lebensphase folgendes heraus lesen zu können:

Es geht um soziale Vernetzung und soziale Wärme. Das Bedürfnis nach einer spürbaren, also tatsächlich erlebbaren menschlichen Gemeinschaft wächst mit zunehmendem Alter. Wenn niemand mehr fragt „Wie geht es dir?“, „Was hast du gestern unternommen?“, „Was möchtest du?“, „Was kannst du dazu beisteuern?“ ..... wenn niemand mehr mit uns ein Wort wechselt, mit uns eine Zeitstunde teilt, uns die Hand reicht, dann sind wir schon Tod, auch wenn wir biologisch noch leben. Es geht aus meiner seelsorgerlichen Sicht bei aktiver Lebensgestaltung im fort-geschrittenen Alter stets um das Wachhalten und Aufbauen von lebendigen Beziehungen. Der Fall in die Beziehungslosigkeit dagegen wäre das Ende eines lebenswerten Lebens. Unsere Wohlstands-Gesellschaft wird sich am Grad der ihr innewohnenden sozialen Wärme zu messen haben. Hier gibt es sehr viel zu tun. Lassen Sie uns gemeinsam an einer freundlichen und wärmeren Lebenswelt arbeiten.

Meine Sekretärin gab mir den wichtigen Tipp:

Pass bloß auf, dass du deinen Vortrag nicht mit einem Amen beendest.

Deswegen mache ich nun Schluss und sage:

Danke fürs Zuhören!