

***„Auch im Alter, wenn ich grau werde, verlass mich nicht, Gott, damit ich der
Nachwelt deine Taten verkünde.“***

(Psalm 71,18)



„Generationenparkplatz“

Alter als Chance

Hirtenbrief zur Fastenzeit 2016

von Dr. Harald Rein

Bischof der Christkatholischen Kirche der Schweiz

An die christkatholischen Kirchgemeinden

Alter als Chance

„Auch im Alter, wenn ich grau werde, verlass mich nicht, Gott, damit ich der Nachwelt deine Taten verkünde.“

(Psalm 71,18)

Liebe Schwestern und Brüder,

In diesem Hirtenbrief zur Fastenzeit 2016 liegt der Schwerpunkt auf Impulsen zu einem Leben im Alter aus christlicher Sicht.

Vieles im Leben hat verschiedene Seiten. Einerseits wird sich die Zahl der Todesfälle in der Schweiz in den nächsten 10 Jahren verdoppeln und dann wieder langsam zurückgehen. Nicht wegen drohender Seuchen, sondern – statistisch gesprochen – *„weil sich der durch die Überalterung entstandene Überhang auf natürliche Weise reduziert“*. Andererseits steigt die durchschnittliche Lebenserwartung weiterhin. Das Marketing vieler Firmen hat die rüstigen und wohlhabenden Senioren/innen als Zielgruppe entdeckt. Wenn ich in Sardinien dösend und entspannt am Strand liege, kann es passieren, dass ich durch die Trillerpfeife eines Reiseleiters geweckt werde, der eine Seniorenwandergruppe durch die Gegend scheucht. Vieles an ehrenamtlicher Arbeit innerhalb und ausserhalb der Kirche geschieht durch nicht mehr Erwerbstätige. Die Zukunft und die Finanzierung der Sozialversicherungen AHV, Pensionskasse und Krankenkasse fordern die Gesellschaft heraus. Die Beitritte in den Vereinen zur aktiven Sterbehilfe nehmen zu. Die Mehrheit der Bevölkerung befürwortet, einen „Alterssuizid“ gesetzlich zu erlauben. Alter wird von vielen situativ als Segen oder als Fluch empfunden. Filme wie z.B. „Die Herbstzeitlosen“ regen zum Nachdenken über Lebensqualität im Alter an. Denn jedes Lebensalter hat seine positiven Seiten und seinen Wert an sich. Das gehört zur Menschenwürde und zur „Ebenbildlichkeit“, mit der Gott den Menschen geschaffen hat.

Vorüberlegungen

Das Leben besteht - traditionell betrachtet - aus den vier Hauptabschnitten Kinder- und Jugendzeit (bis 20 Jahre), Erwachsene (20 bis 40 Jahre), mittleres Alter (40 bis 60 Jahre) und Alter (ab 60 Jahre). So wie das Jahr aus den Jahreszeiten Frühling, Sommer, Herbst und Winter besteht. Nur dass die Lebenszeiten sich, im Gegensatz zu den Jahreszeiten, nicht wiederholen. Sie sind einmalig und unterliegen, wie alles auf der Welt, der Endlichkeit. Aber das Bild von den vier Jahreszeiten stimmt heute nicht mehr. Jedes Jahrzehnt ist fast ein eigener Lebensabschnitt bzw. die genannten vier Hauptabschnitte sind differenzierter wahrzunehmen. Auch ist es schwierig, eine Theorie und Praxis kirchlichen Handelns altersbezogen zu entwerfen. Denn eigentlich gibt es – absolut gesehen - den alten Menschen als Typ genauso wenig wie den jungen. Geistige Einstellung, Beweglichkeit und Lebenseinstellung kommen als Differenzierungsmerkmale hinzu. Dennoch kann es hilfreich sein, über die verschiedenen Lebensabschnitte typologisch Überlegungen anzustellen.

Zum Thema Alter gibt es aus christlicher Sicht Vieles zu sagen. Ich beschränke mich in diesem Hirtenbrief auf die Themen, die ich für aktuell und wichtig unter dem Aspekt der Kirche als Gemeinschaft halte. Über das Alter zu reflektieren ist immer auch ein Nachdenken über das Geheimnis des Menschseins an sich. In vielen Kulturen und Religionen sind die älteren Mitmenschen die Hüter/innen der Geheimnisse des Lebens.

Leben im Alter ist nicht identisch mit Abbau, Defiziten, Schwächen und Mühsal, sondern es ist eine mit anderen Lebensabschnitten gleichwertige Lebensphase. Diese Mitmenschen („Junge Alte, 60+, 70+, alte Menschen, Hochbetagte usw., wie immer man das kategorisieren möchte) erfordern von Seiten der Kirche und der Gesellschaft differenzierte Konzepte, Angebote und Dienste. Hinzu kommen die zeittypischen Umbruchsituationen in einer rasch sich wandelnden Welt. Auch sollte sich die Kirche bewusst sein, dass ältere Menschen nicht automatisch kirchlich interessierter sind als Junge, sondern höchstens sensibler für Sinnfragen aus unmittelbarer Betroffenheit. Begleitung von Senioren und Seniorinnen als Auftrag der Kirche muss klare und transparente Ziele definieren. Diese Ziele lassen sich meines Erachtens – wie alles kirchliche Handeln – am besten von den drei Grundaufträgen der Kirche leiten, nämlich Gottesdienst, Diakonie und Verkündigung (Predigt, Unterricht, Erwachsenenbildung). Daraus ergeben sich für Seniorinnen und Senioren prioritär die Arbeitsfelder: **Gottesdienst, Diakonie, Freizeitgestaltung für sich und andere, Seelsorge**. Ziel aller Bemühungen ist es, zu einem sinnvollen Leben beizutragen. Kirchliches Handeln heisst aus dem christlichen Glauben heraus „den Menschen leben zu helfen“. Dass der „Ruhestand“ kein Stillstand ist, zeigt zurzeit in Bern die Ausstellung „Dialog mit der Zeit“, die bis Mitte 2016 im Museum für Kommunikation zu sehen ist. Ihre Botschaft ist: DAS Alter gibt es nicht. Altern ist ein vielfältiger und persönlicher Prozess, der für alle anders verläuft. Obwohl die Öffentlichkeit auf die negativen Begleiterscheinungen des Alterns fixiert zu sein scheint, gehört auch der Zugewinn an Freiheit und mehr Zeit dazu.

Gottesdienst

Wenn Sie unsere Liturgien und das Credo aufmerksam verfolgen, erleben Sie, dass diese unseren Glauben in vielfältiger und tiefgehender Weise verkünden, nämlich vor allem Gottes Anwesenheit in seiner Schöpfung und in unserem persönlichen Leben, seine Barmherzigkeit und die Auferstehung der Toten. Nach dem Schweizer Psychologen C. G. Jung ist das regelmässige Feiern der Eucharistie ein „Heilmittel“. Denn die Seele bleibt nur gesund, wenn sie sich auf die Möglichkeit des Todes einstellt und in ihm ein Ziel sieht, auf das man getrost zugehen kann.

Diakonie

Hier geht es um konkrete und vielseitige Hilfsangebote. Die Kirche und ihre ehrenamtlichen Helfer/innen sollten sich vor allem auf die Dienste konzentrieren, welche im Netz staatlich und gesellschaftlich organisierter Hilfe nicht angeboten werden. Beispiel: Die Kirche muss bei uns kein Essen auf Rädern oder Spitex anbieten. Aber jemand Alleinstehenden regelmässig zuhause zu besuchen oder Sehbehinderten aus der Zeitung vorzulesen macht Sinn. Genauso wie Gehbehinderte für kirchliche Veranstaltungen, die man selbst besucht, zu Hause abzuholen und nachher wieder heim zu bringen. Oder auch Kranke bei ihren

Rekonvaleszenz-Übungen körperlicher oder sprachlicher Natur über die Therapiestunde hinaus zu unterstützen, pflegende Angehörige allgemein zu entlasten usw.

Freizeitgestaltung für sich und andere

Hier ist zu unterscheiden zwischen Freizeitgestaltung im Sinne von Spass und Erwachsenenbildung einerseits und andererseits einander in der Kirchgemeinde helfen im Sinne von ehrenamtlichem Engagement.

Wir müssen uns wie jede Kirche fragen, ob wir hier genug tun? Es geht wie bei allem in der Kirche nicht um das „machen“, sondern darum, Räume zu schaffen, in denen Gott und sein Heiliger Geist zum Wohle der Menschen wirken können. Natürlich mit Themen, die interessieren und Erde und Himmel verbinden, wie z.B. Sinnfragen, Musik, Kunst, Politik, Literatur, Recht, Sexualität, Gesundheit und Fitness usw. Da erfahrungsgemäss in jeder Kirchgemeinde die Situation anders ist, kann ein Hirtenbrief entweder als Anregung oder als Bestätigung erfahren werden. In beiden Fällen hat er seinen Zweck erfüllt, wenn eine Reflexion stattfindet. Sogar dann, wenn sie zu anderen Schlüssen führt. Bei Gesprächen zum diesjährigen Thema hörte ich die Meinung, dass unsere Kirche für die Jungen und Alten genug tun würde und mehr die 40- bis 60-jährigen im Auge haben müsste, also das sogenannte mittlere Alter. In diesem Kontext scheint mir wichtig, zugleich auf folgende Ambivalenz hinzuweisen: Einerseits ist die Kirche für die Menschen da und sollte vielseitig auf das Evangelium Jesu Christi in Wort und Tat hinweisen. Andererseits ist die Kirche aber kein Dienstleistungsunternehmen. Kirche sind wir alle. Daher ist die erste Frage auf das einzelne Kirchenmitglied bezogen nicht, was die Kirche für ihn tun kann, sondern was er aufgrund seines persönlichen Glaubens als Christ / Christin für die Kirche und damit für andere tun kann.

Niemand der geistig und körperlich fit ist, möchte gegängelt oder überbetreut werden, sondern möchte sein Leben grundsätzlich selbständig gestalten. Es ist das Recht jedes Individuums, selbst zu entscheiden, wo er dabei die Schwerpunkte setzt, wie z.B. Sport, Enkelkinder hüten, reisen, Hausaufgabenbetreuung usw. Die Kirche kann hier nur einladen und dafür werben, in ihrem Kontext Aufgaben und Verantwortung zu übernehmen, wie auch im Bereich der Diakonie. Solche Tätigkeiten bieten heute neben der Kleinfamilie neue Bindungs- und Beziehungsformen. Gerade im Alter ist es wichtig, an verschiedenen Orten Heimat und Sinnerfüllung zu finden. Wenn jemand vor seiner Pensionierung in der Kirche angestellt oder im kirchlichen Milizsystem leitend tätig war, empfiehlt es sich aus verschiedenen Gründen, ein ehrenamtliches Engagement nicht im Kontext des ehemaligen Arbeitsortes bzw. der ehemaligen Position / Tätigkeit zu suchen. Sonst kann der Eindruck des nicht Loslassen Könnens und des Dreinredens entstehen.

Seelsorge

Die Kirche hat in ihrer biblischen Verwurzelung und ihrer Tradition ein „Lebenswissen“ erworben und bewahrt, das dem Christen helfen kann, sein Leben von Gott her zu deuten und zu gestalten. Allerdings muss dieses Wissen in die individuelle Lebensgeschichte jedes Menschen integriert werden. Vom priesterlichen Seelsorger wird erwartet, dass er fähig ist, diesen Prozess authentisch zu begleiten; und zwar sowohl individuell als auch kollektiv. Es gibt viele Mitmenschen, die im Alter von Ängsten und Depressionen heimgesucht werden, mit denen sie im bisherigen Leben nie zu tun hatten. Denn nicht mehr die Leistung zählt, sondern das Sein schlechthin. Für diese Begleitung braucht es viel Verständnis und Zeit.

Begleitung bei Krankheit und im Sterben

Die Themen schwere Krankheit, Begleitung von Sterbenden und deren Angehörigen, Sterbehilfe, christliche Bestattungskultur wurden bereits im Hirtenbrief zur Fastenzeit 2013 näher ausgeführt. Dennoch erlaube ich mir wegen der Tagesaktualität hier folgende konzentrierte Hinweise:

Die in der Schweiz implementierte „Nationale Strategie Palliative Care“ hat primär nicht „Sterbehilfe“ im Auge, sondern die Behandlung, Pflege und Betreuung von Schwerkranken und Sterbenden. Sie schliesst dabei die passive Sterbehilfe nicht aus, wie z.B. das Abschalten lebenserhaltender Geräte. Im Zentrum stehen die Wünsche und die Bedürfnisse des Schwerkranken oder des Sterbenden und seiner Angehörigen. Die drei Pfeiler sind Medizin, Psychologie und Seelsorge. Nur letztere fällt primär in die Kompetenz und Aufgabe der Kirchen und Religionen. Dieser dritte Pfeiler wird auch mit dem Begriff „Spiritual Care“ umschrieben. Den Ausdruck Spiritual Care halte ich für zu intellektuell und missverständlich. Denn im deutschsprachigen Raum ist „Spiritualität“ fast zu einem Gegenbegriff von Religion geworden. Es ist daher wichtig, die spirituelle Dimension des Sterbens in ihrer ganzen Breite zu sehen und sie nicht von einer medizinischen oder atheistischen Deutungshoheit überlagern zu lassen. Oder positiv ausgedrückt: Beim dritten Pfeiler muss die entsprechende Vielfalt der Antworten, Riten usw. möglich sein, auch im Spital. Seelsorge soll nicht nur psychologisch, sondern auch sinnlich sein, wie z.B. in der Krankensalbung. Seniorensorge befreit die Seelsorge in unserer Kultur von ihrer Wortlastigkeit.

Die Kirchen und die Religionen in der Schweiz unterstützen die oben genannte „Nationale Strategie Palliative Care“ und sind gegen aktive Sterbehilfe und auch gegen die Möglichkeit des „Alterssuizids“. Was versteht man darunter überhaupt? Bisher darf man aktive Sterbehilfe nur für hoffnungslos Kranke oder schwer leidende Menschen leisten. Bei einem erleichterten „Alterssuizid“ könnten auch Menschen ein tödliches Rezept erhalten, die noch gar nicht krank sind, sondern alt und lebenssatt und die einem möglichen Leiden zuvorkommen möchten. Dafür spricht das Argument der Selbstbestimmung, die dem Menschen grundsätzlich zusteht. Dagegen sprechen die Gebote Gottes und die Gefahr eines familiären oder gesellschaftlichen Druckes auf alte oder pflegebedürftige Menschen. Wir müssen den Wert des Alters neu entdecken, im Sinne von „Alter als Chance“.

Schlusspunkt

Wo kommt in unserer so brüchig gewordenen Welt Gott noch vor? Der Glaube an Gott ist längst nicht mehr selbstverständlich. Es gibt unterschiedliche Wahrnehmungen, Meinungen und Lebensidentitäten, die auch biographisch bedingt sich verändern können. Die Frage nach dem Sinn ist wie die Frage nach Gott eine spannende Reise durch das Leben. Ich kann hier nur versuchen aus christlicher Identität zu antworten. Natürlich in der Hoffnung, dass andere diese teilen und/oder sich dadurch inspiriert fühlen.

Aus biblisch-theologischer Sicht kann das Altern weder als eine Abwärtsbewegung des Lebens betrachtet werden, noch der Tod als dessen Ende. In der frühen Kirche wurde der Tod in einer Deutlichkeit, die uns heute fehlt, als Neugeburt des Menschen verstanden, als seine Lebensgemeinschaft mit Gott in dessen Herrlichkeit bzw. dem Paradies. Und zu diesem Glauben gehört es auch zu akzeptieren, dass wir den Sinn von all dem, was uns in unserem Leben passiert, letztlich nicht verstehen können, bis wir bei Gott sind. Erst dann wird uns das Geheimnis unseres Lebens offenbar. Sehr deutlich wird diese Haltung im Buche Prediger im dritten Kapitel beschrieben, wo es in den Versen 1, 2 und 11 heisst: **„Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit: eine Zeit zum Gebären und eine Zeit zum Sterben, eine Zeit zum Pflanzen und eine Zeit zum Abernten der Pflanzen ... Gott hat das alles zu seiner Zeit auf vollkommene Weise getan. Überdies hat er die Ewigkeit in alles hineingelegt, doch ohne dass der Mensch das Tun, das Gott getan hat, von seinem Anfang bis zu seinem Ende wieder finden und ergründen könnte.“**

Dahinter steht die Überzeugung, dass die Lebenszeit nicht selbstverständlich ist, sondern eine Leihgabe; ein von Gott gegebenes Geschenk; über das wir nicht verfügen können; sondern das wir nur annehmen können und daraus das Beste zu machen versuchen.

So gesehen hat jeder Mensch SEINE ZEIT – das ist die Zeit zwischen Geburt und Tod, die Wegstrecke unserer Wanderschaft durch diese Welt. Gott ist da, unabhängig davon, ob wir ihn immer spüren oder nicht. Und die Sinnsuche hört mit dem älter werden nicht auf. Denn jeder Lebensabschnitt ist zeitlich begrenzt und blüht zu seiner jeweiligen Zeit. Hermann Hesse vergleicht die Lebensabschnitte mit **Stufen** und hat darüber ein gleichnamiges Gedicht geschrieben. Am Bekanntesten sind die Verse: **„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.“** Biblisch wird die Erfahrung dieser Lebensstufen in Lukas 2,21-40 beschrieben: Maria und Josef bringen ihren Sohn Jesus in den Tempel, um Gott für seine Geburt zu danken und begegnen dort einem alten Mann namens Simeon, der schon jahrelang auf diesen Augenblick gewartet hatte. Er erkennt in diesem Kind den verheissenen Messias. Er dankt Gott dafür, dass er diesen Augenblick erleben darf und zugleich weiss er, dass sein Dienst im Tempel nun beendet ist und für ihn ein neuer Lebensabschnitt heranbricht. Ähnliches passiert danach der Prophetin Hanna, die auch eine interessante Biographie hat. Die Geschichte zeigt, dass auch im Alter der Mensch ständig eingeladen ist,

- die Beziehung zum Mitmenschen und zur Umwelt,
- die Beziehung zum eigenen Selbst in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft
- und die Beziehung zu Gott mit der Frage nach dem Sinn des persönlichen Lebens zu vertiefen.

Die Kirche feiert dies am Fest der Darstellung des Herrn mit der Kerzensegnung. An „Lichtmess“ werden auch die Taufkerzen gesegnet, die uns Christinnen und Christen auf dem Lebensweg begleiten; nicht nur bei Taufe, Firmung, Erstkommunion, Trauung und Bestattung, sondern auch in festlichen, besinnlichen und schwierigen Lebenssituationen. Wenn Ihnen diese Kerze auf ihrer Wanderschaft durch das Leben verloren gegangen ist, fragen Sie doch bitte Ihre Pfarrerin oder Ihren Pfarrer nach einer neuen.

Bischof Harald Rein



Bischof Harald Rein bei seiner Predigt anlässlich der Firmung 2015 in Bern mit einer 3-D-Brille (Foto: Werner Brechbühl)