

Beziehungsweise

Theologische Anmerkungen zu einer Anthropologie des Alterns

Ulf Liedke

1. Das Alter – eine Verlustanzeige?

Hans Magnus Enzensberger hat den Erfahrungen des Alterns den Titel einer »Verlustanzeige« gegeben: »Die Haare verlieren, die Nerven, / versteht ihr, die kostbare Zeit, / ... Blut / verlieren, Vater und Mutter / ... verlieren, immer nur verlieren, auch / die längst verlorenen Illusionen, / na wenn schon, kein Wort / über die verlorene Liebesmüh, / aber woher denn, das Augenlicht / aus den Augen, die Unschuld / verlieren, schade ... / alles auf einmal verlieren, / wehe, sogar den Faden, / den Führerschein, und die Lust.« (Poesie der Lebensalter 2005, 92 f). Die Befürchtungen, denen Enzensbergers Gedicht Worte verleiht, sind gesellschaftlich weit verbreitet. Sie sind Teil eines Stereotyps, das mit dem Altern einen *Prozess des kontinuierlichen Fähigkeits- und Beziehungsverlustes* verbindet. Die Auseinandersetzung mit diesem Alternsbild ist nicht nur *individuell* unabweisbar sondern auch *theologisch* interessant.

Immerhin wird in der Theologie der Mensch vielfach als »ein *Beziehungswesen*« verstanden, »das immer schon auf *anderes Sein bezogen* und nur in solchen Relationen es selbst ist.« (Jüngel 2002, 16). Der Mensch lebt sein Leben beziehungsweise: *aus* der Beziehung zu *Gott* und *in* der Beziehung zu seiner natürlichen und sozialen *Umwelt* sowie zu *sich selbst*. Auf diesem Hintergrund legt es sich nahe, den Prozess des Alterns als eine spezifische Gestalt und Gestaltung des *Menschseins in Beziehung* zu verstehen. Ich möchte mich deshalb zentralen Beziehungsdimensionen zuwenden und nach ihrer Qualität im Prozess des Alterns fragen.

2. Leiblichkeit

Für Paulus ist die Leiblichkeit des Menschen Ausdruck seiner Geschöpflichkeit. Menschliche Identität gibt es für ihn nicht ohne Leiblichkeit. Deshalb hat der Mensch nicht nur einen Körper, sondern er *ist* Leib (vgl. Schnelle 1991, 69). Das menschliche Ich ist ein leibliches Subjekt. Aber während der

Leib für einen Teil der gesunden Menschen oft unbewusst präsent zu sein scheint, tritt er für den Kranken um so deutlicher ins Bewusstsein. Führt der gesunde Mensch ein »Leben im Schweigen der Organe« (Ziemer 2000, 271), so wird für den Kranken diese Stille zerrissen. Die Leiblichkeit wird in der Krankheit zur *Leibbestimmtheit*. Der empfundene Schmerz und die durch körperliche Beeinträchtigung eingeschränkte Aktivität verändern die Sozialbeziehung ebenso wie sie die Selbst- und Gottesbeziehung herausfordern.

Tatsächlich nehmen Zahl, Dauer und Intensität von Erkrankungen im höheren Lebensalter signifikant zu. Gelenkbeschwerden, Sehstörungen, Herz- und Kreislauferkrankungen sowie Durchblutungsstörungen sind die häufigsten Krankheiten (BMFSFJ 2001, 366). Trotz objektiv zunehmender Krankheiten fällt aber die subjektive Bewertung des persönlichen Gesundheitszustandes sehr differenziert aus. Nach dem Alters-Survey bewerten beinahe 40 % der 70- bis 85-Jährigen ihre Gesundheit als gut oder sehr gut. Eine ähnlich große Zahl hat einen mittleren Wert angegeben. Lediglich eine Gruppe von etwa 20 % schätzt dagegen den eigenen Gesundheitszustand als schlecht oder sehr schlecht ein (BMFSFJ 2001, 363).

Subjektives Gesundheitsempfinden und objektiver Gesundheitszustand sind also keineswegs identisch. Nach dem Alters-Survey erleben besonders diejenigen Senioren ihre psychophysische Integrität als gefährdet, die mit dem Älterwerden einen kontinuierlichen Abbauprozess verbinden. Umgekehrt vermindern intensivere soziale Kontakte und persönliche Aktivitäten, dass die gesundheitlichen Einschränkungen ins Zentrum der Selbstwahrnehmung treten (vgl. 392). Die konkrete Gestalt der individuellen Selbst-, Umwelt- und Gottesbeziehung hat offenbar erhebliche Auswirkungen auf das Gesundheitserleben und damit auf die Kompetenz der betroffenen Senioren.

3. Gemeinschaft

Der Mensch ist nach biblischem Zeugnis ein soziales Wesen. Er ist als *Mann und Frau* zum Bild Gottes geschaffen (Gen 1,27) und lebt in sozialer



Geburtstagsfeier

Foto: Matthias Franke

Gemeinschaft. Gott schließt deshalb einen Bund mit seinem *Volk* (u. a. Dtn 29). Die christliche Gemeinde ist eine Gemeinschaft (Apg 2,42), in der alle *Glieder eines Leibes* sind (1 Kor 12). Diese wenigen biblischen Andeutungen verdeutlichen, dass sich menschliches Leben in Gemeinschaft verwirklicht. Lässt sich diese soziale Dimension auch im Prozess des Alterns aufrecht erhalten?

In der Berliner Altersstudie ist deutlich geworden, dass Senioren sich besonders dann einsam fühlen, wenn sie verwitwet sind, keine Kinder haben, in einem Heim leben oder nur wenig Zärtlichkeiten austauschen (Mayer/Baltes 1999, 315). Es handelt sich also um Faktoren des sozialen und weniger des biologischen Alters. Insgesamt kommt die Studie zu dem Ergebnis, dass die Zahl sozialer Kontakte im Alter deutlich zurückgeht, aber dennoch nicht notwendig zu einer Isolation führen muss. So gehören zum sozialen Netzwerk von 75-Jährigen noch immer durchschnittlich zwölf Personen. Im Alter von 85 Jahren sind es zehn und bei 95-Jährigen sind es noch sieben Personen, die zum Netzwerk gehören (Mayer/Baltes 1999, 310). Obwohl die Zahl der Sozialkontakte mit steigendem Lebensalter abnimmt, sind generalisierte Aussagen nicht gerechtfertigt. Alter muss keineswegs einsam machen.

Ich würde gerne davor warnen, Altenarbeit als ein Plädoyer für Zielgruppenarbeit misszuverstehen. Das wäre ein Fehlweg. Die Alten sind keine Sonder- oder Zielgruppe der Gemeindepädagogik. (...) Altenarbeit ist immer von der Integration von Gemeinde her zu denken.

Prof. Dr. Dr. Wolf-Eckart Failing

Aus einer Podiumsdiskussion am 5.10.2005 in der FH Moritzburg

4. Lebensbilanz

Als Paulus auf die Vorwürfe seiner Gegner in Korinth reagierte, antwortete er biographisch. »Ich habe mehr gearbeitet, ich bin öfter gefangen gewesen, ich habe mehr Schläge erlitten, ich bin oft in Todesnöten gewesen« (2 Kor 11,23). Paulus erzählt seine Lebensgeschichte unter dem Blickpunkt einer Schwachheit, die durch Christus Kraft erfährt. Der Anlass der Infragestellung führt ihn zu einer Lebensbilanz, die seine Identität als Apostel zum Inhalt hat.

Für jeden Menschen gibt es Anlässe zur individuellen biographischen Reflexion. Im Nachdenken über das eigene gelebte Leben deuten Menschen ihre Erfahrungen und ordnen sie in ihr Leben ein. Dadurch können sie aktuelle Lebensprobleme bewältigen, zurückliegende Belastungen verarbeiten und bevorstehende Herausforderungen annehmen. Im höheren Lebensalter treten Anlässe für biographische Reflexion häufiger auf, beispielsweise durch den Verlust eines Lebenspartners oder auf dem Hintergrund von gesundheitlichen Einschränkungen.

Das verstärkte Bemühen, eine Integrität der persönlichen Lebensgeschichte herzustellen, lässt sich anthropologisch als Intensivierung der Selbstbeziehung und als deren zeitliche Entschränkung verstehen. Die sonst meist unbewusst präsente Lebensgeschichte wird zum Gegenstand der Auseinandersetzung. Das Subjekt knüpft ein Netz von Beziehungen aus der Gegenwart in die Weite seiner Lebensgeschichte, holt Schätze und Fundstücke an die Oberfläche des Erinnerns oder wird unerledigter Lebensthemen und manchmal auch schmerzlicher Erinnerungen bewusst.

Einer solchen Lebensbilanz kommt eine hohe Bedeutung für die eigene Lebensintegrität und das persönliche Wohlbefinden zu. Dabei ist die Lebenszufriedenheit älterer Menschen keineswegs geringer als die der mittleren Generation. Dem Alters-Survey zufolge sind Ältere sogar »etwas zufriedener mit ihrem Leben« als Jüngere und nennen »sowohl weniger positive als negative Gefühle« (BMFSFJ 2001, 117).

5. Spiritualität

Hermann Hesse hat in seiner Erzählung »Knulp« das Porträt eines Landstreichers gezeichnet, der am Ende seines Lebens mit Gott hadert und ihm vorwirft, sein verpfushtes Leben nicht schon früher beendet zu haben. Gott aber führt Knulp Begeben-

heiten vor Augen, die sein Leben reich gemacht haben: »Sieh ..., ich habe dich nicht anders brauchen können als wie du bist. In meinem Namen bist du gewandert und hast den sesshaften Leuten immer wieder ein wenig Heimweh nach Freiheit bringen müssen. In meinem Namen hast du Dummheiten gemacht und dich verspotten lassen; ich selber bin in dir verspottet und bin in dir geliebt worden. ...« »Ja«, sagte Knulp und nickte schwer mit dem Kopf, Ja, es ist so, ich habe es eigentlich immer gewusst.« Jetzt kann Knulp sterben. »Also ist nichts mehr zu klagen?«, fragte Gottes Stimme. »Nichts mehr«, nickte Knulp und lachte schüchtern. ... »es ist alles, wie es sein soll« (Hesse 1979, 395). Knulps Gespräch mit Gott beeinflusst seinen Lebensrückblick. Im Angesicht Gottes lernt er, sich selbst anzusehen und anzunehmen.

Zu fragen ist deshalb nach der Bedeutung der Gottesbeziehung für den Prozess des Alterns. Karl Heinz Bierlein hebt dazu auf dem Hintergrund biographischer Interviews mit Senioren folgende Gesichtspunkte hervor:

1. *Glaube individualisiert sich.*
Während die Bedeutung der Institution Kirche im höheren Alter erkennbar zurückgeht, bleibt eine individuell eingeübte Glaubenspraxis von hoher Bedeutsamkeit.
2. *Vergangenes wird neu bewertet.*
Lebensgeschichtliche Brüche und Widerspruchserfahrungen werden zunehmend in die Biographie integriert und erfahren eine Neubewertung.
3. *Dankbarkeit wird zu einem Grundgefühl.*
»Der ›Reichtum‹ im Lebenslauf wird als Geschenk Gottes ... verstanden. ... Gott wird als Schöpfer des Lebens und als Lenker der eigenen Lebensgeschichte ... bekannt« (Bierlein 1994, 226).
4. *Für die Zukunft wird Geborgenheit in Gott erhofft.*
»Die Erfahrung von Gottes Hilfe und Zuwendung in der Vergangenheit« erweist sich als »Grundlage für die Zuversicht, auch künftig ... mit der Geborgenheit in Gott rechnen zu können« (Bierlein 1994, 235).

Bierleins Untersuchung zeigt, dass auch die Gottesbeziehung im Alter eine Veränderung erfährt: sie wird individueller und schöpft aus der religiös grundierten lebensgeschichtlichen Vergewisserung die Kraft für die Gegenwart und Zukunft. Die Beziehung zu Gott kann die biographische Selbstbeziehung orientieren und Ressourcen für die Gestaltung der Sozialbeziehungen erschließen.

Könnte es irgendwann auch einmal soweit sein, dass es anstatt eines Jugendwartes einen Altenwart geben könnte??

ein Studierender im 3. Semester

Aus einer Podiumsdiskussion am 5.10.2005 in der FH Moritzburg

6. Altern – ein Beziehungsgeschehen

Altern lässt sich auf dem Hintergrund meiner Überlegungen als ein Lebensprozess verstehen, in dem Beziehungen gestaltet und weitergeführt, aber auch umbesetzt und verändert werden. Kompetenz im Alter ist die Fähigkeit zur Aufrechterhaltung und Gestaltung eines selbstbestimmten und sinnerfüllten Lebens in der Vielgestaltigkeit und wechselseitigen Durchdringung sozialer Beziehungen, identitätsbildender Selbstbeziehung und sinnstiftender spiritueller Beziehung.

Obwohl der Prozess des Alterns für Menschen regelmäßig Verluste mit sich bringt, ist er dennoch keine generalisierbare Verlustanzeige. Vielmehr macht der Blick auf den menschlichen Beziehungsreichtum deutlich, wie im Alter lebenstragende Beziehungen – teilweise mit Assistenz – weitergeführt werden können. Beziehungsverluste können in neuen Beziehungen oder durch die Intensivierung anderer Beziehungsdimensionen bewältigt werden. Besonders dann, wenn gesundheitsbedingte Einschränkungen in den Mittelpunkt treten, trägt die Qualität dieser Beziehungen erheblich zur Bewältigung des persönlichen Lebens bei.

Gemeindepädagogische Arbeit mit Senioren sollte deshalb m. E. alle drei Beziehungsdimensionen im Blick behalten. Sie sollte spirituelle, biographische und soziale Arbeit sein. Neben Gesprächen über den Glauben können Bildungsangebote bereit stehen. Die Gemeinde kann Orte für das biographische Gespräch schaffen und ebenso die Unterstützungsnetzwerke stärken.

Ulf Liedke, Professor für Systematische Theologie und Ethik an der Ev. Hochschule für Soziale Arbeit, Dresden

Bierlein, K. H. (1994): Lebensbilanz, München; BMFSFJ (Hg) (2001): Die zweite Lebenshälfte – Psychologische Perspektiven, Stuttgart; Hesse, H. (1979): Erzählungen, Weimar, Bd. 1.; Jüngel, E. (2002): Beziehungsreich, Stuttgart; Mayer, K. /Baltes, B. (Hg.) (1999): Die Berliner Altersstudie, Berlin; Poesie der Lebensalter (2005), Stuttgart; Schnelle, U. (1991): Neutestamentliche Anthropologie, Neukirchen-Vluyn; Ziemer, J. (2000): Seelsorgelehre, Göttingen.