

Ohne Alter gibt's kein langes Leben – von der Würde und dem Wert des Alters

Vortrag im Rahmen der „Nürtinger Reihe“ am
Donnerstag, 24. September 2009, 20 Uhr
in der Evang. Stadtkirche Laurentius in Nürtingen

1. Wie alt sind wir? Phasen und Stufen des Lebens

Was ist es um das Alter, was ist es um das Altern? Wer sind wir, die wir heute Abend miteinander über das Alter und das Altern sprechen, wie wenn es uns etwas Fremdes wäre und noch weit entfernt von uns. Als ich als Gemeindepfarrer einen Besuch bei einer alten Dame machte an ihrem 80. Geburtstag und sie behutsam darauf ansprach, dass die Gemeinde jeden Monat einmal am Nachmittag zu einem Senioren-Nachmittag einlädt, gab sie mir entrüstet zur Antwort: So alt bin ich doch noch nicht!

Wie *alt* wir sind, das können wir mit dem Hinweis auf unser Geburtsdatum einigermaßen leicht angeben, weil es eine objektive Tatsache ist. Wenn ich Sie jetzt fragen würde, wer unter Ihnen alt ist – ich glaube: es würden nur zögernd höchstens ein paar wenige Teilnehmerinnen und Teilnehmer an diesem Abend die Hand erheben. Wer bin ich, um über das Alter zu reden: über 60 Jahre alt – unsere Großeltern, wenn wir sie erlebt haben, unsere Eltern in diesem Alter, sie waren in der Enkel- und Kinder-Perspektive schon längst über der Altersgrenze.

Peter Härtling, der große Sohn unserer Stadt hier in Nürtingen, hielt vor 17 Jahren auf Einladung des Fördervereins Dr.-Vöhringer-Heim Nürtingen e.V. einen Vortrag über das Altern. Er, der damals noch nicht einmal 60 Jahre alt war, sagte einleitend: „Wahrscheinlich sind nur Junge und Jüngere imstande, die schöne Entfernung des Alters wahrzunehmen, seine Würde zu unterscheiden und zu summieren. Denn je mehr wir uns dem Alter nähern, umso befangener machen uns die täglichen Verluste und wir können kaum erkennen, was wir (auch) gewinnen.“ Er habe, so fährt Peter Härtling fort, nur Erinnerungen an alte Menschen, Erinnerungen an große bewunderte und verehrte Persönlichkeiten: Erinnerungen an Clara Haskil, die Grand Dame des Klavierspiels, wie sie das Schumannsche Klavierkonzert spielte, an Martin Buber, wie er über die dialogische Existenz philosophierte, an Bernhard Minetti, wie er auf der Bühne in Becketts „Das letzte Band“ nach Effi rief, an einen alten Griechen, der in einer Stuttgarter Kneipe aus Trauer zu tanzen anfing und den ratlosen Zuschauern das Weinen beibrachte. (P. Härtling, Vom Altern, 1992).

Unsere Bilder vom Alter reichen also weit zurück in die Vergangenheit, und unsere Fragen an das Alter oder an das Altern gehen uns weit voraus und ihre Beantwortung scheint in einer noch fernen Zukunft zu liegen.

Aber die Fragen begleiten einen ja unweigerlich: Was erwartet mich im Alter? Was kann ich noch im Alter? Was wird mit mir, wenn ich meine Selbständigkeit verliere und auf andere angewiesen bin? Wie stellen wir uns das Alter vor, wenn wir es immer nur vor uns haben? Das Alter – das

kommt erst noch. Alt aussehen, möchte niemand. Man ist nicht alt, man gehört vielleicht zu den Älteren (unter uns). Die deutsche Sprache kennt einen merkwürdig höflichen Komparativ: man sagt nicht, dass eine Dame alt ist – sie ist eine „ältere“ Dame, wobei dieses „älter“ nicht die Steigerung von alt ist, sondern die Verkleinerung von alt meint.

Alter ist primär eine gesellschaftliche Kategorie („soziales Alter“); im Grunde müsste man vom Prozess des Alterns sprechen. Die Abgrenzung eines eigenen Lebensabschnitts „Alter“ ist im Grunde nicht möglich. Vielmehr ist von Prozessen des Alters und des Alterns auszugehen, die sich über weite Teile der Biographie erstrecken und die im Sinn von graduellen Veränderungen in Erscheinung treten. Natürlich sind dabei auch immer die individuell-biographischen Lebensläufe und das eigene Lebensgefühl wichtig; hier spielen bildungsmäßige Dinge genau so eine Rolle, wie materiell-ökonomische Voraussetzungen, psychische und physiologische Aspekte, soziale und soziokulturelle Bedingungen, medizinische und körperliche Tatbestände.

In der Tat es ist so: das, was man das Alter nennt, wird heute auf Grund der demographischen Entwicklung in mehrere Lebensphasen aufgeteilt: Nach der Zeit der Kindheit und Jugend (1), folgt die Zeit der Ausbildung, der Berufsvorbereitung und dann – oft familienbegleitend – die Zeit der Berufsausübung (2); die nachberufliche Zeit ist das dritte Lebensalter, die „späte Freiheit“; es ist meist zunächst die unabhängigste Lebensphase und überspannt die Jahre 60 bis 80 (3). Erst dann folgt die Lebensphase der „Hochbetagten“: ab 80 Jahre (4), und der „Langlebigen“: ab 90 Jahre (5). Das Alter und das Altern zieht sich also hin: „Wir werden älter und bleiben länger jung.“ (Berliner Altersstudie)

Man sieht an dieser Einteilung: niemand ist alt – entweder man gehört zu den „jungen Alten“ oder zu den „Hochbetagten“ oder zu den „Langlebigen“ – wobei auch noch auf viele der Hochbetagten das Wort von Albert Schweitzer gilt, der von sich in seinem hohen Alter gesagt hat, wohl gegen seine Kritiker gewandt in der Atom-Debatte der 50er Jahre: „Ich bin zwar betagt, aber ich bin nicht umnachtet!“

Auch wenn im „dritten Lebensalter“ die physiologische Leistungskapazität erkennbar zurückgeht und das Risiko chronischer Erkrankungen (Herz-Kreislauf-, Stoffwechsel-Erkrankungen sowie Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparats) zunimmt, so ist doch festzustellen, dass der Großteil der „jungen Alten“ einen relativ guten oder zufrieden stellenden Gesundheitszustand und eine hohe Lebenszufriedenheit aufweist. Nirgendwann ist es den alten Menschen im Ganzen gesehen so gut gegangen wie heutzutage und hierzulande. Die „späte Freiheit“ stellt sich ein, weil externe Verpflichtungen in Beruf und Familie wegfallen oder geringer werden. Man sollte sich also nicht über das Älterwerden beklagen. „Älterwerden ist doch ganz schön, wenn man die Alternative bedenkt!“ (Maurice Chevalier)

Im „vierten Lebensalter“ nimmt die Verletzbarkeit des Organismus, die Anfälligkeit für gesundheitliche Störungen und funktionelle Einbußen erkennbar zu; auch in einem gesunden Alter wächst das Einsamkeitsrisiko durch den Verlust nahe stehender Menschen in der Verwandtschaft und

Bekanntheit, auch das Armutsrisiko wird größer; es ist mit einer deutlichen Zunahme an psycho-organischen Erkrankungen zu rechnen bei den verschiedensten Arten von Demenz – es gibt ja dafür auch prominente Beispiele: Ronald Reagan, der ehemalige Präsident der USA, oder der Vater der Bundes-Familienministerin Ursula von der Leyen, der frühere Ministerpräsident Ernst Albrecht, oder der berühmte Rhetorik-Professor Neckaraufwärts in Tübingen, Walter Jens.

2. Wie alt ist alt? Wo ist die Altersgrenze? Was braucht der Mensch im Alter?

Der Volksmund pflegt zu sagen: Alt ist man, wenn man Gold in den Zähnen, Silber in den Haaren und Blei in den Beinen hat.

Wann ist man alt? Manche sagen: Alt ist, wer keine Veränderungen mehr will, wer Widerspruch nicht mehr ertragen kann. Alt ist man, wenn man das Hörgerät vermisst, um hören zu können, wo man seine Brille suchen muss, um die 3. Zähne zu finden.

Wer ist alt – der hölzern wirkende Papst mit seinen 82 Jahren, der Stürme der Begeisterung erntet wie ein junger Pop-Star, wenn er mit Hunderttausenden in Paris oder Lourdes eine Messe feiert und sich feiern lässt – oder der Manager, der mit 60 (oder noch früher) ausgemustert und in die Frührente geschickt wird? Die arbeitslose Frau über 45, der man wegen ihres hohen Alters keinen Job mehr zutraut – oder ist schon alt die Lehrerin mit ihren 30 Linsen in den Augen ihrer Erstklässler? Alles ist relativ. Am meisten das Alter.

„Wie alt man geworden ist, sieht man an den Gesichtern derer, die man jung gekannt hat.“ (Heinrich Böll) Niemand will alt *sein*, aber die meisten wollen alt *werden*. Und deshalb wird an keiner Grenze so viel geschmuggelt wie an der Altersgrenze (vgl. Wilhelmine Lübke).

Doch wo ist diese Grenze? Das Alter ist nicht nur eine Frage von Jahren, es ist auch eine Frage des Herzens. „Für ein erfülltes und würdiges Leben (im Alter) kommt es nicht nur darauf an, wie alt man wird, sondern wie man alt wird.“ Deshalb heißt es in einem Gebet: „Gib meinem Leben nicht nur mehr Jahre, sondern gib auch meinen Jahren mehr Leben!“ Das ‚Alter‘ ist primär eine Kategorie, die auf gesellschaftlichen Konventionen und Verständigungen basiert.

Was braucht der Mensch im Alter?

Natürlich braucht er, was alle Menschen jeden Alters brauchen: Existenzsicherung und Daseinsvorsorge, Wohnung und Nahrung, Kleider und Beheimatung, Bildung und Kultur, Verständigung und Begegnung, Wertschätzung und Zuneigung, Wert und Würde, Beheimatung für das leibliche Leben und eine Heimat für die Seele.

Das Alter – wann beginnt es? Mit dem Abschied aus dem Erwerbsleben? Mit dem (Teil-)Rückzug aus dem öffentlichen, gesellschaftlichen Leben? Mit dem Verlust von Gesundheit und Aktivität? Beginnt es mit dem Sterben?

Bei Adenauers 90. Geburtstag (1966), sagte ein ehemaliger Mitarbeiter im Kanzleramt: „Herr Bundeskanzler, ich wünsche Ihnen, dass Sie 100 Jahre alt werden!“ Daraufhin antwortete Adenauer seinem Gratulanten ernst, aber mit einem verschmitzten Lächeln: „Wie kommen Sie dazu, der Barmherzigkeit Gottes so enge Grenzen setzen zu wollen?“

3. Die vier Erfahrungs-Bilder des Alters (nach Prof. Dr. A. Kruse, HD)

(1) Die erste Kategorie lässt sich umschreiben mit ‚Gewinne und Chancen im Alter‘. Da wird die Gunst des Alters und die Kunst des Alterns angesprochen. Und damit ist gemeint: Menschen können sich auch im Alter seelisch und geistig weiterentwickeln; das Alter bietet Möglichkeiten zur selbstverantwortlichen und erfüllten Lebensführung. Es gibt Menschen, die unternehmen in ihren ersten Ruhestandsjahren mehr Reisen als in ihrem ganzen seitherigen Leben. Es gibt Menschen, die geben von ihrer Lebenszeit anderen Menschen durch die Weitergabe ihres Erfahrungswissens und ihrer Lernerfahrungen. Das Erzählen von der Vergangenheit kann zum Lernen für die Zukunft werden. Bei manchen älteren Menschen gerät ihr dankens- und lobenswertes ehrenamtliches Engagement gar zum Stress. Rentner und Pensionäre haben keinen Urlaub mehr und keine Zeit, indem sie ihre Zeit verschenken – ZEIT FÜR MENSCHEN, wie die vor 5 Jahren begründete Stiftung der Samariterstiftung heißt. „Langlebigkeit verpflichtet“, sagte mir ein 80-jähriger Mann, als er nach dem Grund und dem Motiv seiner ehrenamtlichen Tätigkeit in der geistlichen und seelsorgerlichen Begleitung im Dr.-Vöhringer-Heim gefragt wurde – „Langlebigkeit verpflichtet!“ Aber auch das andere gilt und hat seine Berechtigung, dass ein alter Menschen, der sich in seinem ganzen Leben in der Pflege und Fürsorge für andere aufgeopfert und verzehrt hat, in seiner neu gewonnenen Freiheit einmal das eigene Leben zu leben versucht mit seinen Träumen und Hoffnungen, wie das die „unwürdige Greisin“ tut in Bertolt Brechts Geschichte.

(2) Die zweite Kategorie lässt sich umschreiben mit ‚Verluste und Risiken im Alter‘. Damit wird ausgedrückt: Die körperliche und seelisch-geistige Leistungsfähigkeit geht im Alter zurück; die Wahrscheinlichkeit der Erkrankung und der sozialen Verluste nimmt mit wachsendem Alter zu. Das geht soweit, dass man nicht nur meint, dass im Alter das Krankheitsrisiko höher ist, sondern man versteigt sich zu der Annahme, dass das Alter selbst mit seinen Begleiterscheinungen eine Krankheit sei: das Alter eine Krankheit! Das Alter ist keine Krankheit, obwohl es auch von Krankheiten begleitet sein kann. Davon profitieren alle Anti-Aging-Kliniken und Anti-Aging-Mittelchen, die mit dem trügerischen Versprechen verbunden sind, das Alter verzögern oder gar vermeiden zu können. Man will dem Alter ein Schnäppchen schlagen.

Wir leben in einer Gesellschaft, deren Wissen groß und deren Weisheit schwach ist, eine Gesellschaft, in der vor allem Stärke und Ganzheit gewürdigt werden. Siegertypen sind nicht nur anderen gegenüber unerbittlich, sie sind es auch sich selber gegenüber. Ich will ein Beispiel eines solchen unerbittlichen Ganzheitszwanges nennen, ich meine den Zwang, ei-

nen schönen Körper zu haben. Der Spiegel, in den man sich nicht mehr hineinzusehen traut, wird dann zum persönlichen Feind. Mehr als eine halbe Million Schönheitsoperationen werden pro Jahr in Deutschland durchgeführt. Die Schönheitsindustrie setzt pro Jahr 120 Milliarden Euro um. „Der perfekte Körper ist zum Synonym für Glück geworden; die Wahrscheinlichkeit, unglücklich zu werden, liegt somit bei fast 100 %.“ (Beilage zur Süddeutschen Zeitung, Juli 2009). Der Schönheitszwang ist nur einer der Zwänge, die ins Unglück führen. Gesundheitszwänge, Jugendlichkeitszwänge, Perfektionszwänge vieler Art treiben Menschen ins Unglück und natürlich vor allem die Alten, denen keine Ganzheit mehr gelingt.

Damit soll nichts gesagt sein gegen eine sorgfältige Körperpflege und auch nichts gegen Erfolg versprechende körperliche Trainingsmöglichkeiten: Kraft- und Gleichgewichtsübungen zur Sturzprophylaxe – Alte Menschen brauchen schonende Pflege, aber wir dürfen sie auch nicht zu Tode schonen. (Kieser)

(3) Die dritte Kategorie lässt sich umschreiben mit ‚Gesellschaftliche Anforderungen durch das Alter‘. Sie spiegelt sich in der Annahme wider, dass angesichts der steigenden Zahl alter Menschen, also angesichts der bekannten demographischen Entwicklung, die Gerechtigkeit zwischen den Generationen gefährdet ist. Man meint, dass alte Menschen gesellschaftlichen Fortschritt eher behindern als fördern, dass sie eher eine Belastung und weniger eine Bereicherung für die Gesellschaft darstellen und dass die wachsende Anzahl alter Menschen zu Generationenkonflikten und zu Verteilungskämpfen führen wird. Darüber hinaus wird betont, dass die wachsende Anzahl alter Menschen auch an Familie, Nachbarschaft und Kommune neue Anforderungen stellt.

(4) Die vierte Kategorie lässt sich schließlich umschreiben mit ‚Gesellschaftliche Abwertung des Alters‘, mit der Altersdiskriminierung. Sie kommt in der fast „rassistisch“ zu nennenden Annahme zum Ausdruck, dass alte Menschen „Sozialschmarotzer“ seien, dass man die Verabreichung von Medikamenten und die Gewährung von Operationen steuern und dosieren und ins Verhältnis zum Alter setzen sollte, dass sie eine Last für die Gesellschaft seien. Es ist nicht nur ein Widerspruch, es ist ein Skandal, dass „wir uns einerseits privat freuen, dass wir dank des medizinischen Fortschritts älter werden und dass wir zugleich gesellschaftlich-öffentlich über die Zunahme an alten Menschen und die notwendige Pflege jammern“ (W. Huber) und klagen. Altersdiskriminierung und Kränkungen des Alters sind auch schon in unbedachten Äußerungen zu finden, so z.B. wenn ich als Pfarrer oder Dekan die stereotype Ausrede von jüngeren Menschen für ihre Kirchgang-Abstinenz zu hören bekommen habe: „In den Gottesdiensten sind ja fast nur alte Frauen zu sehen.“

Welche Bilder von alten und betagten Menschen tragen wir in uns? Diese Bilder leiten uns oft mehr als uns bewusst ist. Wir haben die Bilder unsrer eigenen Großeltern-Generation vor Augen – Der Königsberger Philosoph Immanuel Kant wurde bereits von seinem 50. Lebensjahr an angesprochen mit: „ehrwürdiger Greis“. Bisher wurde das Alter ja in erster Linie mit

dem *Defizitmodell* beschrieben, als körperlicher Verfall, als Schwinden geistiger und körperlicher Kräfte, als Multimorbidität. Dieses Defizitmodell muss aber zumindest ergänzt werden durch ein neues *Kompetenzmodell*, das zeigt, wie aktiv alte (oder „ältere“) Menschen noch sein können, lernfähig, erwartungsvoll und neugierig – bis zuletzt. Wenn es um eine neue Kultur des Alterns geht, dann gilt es, diese Doppelgesichtigkeit zu tolerieren, mit ihr produktiv umzugehen und sie nicht einseitig aufzulösen.

4. Das Doppelgesicht des Alters

Das Alter hat also ein Doppelgesicht: einerseits Ängste, andererseits neue Freiheiten; einerseits Verluste, andererseits Entlastungen. Ist Altern nur ein eisen festgelegter Verfall? Nein, es gibt immer Chancen in den Lebensübergängen, Neuentdeckungen, gerade, wenn man schon eine Weile gelebt hat. Und trotzdem bleibt es dabei: Individualität gibt es nicht ohne Invalidität.

Als der weltberühmte Cellist Pablo Casals, weit über die 90, einmal gefragt wurde, warum er jeden Tag immer noch Cello spiele, manchmal nur langweilige Tonleitern oder trockene Etüden, obwohl er längst keine Schüler mehr unterrichte, längst nicht mehr in den Konzertsälen auftrete, gab er zur Antwort: „Ich habe den Eindruck, ich mache Fortschritte!“ Michelangelo, der fast 90 Jahre alt geworden ist, hat seine Bewunderer mit den Worten verblüfft: „Ich lerne noch!“

Wie findet man den Weg *zwischen Beschönigung* oder gar Glorifizierung des Alters auf der einen Seite *und der Abwertung des Alters*, der Diskriminierung der Alten auf der anderen Seite? Die Bibel kennt in ihrem Lebensrealismus beide Seiten, beide Gesichter: im Buch des Predigers Salomo heißt es da zum einen:

„Denk an deinen Schöpfer in deiner Jugend, ehe die bösen Tage kommen und die Jahre sich nahen, von denen du sagst: sie gefallen mir nicht. (Prediger Salomo 12,1) ... [Ja, der Mensch geht in sein verborgenes Haus, und draußen kreisen die Klagenden, bevor die silberne Schnur zerreißt und die goldene Schale zerspringt, der Krug am Brunnen zerschellt und das Schöpfrad am Schacht zerbricht und der Staub zur Erde zurückkehrt, wie er war, und der Atem zurückkehrt zu Gott, der ihn gab.“ (Prediger 12,1–7, zitiert nach Hans Walter Wolff, *Anthropologie des Alten Testaments*. Kaiser Verlag, München 1977, 183ff.)]

Auf der anderen Seite wird das Alter im 92. Psalm besungen mit den Worten: „Der Gerechte wird grünen wie ein Palmbaum, er wird wachsen wie eine Zeder auf dem Libanon. Die gepflanzt sind im Hause des Herrn, werden in den Vorhöfen unsres Gottes grünen. Und wenn sie auch alt werden, werden sie dennoch blühen, fruchtbar und frisch sein, dass sie verkündigen, wie der Herr es recht macht. (Psalm 92,13–16) Im Alter gibt es also, gegen die Natur und gegen allen Anschein, das Blühen, das Fruchtbar und das Frisch sein! Dann gilt es, wie es die jüdische Philosophie des Mittelalters lehrt, „im Winter des körperlichen Lebens die Merkmale des kommenden Frühlings zu erspüren“ und darauf zu horchen, was einem „blüht“.

„Wir wissen, Philemon und Baucis liebten sich ihr Leben lang so innig, dass die Götter sie nach ihrem Tode in zwei Bäume verwandelten, deren Äste sich im Wind zärtlich berühren. Dass aber im Alter eine Frau (ihren) einen Mann oder ein Mann (s)eine Frau für sich (wieder) entdeckt, in Gefühlen noch einmal aufbricht, liebt, sich sehnt, hofft und verzagt, gehört noch immer zu den verschwiegenen, tabuisierten Möglichkeiten des Lebens“ auch im Alter (P. Härtling, Vom Altern, 1992, S.10).

Im Alter wachsen die Bäume zwar auch nicht in den Himmel, aber es gibt ein anderes Wachsen, das Wachsen der Wurzeln in die Tiefe, und – wie wenn die Natur außer Kraft gesetzt werden würde – heißt es da, dass diese alten Bäume, die bekanntlich so schwer zu verpflanzen sind, sogar blühen, fruchtbar und frisch sein können. Man kann das Leben, das eigene Leben, das einzige, das wir haben, nicht verlängern und nicht verbreitern, aber man kann es vertiefen.

Was braucht der Mensch im Alter? Was braucht er vor allem, wenn er auf Pflege, Betreuung, Begleitung angewiesen ist?

5. Pflege ist immer auch ein Beziehungsgeschehen

Er braucht in vorderster und erster Linie: Gemeinschaft, Kommunikation, Räume der Begegnung, auch wenn der Gesichtskreis und der Aktionsradius kleiner werden. Denn der Mensch bleibt, was er schon immer ist und war, ein Mensch, auf Gemeinschaft angelegt und auf Gemeinschaft angewiesen.

Pflegerisches Handeln ist deshalb immer auch ein Beziehungsgeschehen; diakonische Arbeit ist Beziehungsarbeit.

Pflegebedürftige, besonders auch dementiell erkrankte Menschen brauchen Kontakte und Berührung, auch ritualisierte Gewohnheiten, Gepflogenheiten (darin steckt ja auch das Wort „Pflege“), den Rhythmus und die Musik, auch eine „spirituelle Diakonie“, z.B. den Kirchengang, das Abendgebet, die Andacht, den Gottesdienst, sie brauchen Gelegenheiten, andere Menschen zu treffen und sich gemeinsam mit ihnen zu erinnern. Und sie brauchen Unterstützer und Fürsprecher, wenn ihr körperliches Leben zerbrechlich und ihr geistiges Leben verwirrt wird.

Pflege ist deshalb weit mehr als die Summe der notwendigsten Verrichtungen, die dokumentiert und kontrolliert werden können. Lebensqualität im Alter kann nicht in vorgestanzten Standards gemessen werden. Pflege ist ein Beziehungsgeschehen, ist Beziehungsarbeit. Damit meine ich: Pflege ist eine oft schwere, aber höchst anspruchsvolle und komplexe Aufgabe, an der jeweils ganz unterschiedliche Personengruppen beteiligt sind. Dazu gehören auch die professionellen Fachkräfte, die teils unterstützend, teils alleinverantwortlich dafür Sorge tragen, dass ein pflegebedürftiger Mensch nicht nur am Leben bleibt, sondern weiterhin auch Anteil an der Fülle, an der Ganzheit des Lebens (vgl. Johannes 10,10) erhält, Teilhabe am gemeinschaftlichen (und gesellschaftlichen) Leben, auch wenn dies nur ganz teilweise gelingen und nur fragmentarisch geschehen kann.

Die rasante demographische Entwicklung, die die Alterspyramide auf den Kopf, also auf die Spitze stellt, lässt nicht nur mehr pflegebedürftige Menschen erwarten; auch die Beziehungsbedürftigkeit der zu pflegenden Menschen wird wachsen. Entschleunigung wäre nötig, um wirklich in die Welt des anderen eintreten und verweilen zu können. Aber Beschleunigung, Arbeitsverdichtung, die in Modulen getaktete Zeit prägen den Pflege-Alltag. Das andere wäre aber nötig: die „Langsamkeit“ wieder zu lernen.

Es geht darum, einen Menschen, der Pflege erfährt, nicht als ein defizitäres, reparaturbedürftiges menschliches Wesen aufzufassen, sondern als einen Menschen mit einer unantastbaren Würde und ungeteilten Rechten zu betrachten; man muss sich dabei immer auch vergegenwärtigen, welche Lebensleistung hinter einem langen, manchmal beschwerlichen und schwierigen Weg liegt. Deshalb möchte ich nicht immer nur von *Pflegebedürftigkeit* sprechen, sondern auch von der *Pflegeberechtigung* alt gewordener Menschen. Dass wir einem neugeborenen Menschen ein Recht auf elterliche Fürsorge zuerkennen, ist evident und unbestritten. Diese Betrachtungsweise muss aber auch für alte Menschen gelten. Es sollte uns in diesem Zusammenhang im Gedächtnis bleiben, dass das biblische Elterngebot in seinem ursprünglichen Sinn die alt gewordenen, hilfsbedürftigen, auf Pflege und Betreuung angewiesenen Eltern meint und die soziale Absicherung der alten Menschen in der religiösen Sprache der 10 Gebote gewährleistet: „Du sollst Vater und Mutter ehren (!), auf dass du lange lebest im Lande, das dir der Herr, dein Gott, geben wird.“ (4. Gebot) ...

6. Die Zukunft der Pflege und die Pflege der Zukunft

Ich möchte mit Ihnen den Blick noch auf die gesellschafts-politische Dimension von Alter und Pflege richten. Wie sieht die Pflege der Zukunft und die Zukunft der Pflege aus – oder: sieht die Altenpflege selber bald alt aus?

Das Image der Pflege – hat keine gute „Presse“; gute Nachrichten gibt es in der veröffentlichten Meinung selten.

Und wenn von Mängeln und von Pflegefehlern berichtet wird, dann ist man schnell bei der Hand mit Schuldzuweisungen und mit der Skandalisierung der Pflege en bloc und mit dem Ruf nach einem neuen Pflege-TÜV.

Dabei ist aber der Pflege und damit auch der Gesellschaft insgesamt mit einer (womöglich pauschalen) Skandalisierung überhaupt nicht gedient.
– Fehler, die es überall gibt, wo gearbeitet wird, müssen natürlich vermindert, besser: vermieden werden.

– Ein schlechtes Image der Pflege insgesamt verkennt die Leistung der Mitarbeitenden, die meist mit großem Engagement ihrem schönen, schweren Beruf nachgehen. Es vermindert auch die Lust von potentiellen Nachwuchskräften, diesen Beruf zu ergreifen. Wir werden ohnehin in eine Zeit des Mangels an Fachkräften gehen.

– Ein schlechtes Image der Pflege insgesamt lässt auch die Angst vor der stationären Aufnahme in einem Pflegeheim noch mehr wachsen: „Hoffentlich muss ich dort nicht hin!“

Von Frau Hildegard Hamm-Brücher wissen wir, dass sie ihren demenzkranken Mann bis zuletzt zu Hause gepflegt – das ist durchaus bemerkenswert und nicht selbstverständlich; aber die sonst von mir hoch geschätzte Grand Dame der Politik hat in diesem Zusammenhang auch verlauten lassen, dass sie für sich selbst einen dauerhaften Aufenthalt in einem Pflegeheim kategorisch ausschließe, da dies ihr wie eine „Isolationshaft“ vorkomme. Eine solche Redeweise halte ich für unverantwortlich und unangemessen angesichts dessen, dass es Situationen gibt, in denen der Umzug in ein Pflegeheim, so schwer er fallen mag, schlicht die weit bessere Alternative ist gegenüber dem Bleiben in der eigenen Häuslichkeit, wo oft schon die äußeren Rahmenbedingungen gar nicht oder nur unzureichend gegeben sind für eine sach- und fachgerechte und würdevolle Pflege. „Wer die Altersheime kritisiert, sollte sich die Wohnungen der anderen Alten ansehen“ (Gerhard Kocher, Schweizer Gesundheitsökonom, geb. 1939), der anderen, die ja immer noch in der überwiegenden Mehrzahl sind (ca. 90 % der Pflegebedürftigen werden zu Hause gepflegt).

Gewiss: Pflege kostet Geld – aber sie ist auch ihren Preis wert. Während die Erwartungen der Gesellschaft im Blick auf die Pflege immer mehr steigen und immer noch mehr geregelt, dokumentiert und kontrolliert werden muss, fehlt das Geld, damit die Pflege noch mehr als Beziehungsarbeit zur Geltung kommt, damit die Pflege überhaupt bei dem zu pflegenden Menschen ankommt. Immer weniger Menschen müssen in der Pflege immer mehr leisten. Das kommt aber irgendwann einmal an eine Grenze – das ist in den Krankenhäusern nicht anders. Wenn sich hier nicht bald etwas ändert, dann sieht die Altenpflege wirklich alt aus, und es kann zum Pflege-Infarkt kommen.

Wir brauchen einen neuen Begriff, eine neue Definition, ein neues Verständnis für das, was Pflegebedürftigkeit bedeutet. Bisher ist es so, dass Pflege immer noch den relativ schmalen Ausschnitt von Pflege im medizinischen Sinn meint. Dabei sind Pflege-Heime keine Krankenhäuser (und wir tun alles, um auch in der baulichen Ausstattung nicht diesen Eindruck entstehen zu lassen). Der medizinische Dienst (MDK) nimmt die Einstufung in die Pflegestufen weitgehend unter medizinischen Gesichtspunkten vor. Seither hat man Pflegebedürftigkeit daran gemessen, welcher Bedarf für die Pflege angesetzt wurde. Die *Defizitorientierung* muss aber abgelöst werden durch eine *Potentialorientierung*, wo nicht nur gefragt wird: Was kann dieser alte Mensch nicht oder nicht mehr, sondern was kann er immer noch, worin kann er (immer noch) gefördert werden? Würde des Alters und Würde im Altern heißt: Körperliche, auch geistige Einschränkungen sollen und dürfen nicht zum Ausschlussfaktor werden für das Miteinander. Die Würde des Menschen ist eben nicht auf seine körperliche Verfassung beschränkt. „Der Teppich des Lebens ist und bleibt geknüpft aus Begegnungen mit Menschen.“ (Pfarrerin G. Fleischmann in der Heimzeitung des Samariterstifts, September 2000) „Wirkliches Leben ist Begegnung“ (M. Buber), das gilt vom Leben bis zuletzt.

Dafür brauchen wir neben den Sicherungssystemen des Staates jetzt schon und zukünftig noch mehr auch eine aktive Zivilgesellschaft, die sich

um die Beziehungs-Pflege zu den alten Menschen in den Wohnquartieren und in den stationären Häusern der Altenpflege kümmern.

7. Alter in der Nähe von Sterben und Tod

An den Rändern des Lebens, also bei Geburt und Tod, zeigt sich in besonderer Weise, was es um den Menschen und um das Menschsein ist; an den Rändern des Lebens zeigt es sich in besonderer Weise, welche Achtung vor der Würde des Menschen und welchen Respekt eine Gesellschaft, die wir alle sind, aufzubringen bereit ist. Wie kann man an der Grenze, die oft wie ein Abgrund empfunden wird, einander in Würde, Achtung und Respekt begegnen?

Dazu gehört vor allem, der Angst und der Hoffnung eine Sprache zu geben – gerade in einer Situation, in der wir von der Sprachlosigkeit und Ratlosigkeit, manchmal auch von der Trostlosigkeit, überwältigt werden. Wenn eigene Worte versagen, dann ist es gut, man „borgt“ sich eine Sprache mit ihren bergenden und bewährten Worten, Bildern und Symbolen: Der Herr ist mein Hirte... – oder ein Lied aus dem Gesangbuch, von Paul Gerhardt zum Beispiel. Auch wenn ein Gespräch nicht mehr möglich ist, dann soll der Faden der Kommunikation nicht abreißen. Es geht um das Gesprochene, aber es geht genauso um das, was wortlos geschieht, durch Gesten, durch das bloße Dasein, durch das, was atmosphärisch mitschwingt.

Nur wer selbst in dieser Sprache bewandert und zu Hause ist, wird auch in der Lage sein, mit Sterbenden in ihrer Sprache zu reden und ihre Sprachwege mitzugehen. Die Bilder sind vielfältig und verweigern sich einer schlüssigen Gesamtschau. Nur eines steht fest: Das Jenseits und die „letzten Dinge“ sind unsagbar. Dies mag verunsichern, aber es gibt uns auch Freiraum. Einen Freiraum, in dem unendlich viele unterschiedliche religiöse Traditionen ihren Platz finden können. Und Freiheit hat ebenfalls mit Würde zu tun. Jeder und jede darf seinen, darf ihren Tod sterben, auch das heißt Würde bis zum Lebensende.

Auch im Tod bleibt ein Du, ein Gegenüber, das oder der mir entgegenkommt, ja der mir und allen meinen Ängsten und Sorgen und menschlichen Hoffnungen zuvorkommt. Das ist die zentrale und unaufgebbare Botschaft. Solche Bilder führen deshalb auch zu einer Gottesbegegnung, zum Vertrauen. Würde heißt dann: Respekt haben vor der individuellen Einstellung des sterbenden Menschen, einschließlich der persönlichen Frömmigkeit oder Weltdeutung.

8. Frömmigkeit im Alter

Nach allgemeiner Meinung verliert man im Alter mit den Zähnen auch die Skepsis, und man wird frömmere: „Mit dem Alter kommt der Psalter!“ Ich glaube das nicht. Ich vermute, es gilt allgemein: im Alter wächst sowohl der Wunsch und das Bedürfnis nach Einverständnis mit dem Leben als auch der Zweifel am Sinn des ganzen Unternehmens. Es wächst der Wunsch, Gott zu loben: „Je älter man wird, umso mehr wächst in einem

die Neigung zu danken.“ (Martin Buber, österreichischer Religionsphilosoph); aber je älter man wird, desto mehr wächst auch der Zweifel an Gott.

Es ist wahr, dass Danken, Loben und Preisen neu und intensiv Themen werden. Man will vor dem Tod noch einmal alles zusammenkriegen, man kann nicht einverstanden sein mit dem Stückwerk Leben. Aber der Glaube ist ja nur die Unterbrechung unseres Unglaubens; deshalb, und das ist wohl die Kehrseite der Medaille, wächst auch der Zweifel, und manche können gar nicht genug kriegen mit ihrem Sorgen und Klagen. Man leidet im Alter wohl noch mehr am Schweigen Gottes, dem großen Einwand gegen den Lebensglauben. Gerade wenn man fähig ist, das Augenlicht der Blinden und das Recht für die Armen zu vermissen, dann vermisst man das Wunder und den starken Arm Gottes, von dem die Psalmen so viel wissen. Gerade deshalb ist es wichtig, ein Ohr dafür zu haben und eine Sprache; deshalb ist die Seelsorge in diakonischer Verantwortung und in diakonischer Aufmerksamkeit wichtig, und sie braucht ein geschultes Auge und ein geschultes Ohr und eine ungekünstelte Liebe zu den alten Menschen. „Ich liebe das zahnlose Lachen der Menschen, die ich pflege und betreue!“ sagte einmal eine Schülerin in unserer Altenpflegeschule in Leobenberg.

9. Unsere Gesellschaft braucht das Alter – braucht die Alten

Unsere Gesellschaft braucht das Alter – oder: wir brauchen den Dienst der alten Menschen an der Gesellschaft; dieser Dienst besteht darin, nicht etwas zu leisten, sondern zu sein, so zu sein, wie man ist. Wie sozial eine Gesellschaft wirklich ist, das kann man daran erkennen, wie sie mit den Schwachen umgeht. Diakonie ist nur „stark für andere“, wenn sie eine Schwäche für die Schwachen hat und wenn sie dafür sorgt, dass das Recht der Stärkeren in das starke Recht für die Schwachen verwandelt wird.

Ein Maßstab für eine Gesellschaft ist es, wie sie mit den *Kindern* und mit den *Alten* umgeht, wie sie umgeht mit Einschränkungen und Behinderungen des Lebens, also mit den Menschen, die noch nicht oder die nicht mehr für sich allein sorgen können. Jesus sagte den Erwachsenen: „Lasset die Kinder zu mir kommen und wehret ihnen nicht“, und er hat eine Einladung ausgesprochen, die sich auch an alte, kranke und behinderte Menschen richtet: „Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken.“

Warum stellt Jesus solche Leute in den Mittelpunkt und rückt sie ins Blickfeld: die Kinder und die Mühseligen und Beladenen? Nicht weil sie besondere Menschen wären. Auch Kinder haben schon allerlei Dummheiten im Kopf, und alte Menschen sind selbst im Vollbesitz ihrer geistigen Kräfte nicht vor Torheiten geschützt. Nein, Kinder und alte Menschen sind in diesem Sinn nicht besondere Menschen, sondern deutlichere Menschen. Sie verdeutlichen in einer ganz besonderen Art, was es um das Menschsein ist, und sie tun damit, einfach durch ihr Dasein, einen Dienst an der Gesellschaft insgesamt.

Menschsein ist geschenktes und verdanktes Leben. Ich könnte dazu auch das schöne, altertümlich klingende Wort „Gnade“ sagen. Gnade heißt, dass ich bin, weil mir, ohne mein eigenes Zutun, zu meinem Sein verholfen wird. Es ist mir erlaubt, ein bedürftiges Wesen zu sein. Das, wovon wir eigentlich leben, können wir nicht herstellen: nicht die Liebe, nicht die Freundschaft, nicht die Vergebung, nicht die eigene Ganzheit und Unversehrtheit. Ich kann Fragment sein, und ich brauche mich nicht in der Jagd nach meiner eigenen Ganzheit erschöpfen. Erhard Eppler hat vor mehr als zehn Jahren seinen Lebensbericht unter dem Titel geschrieben: „Vollkommenes Stückwerk“, d.h. ich muss mich nicht selber bezeugen, und ich muss mich nicht immer selbst beabsichtigen, ich muss mich nicht in der eigenen Hand bergen, ich muss im Grunde gar nicht der Souverän meines eigenen Lebens sein. Gnade ist also nicht der Differenzbegriff zwischen dem großen Gott und dem kleinen Menschen. Gnade heißt Befreiung von dem Zwang, sein eigener Hersteller und Ganzmacher zu sein.

Die Bedürftigkeit ist ein wesentlicher Grundzug aller Humanität. Ganz jung sein und ganz alt sein heißt: sich ergeben; es ist ein veraltetes Wort, das ich mag, wenn wir es nicht fatalistisch missverstehen. Sich ergeben heißt nicht: sich (einem Unbekannten) ausliefern, sondern: sich aus der Hand geben, besser: sich in eine andere, vertraute Hand geben, sich anvertrauen, sich nicht mehr mit sich selber rechtfertigen; wissen, dass es zu wenig ist, nur bei sich selber aufgehoben zu sein. Vermutlich gelingt diese letzte Ergebung, die letzte Bedürftigkeit nur wenigen Menschen; aber vielleicht ein Anfang davon vielen. Es ist nicht leicht in einer Gesellschaft, deren Ideal die Unabhängigkeit ist. Es ist besonders für uns Männer nicht leicht, die kaum mehr scheuen als die Abhängigkeit.

Die Ganzheitszwänge steigen da, wo der Glaube schwindet. Wer an Gott glaubt, braucht nicht Gott zu sein und Gott zu spielen; denn wer meint, wie Gott sein zu können, also Gott los werden zu können, der wird dem Teufel immer ähnlicher. Wo aber der Glaube, das Gottvertrauen zerbricht, da wächst auch ein merkwürdiges neues Leiden, das durch überhöhte Erwartungen an das Leben, an das eigene Leben und an das Leben der anderen, schon mitten im Leben entsteht: Mein Körper soll fit sein bis ins hohe Alter, mein Aussehen schön. Mein Beruf soll mich total erfüllen und ausfüllen. Meine Ehe soll ungetrübt glücklich sein. Die Erziehung der Kinder soll tadellos gelingen. Der Partner soll der beste Liebhaber sein und die Partnerin die beste Köchin – oder umgekehrt. Aber: spät, manchmal zu spät, merkt man dann: wenn ich total in solchen Ansprüchen und Erwartungen aufgehe, dann gehe ich auch darin unter. Wer ganz, vollkommen, unabhängig, wer unbedürftig sein will, wird unbedarf. Meist ist man eben nur eine halb-gute Mutter, ein halb-guter Ehemann, eine halb-gute Lehrerin, ein halb-guter Pfarrer und meist nur ein halb-glücklicher Mensch; aber – ist das nicht schon viel?

Dass wir uns recht verstehen: Auch ich mag, wie Sie sicher auch, keine Halbheiten und keine halbe Sachen. Aber gegen den Totalitätsterror und den Vollkommenheitswahn möchte ich das Loblied der gelungenen Halbheit singen, das Loblied des vollkommenen Stückwerks. Die Süße und die

Schönheit des Lebens liegt nicht im vollkommenen Gelingen und in der Ganzheit. Darauf kann man mit Verzweiflung reagieren oder aber man kann einstimmen in die eigene Bedürftigkeit. Ich muss gestehen: auch ich möchte nicht abhängig sein, und ich habe Angst davor. Ich spüre die Abwehr gegen die Vorstellung, dass man mich „füttern“, waschen und windeln muss. Vielleicht ist es eine Form der Gottlosigkeit, lieber sterben zu wollen als abhängig zu werden – eine Gottlosigkeit, die sich tarnt als frommer Wunsch, anderen nicht zur Last zu fallen. Es gehört wohl zum Schweren, vielleicht aber auch zur Reife des Alters, zur Reife des Alterns, zu lernen, den anderen zur Last zu fallen.

Das Leben ist endlich, nicht nur weil wir sterben müssen. Die Endlichkeit liegt im Leben selber, im begrenzten Glück, in der begrenzten Gesundheit, in der begrenzten Kraft, im begrenzten Können, in der begrenzten Ausgefülltheit. Leben aus der Fülle Gottes ist es, die Güte des Lebens anzunehmen, die man jetzt schon haben kann, und die Halbheit nicht zu verachten, nur weil die Ganzheit (noch) nicht möglich ist. „Wenn aber kommen wird das Vollkommene“, sagt Paulus, erst „dann wird das Stückwerk aufhören“ (1.Kor.13,10).

Meine Damen und Herren, liebe Schwestern und Brüder, der Wert und die Würde des Alters besteht darin, dass wir einander helfen, das besondere Geschenk einer länger dauernden Lebenszeit anzunehmen und die besondere Aufgabe, die damit verbunden ist, wahrzunehmen: die Zeit des Alters nicht bloß als einen Abgesang auf das Leben zu verstehen, sondern die Zeit des Alters zu nutzen und Gegenwart zu gestalten. Es ist die besondere Aufgabe, eine dem jeweiligen Leben entsprechende und angemessene Balance zu finden zwischen einem abschiedlichen Leben und einem Leben mit Idealen und Hoffnungen, mit Neugier und mit Leidenschaft – bis zuletzt (vgl. E. Hammer, Männer altern anders, S.189). Dann kann man auch noch am Abend des Tages und am Abend des Lebens aufbrechen, wie es die Emmaus-Jünger tun, aufbrechen mitten in der Nacht und mit der österlichen Sonne im Rücken. Denn, so heißt es ja in den schönen Versen von Hermann Hesse:

„Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...

Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde! (EG, S.1042f.)

Dekan a.D. Dr. Hartmut Fritz
Vorstandsvorsitzender
der Samariterstiftung

Statt eines Nachworts:

Du bist so jung wie deine Zuversicht –
Jugend ist nicht ein Lebensabschnitt,
sie ist ein Geisteszustand.
Sie ist Schwung des Willens,
Regsamkeit der Fantasie,
Stärke der Gefühle,
Sieg des Mutes über die Feigheit,
Triumph der Abenteuerlust über die Trägheit.

Niemand wird alt,
weil er eine Anzahl Jahre
hinter sich gebracht hat.
Man wird nur alt,
wenn man seinen Idealen Lebewohl sagt.
Mit den Jahren runzelt die Haut,
mit dem Verzicht auf Begeisterung aber runzelt die Seele.
Sorgen, Zweifel, Mangel an Selbstvertrauen,
Angst und Hoffnungslosigkeit,
das sind die langen, langen Jahre,
die das Haupt zur Erde ziehen
und den aufrechten Geist in den Staub beugen.

Du bist so jung wie deine Zuversicht,
so alt wie deine Zweifel,
so jung wie deine Hoffnung,
so alt wie deine Verzagtheit.
Solange die Botschaften der Schönheit, Freude,
Kühnheit, Größe, Macht von der Erde,
den Menschen und dem Unendlichen
dein Herz erreichen,
solange bist du jung.

Albert Schweitzer