

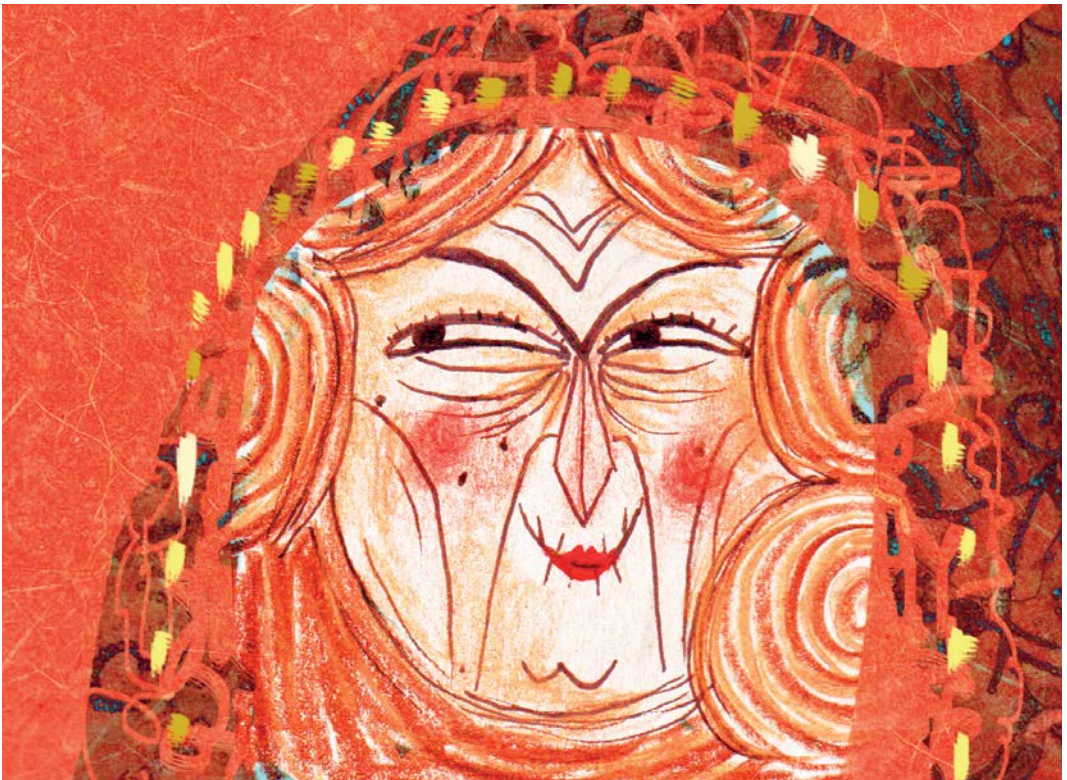
23. Jahrgang | Nr. 90 – Oktober 2018
ISSN 1991-7635



Zeitschrift für

Integrative

Gestaltpädagogik und Seelsorge



Dynamisch (kreativ und genussvoll) altern

Gestaltarbeit und das letzte Drittel des Lebens

Inhaltsverzeichnis

Aus der Redaktion

- H. Neuhold: „Dynamisch, kreativ und genussvoll bis ins hohe Alter“ – eine provokative Überschrift..... 74

Biblisch-spirituelle Impulse

- E. Petschnigg: Zwischen Mythos und Empirie 75
 L. Neureiter: Ein neugeborenes Kind und zwei alte Menschen 78
 R. Schwarzenberger: Die Pieta – eine noch junge Frau und ihr alter Sohn? 80

Zum Thema

- J. Pock: Die Heilmittel des Christentums. Beichte und Krankensalbung – und die Sorge um das Heil des Menschen 80
 K. Furrer: Erikson – Der letzte Lebenszyklus: Versöhnung 83
 D. Tropper: Biografiearbeit mit alten Menschen 85
 A. Ulz: Seelsorge und Spiritualität im Krankenhaus und ihr Beitrag zu einem „dynamischeren“ gelingendem Altern 87
 E. Kapper-Weidinger: Hochaltrigsein als Herausforderung 89

Berichte aus unserem Umfeld

- F. Feiner: Geragogik – Lern- und Lifecoaching für die 2. Lebenshälfte 91

Das aktuelle Interview

- Interview mit Sr. Cécile Leimgruber 92
 Interview mit Cornelia Coenen-Marx 94

Aus der Praxis – für die Praxis

- E. Pöcksteiner: Altenpastoral und Gestalt – Altenpastoral in Krankenhaus und Pflegeheim 96

Literatur zum Thema

- I. Schrettle: Grenzland Zwischenland – Erkundungen 98

Buchbesprechungen – Buchempfehlungen..... 99

Gedicht: A. Sauseng: Ein Suchen war es 99

Das weite Land unserer Seele – Aus der Psychiatrie

- S. Zankl: Närrische Alte oder alte Weise?..... 100

Aus den Vereinen

- G. Kraxner-Zach: JA zur Liebe! Ja zum Licht! JA zum Leben! 103
 H. Gohla: Transformationsprozess auch in Religionspädagogik und Pastoral 104

Termine / Inserate 106

Aus der Redaktion

„Dynamisch, kreativ und genussvoll bis ins hohe Alter“ – eine provokative Überschrift

Der Titel der Zeitschrift mag und soll durchaus irritieren, vielleicht auch provozieren. „Für immer jung“ singt Wolfgang Ambros schon vor Jahren und landete damit einen Hit, der in Österreich zum Volkslied wurde und von jedem/jeder mitgesungen werden kann. Es zeigt sich hier eine eigenartige Spannung unter der das Altern steht: einerseits werden wir Menschen statistisch gesehen tatsächlich immer älter und bleiben auch (meist) länger gesund, das heißt dieser Lebensabschnitt hat sich massive erweitert und will bestenfalls „dynamisch, kreativ und genussvoll“ gestaltet werden; andererseits aber bedeutet Altern auch ein Schwinden der Lebenskräfte und Energien, ein Abschiednehmen von vielen vertrauten Möglichkeiten des Lebens, von liebgewordenen Menschen, ein Zurechtkommen-müssen mit körperlichen Beeinträchtigungen, vielleicht auch ein gesamtes Ermüden bis hin eben zu schwerer Krankheit und Tod. Für viele erwacht in dieser Phase auch ein neues Interesse an Spiritualität und Auseinandersetzen mit den letzten Fragen. Einige Aspekte davon sollen in dieser Ausgabe unserer Zeitschrift zur Sprache kommen. Zunächst werden biblische, sakramententheologische und pastorale Befunde geortet und bedacht. Psychologische, beraterisch-therapeutische Aspekte werden ebenso besprochen wie auch Fragen der Pflege alter Menschen. Interviews bringen einerseits biographische und sehr persönliche Blickwinkel ein, andererseits aber auch medizinisch-fachliche Überlegungen. Natürlich gibt es auch Einblicke in die Arbeit der Vereine bzw. Rückblicke auf den Kongress in Celje oder die Sommerwoche in Tainach.

Ein bunter Mix, der hoffentlich auf Ihr Interesse trifft und dieses wichtige Thema unserer Gesellschaft differenziert zur Diskussion stellt.

Hans Neuhold – Chefredakteur

Edith Petschnigg

Zwischen Mythos und Empirie

Biblische Perspektiven auf das Alter

Ein „biblisches Alter“ zu erreichen ist sprichwörtlich geworden – und diesem Idealzustand sind wir heute, zumindest in den industrialisierten Ländern, weitaus näher als es Menschen zu „biblischen“ Zeiten. Die Lebenserwartung ist seit den 1960er Jahren weltweit stetig gestiegen, besonders trifft dies auf europäische Länder und Nordamerika zu. Ein Kind, das heute in Österreich das Licht der Welt erblickt, sieht einer durchschnittlichen Lebenserwartung von 81,8 Jahren entgegen. Der Topos der „alternden Gesellschaft“ ist medial präsent und wird immer stärker auch zum Thema der Forschung (vgl. *Alternde Gesellschaft*, 2018). Gänzlich anders stellen sich die Alterspyramide und Lebenserwartung in der antiken Welt dar; ein hohes Alter zu erreichen war ein höchst seltener Ausnahmefall. Für Jerusalem um die Zeitenwende zeigen archäologische Funde, dass lediglich sechs Prozent aller Bewohnerinnen und Bewohner älter als 60 Jahre wurden (vgl. Hossfeld, 1990, 2). Das Durchschnittsalter der Könige des Südreichs Juda lag bei rund 50 Jahren. Geht man davon aus, dass die Lebensbedingungen der Bevölkerung weitaus weniger privilegiert waren als jene der Königsfamilie, muss mehrheitlich mit einer geringeren Lebenserwartung gerechnet werden (vgl. Pola, 2011, 128; Zwickel, 2011, 76f.). Altersbestimmungen in Nekropolen zeigen eine durchschnittliche Lebenserwartung von nur 30 bis 40 Jahren, wobei Frauen aufgrund von Komplikationen während der Schwangerschaft und Geburt häufig früher starben als Männer (vgl. Frevel, 2016, 340f.).

„Alt und lebenssatt“ (Gen 25,8) – hohes Alter als Segen

Ein Lebensalter jenseits des Medians zu erreichen, wurde aus biblischer Perspektive dementsprechend als Segen und graues Haar als „prächtige Krone“ (Spr 16,31) betrachtet (vgl. Hossfeld, 1990, 8). Nur von wenigen biblischen

Gestalten lesen wir, dass sie dieses Ideal erreichten, sieht man von den mythischen Altersangaben der Ur- und Erzelternzeit ab. Im 2. Samuelbuch begegnet uns etwa der wohlhabende Gileaditer Barsillai, ein Förderer König Davids, der als „sehr alt“, als „ein Mann von 80 Jahren“ vorgestellt wird (2 Sam 19,33). Im Kreis der biblischen Hochbetagten tritt weiters der Priester Eli in Erscheinung, der im Alter von 98 Jahren an den Folgen eines Sturzes verstirbt (1 Sam 4,15–18). „Ein sehr hohes Alter“, nämlich 105 Jahre, erreicht ferner Judith (Jdt 16,23), die damit neben der Erzmutter Sara, von deren Tod im mythischen Alter von 127 Jahren erzählt wird (Gen 23,1), die einzige weibliche Figur ist, der ein derart hohes Lebensalter zugeschrieben wird. Möglicherweise spiegelt sich in der seltenen Nennung hochaltriger Frauen auch die empirische Beobachtung wider, wonach Frauen vielfach früher starben als Männer (biblisch erzählt wird dieses Faktum etwa im vorzeitigen Tod Rahels bei der Geburt ihres zweiten Sohnes, vgl. Gen 35,16–19).

Eine durchaus realistische, wenn auch in biblischen Zeiten selten erreichte Lebensdauer von 70, höchstens 80 Jahren thematisiert Psalm 90 (V. 10), wie überhaupt Psalmen die verschiedenen Phasen des Lebens und so auch das Älterwerden mehrfach zur Sprache bringen. „Alt und lebenssatt“, wörtlich „satt an Tagen“, zu sterben galt im Alten Israel als Idealzustand und beschreibt die natürliche Hinnahme des Todes nach einem langen, erfüllten Leben (vgl. Neumann-Gorsolke, 2009, 119; 132). In Anbetracht der realiter geringen Lebenserwartung spiegelt sich in diesem literarischen Topos ein nur allzu verständlicher Wunsch wider, der bis heute, auch in Zeiten hoher Lebenserwartung, als Ideal sicherlich nicht an Bedeutung verloren hat. Bemerkenswert ist, dass die biblische Erzähltradition diese Notiz ausschließlich Männern vorbehält: Abraham (Gen 25,8), Isaak (Gen 35,29), David (1 Chr 23,1; 29,28), der Priester Jojada (2 Chr 24,15) und Ijob (Ijob 42,17) – sie alle sterben „alt und lebenssatt“ (vgl. Neumann-Gorsolke, 2009, 119). Das Erreichen eines (fiktiv) hohen Lebensalters ist aus biblischer Sicht charakteristisch für ein besonderes Nahverhält-

nis zu Gott, das nicht zuletzt in den Bildern einer kommenden Heilszeit seinen Ausdruck findet (vgl. Neumann-Gorsolke, 2012, 263). Im neuen, endzeitlichen Jerusalem, welches das Buch Jesaja beschreibt (Jes 65), wird es kein Weinen mehr geben und keinen vorzeitigen Tod; das Leben wird lange und voll Freude sein:

**Ja, jugendlich ist, wer 100-jährig stirbt,
und wer 100 Jahre nicht erreicht, gilt als
bestraft von Gott wegen einer Verfehlung.**

(Jes 65,20)

Hohes Alter scheint gleichsam eine Klammer zu sein zwischen einer ideal vorgestellten Anfangszeit und einer eschatologischen Heilszeit. Jenseits dieser beiden Pole liegt die reale Lebenswelt der Menschen hinter den biblischen Texten; ihre Erfahrungen mit der Lebensphase des Alters und ihre theologischen Deutungen derselben sollen im Folgenden zur Sprache kommen.

"Bevor die schlechten Tage kommen" (Koh 12,1) – die Mühsal des Alters

Die Schriften der Bibel zeichnen ein realistisches Bild des Menschseins in all seinen Facetten, und dazu gehören auch alle Erfahrungen, die mit dem Älterwerden verbunden sind, im positiven wie im negativen Sinne. Wer an Lebensjahren zunimmt, nimmt auch an Weisheit zu – nicht zwangsläufig, aber doch tendenziell, dies zeigen uns vor allem die biblischen Weisheitsschriften (vgl. Müllner, 2006, 9). Das Buch der Sprüche sieht in ergrautem Haar – heute vielfach unerwünscht – ein Zeichen für Lebenserfahrung und Weisheit, das dementsprechend positiv bewertet wird (Spr 16,31; 20,29). Der Lebensphase des Alters wird sehr wertschätzend begegnet (vgl. Liess, 2009, 463f.), und sie ist durch besondere Aufgaben gekennzeichnet, wie die Weitergabe von Wissen und Tradition an die junge Generation und die Funktion des Rat-Gebens (vgl. Hossfeld, 2006, 273). Bei aller Hochschätzung des Alters beschönigt die Bibel die letzte Lebensphase jedoch nicht, benennt das zunehmende Schwinden der körperlichen und manchmal auch geistigen Kräfte

alter Menschen, das eine existenzsichernde Arbeit unmöglich macht. Die Sorge um die alternenden Eltern ist dementsprechend im Elterngesetz des Dekalogs ausdrücklich verankert (vgl. Frevet 2016, 351) und wird auch in der späten Weisheitsliteratur explizit wieder aufgenommen (vgl. Liess 2009, 465-467):

Das Sirachbuch korreliert wie das Buch der Sprüche Alter und Weisheit (Sir 25,5), verschweigt aber auch die beschwerlichen Seiten des Alters nicht (Sir 25,20) (vgl. ebd., 467). Eine der poetischsten und eindringlichsten Darstellungen der Mühsal des Alters zeichnet wohl das Koheletbuch in seinem Schlussgedicht (Koh 11,9-12,8). Angesichts von Alter und Tod ruft es dazu auf, dem Schöpfer zu gedenken und sich in jungen Jahren am Leben zu erfreuen (vgl. Hieke, 2012, 176f.):

**¹Bedenke in den Tagen deiner Jugend,
wer dich geschaffen hat, bevor die schlechten
Tage kommen und die Jahre herannahen,
von denen du sagen wirst: „Ich habe keinen
Gefallen an ihnen“, ²bevor sich die Sonne und
das Licht verfinstern wie der Mond und die
Sterne, und die Wolken nach der Regenzeit
wiederkehren – [...].**

(Koh 12,1-2.7)

„Bis zum grauen Haar, verlass mich nicht, Gott“ (Ps 71,18) – Alter und Spiritualität

Die Lebensphase des Alters und das damit einhergehende verstärkte Bewusstsein der eigenen Vergänglichkeit stellen nicht zuletzt in spiritueller Hinsicht besondere Herausforderungen für das Menschsein dar. Sucht man nach einer biblischen Theologie des Alters, lohnt ein Blick in die Psalmen. Vergänglichkeit und Tod sind zentrale Themen des Psalters, wobei die Todessphäre im biblischen Verstehenshorizont viel weiter gedacht wurde als wir dies heute für gewöhnlich tun. Krankheit, soziale Isolation oder Bedrohung durch Feinde zählen ebenfalls in diesen Bereich. Das hohe Alter als Lebensphase wird explizit allerdings nur selten thematisiert (vgl. Liess, 2012, 162), vor allem geschieht dies in weisheitlich ori-

entierten Psalmen (vgl. Hossfeld, 2006, 273). Exemplarisch sei Psalm 71 näher beleuchtet. Der Psalm beschreibt eine intensive Gottesbeziehung, die für die in die Jahre gekommene betende Person bereits seit frühester Jugend, ja bereits vom Mutterleib an besteht (V. 6). Die als so vertrauensvoll geschilderte Gottesbeziehung wird hier jedoch nicht idealisiert, der Mensch bleibt angefochten, er leidet unter Anfeindungen und befürchtet das Fernbleiben Gottes, vor allem in der letzten Lebensphase: „Verwirf mich nicht in der Zeit des Alters, wenn meine Kraft schwindet, verlass mich nicht“ (V. 9). Doch die Angst hat in diesem Psalm nicht das letzte Wort, die so lange gepflegte Gottesbeziehung erweist sich auch in fortgeschrittenem Alter als tragfähig. Die Bitte in V. 9 mündet schließlich in den Lobpreis Gottes (V. 14-16) und den, auch musikalisch ausgedrückten, Dank (V. 22). Und nicht nur das – die selbst erfahrene Gottesnähe drängt zur Weitergabe an die nächste Generation (V. 18). So zeigt sich die Glaubensverkündigung, das Erzählen über das selbst erlebte Heilshandeln Gottes, als die zentrale sinnstiftende Aufgabe im Leben älterer Menschen (vgl. Liess, 2012, 145-162).

„Jung war ich – nun bin ich alt geworden“ (Ps 37,25) – ein Fazit

Die biblische Rede vom Alter, so lässt sich zusammenfassend feststellen, ist ein vielfältiges Kaleidoskop zwischen Mythos und empirischen Einsichten. Biblische Altersnarrative oszillieren zwischen symbolischen Implikationen für die Zeit der Anfänge respektive die eschatologische Heilszeit und einer realistischen Sicht auf das Leben alter Menschen. Das Alter wird nicht idealisiert, aber hochgeschätzt und zeichnet sich besonders durch die Weitergabe von Lebens- und Glaubenserfahrungen aus. So dürfen wir dem vertrauen, was uns ein „alt gewordener“ Mensch in Psalm 37 zuspricht: „Labe dich am Ewigen, er wird dir geben, was dein Herz erbittet. Überlass dem Ewigen deinen Weg, vertraue auf ihn, er wird handeln“ (V. 4f.).

MMag^a.Drⁱⁿ. Edith Petschnigg, Theologin und Historikerin, lehrt und forscht an der KPH Wien/Krems besonders im Bereich Altes Testament und Judentum.

Literatur:

- Alternde Gesellschaft: Österreich könnte besser vorbereitet sein, in: https://diepresse.com/home/panorama/oesterreich/5490694/Alternde-Gesellschaft_Oesterreich-koennte-besser-vorbereitet-sein (4.9.2018). Gesehen 25. September 2018.
- Frevel, Chr. (2016): „Du wirst jemanden haben, der dein Herz erfreut und dich im Alter versorgt“ (Rut 4,15). Alter und Altersversorgung im Alten/Ersten Testament, in: Ders.: Gottesbilder und Menschenbilder. Studien zu Anthropologie und Theologie im Alten Testament (S. 327 – 357) Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Verlagsgesellschaft.
- Hieke, Th. (2012): Das Gedicht über Freude, Alter und Tod am Ende des Kohelethbuches (Prediger Salomonis), in: Fitzon, Thorsten u. a. (Hrsg.): Alterszäsuren. Zeit und Lebensalter in Literatur, Theologie und Geschichte (S. 171 – 191) Berlin, Boston: De Gruyter.
- Hossfeld, F.-L. (1990): Graue Panther im Alten Testament? – Das Alter in der Bibel, in: Arzt und Christ (S. 1 – 11). 36/1990.
- Hossfeld, F.-L. (2006): Glaube und Alter, in: Theologie der Gegenwart (S. 267-276). 49/2006.
- Sir 3,2-4, vgl. Liess, K. (2009): „Der Glanz der Alten ist ihr graues Haar“ (Spr 20,29). Alter und Weisheit in der alttestamentlichen und apokryphen Weisheitsliteratur, in: B. Janowski / K. Liess (Hrsg.): Der Mensch im alten Israel. Neue Forschungen zur alttestamentlichen Anthropologie (HBS 59) (S. 453 – 484) Freiburg i. Br.: Herder.
- Liess, K. (2012): „Jung bin ich gewesen und alt geworden“. Lebenszeit und Alter in den Psalmen, in: Fitzon, Thorsten u. a. (Hrsg.): Alterszäsuren. Zeit und Lebensalter in Literatur, Theologie und Geschichte (S. 131 – 164) Berlin, Boston: De Gruyter.
- Müllner, I. (2006): Das hörende Herz. Weisheit in der hebräischen Bibel. Stuttgart: Kohlhammer.
- Neumann-Gorsolke, U. (2009): „Alt und lebenssatt ...“ – der Tod zur rechten Zeit, in: A. Berlejung / B. Janowski (Hrsg.): Tod und Jenseits im alten Israel und in seiner Umwelt. Theologische, religionsgeschichtliche, archäologische und ikonographische Aspekte (S. 111 – 136) Tübingen: Mohr Siebeck.
- Neumann-Gorsolke, U. (2012): „Aber Abraham und Sarah waren alt, hochbetagt ...“ (Gen 18:11). Altersdarstellungen und Funktionen von Altersaussagen im Alten Testament, in: A. Berlejung / J. Dietrich / J. F. Quack (Hrsg.): Menschenbilder und Körperkonzepte im Alten Israel, in Ägypten und im Alten Orient (ORA 9) (S. 255 – 285) Tübingen: Mohr Siebeck.
- Pola, Th. (2011): Vom Kleinkind bis zu den „Ältesten“. Zu den Lebensaltern im Alten Testament, in: Theologische Beiträge (S. 127 – 142). 42/2011.
- Zwickel, W. (2011): Alt werden in Israel, in: Welt und Umwelt der Bibel (S. 76f.). 3/2011.

Livia Neureiter

Ein neugeborenes Kind und zwei alte Menschen

über die Erfüllung persönlicher, religiöser und politischer Hoffnung in Lk 2, 25-38

Prominent plaziert finden wir mit Simeon und Hanna, mit Zacharias und Elisabeth im Lukasevangelium, aber auch mit den Großeltern Jesu, Joachim und Anna gemäß dem außerkanonischen Jakobusevangelium, bedeutende Protagonistinnen und Protagonisten, deren (hohes) Alter in den Schriften betont wird. Mit dem fortgeschrittenen Lebensalter der genannten Gestalten werden Sehnsüchte und Hoffnung nach einer Veränderung auch nach einer Umkehr der gegenwärtigen (Lebens)Umstände, nach dem Anbrechen einer neuen Wirklichkeit, die Rettung und Heil verheißt, untrennbar verbunden.

Sozialgeschichtlicher Hintergrund

Das Lebensalter von Männern und Frauen in der Antike ist schwierig zu eruieren. Meist wird von einer durchschnittlichen Lebenserwartung zwischen 20-30 Jahren ausgegangen. Bei der Auswertung antiker Grabsteine, die Belege für die städtische und wohlhabende Oberschicht liefern, hat sich eine 10,8 % Quote für Frauen, die 60 Jahre alt wurden, gezeigt. Die Angaben auf den Grabsteinen belegen den Tod der ältesten Frau mit 96 Jahren (Janssen 1998, 29). 60 Jahre galt in der Antike als Grenze zum GreisInnenalter (Janssen 1998, 31). Die sozialgeschichtliche Situation vor allem alter armer Menschen, sofern sie nicht familiär versorgt wurden, war durchaus schwierig. Die antike Literatur liefert Belege dafür, dass Alter zwar mit Hochschätzung, Zuwachs an „Würde, Einsicht und Weisheit“ (Janssen 1998, 45), aber auch mit körperlichem und geistigem Verfall und Defiziten verbunden und mit Spott und Verhöhnung belegt wurde.

Erstes Testament und nachbiblische Literatur

Das Thema Alter findet sich im AT in Bezug auf bedeutende Persönlichkeiten und Paare

(z.B. Abraham und Sara oder Rut und Noomi) und wird auch in Bezug auf Frauen explizit genannt, wobei die Altersangaben meist wohl als symbolische Zahlen aufzufassen sind. In der Weisheitsliteratur, die gebildete und sozial höher gestellte Personen im Blick hat, wird die besondere Würde alter Menschen herausgestrichen. Sie gelten als LehrerInnen, denen Respekt, Achtung und Gehorsam gebühren (z.B. Sir 6,34; 8,6; 8,8f; 25,4-6; Spr 20,29; Ijob 32,6-10). Weiters wird im ersten Testament an jungen und alten Menschen das Kommen der Heilszeit deutlich, z.B. in Joel 3,1-5 zitiert in Apg 2,17-21. In der eschatologischen Vision in Sach 8,4-5 werden sogar alte Frauen explizit erwähnt, „an ihrer Situation wird die Herrlichkeit des kommenden Heils besonders deutlich“ (Janssen 1998, 57).

In der nachbiblischen jüdischen Literatur finden sich ähnlich wie in ersttestamentlichen Schriften, Aufforderungen alte Menschen zu ehren und die Eltern im Alter zu versorgen. Alter wird mit Weisheit verbunden. Ab 60 Jahren wird von einer Zugehörigkeit zu den Ältesten gesprochen. Ein hohes Alter wird als besonderer Segen gedeutet, auch wenn auf die Beschwerden des Alters rekurriert wird. Forschungen von Bernadette Brooten haben Frauen als „Mütter der Synagogen“ und als Älteste belegt (Janssen 1998, 41). Der Gedanke eines friedlichen Miteinanders der verschiedenen Generationen und der Wertschätzung des Alters wird auch in Lk 1-2 aufgenommen. Er wird zur Voraussetzung und zum Zeichen für das Kommen des Reiches Gottes und die kommende Heilszeit.

Simeon und Hanna – zwei ungewöhnliche Alte?

Im Zusammenhang mit dem Reinigungsopfer Mariens nach der Geburt ihres Sohnes – daher der Tempelbesuch in Lk 2,22-39 – werden der geistbegabte alte Mann Simeon und die Prophetin Hanna genannt. Zu Beginn der Szene wird der alte Mann Simeon, dem offenbart worden ist, dass er den Messias sehen werde (Lk 2,22-35), vorgestellt. Vom Geist geleitet trifft er auf die Eltern mit dem Kind, nimmt es auf seinen Arm und lobt Gott dafür, dass er „das Heil“ noch

schauen dürfe. Nach Simeon wird von der Prophetin Hanna erzählt (Lk 2,36-38). Der Erzählabschnitt schließt mit dem Hinweis darauf, dass die Familie Jesu, nachdem alles, was nach dem Gesetz vorgesehen war, durchgeführt war, nach Nazaret zurückkehrte (Lk 2,39).

Hanna wird als Prophetin vorgestellt, die zu denjenigen spricht, „die auf die Befreiung Jerusalems warten“. Hanna ist eine Parallelgestalt zu Simeon mit eigener Botschaft. Zu Simeon sind außer seinem Alter keine biographischen Angaben überliefert. Zu Hanna dagegen werden Prophetinentitel, Herkunft, sozialer Status (Witwenstand), hohes Alter (84 Jahre) und ihre gottgeweihte Lebensweise genannt. Simeon spricht zu den Eltern im kleinen Rahmen. Hanna dagegen spricht zu einer größeren Menge. Simeon spricht darüber, was die Ankunft des Messias für ihn, für Israel, die Völker und Maria zu bedeuten hat. Hanna geht nicht auf ihr persönliches Schicksal ein, sondern ist in die Reihe derer einzuordnen, die die Befreiung Jerusalems erwarten. Simeon hat im kleinen Kreis direkten Kontakt zum Kind. Von Hanna ist kein weiterer Kontakt zu Eltern oder Kind genannt. Die deutlichste Gemeinsamkeit der beiden ist ihre Verwurzelung im antiken Judentum – ihr warten auf den Messias und das Reich Gottes. Durch Verbindung von Hanna und Simeon als weise, Gott verbundene, geistbegnadete alte Menschen und dem Neugeborenen soll ausgedrückt werden, dass eine neue Zeit anbricht. Es gehe „die Erwartungszeit in die messianische Zeit ...“ (Schürmann zitiert nach Janssen 1998, 167) über. Die namentlich genannte Prophetin ist dabei in der Tradition derer einzureihen, die die Erlösung/Befreiung Jerusalems durchaus auch real-politisch verstehen. Die Sehnsucht und Hoffnung zielt auf eine Befreiung von ungerechten Herrschern des jüdischen Volkes und der römischen Besatzermacht (Janssen 1998, 193).

Mit dem geisterfüllten Simeon und der Prophetin Hanna werden uns alternde Menschen als angesehene RepräsentantInnen der Gemeinde, als aktive, theologisch und politisch Sprechende geschildert. Mit dem Blick auf explizit genannte

alte Männer und Frauen in der kanonischen und außerkanonischen Tradition sowie Belegen aus dem antiken Umfeld, speziell bei Philo von Alexandria (Philo von Alexandria, Über das betrachtende Leben oder Schutzflehenden vgl. Janssen 1998, 42), finden sich besonders in der Gruppe der TherapeutInnen explizit ältere Männer und Frauen. Sie sind geachtete Mitglieder der Gemeinschaft. Durch die Bedeutung der ältesten Männer und Frauen, der *Presbyteroi*, in den jüdischen und jungen christlichen Gemeinden ergibt sich ein Bild, das die Anwesenheit und Bedeutsamkeit Menschen jeder Altersphase im antiken Judentum und Christentum vor Augen führt und die Erfüllung der persönlichen, religiösen und politischen Hoffnungen und Sehnsüchte besonders auch der lebensreifen Menschen auf Erfüllung hin offen hält. Hanna und Simeon sind daher keine ungewöhnlichen „Ausnahme-Alten“, sondern vor dem Hintergrund der ersttestamentlichen Tradition Belege für das Anbrechen einer neuen Wirklichkeit. ■

Drⁱⁿ Livia Neureiter lehrt Neues Testament an der KPH Graz und ist AHS-Lehrerin für Religion und Geschichte.

Literatur:

- Eisen, U. (1996): Amtsträgerinnen im frühen Christentum. Epigraphische und Literarische Studien, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Janssen, C. (1998): Elisabeth und Hanna – zwei widerständige alte Frauen in neustamentlicher Zeit. Eine sozialgeschichtliche Untersuchung, Mainz: Grünewald.
- Janssen, C./Lamb, R. (2007): Das Evangelium nach Lukas. Die Erniedrigten werden erhöht. In: L. Schottroff/M.Th. Wacker (Hrsg.): Kompendium Feministische Bibelauslegung. Sonderausgabe (S. 513–526) Gütersloh: Gütersloher.
- Jensen, A. (2002): Frauen im frühen Christentum. Unter Mitarbeit von Livia Neureiter, Bern u.a.: Peter Lang.
- Jensen, A. (2003): Gottes selbstbewusste Töchter. Frauenemanzipation im frühen Christentum (2. Aufl.). Münster/Hamburg/London: LitVerlag.
- Jensen, A. (2006): Reiche Witwen – arme Jungfrauen? Geld und weibliche Diakonie in der Antike. In: Sigrist, Ch. (Hrsg): Diakonie und Ökonomie. Orientierungen im Europa des Wandels (S. 85–106) Zürich: Theologischer Verlag Zürich.

Reinhardt Schwarzenberger

Die Pieta – eine noch junge Frau und ihr alter Sohn?

Heute ist in unserer Pfarrkirche die Ehejubiläumsmesse. Der Organist lässt die Orgel brausen, der Kirchenchor singt feierliche Lieder, eine Schar Ministranten umschwirrt den sichtlich gut gelaunten Herrn Pfarrer und seinen Adlatus. Es ist eine würdevolle, feierliche Stimmung. Gekommen ist eine große Anzahl an Ehepaaren. Von durchaus noch jugendlich bis schon sehr betagt. Der Herr Pfarrer hat für die Lesung und seine Predigt einen Abschnitt aus dem Hohen Lied der Liebe gewählt. In bereden Worten spannt er den Bogen von der jungen Liebe bis zur Liebe über den Tod hinaus. Wir, Maria und ich, sitzen, als auch schon vergoldetes Ehepaar, so, dass wir die Pieta direkt vor Augen haben. Es ist ein Werk des Grazer Kirchenbildhauers Hans Gschiel (1821 – 1908) aus dem Jahre 1866 im historistischen Stil. Maria beweint ihren toten Sohn. Die große Tragik, wenn Kinder vor den Eltern sterben. Kaum in Worte zu fassen. Im Vergleich mit den anwesenden Paaren und der Pieta wird mir, je länger ich nun schaue, umso klarer: die Darstellung der Mutter Maria ist so jugendlich schön, sodass man eher



Foto: Bettina Spari, Hitzendorf

ein Paar zu erkennen glaubt als Mutter und Sohn. Ich weiß wohl, dass die Darstellung Mariens als ewig Jungbleibende gewollt und üblich ist. Trotzdem drängt sich mir die Frage auf, warum wird Maria nicht als altersentsprechende Mutter dargestellt? Warum darf sie nicht in ihrer Trauer als reife Frau bemerkt werden. In der damaligen Zeit hat sie schon längst die allgemeine Lebenserwartung überschritten? Heute werden in der Werbung die stets jung bleibenden Alten präsent, die eine lange Teilnahme an der Konsumgesellschaft garantieren sollen. Ist es nur die Aversion gegen das stete Werbegeriesel oder denke ich einfach falsch und einbahnig? Da bleibt mir wohl eine Frage offen. ■

Johann Pock

Die Heilmittel des Christentums. Beichte und Krankensalbung – und die Sorge um das Heil des Menschen

Im Zentrum des christlichen Glaubens geht es um das „Heil“ – um das Heilsein der Menschen und der Seelen. Dass dieses Heil jedoch auch mit konkreter Heilung an Leib und Seele zu tun hat, wurde und wird häufig übersehen. Die Wege zu diesem Heilwerden sind sehr un-

terschiedlich – zwischen einem zurückgezogenen Leben, das ganz Gott geweiht ist – und einem totalen Einsatz aller Kräfte im Dienste der anderen ist viel Spielraum. Zu den zentralen „Heilmitteln“, die die Kirche anzubieten hat, gehören die Sakramente. Seelsorge aus Sicht der Sakramente ist dann nicht nur Sorge um das ewige Seelenheil, sondern genauso Sorge um das leibliche Wohl der Menschen. Ich möchte im Folgenden einige aktuelle Zugänge zu zwei Sakramenten aufzeigen, die sich spezifisch um das Heilwerden bemühen – das Sakrament der Versöhnung (Beichte) und die Krankensalbung.

1. Das Sakrament der Versöhnung – zum Heilwerden des ganzen Menschen

Angebote zur Lebensbewältigung, gerade in schwierigen Situationen, zu bieten, das gehört zum innersten Kern von Religionen. Habermas gesteht zu, dass gerade religiöse Weltbilder „hinreichend differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten und Sensibilitäten für verfehltes Leben, für gesellschaftliche Pathologien, für das Misslingen individueller Lebensentwürfe und die Deformation entstellter Lebenszusammenhänge“ bewahrten.¹ Nun stimmt es ja, dass die Sorge um das „verfehlte Leben“ zu den Kernpunkten christlicher Seelsorge im Verlauf der Jahrhunderte gehört hat – so sehr, dass Seelsorge und Beichtsorge beinahe deckungsgleich verstanden wurden.

Herbert Haslinger versteht Sakramente als „befreiende Deutung von Lebenswirklichkeit“²; und er entfaltet (ausgehend von Karl Rahner) einen mystagogischen Zugang zu den Sakramenten mit den pastoralen Handlungsprinzipien Wertschätzung, Echtheit, Empathie, Alltäglichkeit, Befreiung und universale Solidarität.³ Im Sakrament begegnen sich dabei göttliche und menschliche Wirklichkeit.

Gerade dieser anthropologische Ansatz öffnet das Verständnis von Buße und Versöhnung weit über die Einzelbeichte hinaus. Und nur in diesem anthropologisch geweiteten Verständnis kann das Bußsakrament auch zu einem Heilssakrament in diesem Leben werden. Zurecht meint Jakob: „Das Sakrament der Buße und Versöhnung kann dann sein reiches Potenzial wieder entfalten, wenn der Anschluss an echte Schuld und an biografische Herausforderungen gelingt. Es geht darum, überzeugende sprachliche Möglichkeiten zu finden: das ‚eine Wort‘, das ‚meine Seele gesund‘ macht, wie wir vor der Kommunion beten. Es geht darum, bedeutungsvolle Zeichen und Symbole zu finden. Dieses Unternehmen kann nur dann gelingen, wenn der Mensch in seinen positiven Ressourcen wahrgenommen und die biblische Zusage im Ritual erlebbar wird.“⁴ Denn die Menschen sind nicht dem viel zitierten „Unschuldswahn“ verfallen, sondern suchen

nach Möglichkeiten des Umgangs mit der persönlich erfahrenen Schuld.⁵

Buße und Versöhnung wird verstärkt als Prozess, als Weg verstanden, und weniger als einmaliger Akt, wo man sich beim Priester die Absolution holt. Dabei nimmt man auch die Erkenntnisse aus therapeutischen Prozessen ernst.⁶ Dennoch gibt es auch weiterhin ein Bedürfnis nach der Zusage der Sündenvergebung. Und hier liegt auch ein großer Schatz der Kirche: Denn die Zusage „Deine Schuld ist dir vergeben!“ kann kein Therapeut machen. Auch christlich kann nur von Gott her Vergebung zugesprochen werden – als Gnade, die auch noch das umfasst, wo wir menschlich nicht vergeben können.⁷ Hier wird das Heil geöffnet auf das, das unser menschliches Vermögen übersteigt.

2. Die Krankensalbung – Stärkung in der Krankheit und Hoffungsanker im Sterben

Die Versöhnung in Form einer Beichte ist nach katholischem Verständnis vor allem an einem Punkt des Lebens unumgänglich: in Verbindung mit der Krankensalbung, und hier vor allem in Todesnähe. Hier begegnen sich die beiden Sakramente, die unmittelbar mit dem auch physischen und psychischen Heilwerden des Menschen zu tun haben. Schon in den neutestamentlichen Gemeinden und bei Jesus selbst gehören beide Heilungen zentral dazu – oft verbunden mit körperlichen Berührungen. Auch die Krankensalbung bedarf eines behutsamen Umgangs: „Das Sakrament der Krankensalbung setzt an die Stelle geschwätziger Vertröstung die Geste der Behutsamkeit. Die Basissymbolik seiner ‚materia‘ – die Salbung von Stirn und Händen – nimmt wohltuend darauf Rücksicht, daß es Menschen schwer fällt, am Krankenbett die richtigen Worte zu finden. Sie fordert und fördert etwas anderes: Unaufdringlichkeit und Feinfühligkeit“⁸. Ottmar Fuchs bezeichnet es als „Sakrament in der Not“⁹ – und plädiert dafür, auch den Aspekt der „Letzten Ölung“ nicht ganz zu vergessen. Denn neben dem wichtigen therapeutischen (und zumeist „diesseitigen“) Verständnisses der Krankensal-

bung als eine Stärkung der Hoffnung und der Heilungskräfte – denn es geht eben um mehr, auch um das „Heil der unbedingten Gnade Gottes dem sündigen Menschen gegenüber und über den Tod hinaus“¹⁰. Gerade in der Phase des Sterbens kann dies ein Hoffnungsanker sein, der über die Schwelle des Todes helfen kann.

Vor allem an der Krankensalbung wird das sichtbar, was für alle Sakramente gilt: „den Einbruch des Heils in das Unheil“¹¹ – und gerade in dieser immer wieder unheilen und auch unheiligen Welt gibt es die Möglichkeit, Gott zu begegnen – denn es gibt nichts, das aus der (liebenden) Beziehung mit Gott herausfällt.

Gerade angesichts von Krankheiten und Situationen, die nicht heilbar sind, ist es umso notwendiger, das „Unmögliche“ zu feiern – dass Krankheit und Tod nicht das letzte Wort haben; dass es eine religiöse Hoffnung gibt – einen „grundlosen“ Gott. Die sakramentalen Feiern und die Pastoral der Kirche können hier auch „jenseits menschlicher Antwortversuche und Lösungsstrategien in letztlich unbewältigbaren Situationen von Scheitern, Verzweiflung und Tod“¹² gerade mit ihren Ritualen einen Horizont eröffnen für das Heil, das jenseits des Unheils liegt.

3. Seelsorge – nicht nur Seelenheil, sondern auch Leibsorge¹³

In der Sakramentenpastoral der Kirche geht es zumeist um die äußerlichen Formen der Feier und um die Feier selbst. Selten kommen jedoch die anthropologischen Gegebenheiten zur Sprache, die meines Erachtens aber zentral zur Seelsorge dazugehören. So bringt jüngst Papst Franziskus die Bedeutung der Leiblichkeit und des ganzheitlichen Heil-Werdens immer wieder ins Gespräch, wie z.B. in seiner Enzyklika *Laudato Si*: „Wir entfliehen nicht der Welt, noch verleugnen wir die Natur, wenn wir Gott begegnen möchten.“ (LS 235) Gottesbegegnung und Heilwerden geschieht hier nicht primär durch Askese, durch das Ablegen alles Materiellen, durch Verleugnung des Körperlichen – sondern gerade im Physischen, in der leibhaften Schöpfung. Fran-

ziskus sieht zu Recht die Gefahr, dass die Menschen heute in ihrer spirituellen Suche den Durst „ohne Leib und ohne Einsatz für den anderen“ stillen. Die Kirche hat daher dieser spirituellen Suche leibhaftig, konkret, im Einsatz aller Kräfte zu begegnen – und nicht in einer „spiritualistischen“ Weltabkehr oder Weltverleugnung. Vielmehr hat die kirchliche Seelsorge so zu agieren, dass sie die Menschen „heilt, sie befreit, sie mit Leben und Frieden erfüllt und die sie zugleich zum solidarischen Miteinander und zur missionarischen Fruchtbarkeit ruft“ (so in seiner Enzyklika *Evangelii Gaudium* 89). Die Heilssorge gehört wesentlich zum Christsein dazu – und sie wird (nicht zuletzt durch Neuorientierungen der beiden Sakramente Beichte und Krankensalbung) aktuell verstärkt verbunden mit einer ganzheitlichen Sicht auf den Menschen. Hier könnten die unterschiedlichen Disziplinen, die sich um das Heil-Werden des Menschen sorgen, vermehrt ins Gespräch kommen. ■

Fußnoten:

¹ Jürgen Habermas, *Zwischen Naturalismus und Religion*, Frankfurt a. M. 2005, 115.

² Herbert Haslinger, *Sakramente – befreiende Deutung von Lebenswirklichkeit*, in: Ders. (Hg.), *Handbuch Praktische Theologie Band 2: Durchführungen*, Mainz 2000, 164-184.

³ Vgl. Haslinger, *Sakramente*, 172f.

⁴ Monika Jakobs, *Heilende Zumutung: Buße und Versöhnung*, in: *Katechetische Blätter* 37 (2012,2), 9-22, hier: 22.

⁵ Müller, Wunibald, *Schuld und Vergebung. Befreit leben*, Freiburg 2010, 70f.

⁶ Vgl. z.B. Stauss, Konrad, *Die heilende Kraft der Vergebung. Die sieben Phasen spirituell-therapeutischer Vergebungs- und Versöhnungsarbeit*, München 2010.

⁷ Vgl. dazu sehr schön: Ottmar Fuchs, *Sakramente – immer gratis, nie umsonst*, Würzburg 2015, besonders 99-124 zu „Beichte und Sühne“.

⁸ Hans-Joachim Höhn, *spüren. Die ästhetische Kraft der Sakramente*, Würzburg 2002, 100.

⁹ Vgl. Ottmar Fuchs, *Sakramente – immer gratis, nie umsonst*, Würzburg 2015, bes. 157-179.

¹⁰ Ebd., 157.

¹¹ Ebd., 174.

¹² Ebd., 177.

¹³ Vgl. dazu Johann Pock, *Leibsorge als Seelsorge. Das Seelsorgeverständnis von Papst Franziskus*, in: *Barmherzigkeit und zärtliche Liebe. Das theologische Programm von Papst Franziskus*, hg. v. Kurt Appel / Jakob Helmut Deibl, Freiburg: Herder 2016, 231-246.

Karl Furrer

Erikson – Der letzte Lebenszyklus: Versöhnung

Der Nuklearphysiker Hans Widmer nennt wichtige Lebensphasen: „Der Mensch muss... aufwachsen, werden, sich einfügen, lieben, Abschied nehmen.“¹ Abschied nehmen als Lebensaufgabe heisst zurückblicken auf das eigene Leben: Was ist gelungen, wie habe ich Krisen überstanden, was bereue ich, was hat meinem Leben Sinn verliehen? Ein schönes Beispiel eines geglückten Lebensabschlusses fand sich in einer Todesanzeige: „Als der Kreis immer enger geworden, die alten Freundinnen immer weniger, und als die Kräfte schwanden mehr und mehr – da sagtest Du: Jetzt ist es gut.“ Die letzte Lebensphase positiv gestalten bedeutet, seine Taten annehmen um sich mit seinem Leben, wie es auch immer verlaufen ist, zu versöhnen. Es geht darum, zu seinem Leben „Ja“ sagen zu können. In einem Interview zu ihrem Buch „Spurensuche“ äussert sich die Schriftstellerin Klara Obermüller: „Ich habe gelernt, Unzulänglichkeiten als Teil des Lebens zu akzeptieren. Beim Schreiben habe ich gemerkt, dass ich trotz allen Irrungen und Wirrungen zu mir und meinem Leben Ja sagen darf. Ich bin mit mir einigermassen im Reinen, auch wenn ich im Nachhinein sicher gewisse Dinge anders machen würde.“²

In der Philosophie hat sich eine Ethik entwickelt, die untersucht, „wie man auf eine gute, glücklich-gelungene Weise altert.“ Es handelt sich dabei um eine Lebenskunst: „Gemeint ist nicht jene Fähigkeit raffinierter Egoisten, aus jeder Situation Vorteile für sich herauszuschlagen, sondern die Fähigkeit und Bereitschaft, sein eigenes Wohl im Rahmen von Gerechtigkeit und Fairness zu suchen.“³

Erik Erikson vertritt, dass wir uns durch eine festgelegte Entwicklung unserer Persönlichkeit in acht Stadien entwickeln, wobei jede Stufe bestimmte Entwicklungsaufgaben psychosozialer Natur umfasst. Die achte Stufe oder Phase wird

als spätes Erwachsenenalter oder Reife bezeichnet. Die Entwicklungsaufgabe dieser letzten Lebensphase besteht darin, Ichintegrität sowie ein Minimum an Verzweiflung zu entwickeln.⁴ „Ichintegrität nun bedeutet, dass man mit seinem Leben ins Reine kommt und damit auch mit dem Ende des eigenen Lebens zurechtkommt. Wenn man in der Lage ist, zurückzuschauen und den Lauf der Dinge zu akzeptieren, die Entscheidungen, die man getroffen hat, das eigene Leben, so wie man es gelebt hat, wenn man erkennt, dass alles notwendig und gut, so braucht man den Tod nicht zu fürchten.“⁴ Wie tragisch es ist, wenn die Versöhnung mit dem eigenen Leben nicht gelingt, sondern Verzweiflung überhand nimmt, zeigt eine Begebenheit, die der Theologe Ulrich Knellwolf beschreibt: „Bei einem sehr starken Berufskollegen hätte ich darauf gewettet, dass er einmal getrost und unangefochten sterben würde. In seinen letzten Lebenswochen im Pflegeheim besuchte ich ihn jeden Tag. Er sass verschüchtert in einer Ecke des Zimmers, mit einem fast wahnsinnigen Blick, und vernichtete sein ganzes Lebenswerk mit den Worten: ‚Es ist alles ein grosser Beschiss.‘“⁵

Pfarreien und Seelsorger können mithelfen, dass ältere Menschen zu ihrem Leben „Ja“ sagen. Altersnachmittage mit frohen Runden, Vorträge, Einkehrtage oder ein Ausflug führen sie zusammen und fördern das gemeinsame Gespräch. Denn „ältere Menschen sind keine Inseln. Die Entwicklung der Intelligenz, die geistige Fitness hängt mit dem kognitiven Input und den Anregungen der Umwelt zusammen“⁶. Dabei sollen sie sich in der Pfarrei und bei den Anlässen willkommen fühlen. Als Seelsorger habe ich erfahren, wie bedeutsam Besuche im Spital oder zuhause sind. Es ist wichtig, sich Zeit zu nehmen und zuzuhören, wenn ältere Menschen aus ihrem Leben erzählen. Bei einem Besuch im Altersheim wirkte eine 99 jährige Frau sehr traurig; sie erzählte, alle ihre Kinder seien gestorben und sie stehe nun alleine da. Der Frau zuhören, sich in ihre Situation einfühlen, ihre Hand halten, ein Gebet sprechen



© RE-CREATION Archiv – Foto: F. Feiner

kann hilfreich sein. Schön ist, wenn bei Besuchen erfahren wird, dass die Person ihre Ichintegration abgeschlossen und ihr Leben angenommen hat, wie das Beispiel eines ehemaligen Automechanikers zeigt. Beim Gespräch war er stets offen und erzählte manche Episode aus seinem Leben. Beim letzten Besuch wünschte er, mit mir ein Glas Wein zu trinken, wohl aus Dankbarkeit. Es war eine der eindrücklichsten Begegnungen mit einer Person, die auf den Tod gefasst ist. Die Woche darauf las ich die Todesanzeige von ihm.

Der Glaube an Gottes Barmherzigkeit, an seine Bereitschaft den Menschen mit seinen Wirkungen anzunehmen kann zum tragenden Fundament für die Versöhnung mit dem eigenen Leben im Alter werden. Dies habe ich recht drastisch beim Besuch einer Frau im Spital erlebt. Sie zweifelte an der Existenz Gottes in ihrem Leben. Bei mehreren Besuchen gelangten wir zu einem vertrauensvollen Gespräch. Einige Wochen später wurde ich zu ihr nach Hause gerufen. Sie lag in ihrem Bett und rang mit dem Sterben. Sie fragte mich: „Und was kommt jetzt?“ Ich habe ihr die beiden Gleichnisse aus dem Lukasevangelium vom verlorenen Schäfchen und der Münze erzählt und ihr gesagt, dass sie mit dem Verlorengegangenen gemeint sei und Gott auf der Suche nach ihr ist und sie willkommen heisst. Sie sagte

leise „Danke, danke, danke“ und verschied. Doch wie können wir Menschen begegnen, die im Bett liegen und nicht mehr ansprechbar sind? Eine etwas seltsame Situation ergab sich bei einer krebskranken Frau kurz vor ihrem Tod. Ihr Mann hat mich zu ihr gerufen. Sie war dem Bett ihres Mannes zugewandt. Ich fragte ihn um Erlaubnis, mich in sein Ehebett zu legen. „Mach, was meiner Frau hilft.“ So lag ich nun der Frau zugewandt im Ehebett und hielt ihre Hände. „Musst Du nicht noch beten“, warf der Mann ein und brachte ein kleines Büchlein mit den Psalm-Gebeten. Da lag ich nun, betete Psalmen und hielt tröstend ihre Hände, bis sie das Leben liess.

Ein Satz des Dichters Adelbert Stifter hat mich stets als Seelsorger begleitet und ist inzwischen für meine eigene Ichintegration wegweisend geworden: „Und Gott fügt die Dinge und es wird gut sein.“⁷

Karl Furrer ist Religionspädagoge, Erwachsenenbildner und Seelsorger

Fußnoten:

¹ Hans Widmer, Neue Zürcher Zeitung, 15.9.2018

² Klara Obermüller, Als Adoptivkind war ich orientierungslos, Internet

³ Otfried Höffe, Neue Zürcher Zeitung, 24.8.2018

⁴ Erik H. Erikson, Identität und Lebenszyklus, Buchclub Ex Libris, Zürich

⁵ George Boeree, Persönlichkeitstheorien – Erik Erikson; Internet

⁶ Ulrich Knellwolf, Neue Zürcher Zeitung, 14.8.2018

⁷ Hans-Werner Wahl, NZZ am Sonntag, 13.3.2018

Doris Tropper

Biografiearbeit mit alten Menschen

„Wenn nichts mehr bleibt, als nur die Erinnerung“

Das mühsame Hervorkramen von Erinnerungen um jeden Preis ist heute in Mode gekommen. In Pflege und therapeutischer Begleitung, bei Krankheit, Krise und in schwierigen Lebensphasen wird die „Biografiearbeit für alle Lebenslagen“ fast schon zur Modedroge und zum Allheilmittel hochstilisiert. Es wurden ausgeklügelte Techniken und Methoden entwickelt, um den Vergesslichen wieder auf die Sprünge zu helfen, damit jedes noch so kleine Detail aus dem Erinnerungsleben ausgegraben und bearbeitet wird. Mit Ablehnung hingegen begegnen wir dem Vergessen, dem auf allen Ebenen unerbittlich der Kampf angesagt wird. Zu Unrecht, denn auch das bewusste „Vergessenkönnen“, das Loslassen und Verabschieden von Lebensereignissen, die einen unangenehmen Beigeschmack in sich tragen, erweisen sich an manchen Lebensstationen als richtig, hilfreich und auch heilsam. Dies gilt vor allem für die Biografiearbeit mit älteren und sehr alten Menschen.

Es braucht viel Einfühlungsvermögen und Verständnis, um zulassen zu können, dass es auch überlebensnotwendig sein kann, in bestimmten Krisen und Lebensübergängen etwas zu vergessen, um neu und unbelastet durchstarten zu können. Das schließt jedoch nicht die wichtige Auseinandersetzung mit allen Schatten der Vergangenheit zur richtigen Zeit aus. Rückschau, Besinnung und Aufarbeitung können niemals von außen verordnet werden, sondern nur vom alten Menschen selbst bestimmt werden.

Auch darf der Blick zurück kein verklärter sein, sondern vielmehr eine tragfähige Brücke in die Zukunft. Die ältere Generation kann dabei ihre Erfahrungen als Potential und Ressource

einbringen. Erinnerungsarbeit lebt stark vom gegenseitigen Geben und Nehmen. Wer das verstanden hat, weiß wie bereichernd biografisches Erinnern sein kann. Das gelingt aber nur dann, wenn wir ohne große Erwartungshaltungen uns auf ihre/seine Geschichte einlassen, offen sind für neue, oft unerwartete Prozesse und uns mit dem auseinandersetzen, was der alten Frau oder dem alten Mann gerade in den Sinn kommt. Alles Erinnerte erhebt niemals den Anspruch auf Wahrheit und Wirklichkeit, weil es nun einmal nicht die einzige, echte, authentische Erinnerung gibt. Somit öffnet diese Tatsache das Tor zu einer sehr weiten Spielwiese verschiedenster Möglichkeiten und Methoden, um Erinnerungen zu pflegen und zu bewahren, sie zu sortieren und in einem ganz neuen Licht zu betrachten. Der berühmte inhaltliche „rote Faden“ zieht sich dabei über Alltagserlebnisse hin zu lebensgeschichtlichen Erinnerungen, wobei die Jahreszeiten eine angemessene Symbolik zur Reflexion des Lebensverlaufes bieten und auch als Metaphern für das Auf und Ab des Daseins stehen. Die nonverbale Kommunikation als „Sprache der Berührung“ und die Stimulation durch Gegenstände haben in der biografieorientierten Begleitung alter Menschen ihren Platz und gewinnen mit zunehmendem Alter der KlientInnen immer stärker an Bedeutung.

Biografiearbeit lebt in erster Linie vom Austausch und von der Kommunikation, aber auch vom Zuhören. Manchmal braucht es einen „Türöffner“, eine inhaltliche Anregung, damit die Erinnerungen belebt werden können.

Beispiele dafür:

- Namen, Vornamen und Namenstage. Dahinter stecken oft Geschichten über Paten und Familienmitglieder.
- Die Heimat – wo jemand geboren wurde. Fragen nach Ursprungsfamilie, Geschwister und die Kinderzeit.
- Häuser und Wohnsituationen, die eine prägende Erinnerung hinterließen.
- Wo und wie wurde die Schulzeit erlebt?

- Wie war die Jugend und wer war die erste große Liebe im Leben?
- Gibt es Erinnerungen an den allerersten Arbeitsplatz?
- Was wurde früher zu Hause gekocht und gegessen?
- Welche Schwierigkeiten galt es zu meistern?
- Gab es besonders glückliche, vielleicht aber auch sehr schwierige, belastende Zeiten?
- Gab es einen Lieblingsort oder einen Lieblingsplatz im Leben? Wo war dieser und wie sah er aus?

Unterstützend zu allen Fragen eignen sich Bilder aus Kalendern oder Bildbänden, Fotos aus Fotoalben, Ansichtskarten, Geschichten und Zeichnungen aus Büchern, aber auch Lieder, Gedichte und Gebete. Alte Tanzmusik, die Schlager von gestern und Hörbilder auf CDs verführen zu Erinnerungsreisen in die eigene Vergangenheit. Alte Menschen biografisch zu begleiten, heißt auch, sich auf ihre Lebensgeschichte voller Neugierde und Unvoreingenommenheit einzulassen. Eine gute Möglichkeit, um einen neuen, anderen Zugang zu bekommen, ist es, sich die Geschichte ihrer/seiner Hände erzählen zu lassen und zwar durch Worte, Wahrnehmungen und auch Berührungen. Respekt vor Lebensraumgrenzen und vor dem Rhythmus der/des anderen sind dabei unabdingbare Voraussetzungen. Berührungen bedeuten oftmals auch die Begegnung mit der Welt; sie wirken tröstend, anregend, beruhigend, geben Halt und machen Körpergrenzen spürbar. Das ist für sehr alte Menschen von Wichtigkeit, die durch altersbedingte Einbußen oder Krankheiten ein großes Defizit in der Wahrnehmung ihrer Lebensumwelt haben.

Besonders gut lassen sich Erinnerungsspuren durch Gegenstände beleben:

Die gute alte Knopfschachtel hatte früher ihren Platz im oberen Fach des Wäschekastens und war ein kleines Museum der persönlichen Erinnerungen. Darin fanden sich weiße Perlen von

Großmutterns Bluse, Knöpfe aus Silberdraht und Perlmutter, mit Seide, Samt und Brokat überzogene, aber auch raue Holz- und schmucke Trachtenknöpfe. Die bunten Kostbarkeiten haben die Kleidungsstücke überlebt, die sie einst schmückten und in vielen Fällen auch ihre Besitzer. Ein Erinnerungskoffer hingegen kann alle möglichen Alltagsgegenstände beinhalten, die stimulierend wirken und zum Erzählen einladen: Bürsten mit unterschiedlichem Borstenmaterial, Kochlöffel, Töpfe, Teller und Tassen aus Blech, Tücher in verschiedenen Qualitäten und Stoffen, Kleiderschürzen, Kopftücher, Glocken, Werkzeuge, Steine, Rinden, Zapfen und vieles mehr. Alle Materialien und Gegenstände aus dem Umfeld des alten Menschen oder aus der Natur werden dann als aktive Komponente der Biografiearbeit und als Angebot zum differenzierten Greifen und als Anregung zum Berührtwerden durch die Welt eingesetzt.

Nicht zu vergessen sind alle wohltuenden, angenehmen Düfte, die Erinnerungsspuren beleben und Bilder aus der Vergangenheit hervorzubringen: Orange, Lavendel, Zimt, Lindenblüten, Gewürznelken, das erste Parfum, Apfelkompott, Zwetschkenfleck ... In der Schatzkiste des Lebens haben unendlich viele Erinnerungen Platz. Es genügt schon, wenn durch einen Impuls nur eine einzige Erinnerungsspur den Weg aus dem Dunkel ins Licht der gegenwärtigen Betrachtung findet. ✦

Doris Tropper, Trainerin, Journalistin, Buchautorin, ist Mitbegründerin der Hospizbewegung in Österreich.

Literatur:

Tropper, D. (2014): Die Schätze des Lebens. Das Handbuch der bewussten Erinnerung. München: mvgverlag

Tropper, D. (2016): Das Spiel mit der Identität. Biografiearbeit am Beispiel faszinierender Persönlichkeiten. München: Kompletmedia

Anita Ulz

Seelsorge und Spiritualität im Krankenhaus und ihr Beitrag zu einem „dynamischeren“ gelingendem Altern.

Sich einlassen, zulassen

„Ihr Blick ist auf den Tisch ihres Lehnstuhls gerichtet, an dem sie mit gebeugten Körper sitzt, während sie unverständliche Worte vor sich hin stammelt. Die Krankenschwester versucht währenddessen, sie mit Brei zu füttern. Dann legt sie ihren Kopf in ihre Hände und erstarrt im Blick. Ich besuche fünf Patientinnen in ihrem Zimmer und komme zuletzt an ihren Rollstuhl. Immer noch hat sie ihr Haupt gesenkt auf den Tisch ruhend. Als ich sie namentlich anspreche und ihr meine Hand reiche, sieht sie mich mit großen Augen an. Dann erzählt sie mir in deutlich klaren Worten ihre Lebensbilanz und verabschiedet sich mit Worten, die mir zu Herzen gehen: „Danke, dass sie mich nicht übersehen haben.“

Seelsorge ist im Sinne Jesu vom „sich einlassen“ auf die Begegnung mit dem konkreten Menschen geprägt. Dies impliziert den Anspruch, den anderen als den Anderen (Levinas) wahrzunehmen, ernst zu nehmen, sich möglicher Urteile bewusst zu werden und diese loszulassen. Wir SeelsorgerInnen kommen mit leeren Händen. Wir kommen ans Krankenbett, gleichsam als Einladung, dass die Menschen nicht mit uns gehen (müssen), sondern dass wir als von Jesus motivierte Menschen, in der Wahrung ihrer Freiheit, zuerst mit ihnen gehen. Wir setzen uns horchend (nicht wissend) zu den Leidenden und Verzweifelten und treten begleitend in ein Gespräch ein. Lebensbilanz, Biographie, manchmal nie zuvor ausgesprochene Verwundungen können hier zum Ausdruck kommen. So wie es Erich Fried formuliert „sein Unglück ausatmen können“, Raum geben, dem bisher Unausgesprochenen, aber dennoch dem Belasteten: Schmerz ausdrücken, ans Licht bringen wider das Verdrängen. Die Er-

fahrungen werden ernst genommen und stehen gelassen. Dann, wenn Menschen Schritte weitergehen möchten, können wir ermutigen, die erlebten Verletzungen zu erinnern und durcharbeiten. Anerkennen und betrauern gilt als Voraussetzung zum Finden neuer Hoffnungen.

Sich auf Gott verlassen

Seelsorge als „Heildienst“ der Kirche gilt nicht exklusiv für Krankenhäuser, darf aber dort im Besonderen gelebt werden, denn in der Brüchigkeit der menschlichen Existenz, im plötzlichen, unfreiwilligen Auftreten einer Krankheit, gilt das Angebot des Lebens, sich fragend mit den Tiefenschichten der Seele und damit auch mit dem „Seelengrund“, der göttlichen Existenz auseinanderzusetzen. In der plötzlichen Not, kann sich der Mensch „verlassen“ fühlen. In diese Verlassenheit, dürfen wir SeelsorgerInnen, (sofern uns PatientInnen dazu einladen) eintreten, bewusst und getragen, indem wir uns auf die zweifache Bedeutung dieses Wortes „verlassen“ einlassen, nämlich, uns sichtlich als Werkzeuge Gottes zu begreifen und uns auf diese uns begleitende Wirklichkeit zu verlassen. Vielleicht können wir nur so ein Stück des Weges mit den Leidenden mitgehen, weil es durch uns als Person¹ „hindurchklingen“ darf. Freilich sind wir dabei immer zwischen Anspruch und Wirklichkeit im Fragment unseres Seins herausgefordert, horchend der Autorität² Gottes Raum zu geben.

Heil werden von innen, geborgen im Unaussprechlichem

Eingebettet in verschiedenen Formen der Gesprächsführung, der Begleitung und Beratung, die über ihren unmittelbaren Anlass und Zweck hinausgeht, kann der betroffene Mensch von innen her, die aufbauende, befreiende und tröstende Heilszusage Gottes erschließen, indem wir unseren Gesprächspartnern Perspektiven und Handlungsräume aufzeigen, die sie noch gar nicht entdeckt haben. Immer wieder fragen mich Patienten, ob mich die Begegnung mit dem Leid nicht zu sehr „herunterziehen“ bzw. traurig machen würde. Für mich selbst erlebe ich ein beständi-

ges Lernen, denn vielfach begegne ich authentischen Menschen, die sich ihrem Leben aufrichtig stellen und die Größe ihres Menschseins inmitten allen Leids schauen. In Krankheitssituationen zerbricht so mancher Lebensentwurf, aber dennoch begegnet mir die Auferstehung hier im wahrsten Sinne des Wortes: Es gilt der christliche Auftrag, einander beizustehen, dass wir am Leid nicht zerbrechen, sondern aufgebrochen werden zu unserem wahren Wesen. Manchmal führt dieses „Aufbrechen“ zur mehr Leben, zu strahlender Lebendigkeit. Und vielleicht ist das gerade der Auftrag der Seelsorge im Sinne Jesu „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“ (Joh10,10) Der Auftrag, dem Leben zu trauen, „herauszuleben“, was in einem ist und vom bloßen Dasein ins Leben zu gehen. Oft habe ich bei Karzinompatienten erlebt, wie sich inmitten ihrer Leiderfahrung ihr Leben verwandeln konnte, sie Widerstände loslassen konnten und lebendiger wurden oder, wie es David Steindl-Rast ausgedrückt hat: „Jeder Fortschritt im Leben ist ein Sterben in eine größere Lebendigkeit hinein“. ³ Gerade in der Optimierungsgesellschaft, die auch vor dem Krankenhaus nicht Halt macht, gilt Seelsorge als „integratives Pendant“, einerseits zielgerichtet auf die Freiheit und Entfaltung des Einzelnen, andererseits zwecklos als Angebot, sich in eine tiefere Wirklichkeit „fallen zu lassen“ und dort unverlierbar geborgen zu sein.

Wohlwollend dem Menschsein in seiner Würde begegnen

Den Menschen als Subjekt mit seinen zusammenhängenden Körper-, Geist-, Seelendimension wahrzunehmen und anzuerkennen, kann zum Prozess des gelingenden Alterns beitragen. Im Alltag der Klinik laufen wir Gefahr, den Menschen als jenen zu betrachten, der die Krankheit hat und vernachlässigen ihn so als Subjekt. Der Mensch ist mehr als die Summe seiner Erlebnisse, Gedanken, Gefühle und Krankheiten. Er ist und bleibt inmitten seiner Krankheitsgeschichte ein einzigartiges Subjekt, dem man möglichst ohne Verstellungen begegnen kann. Gerade im Altern geschieht auch der schmerzhafteste Prozess, der Ab-

schied von der Illusion, nur durch Leistung dem Leben einen Sinn zu geben.

Manchmal gipfeln intensive Gespräche in Ritualen, spirituellen Angeboten der Stille ⁴ oder in Kommunionfeiern: Wenn Gott mit mir leiblich durch die Kommunionfeier eins geworden ist, dann kann ich mit mir und meinem Leben, wie es ist, einverstanden sein und mit mir in Einklang kommen. Wenn Christus in mir „in Fleisch und Blut übergeht“ bin ich eingeladen, meinem Inneren gegenüber wohlwollend zu begegnen, ich darf mich durch Christus von innen hier „vereinigen“ lassen. Befreit vom Einfluss der antiken Leibfeindlichkeit will Seelsorge heute das Wohlergehen des Menschen in all seinen Lebensbezügen und seiner Leiblichkeit. Sinn reicht über das Sinnliche hinaus, gibt dem Sinnlichen jedoch liebende Aufmerksamkeit: Ich erinnere mich an eine Patientin, die sich neu orientieren, ihr Dasein zum sinnerfüllten Leben verwandeln wollte. Ihre Begabung war es, sich intensiv mit Kräutern zu beschäftigen, doch im Alltagstrott war ihre Gabe stets zu kurz gekommen. Jetzt, angesichts einer schweren Erkrankung, galt ihr Ziel ihrer Lebendigkeit, das zu leben, was sie schon immer erträumt hatte und jetzt noch vermochte. Ich brachte ihr einen Strauß aus duftenden Kräutern und werde nie unser beider „Ergriffensein“ vergessen, das wortlos in Tränen Ausdruck fand. So komme ich mit vollen Händen aus den Begegnungen zurück, mich tief vor den Menschen mit ihren Lebensgeschichten verbeugend, dankbar und lernend bis zum letzten Atemzug. Seelsorge ist zutiefst spirituell ⁵, immer wieder begegnet uns der Geist Gottes. „Lassen“ kommt mir wieder in den Sinn. Sich ganz Gott überlassen, vielleicht damit das Leben wie es ist, zulassen, Vergangenes hinter sich lassen, gelassen werden, dann kann Altern dynamisch ⁶ sein und die Lebendigkeit, zu der wir berufen sind, in unseren Augen aufleuchten, egal wie alt wir sind. ■

Anita Ulz ist Krankenhausseelsorgerin und Religionspädagogin in der Steiermark

Fußnoten:

¹ Lat. „personare“: hindurchklingen

² Lat. „augere“: wachsen lassen

³ David Steindl-Rast, *Achtsamkeit des Herzens*, Herder 2014, S.95

⁴ Rituale der Stille ermöglichen ein „stehenbleiben“, d.h. sich dem Leben, wie es ist, zu stellen

⁵ Lat. „spiritus“: Atem, Lebensatem, Seele, Geist, Begeisterung

⁶ griech. „Dynamikós“: vermögend, wirkend, mächtig, stark

Elisabeth Kapper-Weidinger

Hochaltrigsein als Herausforderung

Menschen im hohen Alter haben besondere Bedürfnisse, die wir auch in Pflege und Betreuung, aber auch in der Seelsorge berücksichtigen müssen. Hochaltrige sind Menschen über 80 Jahren und der Anteil dieser Bevölkerungsgruppe wird sich bis 2050 verdoppeln. Umso mehr ein Thema bei dem es sinnvoll ist sich damit auseinanderzusetzen.

Der Umfassende Schutz des Lebens – Aktion Leben in der Steiermark versucht mit seiner Hochaltrigentagung seit 10 Jahren unterschiedliche Themen die hochaltrige Menschen beschäftigen zu beleuchten. Der Bogen dieser Tagungen spannte sich von Lebensqualität im Alter, Spiritualität, Menschenwürde im Alter, Lebensformen im Alter bis zum Leben mit Demenz. Die hohe Anzahl der BesucherInnen zeigt wie spannend diese Themen sowohl für Betroffene als auch für Angehörigen unterschiedlicher Berufsgruppen die in Pflege, Betreuung und Seelsorge arbeiten sind. Am Anfang meiner Berufstätigkeit als Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester war das Thema Hochaltrigkeit kein Thema, auch waren Probleme mit denen oft Hochaltrige zu tun haben bzw. Unterstützungen die Menschen in diesem Lebensabschnitt brauchen nur ein Randthema. Von Demenzerkrankungen hat damals kaum jemand gesprochen, höchstens dass jemand vergesslicher wird. Auch gab es im Gegensatz zu heute keine adäquate Versorgung mit

Inkontinenzprodukten und Gehbehelfen. Mit meinem beruflichen Wechsel in die häusliche Pflege und Betreuung sind es zum Großteil ältere und alte Menschen, die von uns versorgt werden.

Vor zwanzig Jahren waren es vielfach 80 – 90jährige die zu unserem Klientel gehört haben. Mittlerweile sind es eine hohe Anzahl von 90 – 100 jährigen die oft noch sehr selbständig zu Hause in den eigenen vier Wänden leben. Teilweise werden sie von der Familie unterstützt und/oder von den Mobilen Diensten. Hochaltrige haben andere Bedürfnisse, die es von uns professionellen Pflegekräften, aber auch von den Familienangehörigen zu berücksichtigen sind.

Diejenigen, die ich in den letzten Jahren als über 100-jährig erleben durfte, waren sich sehr klar wie sie leben wollten. Sie hatten einen durchstrukturierten Tagesablauf, legten viel Wert auf Bewegung und ihnen war eine ausgewogene Ernährung wichtig. In Übermaß zu essen widerstrebt ihnen und sie suchten sich ganz gezielt die Lebensmittel aus. Geistig und körperlich rege zu sein und an der Gegenwart interessiert zu sein ist eine gute Voraussetzung weise alt zu werden. 100-Jährige, die ich kennen lernen durfte, waren nur Frauen und sie legten sehr viel Wert auf ihr Aussehen. Sie haben sich sehr gepflegt, wobei sie aufgrund der Verlangsamung ihrer Aktivitäten sehr viel Zeit dafür aufwenden. Eine besonders nette Frau ist mir ganz besonders in Erinnerung geblieben. Sie war für einige Zeit in einem Pflegeheim und die Kinder haben mich kontaktiert, dass sie dort nicht bleibe und daher Unterstützung für zu Hause brauche. Sie weigerte sich dort länger zu bleiben, da dort nur alte und kranke

Menschen seien. Wir haben sie dann noch zwei Jahre in ihrer eigenen Wohnung betreut, in der sie allein gelebt hat. Einmal am Tag ist der Sohn vorbeigekommen und unsere Dienste hat sie auch täglich benötigt. Sehr wichtig war ihr der tägliche Spaziergang, der eine Stunde gedauert hat.

Menschen, die hochaltrig sind haben wahrscheinlich einer der größten Veränderungen der Welt erlebt. In ihrer Jugend war ein Auto keine Selbstverständlichkeit, von einem Computer war noch lange keine Rede. Diese Generation hat die Zwischenkriegszeit, den zweiten Weltkrieg erlebt und hat unser Land wiederaufgebaut. Auch die gesellschaftlichen Rollen waren anders, für Frauen war es üblich zu Hause bei den Kindern zu bleiben. Vielfach gab es in den Wohnungen und Häusern keine Badezimmer. Dies könnte man noch lange fortsetzen. Diese Zeiten haben die Menschen geprägt, teilweise hatten sie in dieser Zeit Erlebnisse, über die sie nie sprechen konnten und es auch heute nicht können. Dies zeigt sich in der Pflege oft bei Pflegehandlungen. Es gibt Widerstände die wir nicht nachvollziehen können.

Diese massiven Veränderungen haben natürlich auch Auswirkungen auf das Leben, auf die Verhaltensweisen von Menschen in sehr hohem Lebensalter. Daher ist auch wichtig sich mit Zeitgeschichte auseinanderzusetzen, damit wir sie verstehen können. Die Geschichte prägt den Menschen, seine Wahrnehmungen der Welt und die Schlüsse, die er daraus für sein Leben zieht. Eine Auseinandersetzung mit der Biographie des alten Menschen kann für professionelle Berufsgruppen sehr hilfreich sein. Für die Betroffenen geht es auch immer stark darum mit der Gebrechlichkeit des Alters umzugehen – dies kann eine wesentliche Herausforderung sein. Die Selbständigkeit so lange wie möglich zu erhalten ist auch das Ziel von vielen hochaltrigen Menschen. Dies gelingt in vielen Fällen auch sehr gut.

Oft merken Angehörige, dass die Selbstpflege oder die des Umfeldes nicht mehr ausreichend durchgeführt werden kann. Dies ist natürlich eine

Herausforderung für die Bezugspersonen, auf der einen Seite möchte man die Selbständigkeit erhalten und die Menschen nicht vor den Kopf stoßen, auf der anderen Seite ist Unterstützung und Hilfe oft dringend erforderlich. Dies erfordert oft eine sehr gute Kommunikation und Empathie für die Lebenssituation den Betroffenen.

Der Anstieg des Lebensalters ist mittlerweile für viele Menschen auch ein Grund sich damit beschäftigen, wie kann ich im hohen Alter leben, welche Wohnformen gibt es – welche Hilfe- und Unterstützungsmöglichkeiten stehen zur Verfügung. Wie ist mein Leben verlaufen, was gibt meinem Leben Sinn – dies sind oft wichtige Fragen. Religion ist nicht die einzige Antwortmöglichkeit, aber für viele Menschen in dieser Generation jedoch eine Wesentliche. Ältere Menschen, die in ihrem Herzen und vom Denken jung bleiben, bereichern dadurch ihr Leben im Alt-Werden.

Hochaltrige Menschen strahlen etwas Besonderes aus, sind sehr weise Menschen und bereichern damit die Menschen in ihrem Umfeld. Jede Begegnung mit Menschen in dieser Lebensphase kann ein Geschenk sein, jedoch ist es auch unsere Aufgaben Rahmenbedingungen zu schaffen, damit ein Alt-Werden in Würde möglich. Ältere Menschen haben das Recht auf einen wertschätzenden Umgang, Respekt vor ihren Wünschen und die Tatsache, dass diese Begegnungen unser aller Leben reicher machen. ■

DGKS Elisabeth Kapper-Weidinger ist Einsatzleiterin in der Hauskrankenpflege, mittlere Pflegetherapeutin, zertifizierte Case Managerin (ÖGCC), Biografiecoach, Vorsitzende des Vereins Umfassender Schutz des Lebens – Aktion Leben Steiermark

Franz Feiner

Geragogik

Lern- und Lifecoaching für die 2. Lebenshälfte

Ein neuer Hochschullehrgang wird seit heuer an der KPH Wien-Krems angeboten. Unter der noch jungen Wissenschaftsdisziplin *Geragogik* versteht man die Querschnittsmaterie aus der Andragogik (Erwachsenenbildung) und Gerontologie (Alterswissenschaft). Bisweilen wird auch der Begriff Alterspädagogik verwendet. Mittlerweile findet eine Etablierung der Geragogik als selbstständige Wissenschaftsdisziplin statt. Der viersemestrige Studiengang eignet sich für alle, die mit lernenden, älteren Menschen zu tun haben. Das Alter wird zu einer eigenen Lebensspanne mit neuen Bedeutungen. Deshalb ist auch der Lernzugang zu älteren Personen anders zu gestalten als zu jüngeren. Dadurch ergeben sich gesellschaftliche und politische Konsequenzen, insbesondere hinsichtlich Versorgung und Pflege, aber auch bezüglich der Lebensqualität, des sozialen Eingebunden seins und der Partizipation älterer Menschen. Besonders die Partizipation, das Miteingebunden werden in einen Prozess, ist beim lebenslangen Lernen bei älteren Menschen nicht außer Acht zu lassen. Dies stellt auch das Bildungssystem vor eine neue Herausforderung und die Frage ist, welche Möglichkeiten Bildung hierfür bieten kann.

Zielgruppen sind:

- Interessierte mit akademischem Grad (Bachelor, Master/Magister/Magistra, Doktorat)
- AbsolventInnen von Pädagogischen Hochschulen oder Akademien (4 bis 6 Jahre Berufserfahrung)
- Diplomierte einer beruflich verwandten Ausbildung (im pädagogischen oder im geriatrischen Bereich)
- AbsolventInnen des Universitären Lehrgangs „Angewandte Gerontologie“ (mit Anrechnung) und des Akademielehrgangs „Geragogik“ mit Anrechnung

Zu erwerbende Kompetenzen:

- Überblick über sich verändernde Lebenslagen und Lebensstile älterer Menschen erwerben und Veränderungen kognitiver, psychischer und sozialer Fähigkeiten im Alter kennen
- Lernen für Menschen mit besonderen Bedürfnissen im geragogischen Bereich gestalten und fördern
- Grundlagen des menschlichen Lernens und deren Anwendungsmöglichkeiten kennen
- Einen Beitrag zur Identitätsentfaltung und zur Entwicklung einer integralen Spiritualität im Alter leisten können
- Möglichkeiten geragogischen Handelns in der Vielfalt von Freizeit- und Kulturangeboten für älter Menschen kennen
- Interkulturelle Aspekte im geragogischen Handeln berücksichtigen
- Einblick in gelungene Integration älterer Menschen in den Arbeitsprozess
- Theoretisches und praktisches Wissen miteinander verbinden und methodisch angemessen in Projekten umsetzen
- Netzwerke zwischen unterschiedlichen Gruppierungen, die mit älteren Menschen arbeiten, aufbauen
- Verantwortliche für Menschen mit besonderen Bedürfnissen etc. Schulen und Gruppen coachen können

Der Hochschullehrgang dauert vier Semester und schließt mit dem „Master of Arts (MA)“ ab. Der modulare Aufbau eröffnet individuelle Profilbildung und Vertiefung. Ein in der zeitlichen Gestaltung flexibles Lernen ermöglicht das Studium parallel zu Ihrer Berufstätigkeit.

Info unter:

<https://www.kphvie.ac.at/institute/zentrum-fuer-weiterbildung/hochschullehrgaenge-im-ueberblick/geragogik-lern-und-lifecoaching-fuer-die-2-lebenshaelfte.html>

Interview mit Sr. Cécile Leimgruber

Bitte berichte doch etwas von deinen persönlichen Anfängen mit der Gestalt.

Meinen ersten Gestaltkurs gab ich 1989 mit Albert, Heinrich und Christa in Waldfishbach mit siebzig Personen. Organisiert wurde dieser Kurs von Josef Meller in Speyer. Seitdem begegnete ich über tausend Menschen in verschiedensten Ländern. Faszinierend war für mich, was mit den Menschen geschah. Zuerst beängstigten mich die Fragen, die ich den Menschen stellen musste, bis ich merkte, dass es nicht auf das Fragen ankam, sondern auf das genaue Hinhören. Genaues Zuhören führte direkt zu den „verdeckten Landkarten“ (Ken Wilber), die die Menschen unbewusst druckten!

Von meinen beiden großen Lehrmeistern Albert Höfer und Manfred Glettler habe ich sehr viel gelernt. An sie denke ich mit großer Dankbarkeit zurück. Es war mir vergönnt, das Co-Training bei den beiden zu absolvieren.

Wie hat die Gestalt dein eigenes Leben verändert?

Durch die Gestaltarbeit, vor allem durch meine Kurse, habe ich sehr viel gewonnen in meinem Wachstum, in meinem Erwachsen-Werden. Dafür bin ich allen Menschen, denen ich je begegnet bin, sehr dankbar. Sie haben mich reich beschenkt – mit ihrem Vertrauen.

Du bist Ordensschwester und warst Lehrerin an einem Gymnasium. Außerdem warst du in der Ausbildung von Lehrerinnen tätig. Wie fließt das in deine Arbeit als Trainerin ein?

Ja, ich war 45 Jahre passionierte Lehrerin. Das Pädagogische half mir vor allem im Gestalten der Kurse. Das Ballett aus meiner Kindheit kam mir beim Choreographieren von Tänzen zu Hilfe. Aber meine anderen Ausbildungen fließen genauso in die Arbeit ein.



Sr. Cécile Leimgruber

geboren am 21.07.1942 in Genf; Sie legte 1968 ihre erste Professur im Orden der barmherzigen Schwestern vom Heiligen Kreuz ab und feierte 2018 ihre goldene Profess. Sie ist eine der ersten Schülerinnen Albert

Höfers, Gründerin des Schweizer Gestalt-Vereins und leitet neben ihrer Tätigkeit als Musiklehrerin seit dreißig Jahren Grundkurse in Gestaltpädagogik.

Foto: Giella Begonda

Welche?

Meine Erfahrungen als Berufsmusikerin, auch meine christliche Grundhaltung flossen in die Kurse ein, wie das Theologische aus meiner Ausbildung im TKL. Die Logotherapie bei E. Lukas in München war für mich persönlich eine sehr wichtige Ausbildung. Der Sinn-zentrierte Ansatz begleitet mich stets in meiner Arbeit. Außerdem bin ich bilingual aufgewachsen. Das erleichtert es mir, mich in verschiedene Sprachen und Dialekte einzuhören. Meine unterschiedlichen Ausbildungen fügten sich in der Gestalt zu einem Ganzen! Das alles war nur möglich, weil meine großzügigen Ordensobern und mein damaliger Schuldirektor mich gewähren ließen.

Was ist der größte Gewinn von Gestaltarbeit, den Menschen haben?

Letztlich müssten das die Teilnehmer/-innen selber beantworten. Ich erhoffe mir, dass sie mit der Erforschung ihrer „Landkarten“ ein Stück weitergekommen sind. Das könnte zum „Erwachsen“-Werden und somit zur Aussöhnung mit dem Leben als solchem beitragen. Friede und Zufriedenheit sind die Grundlagen für seelische und leibliche Gesundheit.

Welche Aufgaben siehst du für die Zukunft der christlichen Gestaltpädagogik?

Ich finde die Person Jesu zeitlos, auch wenn sich die Menschen immer mehr von den her-

kömmlichen Dogmen entfernen. Gestalt-Arbeit wird im Sinne von Bewusstwerdung, was zur Ganzheit hinführt, immer wichtig bleiben. Veränderungen werden sich aus den Bedürfnissen neuer Generationen ergeben. Ich wünsche mir, dass eine neue Trainer-Generation die neue Generation der Gestaltkurs-Absolventen ebenso auffangen wird, wie es die Höfer-Ära geschafft hat, viele Menschen auf ihrem Weg zu begleiten.

Du hast selbst viele Trainerinnen und Trainer ausgebildet. Kannst du die drei wichtigsten Eigenschaften nennen, die Gestalt-Trainer mitbringen sollten?

Der wichtigste Punkt: Man muss den Menschen *lieben*. Er muss einem am Herzen liegen.

Dann geht es um eine hohe Verantwortung dem Menschen gegenüber, der sich öffnen möchte. Dazu braucht es viel *Sorgsamkeit*, Achtsamkeit und Intuition. Ferner müsste ein Trainer eine *Ausstrahlung* mitbringen, mit der er Menschen in Gruppen führen und zusammenhalten kann. Das ist einem Trainer in die Wiege gelegt, man kann es sich leider nicht erarbeiten.

Was ist der Sinn des Lebens für dich?

Den Sinn des Lebens finde ich in der Bewusstseinsweiterung. Sprich: „wachsen, erwachen und innerlich frei werden“ bis ans Ende des Lebens, um so „zum wahren Leben“, dem „Glück, für das wir geschaffen wurden“, zu kommen, wie Papst Franziskus in seinem kürzlich erschienenen Buch „Freut euch und jubelt“ schreibt. Dazu gibt die Gestaltarbeit eine kleine Anleitung. Auch ich bin immer noch unterwegs, auf dem Weg zur Ganzheit. Ein Buch, das ich jeder Gestalt empfehlen möchte: Ken Wilber, „Integrale Meditation. Wachsen, erwachen und innerlich frei werden“.¹

Was heißt das für deine konkreten Lebenspläne und deinen Weg mit der Gestalt?

Auch wenn ich 2020 mit der offiziellen Gestaltarbeit „abschließe“, bin ich jetzt schon auf einem neuen Weg. Menschen, die versklavt, ausgebeu-



Hier ein Portrait der ältesten, begeisterten Zeitschriftleserinnen aus Illanz, Schweiz:

Links: Sr. Josepha Hotz, geb. 18.09.1928, wird dieses Jahr 90ig
Rechts: Sr. Columbana Hüppi, geb. 8.12.1941

tet, in die Prostitution gezwungen werden, gehören zu meinem neuen Aufmerksamkeitsbereich. Meine Kongregation setzt sich weltweit für die *Bewusstmachung* und Bekämpfung dieses großen Unrechtes ein. Ich vertrete den Ausschnitt der kleinen Schweiz in diesem Anliegen.

Wir wünschen dir viel Erfolg bei deinem Anliegen und würden uns freuen, etwas von deiner Arbeit zu erfahren. Danke für das Gespräch!

Das Interview führte Janina Stenzel,
Lüneburg, Trainerin im GPN
(Gestaltpädagogik Niedersachsen).

¹ Verlag: O.W. Barth. ISBN 978-3-426-29268-6.

Interview mit Cornelia Coenen-Marx

Zu Cornelia Coenen-Marx passt gut „Einmischerin“. Immer wieder ergriff und ergreift sie in Kirche und Diakonie das Wort für Menschen in sozial schwierigen Situationen. Oder schon früh setzte sie Ideen wie einen „Gemeindeladen“ mitten in der Stadt um. Im „Ruhestand“ ist sie selbstständig tätig und thematisiert die spirituelle Seite sozialen Handelns. Heute bringt sie ihre Erfahrungen als Referentin und Autorin ein und hält Vorträge wie „Lebenssatt – das Leben satt?“ In der Hörfunksendung „SWR 2 Zeitgenossen“ am 30.03.2018² fragte Holger Gohla:

Was wollen Sie damit erreichen?

Dass Menschen sich tatsächlich daran freuen, dass wir heute gesund älter werden können. Das muss man immer wieder sagen: Wir werden zehn Jahre im Schnitt älter in den letzten hundert Jahren als vorher, gesünder, gebildeter, kompetenter, organisationsstärker. Wir haben Techniken, die uns ermöglichen, lange alleine zu leben. Also da ist sehr, sehr viel Gutes. Viele Menschen in der Welt würden sich freuen, wenn sie wie wir alt werden könnten – und auch wenn sie wie wir sterben könnten. Wir sterben in der Regel wohl versorgt, wir können ohne Schmerzen sterben.

Und das möchten Sie vermitteln?

Ich glaube, dass viele ein bisschen Sorge davor haben, dass der Zustand des Immer-unterwegs-sein-Könnens, energiegeladen-Seins, auch ein Sich-Anpassen-Können, mobil sein können irgendwann aufhört. Dass wir auch mit Grenzen konfrontiert werden und dass wir sehr, sehr lange versuchen, das zu überspielen. Das ist schon ein Problem. Man rechnet heute zwischen 60 und 85 das dritte Lebensalter und von 85 Jahre an die so genannte Hochaltrigkeit und wir können auch in der Hochaltrigkeit noch gut leben. Alle Leute denken, da muss man dann unbedingt pflegebedürftig sein, das gilt nur für 35 Prozent. Oder man



Cornelia Coenen-Marx

(Jahrgang 1952) war Pfarrerin im Rheinland, später leitete sie die Kaiserswerther Diakonie, eine große Einrichtung in Düsseldorf und arbeitete zuletzt als Referentin für

Gesellschafts- und Sozialpolitik im Kirchenamt der Evangelischen Kirche in Deutschland.

ist dann dement, das ist auch nicht unbedingt der Fall. Auch dann können wir noch gut leben, aber wir müssen lernen, unsere Grenzen anzunehmen.

Lebenssatt, das ist ja ein Bild von Abraham, dem Erzvater. Er starb alt und lebenssatt. Das setzt aber voraus, dass ich als Mensch auch gelebt habe. Oder kann man das Lebenssatt, wenn man zu kurz gekommen ist, im hohen Alter noch nachholen?

Es gibt ja den schönen Film „Das Beste kommt noch“³ von den zwei alten Männern, die sich aufmachen, um ihre bucket list, „Löffelliste“, abzuarbeiten. Also alles Mögliche noch zu sehen und zu erleben. Und im Laufe des Films merken die, dass es nicht so sehr darauf ankommt, was ich alles abgehakt habe, sondern wie ich mich dabei und andere erlebe. Ob ich mich mit meinen Ecken und Kanten aussöhnen kann, ob ich vergeben, mich versöhnen kann, in Frieden kommen kann. Das wäre es eigentlich. Abraham wird 175 und interessanterweise Hiob, dieser Mann, der so viel verloren hat und am Ende doch noch mal alles gewinnt, der wird 145. Auch von dem heißt es, er stirbt lebenssatt. Das heißt, es kann doch auch sein, dass ich trotz vieler Verluste mich aussöhnen kann. Das wär' für mich dieses Ziel des Lebens, das zu lernen.

Lebenssatt, das ist ja ein Begriff, den haben wir nicht in der Umgangssprache, allenfalls in der

Kirche, in der Theologie oder Diakonie. Wie fühlen Sie diesen Begriff? Was heißt das denn, wann ist man lebenssatt – frau auch?

Genau! Wenn man das, was man durchlebt hat, bewusst noch mal, entweder im Augenblick oder auch danach, bedenken kann und – in der Tat – es in Dankbarkeit loslassen kann. Das ist ja eine hohe Kunst, sich einerseits auszusöhnen und auch die guten Seiten noch mal zu sehen, und da gibt's ja eine Menge Übungen von Glaskugeln bis zu kleinen Zettelchen in irgendwelchen Gefäßen, und dann aber auch sagen kann: Jetzt ist es gut. Von Johann Sebastian Bach gibt es diese Kantate „Ich habe genug“, aber in einem runden Sinne, so wie wenn ich ein gutes Essen gehabt habe.

Was war mit den Glaskugeln und den Zettelchen?

Es gibt dieses schöne Bild, dass ich in einer Tasse Glaskugeln habe und wenn mir etwas Gutes passiert am Tag, sie rübernehme in die andere. Kann man auch mit Erbsen machen. Und wenn ich sie am Ende des Tages in ein Gefäß fülle – das hab' ich mal eine Weile gemacht, dann ist das voll mit Gutem. Dasselbe kann ich mit guten Erfahrungen machen. Man muss bereit sein, sich dies bewusst zu machen.

Sie haben Ihre Gedanken auch in einem Buch zusammengefasst. Es trägt den Titel „Älter werden. Noch einmal ist alles offen“⁴. Ist denn wirklich alles offen, wenn beispielsweise Gesundheit oder Kräfte schwinden, das Leben mit zunehmendem Alter beschwerlicher wird oder mit der Angst verbunden ist, nicht mehr über seine eigenen Kräfte verfügen zu können?

Zunächst einmal habe ich das so erfahren oder ich glaube, viele erfahren es so, weil sich für die allermeisten noch mal eine Zeit auftut am Anfang des Alterns, die man gestalten kann. Viele nutzen das ja dann fürs Reisen, fürs Schreiben, für solche Aufgaben, Erfahrungen. Und trotzdem muss man natürlich sagen, bei manchen fehlt das Geld, sie müssen gucken, wie dann damit zurechtkommen, zum Beispiel Geschiedene, Alleinerzie-

hende. Plötzlich kommt man aber in die Situation, dass man nochmal entscheiden kann. Das ist ja was ganz Neues. Die andere Erfahrung, dass die Kräfte nachlassen, auch damit kann man fantasievoll umgehen. Mit diesem Abschied nehmen und mit diesem Grenzen Akzeptieren geht es eigentlich darum zu gucken, vielleicht auch zu lernen, was mir besonders wichtig ist und dann so anzupassen, dass ich das Allerwichtigste noch kann. Das Geheimnis ist, sich auseinanderzusetzen und zu gucken, wie kann ich, was mir ist, in anderer Form leben und das, glaube ich, geht sehr lange. ... Ich glaube, wenn's gut geht, kriegen wir nochmals Zugang zu dem, was wir uns mal als Kind oder Jugendlicher erhofft haben, als eine Quelle der Freude auch.

Das Interview führte Holger Gohla.

¹ Siehe <http://www.seele-und-sorge.de/>

² <http://x.swr.de/s/x0o>

³ Originaltitel: The Bucket List, eine Tragikomödie des Regisseurs Rob Reiner (2007).

⁴ Cornelia Coenen-Marx: Noch einmal ist alles offen. Das Geschenk des Älterwerdens. München (Kösel) 2017.

Engelbert Pöcksteiner

Altenpastoral und Gestalt – Altenpastoral in Krankenhaus und Pflegeheim

Falten und Gestalten

FALTEN

**Wenn ich alt werde,
möchte ich Falten haben,
ganz viele Falten:**

**vom Lachen,
Lächeln,
Schmunzeln,
Gütigsein,**

**Sorgenmachen über und für andere.
Meine ganze Geschichte soll
in meinem Gesicht stehen,
und jeder, der sie liest, soll sagen:
das ist eine gute Geschichte.**

**Mein Gesicht soll eine Landschaft werden
mit Berg und Tal,
in denen Menschen sich verlieren
und wiederfinden können.
Mit Furchen,
in denen der Schabernack lauert,
und Winkeln voll Güte und Trost,
mit Ebenen, um sich auszuruhen,
und Gruben,
in denen man sich geborgen fühlt.**

**Und jeder soll sagen:
das ist eine gute Landschaft,
das ist die Landschaft,
die ein Mensch ist.**

AutorIn unbekannt

Dieses Gedicht mit dem Bild eines alten Menschen – ein Gesicht voller Falten – ist mir zu Beginn meiner Tätigkeit als KH-Seelsorger in die Hände gefallen. Oftmals habe ich es zitiert und an alte Menschen und auch an viele jüngere weitergegeben. Die einen erinnerten mich durch ihre vielen Falten an dieses Gedicht, die anderen jammerten wegen ihrer sich mehrenden Falten. Aber alle waren angenehm überrascht, wenn ich ihnen von diesem Gedicht erzählte oder es ihnen

vorlesen konnte und viele wollten eine Kopie des Gedichtes, das offensichtlich in ihnen etwas angerührt hat. Die Aussage, dass das Gesicht durch die Falten zu einer guten Landschaft wird, ist wie ein Schlüssel, der unaufdringlich innere Fenster öffnet und den Blick auf eigene Lebenserfahrungen lenkt. Plötzlich werden die Falten nicht mehr nur als negative Zeichen des Alterns gesehen, gegen die es laut Werbung anscheinend viele Mittel gibt, um sie erst gar nicht entstehen zu lassen. Die Lachfalten können so auch den Sorgenfalten Raum lassen, müssen sie nicht zudecken. Jedes Leben ist vielfältig und erzählt im Alter anhand der vielen Falten die eigene Geschichte. Glücklicherweise die Menschen, die so wahrgenommen werden, dass sie sich in ihrem Leben wiederfinden und versöhnt mit allem Leidvollen in ihre Zukunft schauen können.

Abschied und Gestalt: Die Kornähre und der alte Bauer

Seit mir meine Mutter erzählt hat, dass sie und mein Vater mit dem Pferdegespann auf dem Weg ins Entbindungsheim zu meiner Geburt sahen, dass die Nachbarn mit dem Korn-Schnitt begonnen hatten, ist für mich ein reifes Kornfeld viel mehr als ein landwirtschaftlich nutzbares Produkt. Die wie in Demut sich neigende reife Ähre, bereit zur Verwandlung durch den Tod hindurch, lässt mich zugleich an meine Geburt denken. Ich hatte immer einige Kornähren im Büroschrank, für den Fall, dass ich sie brauchen könnte. So war es dann auch. Ein alter Bauer, der sich seines nahenden Lebensendes bewusst war, hat mir viel aus seinem erfahrungsreichen Leben erzählt. Da ich selber dieses Bauernleben aus meiner Kindheit sehr gut kenne, war es ein leichtes, durch mein Interesse sein Bedürfnis, sich Mitzuteilen, zu wecken. Mehrmals sind wir uns begegnet; immer gab es Erzählungen aus dem Leben. Auch ich habe ihm aus meinem Leben erzählt; auch vom reifen Korn am Tag meiner Geburt. Am meisten beeindruckt hat mich, als er mir sagte, dass er so gern und aus ganzem Herzen Bauer war. Da hat sein Herz gesprochen. Bei der Kommunionfeier im Zimmer, konnte ich all diese Themen auch



ins Gebet integrieren. Er fühlte sich verstanden ... Eines Tages wurde ich vom Personal verständigt, dass er soeben verstorben war und seine Angehörigen bei ihm sind. Ich betrat das Zimmer mit Weihwasser, duftendem Salböl, einem Gebetbüchlein und einer Kornähre in Händen. Noch bevor ich sonst etwas sagte, legte ich die Ähre auf die Brust des Verstorbenen mit dem Worten: „Er hat mir erzählt, wie gerne er Bauer war ... Die Ähre erinnert mich an sein Leben, an sein Reifen bis hierher.“ Damit wurden auch die Herzen der Angehörigen berührt, sie konnten ihrer Trauer nachgeben und aus der Tiefe heraus weinen; ein befreiendes, heilendes Weinen. Das anschließende Gebet mit Salbung und Segnung brachte viel Frieden, Ruhe und Dankbarkeit. Aufgrund dieser Erfahrung erstellte ich einen Kondolenzbrief. Darauf sind einige Fotos aus dem Korn-Leben und dieser Satz:

**Es reift der Mensch so wie das Korn
durch Tage und Nächte
und neigt in Demut sein Haupt,
um das Leben an den Ursprung zurück zu geben.**

Die Weihnachtsfeier im Pflegeheim

WEIHNACHTSGEDICHT

**Wenn die Augen schlafen
und die Seele wacht,
geht die Mutter Gottes
durch die Winternacht.**

**Pocht mit blassen Händen,
an die Türen lind:
willst du mir nichts schenken
für mein kleines Kind.**

**Wird im Stalle liegen
frierend, bloß und arm.
Schenk' ein Flöckchen Liebe.
Liebe macht ihn warm.**

**Schenk' ein Händchen Güte.
Güte bettet weich.
Schenk' ihm deine Armut,
und du machst es reich.**

**Brenn' ein Kerzlein Sehnsucht,
und der Stall wird licht.
Knie ein Stündchen Demut,
tief das Angesicht.**

**Und ich bett' mein Kindlein
in dein Herz hinein,
und du darfst dem Heiland
eine Wiege sein.**

(rezitiert von einer Heimbewohnerin, Frau Neuska)

Ich war verwundert, wie verinnerlicht dieses Weihnachtsgedicht von Frau Neuska vorgelesen wurde – das erste Mal in ihrem Leben ins Mikrofon gesprochen... und das mit 90 Jahren. Wiederholt habe ich sie auf ihren Auftritt bei der Weihnachtsfeier angesprochen. Sie meinte, sie wäre selber sehr überrascht gewesen von der Bitte der Heimleitung, sie möge dieses Gedicht für alle aufsagen... und das mit Mikrofon. Und sie hat es sehr gut gemacht, auch viel Anerkennung bekommen. Nach und nach sind ihr weitere Gedichte eingefallen, die sie auswendig wiedergeben konnte, – Immer wieder. Beim Hüten der Kühe in ihrer Kindheit hat sie diverse Gedichte aus Kirchenblatt und Zeitungen ausgeschnitten und draußen in der Natur auswendig gelernt. Learning by heart heißt es im Englischen. Mit diesen Gedichten und den dazugehörigen Erlebnissen konnte sie einen Bogen spannen zwischen Kindheit und der Zeit im Pflegeheim. Es war, als würde sie zu ihren Wurzeln gehen und sehen, dass diese in guter Erde wohnen; das Damals stärkt so die Gegenwart. Altenpastoral ist immer Lebenspastoral. ■

Mag. Engelbert Pöcksteiner, Krankenhaus- und Pflegeheim-Seelsorger in Pension, Trauerbegleiter, Bildhauer, Gestalt-Trainer und -Supervisor (IIGS)

Ingeborg Schrettle

„Ich lache auch, wenn ich wieder einmal gestürzt bin“

Es gibt wohl kaum eine andere Autorin im deutschsprachigen Raum, die in solch eindringlichem Ton und mit sprachlicher Souveränität über das hohe Alter schreibt, wie Ilse Helbich. Die promovierte Germanistin und Verlagskauffrau, außerdem Mutter von fünf Kindern, wurde 1923 in Wien geboren und begann erst im höheren Alter mit dem Schreiben. 2003 erschien ihr erster Prosa-Band „Schwalbenschrift. Ein Leben von Wien aus“. Der Band „Grenzland Zwischenland. Erkundungen“, von dem hier vor allem die Rede sein soll, erschien erst 2012, und danach hat die Autorin noch drei weitere Werke publiziert.

„Mit einem Schlag bin ich sehr alt geworden“ beginnt dieses bemerkenswerte Buch. „Dieser Zustand ist faszinierend.“ Sie betrachtet das hohe Alter nicht von der Warte der Mühen und Schmerzen aus, sondern erkundet wie auf einer Reise, was ihr alles begegnet, unvoreingenommen beschreibend, wie es ihr jetzt geht und wie sie damit umgeht. Dabei zählt sie viele Missgeschicke auf, ohne diese zu dramatisieren; vielmehr wie eine Chronistin und vor allem oft mit Humor, was mir als Leserin großen Respekt abnötigt. Sie ist z.B. unfreiwillige Schwarzfahrerin, weil sie die Karte versehentlich überstempelt hat; sie muss lachen, wenn sie gestürzt ist und „wie ein Frosch platt am Teppichboden kleb(t)“ (7).

Große Fragen beschäftigen sie nach wie vor, wie etwa die Frage nach der Sexualität, oder die „Frage nach meiner Religiosität und damit verbunden die nach einem lebhaften und verantwortbaren Verbundensein“ (10). Von besonderer Bedeutung ist dabei der Prozess des Schreibens an sich, der ihr Kraft gibt, sogar ihrem Leben Richtung weist. Sie erzählt vom Drang zu schreiben, der seit der Kindheit da ist und sie immer begleitet hat. „Auch jetzt, im hohen Alter, bleibt das Schreiben die Entdeckung von etwas Wartendem, auch jetzt ist, was unsichtbar war, in eine andere Seinsweise zu übersetzen.“ (35)

Immer wieder schaut sie in die Kindheit und Jugendzeit zurück, um dann aber wieder ganz im Au-



Ilse Helbich

Grenzland Zwischenland

Erkundungen

Droschl 2012, gebunden

128 Seiten

ISBN 978-3854207962

€ 18,00

genblick der Gegenwart Eindrücke und Zustände zu beschreiben, wie zum Beispiel das Einschlafen. „Hinter den geschlossenen Lidern tauchen Gesichter auf und Figuren. ... Jeden Tag beim Schlafengehen freue ich mich auf diese Kinovorstellung.“ (61) Das ist nur eines der Beispiele, wie die Autorin die kleinen alltäglichen Erfahrungen gleichsam transzendiert und Freude daraus gewinnt. Diese Freude und immer wieder der Humor, der aus einem lockeren Umgang sowohl mit sich selbst als auch mit den Mühen des Alters zu kommen scheint, nötigt der Leserin immer wieder Bewunderung ab und den Gedanken, dass von dieser Autorin viel zu lernen ist. Ganz konkret, wenn sie schildert, wie sie an der Kreuzung oder im Supermarkt andere um Hilfe bittet. „Offenen Blicks geht sie den anderen entgegen und trifft auf ein ebenso offenes Entgegenkommen, das das Anstehende gleich löst.“ (64)

Beschrieben wird auch die interessante Erfahrung der Autorin, dass sie zwar immer noch Anteil nimmt und Sorgen hat, aber diese ihr nicht mehr den Schlaf rauben. „Abgestumpfte Gefühle oder: >sub specie aeternitatis<.“ (65)

Offensichtlich hat sie schon immer und immer noch auch außerhalb der Familie Freunde, die sie einladen, obwohl sie sie zunächst, der stark verminderten Sehkraft wegen, nicht erkannt hat, und die ihr so „den Tag retten“. Trotzdem ist von einem Rückzug aus der Außenwelt die Rede; dieser ist aber „schmerzlich nur dann, wenn die Trauer der beobachtenden Nächsten spürbar wird.“ (74) Der Tod erscheint als selbstverständlich, aber dennoch „Leben, solange der Atem geschenkt ist.“ (78)

Und auf der nächsten Seite: „Das Leben ist sehr schön.“



Irvin D. Yalom

Denn alles ist vergänglich

Geschichten aus der
Psychotherapie

München: btb.

234 Seiten

ISBN: 978-3-442-71473-5

€ 10,00

Yalom, einer der einflussreichsten Psychoanalytiker in den USA, entfaltet in zehn Erzählungen aus der Psychotherapie sein Credo: „Das Wichtigste, was ich einem Patienten geben kann, ist eine authentische, heilsame Beziehung, die es ihm ermöglicht, zu gesunden“ (Klappentext).

In all diesen Geschichten geht es um die Frage nach Sinn angesichts der Endlichkeit des Lebens. Yalom kann mit seinem Alter (geb. 1931) Erfahrungen und Weisheit von einem halben Jahrhundert Berufsleben einbringen. Und wie schon im Buch „Der Panama-Hut oder Was einen guten Therapeuten ausmacht“ merkt man, wie unkonventionell und kreativ der Autor seine Interventionen einbringt, und sich nicht zurückhält, Persönliches-zu teilen und damit authentisch zu sein. Ging er früher in therapeutischen Sitzungen sehr systematisch vor, tut er dies seit Jahrzehnten nicht mehr so und arbeitet „inzwischen wesentlich intuitiver“. Er bekennt: „mittlerweile vertraue ich meiner Intuition so sehr, dass ich vermutlich nicht mehr zum Lehrer für Neulinge taue, die in den ersten Jahren methodische Richtlinien brauchen“ (69). Yalom gibt zu: „Ich schlage mich mit denselben Themen herum“ (56) und auf die Frage von Klienten: „Wie kommen Sie damit zu recht, achtzig zu sein und zu spüren, dass das Ende immer näher kommt“ (58) antwortet er offen. Er drängt KlientInnen nicht nur im Hier-und-Jetzt zu bleiben, sondern lässt sich auch die relevanten Geschichten erzählen, fragt nach ihren Träumen und lässt sie auch mögliche Be-Deutungen schildern.

Sowohl Lebens- und SozialberaterInnen und TherapeutInnen in Ausbildung als auch langjährige in Beratung und Therapie Tätige können aus diesem Buch großen Gewinn ziehen. Es sei ihnen allen empfohlen.

Franz Feiner

Gedicht

Anna Sauseng

Ein Suchen war es

Ein Suchen war es

Ein Finden war es

Und Bleiben

Das Wort in meiner Seele

Der Weg hat

Getragen ein Leben lang

Das Wort

In Leid und Freude

Immer Hoffnung

Auf Licht

Auf Brot

Auf Heimat und Leben

Der Weg hat

Das Wort getragen

Ins göttliche Sein

Oft Leere dann Fülle

Und immer die Sehnsucht

Nach Werden

Jetzt zieht ganz leise

Ein zartes Glück

Durch meine Seele

Sabine Zankl

Närrische Alte oder alte Weise?

Alternde Frauen und Psychotherapie

Meine sechsjährige Enkelin sagte kürzlich zu mir: „Meine Mama ist alt. Aber du, Oma, du bist ural!“ Danach traten bei mir gemischten Gefühle auf. So lange aufgeschoben habe ich das Schreiben eines Artikels noch nie, wie bei diesem Thema. Ist es Zufall oder wirkt sich hier die gesellschaftliche Abwertung alter Menschen aus? Wer will wirklich gern alt werden? Mit Lust und Neugierde auf das letzte Lebensdrittel zusteuern? Das Ansehen alternder Menschen in westlichen Industrieländern ist enden wollend. Ganz im Gegensatz zur Kultur im Orient: Ein syrischer Freund fragte irritiert in der Straßenbahn: „Warum gibt es hier diese Aufkleber, die darauf hinweisen, dass man alten Menschen den Sitzplatz überlassen soll? Das weiß man doch ohnehin!“ Die Abwertung des Alterns in unserer Kultur prägt über das individuelle Schicksal hinaus die psychische und physische Befindlichkeit alternder Menschen (vgl. Bubeníček 1997, 10).

Während es in dieser Phase bei Frauen gesellschaftlich abwärts geht, starten die Männer erst so richtig durch, Karrieren in Wirtschaft und Politik für über 60jährige sind bei Männern nicht selten, Frauen laufen laut Martha Wilson¹ in diesem Alter überhaupt Gefahr, schlicht übersehen zu werden. „Als die heute 70jährige US Künstlerin mit 60 aufhörte, ihr Haar zu färben, erlebte sie, dass Menschen in sie hineinrannten, als sei sie unsichtbar. Seither trägt Wilson die Haare gescheitelt, eine Seite hennarot, eine grau, und macht die Unsichtbarkeit alternder Frauen sehr pointiert zum Thema ihrer Kunst“ (Fefßler 2018). Welche Herausforderungen kommen in der Beratung und Therapie mit betagten Frauen auf uns zu? „Spätestens wenn Menschen ins höhere Erwachsenenalter kommen, müssen ältere MitbürgerInnen sich mit ihren ‚inneren Bildern‘ vom Alter, die sie in sich tragen, konfrontieren, um sie zu bear-

beiten...“ (Petzold 2011, 303). Dies gilt auch für HelferInnen. Dabei ist die selbstkritische Frage zu stellen: „Weckt die Psychotherapie auch unrealistische und damit eher noch mehr kränkende Erwartungen, fördert sie eher einen selten hinterfragten negativistisch orientierten Pragmatismus oder hilft sie, das Leben mit Leben bis zum letzten Tag zu füllen“ (Hirsch 2011, 148)?

Einige Monate Pflege ihrer Mutter und Scham darüber, dass sie merkte, dass sie im Alter ihrer Mutter immer ähnlicher wurde, machten einer 63jährigen Klientin mit schweren seelischen Leidenszuständen sehr zu schaffen. Beim Rückblick auf ihre Lebensgeschichte wurde ihr klar: Es entlastet, die Lebenserinnerungen aufzuschreiben. Allerdings „... muss ich die ganze Zeit weinen, während ich schreibe. Ich müsste soviel beweinen, den Rest meiner Lebenszeit müsste ich verweinen!“

In dieser Lebensphase ist man auch mit dem leiblichen Verfall konfrontiert. Frau Binder², 64 Jahre alt, kommt, weil sie sehr belastet durch die lange Pflege ihres Mannes ist. Sie leidet Schmerzen, das Gehen ist eingeschränkt. Die Therapie muss operationsbedingt einige Wochen ausfallen. Mein Versuch, sie danach zu mehr Mobilisierung zu ermutigen, schlägt fehl, die Lebenssituation zehrt an ihr, sie hat keine Energie, eine Nachbarin zu fragen, ob sie mit ihr regelmäßig gehen mag. Frau Binder war die meiste Zeit ihres Lebens Hausfrau. „Geschlechtliche Arbeitsteilung bedeutet für die Mehrzahl der heute alten Frauen Abhängigkeit bei der Existenzsicherung. Damit ist die Lebenslage im Alter materiell wie auch sozial und psychisch gefährdet“ (Backes, 2004,396).

Den Verfall bei sich und anderen zu bemerken, die Illusion der Unabhängigkeit mit jedem Jahr schneller dahinschmelzen zu sehen, das Angewiesensein auf andere, das passt nicht so gut zu dem Ideal der Leistungsgesellschaft, das beinhaltet, dass man, wenn man sich nur ausreichend anstrengt, alles allein schafft. Die Situation alter Menschen zeigt das Scheitern unserer Zivilisation

auf: Die Gesellschaft kümmert sich um den Einzelnen nur in dem Ausmaß, indem er ihr etwas einbringt (vgl. Beauvoir 1977, 465ff.). Damit legt Simone de Beauvoir den Finger auf eine Wunde, von der die meisten alten Menschen existentiell betroffen sind (Bubeniček 1997, 10). So ist die Pflege von Angehörigen für die Gepflegten eine Herausforderung, ebenso wie für die Angehörigen. Nicht nur körperlicher Verfall, auch Sterben und Tod rücken bedrohlich näher. Alternde Menschen haben schon viele andere überlebt, viele Begräbnisse wurden schon besucht. Ein Begräbnis aber war für Frau Wender, 65, das Schlimmste: Das ihres plötzlich verstorbenen Mannes. Durch Phantasie Reisen zu guten Orten, an denen sie ihrem Mann begegnen kann, lässt die Verzweiflung langsam nach. Roland Kachlers Buch: „Meine Trauer wird dich finden“, ist ihr eine große Hilfe. Der Autor räumt mit dem Dogma des Loslassens nach Verlusten auf. Nach einiger Zeit beginnt Frau Wender, regelmäßig ins Fitness-Studio zu gehen und in der Folge eine Nordic Walking Gruppe in ihrem Dorf zu gründen, die regen Zulauf findet. Wichtig ist, die KlientInnen zu unterstützen, Sorge für ihren Leib zu tragen, den sie nicht *haben*, sondern der sie *sind*, ihn wertzuschätzen, denn er ist die Grundlage unseres Lebens. Allzu viele Menschen haben einen bewegungspassiven, wahrnehmungs- und ausdrucksarmen Lebensstil, obwohl der Mensch ein multisensorisches und multiexpressives Wesen ist, und Bewegung, Erlebnisreichtum, multiple sensorische Stimulierung und vielfältige Ausdrucksmöglichkeiten für seine Gesundheit und sein Wohlbefinden unerlässlich sind (vgl. Petzold 2011, 299).

Viele alternde Frauen suchen Hilfe, weil sie an geringem Selbstwert leiden. Bei Frau Binder³ war die Beziehung zu ihrer Mutter angespannt, auch weil diese den Bruder bevorzugte. Nach dem Tod ihrer Mutter hatte sie täglich Alpträume, in denen diese sie hintergeht und betrügt. Als Kind wurde Frau Binder bei den Großeltern zurückgelassen, weil die Mutter im Sommer in Niederösterreich ihren Lebensunterhalt als Erntehelferin

verdiente. Durch innere Dialoge mit dem bedürftigen kindlichen Anteil lassen die Alpträume allmählich nach.

An Einsamkeit leiden betagte Klientinnen häufig. Eine Ursache ist die demographische Entwicklung: „So lebt mit zunehmendem Alter – vor allem aufgrund von Verwitwung – ein wachsender Anteil an Frauen allein. Diese Entwicklung hat Auswirkungen auf die Generationenbeziehungen und die Netzwerke hochaltriger Menschen. (Dadurch) ... vermindert sich nicht nur die Chance, im Alter noch mit einem Partner zusammenzuleben, sondern auch die Möglichkeit, im Bedarfsfall Hilfe von den Kindern zu erhalten (Hirsch 2011, 149).

Sexualität im Alter – ein Tabu, das manchmal in Beratung oder Therapie Thema werden darf. Eine 80jährige Klientin hatte ein gutes Verhältnis zu ihrem Mann. Als er alt und dement wurde, pflegte sie ihn lange Zeit. In seiner Verwirrung wurde er plötzlich zunehmend eifersüchtig und sehr feindselig und beschimpfte sie täglich aufs Übelste, dass sie ohnehin ständig fremdgehe, sobald sie das Haus verlasse. Die Frau litt sehr darunter. Lange, nachdem er verstorben war, konnte sie sich endlich entschließen, seine Anzüge wegzugeben. Beim Durchschauen fand sie in einem Sakko ein Foto von ihrem Mann aus jüngeren Jahren in eindeutiger Pose mit einer jungen Frau. Die Klientin war bitter enttäuscht und die therapeutische Arbeit bestand darin, sich der Tatsache zu stellen, dass sie ein völlig falsches Bild von ihrem Mann hatte und sie zu unterstützen, sich von dieser Illusion zu verabschieden.

Bereits 1988 weist Christel Schachtner auf den Mangel einer Kultur des Alterns hin: „Das Alter muss versteckt werden. Jung- und aktiv sein ist Pflicht. Dem Älterwerden wird die Stirn geboten durch Fitnessprogramme, Verjüngungskuren, Intelligenz- und Gedächtnistrainings ... als Angewiesensein auf gettoähnliche Sondereinrichtungen im Falle physischer und psychosozialer Bedürftigkeit“ (Schachtner 1988, 219).

Im therapeutischen Prozess mit Betagten spielt das „Weise-werden“ eine große Rolle. Dies gründet dabei auch wesentlich in Austauschprozessen. Petzold sieht die Zeit der Hochbetagtheit als Möglichkeit einer letzten, besonderen „Ernte“, eine Möglichkeit, auf die Menschen ein Recht haben sollten und für die wir die Bedingungen bereit stellen sollten, denn solche Ernten sind für sie und für uns eine Chance, da man „in der Weisheit“ bis in die letzten Lebensstage wachsen kann (vgl. Petzold 2011, 312). Auf der anderen Seite kann dies auch zur „ideologische(n) Soll-Forderung“ (Bubeniček 1997, 13) des mythologischen Denkens werden: Die alte Weise als Idealfigur. Ein Gegenentwurf zu diesem mythologischen Ideal der alternden Frau ist das Bild der närrischen Alten, das dem Defizitmodell seinen Schrecken nimmt, wie Guggenbühl-Craig (1986, 104) betont: „Es lohnt sich wieder alt zu werden. Im Alter können wir die Macht, aber auch die Verantwortung abgeben, wir können ruhig uns und der Umwelt eingestehen, dass wir in Gottes Namen nicht so ganz drauskommen.“

Sabine Zankl, Mag (FH), MSc ist Lehrtherapeutin (Integrative Gestalttherapie, ÖAGG) in Güssing und in Graz.

Fußnoten:

¹ Martha Wilson, Pionierin feministischer (Performance-) Kunst in den USA

² Name wurde geändert

³ Name wurde geändert

Literatur:

Backes, G. (2004): Alter(n): Ein kaum entdecktes Arbeitsfeld der Frauen- und Geschlechterforschung. In: Becker, R.: Handbuch der Frauen- und Geschlechterforschung. Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften. S. 395 – 401

Beauvoir, S. (1977): Das Alter. Hamburg. Reinbeck

Bubeniček, H. (1997): Versuch einer Überlegung zum Umgang mit dem Alter in der Psychotherapie. In: BLP-Mitteilungen. Zeitschrift des Burgenländischen Landesverbandes für Psychotherapie. Eisenstadt. Eigenvervielfältigung (S. 8 – 17)

Fefßler, A. (2018): Melania Trump ist wie ein gefangenes Tier. Der Standard, 23./24. Juni 2018, S. 41, Wien, Standard Verlagsgesellschaft

Guggenbühl-Craig, A. (1986): Die närrischen Alten. Betrachtungen über moderne Mythen. Zürich. Schweizer Spiegel Verlag AG

Hirsch, R. (2011): Psychotherapie mit Hochbetagten. In: Petzold, H., Horn, E., Müller, L. (Hrsg.): Hochaltrigkeit. Herausforderung für persönliche Lebensführung und biopsychosoziale Arbeit. Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften | Springer Fachmedien. S 147 – 163

Kachler, R. (2017): Meine Trauer wird dich finden: Ein neuer Ansatz in der Trauerarbeit. Freiburg im Breisgau. Kreuzverlag. Herder

Petzold, H. (2011): Der Wille für gelingende Hochaltrigkeit. Ein Beitrag zum intergenerationalen Polylog und zu integrativen, bio-psycho-sozialen Maßnahmen für die Gewährleistung von Integrität und Würde im Alter. In: Petzold, H., Horn, E., Müller, L. (Hrsg.): Hochaltrigkeit. Herausforderung für persönliche Lebensführung und biopsychosoziale Arbeit. Wiesbaden. VS Verlag für Sozialwissenschaften | Springer Fachmedien. S 279 – 324

Schachtner, C. (1988): Störfall Alter. Für ein Recht auf Eigen-Sinn. Frankfurt/Main Fischer

Gabriele Kraxner-Zach

JA zur Liebe! Ja zum Licht! JA zum Leben!

Bericht über das Seminar „Werde und Segne“ / Sommerwoche 2018 in Tainach mit Hubertus Hartmann

Das Seminar begann mit dem Wahrnehmen dessen, was in uns wachsen will und dem, was uns daran hindert. Wir erlebten, dass Stagnation immer dann geschieht, wenn wir dem Segen und dem Licht in uns nicht vertrauen.

Dieses „Nicht-anvertrauen-Können“ kompensieren wir mit einem zu viel an Arbeits- und Leistungswillen. Es folgen Müdigkeit, Lebensfrust und Leere. Das ist der Nährboden für das Dunkle in uns, für die Schwere und die Angst. Dann blitzt der Schatten in uns auf, er durchkreuzt unseren Alltag, er irritiert uns, wirbelt uns durcheinander und ist gleich darauf wieder weg. Er ist schwer greifbar und behält so Macht über uns. Wachsen und Werden heißt, entschlossen und klar die Verantwortung für das eigene Leben in die Hand zu nehmen. Es gilt, das „Schwert“ in die Hand zu nehmen: abgrenzen, einfordern, und mich mit dem Leben zu konfrontieren. Dazu gehören auch das Dunkle und der Schatten!

In verschiedenen Übungen machten wir uns mit der Kraft des Schwertes vertraut: Mit der eigenen Entschlossenheit, dem JA zum Leben, zur Liebe und zum Licht. Begegnung mit dem Schatten heißt gleichsam „Hinabsteigen in das Reich des Todes“. Es braucht Mut, das Dunkle und den Tod anzuschauen, die Dämonen zu benennen, sie zu würdigen und ihnen einen Platz zu geben. Dies ermöglicht es aber, verwandelt wieder aufzutauchen! Die Kraft dazu bekamen wir durch Segensberührungen, durch Meditationen, durch das Miteinander und vor allem durch Hubertus achtsame, liebevolle, kraftvolle, klare und kompetente Begleitung.

Der Schatten, das Dunkle, die unerlösten Kräfte in uns wissen nichts vom Licht, wir müssen das Licht dorthin bringen. So wird Erlösung möglich. Entwicklung kann hier auf der Erde, in dieser Materie geschehen, im Himmel geht das in dieser Form nicht mehr! Wir stellten uns unseren unerlösten Kräften, benannten sie und gingen Schritt für Schritt auf sie zu. Dabei waren folgende Überlegungen hilfreich:

- Was verändert die Benennung der dunklen Kräfte?
- Was ändert der Blickkontakt zum Dunklen in mir?
- Bleibe ich entschlossen beim „Ja zum Licht, zum Leben und zur Liebe“?
- Kann ich liebevoll auf den Schatten, das Dunkle in mir anschauen und spüren, wie er seine Macht über mich verliert?

Zu entdecken war, dass der Schatten nur so viel Macht hat, wie ich ihm gebe, daher braucht es die Entschlossenheit zum Licht, zur Liebe und zum Leben in mir! Die innere Ausrichtung ist entscheidend! Die Versuchung besteht darin, der Angst und dem Dunklen mehr zu „vertrauen“ als dem Licht und sich mehr am Außen zu orientieren als an der inneren Kraft.

„Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben...“

Johannes 14,6

Dieser göttlichen Wahrheit dürfen wir vertrauen und folgen. Diesen Weg heißt es zu begehren um zuerst für mich und dann auch ganz natürlich für andere zum Segen zu werden. ✦

Gabriele Kraxner-Zach, Dipl.Pädⁱⁿ, Gestalttrainerin, Bibliologtrainerin

Holger Gohla

Transformationsprozess auch in Religionspädagogik und Pastoral

Bericht vom zweiten Europäischen Kongress für Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge vom 3. bis 5. August 2018 in Celje/Slowenien

Der Einstieg

„Wie zukunftsfähig ist es, was wir tun und wie muss sich die Gestaltpädagogik weiterentwickeln?“ Diese Frage von Jonny Reitbauer (IIGS Österreich), der zusammen mit Hans Neuhold (geschäftsführender Präsident der Albert-Höfer-Gesellschaft) sowie Stanko Gerjolj (Celje) und einem Team den Kongress leitete, zielte nach einer festlichen wie herzlichen Begrüßung durch die slowenischen Gastgeber auf den Themenschwerpunkt des ersten Nachmittags, nämlich Zugänge zum Wandel, auch in der Gestaltpädagogik. Stanko Gerjolj ergänzte: „Den Gründern treu bleiben heißt nicht, alles zu wiederholen, wie sie damals begonnen haben, sondern so kreativ zu sein wie sie damals. Gestaltpädagogik muss immer wieder neu aktiv gestaltet werden.“

In drei Kurzvorträgen stellte zunächst Franz Feiner (Graz) Awareness und das „Netzwerk Aufmerksamkeit“ in den Mittelpunkt. Awareness, beim Mitbegründer der Gestalttherapie Fritz Perls (1893 – 1970) ein zentraler Begriff, bedeute absichtslos und ganzheitlich wahrnehmen und könne „heilsam sein“ (vgl. IIGS-Heft 86). „Wenn ich wahrgenommen werde, kann ich wachsen.“ Zugleich sprach er die Grundlagen der Wahrnehmung an sowie die körperliche und soziale Dimension von Awareness. Im Mittelpunkt des christlichen Glaubens stehe „ein Gott, der uns wahrnimmt“. Franz Feiner stellte als praktisches Beispiel das „Netzwerk Aufmerksamkeit“ der Pfarrgemeinde Heiligenkreuz am Waasen (Österreich) vor, das er selbst mitgegründet hat und ermutigen möchte, „wahrgenommene Nöte anzusprechen und Menschen auch bewusst zu

fragen, wie es ihnen geht“. Anschließend sprach Janer Vodičar (Ljubljana) über Distanzierung in gestaltpädagogischer Praxis und Theorie. In Anlehnung an den französischen Philosophen Paul Ricœur (1913 – 2005) sei die Gestaltpädagogik „der andere Weg“, „im Hier und Jetzt“ und in einem kreativen Prozess eine „Lebensphilosophie“ bzw. eine eigene Identität aufzubauen. Dies geschehe durch ein hermeneutisches Wechselspiel mit sich selbst und den anderen in einer „Horizontverschiebung“ (Ricœur). Dies bedeute einerseits ein „kreatives Lesen (Imagination)“ der eigenen Geschichte, aber zugleich eine „kritische Betrachtung“. In der Gestaltpädagogik sei die Selbst-Distanzierung eine „notwendige Voraussetzung für Selbsterkenntnis“ und Wachstum. Dies könne in Veränderungen „transparent“ werden, sowohl persönlich als auch in einem Gruppenprozess. Im letzten Kurzvortrag referierte Joachim Hawel (Innsbruck) über „Lebendige Religionspädagogik: Existenzanalyse und radikale Lebensphänomenologie im Religionsunterricht“. Jeder Mensch möchte mit Bezug auf den österreichischen Neurologen und Psychiater Viktor Frankl (1905 – 1997) „Sinn erfahren“ und sei herausgefordert, „trotzdem ja zum Leben zu sagen“. „Alles, was ich erlebe, ist Eindruck (Selbstdistanz) und verlangt eine Stellungnahme, verlangt Ausdruck.“ Zugleich erlebe sich jeder Mensch „als gegeben“. Darin liege ein Können, auch „ein sich Erleiden-Können“. Können sei „Potenzialität“, denn „jedes Leben will sich steigern“. Der französische Philosoph Michel Henry (1922 -2002) fasse dies im Begriff „Passibilität“ zusammen. Selbstverneinung des Lebens sei „Barbarei“. „Im Religionsunterricht kann ich die Unsichtbarkeit des Lebens mit meinen Schülerinnen in der Sichtbarkeit anschauen, aber nicht bewerten.“ Hier könne der Unterricht einen „Schutzraum“ bieten.

In einem Kamingsgespräch am Freitagabend sprach Johann W. Klaushöfer (Salzburg) mit Albert Höfer (Graz) über die Entstehung und Entwicklung des Instituts für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge (IIGS). Albert Höfer erinnerte daran, mit der Gestaltarbeit habe man am Anfang de facto eine therapeutische Ausbildung

gemacht, sei dann aber auf der pädagogischen Schiene geblieben. „Und dieses Doppelgesicht prägt noch heute unsere Arbeit“, gemäß der Formel: „Therapie ist reparativ, will etwas reparieren, Pädagogik ist präparativ, sie will auf etwas vorbereiten.“ Albert Höfer, damals Leiter der Religionspädagogischen Akademie in Graz und Professor an der Universität, betonte auch, die Zeit sei für die Gestaltpädagogik „reif“ gewesen und diese „auf hungrigen Boden gefallen“. Das IIGS sei unabhängig von der Kirche geblieben und das Curriculum wurde mit einer EU-Marke abgesichert. Ebenso sei das Konzept heilend und wegweisend. Im Kongress sieht Albert Höfer „ein großes Ziel verwirklicht, dass wir alle miteinander an einem Strang ziehen. Dieser Strang ist und bleibt das Heilende in der Pädagogik, bleibt das Gott-Bezogene und bleibt auch das Pastorale“ in dem Sinn, es erschöpfe sich nicht in Kursen oder Therapie, „sondern dass die Therapie auch in der Seelsorge manches verändert und verbessert hat“.

Erster Hauptvortrag

Heute bestehe die Aufgabe darin, „die Welt nicht zu denunzieren, sondern eine Rede von Gott zu finden, die in ihr und in der Rede selbst Bestand hat“, machte Hans Neuhold zu Beginn des zweiten Tags deutlich. Am Vormittag stand der Vortrag des Grazer Pastoraltheologen Rainer Bucher „Transformation – Gestaltwandel: Soziologische-gesellschaftliche Analysen – moderne Identitäten“ im Mittelpunkt.

Rainer Bucher begann mit einer „kurzen analytischen Skizze der revolutionär neuen Zeiten“. Nichts bleibe, wie es war. Zudem komme Neues unerwartet „anders und anders als geplant“ und wir „laufen mit unserem Begreifen der Zeit hinterher“. Weder Vergangenheit noch Zukunft seien zur Orientierung tragfähig. Zudem entstünden „neue Nutzungsmuster der Religion“ zur „kulturellen Manifestation“, etwa durch das Tragen einer Burka oder das Schwimmbot für muslimische Mädchen. Eingewanderte kodierten sich in einer noch immer christlich geprägten Landschaft. Ebenso sei der moderne Mensch bis in den Kern seines Selbst „durch die kapitalistische

Markt-Kultur bestimmt, „selbst Liebe ist kapitalistisch“. Religiöse Traditionen verlören massiv an Bedeutung oder würden auf dem globalen Markt vermarktet. Religion werde polarisiert, die Ränder wachsen, was einerseits zur Spiritualisierung, andererseits zu deren Epigonalisierung führe.

Auch erlebten die Kirchen eine „Dekonstruktion“. Ihre Praktiken würden freigesetzt aus der religiösen Kontrolle, Religion werde als Open Source verstanden. So werde Kirche letztlich „umformatiert“, anstelle normativer Integration erlebnisorientierte Praxis, allerdings als „Tauschbeziehung von Angebot und Nachfrage“. 1.500 Jahre konstantinische Wende komme an ihr Ende. Dadurch entstünde eine „neue Suche nach Heimat und Identität“. Heimat sei dort, wo sich niemand erklären müsse, doch die „selbstverständliche Einbettung ist nicht mehr selbstverständlich“. Eine Möglichkeit sei es, „bei den alten Erwartungen zu bleiben“. Daraus werde ein „Recht auf Erfüllung“ abgeleitet, führe jedoch zu Verbitterung oder gar Gewalttätigkeit. Die andere Möglichkeit bestehe darin, „nicht zu wissen, wie es weitergeht“ und nicht (religiös paternalistischen) Retro-Utopien zu verfallen. Dies erfordere eine extreme Ambiguitätstoleranz und eine „christliche Existenz in neuen Gegenden“. Diese ereigne sich „im Kern“ in der paradoxen Spannung zwischen dem „Jetzt und Noch-Nicht“. Sie könne „uns davor schützen, den beiden modernen Angeboten der Gesellschaft zu verfallen“.

Zweiter Hauptvortrag

Im zweiten Hauptvortrag „Wie bleibt die Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge zukunftsfähig? Ausblick, Ausschau und Vision“ blickte Hans Neuhold zunächst auf die Angänge zurück und auf Albert Höfers Ansatz: „Erlösung muss erfahrbar sein“ „im Hier und Jetzt“. Die Psychotherapie sei ein wichtiger Partner. Zudem hätten sich in den fast 40 Jahren die IIGS-Kurse als „Ort der Theologie“ und als „ausgezeichneter Lernort“ erwiesen.

Die Gegenwart lasse sich mit dem polnisch-britischen Soziologen und Philosophen Zygmunt

Baumann als „Liquid Modernity“ beschreiben (Zygmunt Baumann, PL). In der postmodernen Gesellschaft würden „Werte der Tradition aufgegeben zugunsten der Zukunft“. Zugleich müsse sich jeder Mensch in der Gegenwart bewähren, sei also „dadurch radikal auf sich selbst zurückgeworfen“. Doch das Leben werde „als brüchig wahrgenommen“, der Wohlstand sei gefährdet, was eine „Verbunkerung“ bewirke, d.h. Rückzug ins Private oder in den Fundamentalismus. Hier seien die Kurse der Gestaltpädagogik „Laboratorium und Experimentierfeld“, in denen die „Fähigkeit zur Bewältigung von Krisen“ gelernt werden könne. Das Grundgefühl heutiger Menschen sei Scham, nicht Schuld. Aufgabe von Psychotherapie und Seelsorge sei es, dem „Menschen sein Ansehen zurückgeben durch Ansehen und Zuspruch von außen: Genauso wie Du bist, passt Du.“ „Jesu Vertrauen, im Herzen Gottes haben alle Platz, seine Sorge gilt allen, insbesondere den Verlorenen“ ist „eine prophetische Botschaft in modernen Zeiten“. Heute gelte es, Kinder und Jugendliche als „Subjekte“ wahrzunehmen, „eine neue Sprache über Gott zu reden, ohne das Wort Gott in den Mund zu nehmen“, sondern „Gott zu tun“. Dies schließe eine neue dialogische Kommunikationskultur ein. Das setze im Glauben ein „Abschied vom Belehren“ voraus. Dazu gehöre auch zu „sehen, was noch nicht ist“. Jedoch wollen Visionen als „Zukunftskorridor“ (Joachim

Bauer) verkörpert werden. Es gehe „um Kontakt und Beziehung, nicht um Fehlerlosigkeit“. Zur Zukunftsfähigkeit der Integrativen Gestaltpädagogik gehörten etwa Pluralitätsfähigkeit und Ambiguitätsfähigkeit, Identitätsfindung im Fragment oder eine emanzipatorische Pädagogik. Gestaltpädagogik nach Albert Höfer habe ihre „spirituelle Wurzel als zentralen Ankerpunkt“: „Alles ist Gnade und Geschenk“. Wichtig sei der diakonische Ansatz, d.h. persönliche Unterstützung, jedoch keine Rekrutierung neuer Kirchenmitglieder. Dieser sollte einen Glauben fördern, der der Vernunft standhalte.

Zukunftsthemen

Interessante Ansätze versprechen einige in Celje vorgestellte und von Stanko Gerjoli betreute Dissertationsprojekte, u.a. eine neurotheologische Untersuchung von Gestaltkursen (Polonia Kos) oder die Bedeutung von Emotionen für die Entwicklung dialogisch-ethischer Beziehungen (Mateja Centa). Selbstverständlich gab es auch kleinere Gestaltseminare oder Austauschrunden. Eine ausführliche Dokumentation des Kongresses 2018 in Celje soll bald als Buch erscheinen. So kann der Transformationskongress eine noch breitere Wirkung erzielen. ■

Holger Gohla, Karlsruhe (D), Fachredakteur Religion und IIGS-Gestaltberater.

Termin	Ort	Thema / ReferentIn	Veranstalter / Anmeldung
IIGS – Landesgruppe Steiermark			
07.11.2018 18:30 – 21:00	KPH Graz Lange gasse 2	Bewusstheit – Präsenz – Persönlichkeit Erfahrungsbericht aus der Arbeit mit Studierenden mit Walter Leitmeier	irmgard.pucher@casanostra.at oder KPH Graz – IRK
11.12.2018 18:30 – 21:00	KPH Graz Lange gasse 2	Wenn das Feuer weiter brennt... Ein Abend mit Bibliolog mit Maria Elisabeth Aigner	irmgard.pucher@casanostra.at oder KPH Graz – IRK
IIGS – Landesgruppe Oberösterreich			
30.11.2018 ab 18:30	Priesterseminar Linz, Harrachstr. 7	Jour fixe: Logopädagogischer Praxisabend mit Andrea Reinolder-Burinak	Maria Schönmayr maria.s@a1.net

Termin	Ort	Thema / ReferentIn	Veranstalter / Anmeldung
IIGS – Landesgruppe Kärnten			
17.11.2018 16:00 – 19:00	Südquartier / K Primoschgasse 3	Workshop „Atem ist Leben“ <i>mit Martha Fötschl</i>	annemarie.weilharter@gestalt-paedagogik-ktn.at
20.12.2018 18:00 Uhr	Südquartier / K Primoschgasse 3	„Weihnachtsmeditation“ <i>mit Annemarie Weilharter</i>	annemarie.weilharter@gestalt-paedagogik-ktn.at
IIGS – Landesgruppe Tirol			
07.12.2018 18:00 Uhr	Seminarraum KPH Riedgasse, Innsbruck	„Lichtvolle Begegnungen im Advent“ <i>mit Susanne Rieglhofer & Ingrid Klema-Costa</i>	judith.gruener-unterluggauer@schule.at
22.03.2019 17:00 Uhr bis 24.03.2019 13:00 Uhr	Bildungshaus St. Michael	Durch den Körper zum Selbst. Die Kunst anwesend zu sein <i>mit Mag. Aron Saltiel</i>	Info & Anmeldung bis 08.03.2019 Tel. 05273/6236 st.michael@dibk.at www.dibk.at/st.michael
IIGS – Landesgruppe Wien und NÖ			
22.11.2018 19:30 Uhr	1030 Wien Ungargasse 36	„Bilder der Weihnacht schauen und nachstellen“ <i>mit Dr. Johann Klaushofer</i>	IIGS Wien + IIGS NÖ Tel. 0699 124 29 587 trixi.zotloeterer@chello.at
IGB – Integrative Gestaltpädagogik in Schule, Seelsorge und Beratung – Bayern			
16.11.2018 18:00 Uhr bis 18.11.2018 13:00 Uhr	Haus Werdenfels Waldweg 15 93152 Nittendorf	Traumseminar <i>mit Sr. Adelind Schächtl & Irene Reiß, Gestalttrainerinnen (IGB)</i>	www.haus-werdenfels.de
GPN – Gestaltpädagogik für Schule und Bildung, Seelsorge und Beratung Niedersachsen e.V.			
03.11.2018	Priesterseminar Hildesheim	Mitgliederversammlung GPN	GPN
igps – institut für ganzheitliche pädagogik und seelsorge – rheinland-pfalz/saarland e.v.			
16.-18.11.2018	Herz Jesu Kloster 67434 Neustadt/W.	Bibliodrama Eintauchen in die Quellen der Bibel – damit mein Leben an Tiefe gewinnt <i>mit Maria König & Anne-Marie Mast</i>	IGPS Rheinland-Pfalz/ Saarland maria.walter@igps.de www.igps.de
18.11.2018 14 Uhr	Herz Jesu Kloster 67434 Neustadt/W.	Mitgliederversammlung IGPS	IGPS Rheinland-Pfalz/ Saarland maria.walter@igps.de www.igps.de

Impressum

Eigentümer, Herausgeber u. Verleger: Institut für Integrative Gestaltpädagogik und Seelsorge, A-8020 Graz, Baiernstr. 54/4 i. A. d. ARGE-IGS

Redaktionsteam: Franz Feiner (franz.feiner@kphgraz.at), Hans Neuhold (neuhold@iigs.at) – Chefredakteure, Albert Höfer (albert.hoefer@yahoo.com), Andrea Klimt (andreaklimt@yahoo.com), Hans Reitbauer (majomicle@aon.at), Nadja Schönwetter (nadja.schoenwetter@gmail.com) – Layout, Reinhardt Schwarzenberger (reinhardt@langstemmer.at) – Finanzen und Versand

Erweitertes Redaktionsteam – v.a. für inhaltliche Gestaltung: Stanko Gerjolj aus Laibach (stanko.gerjolj@guest.arnes.si), Heinrich Grausgruber aus Grieskirchen/OÖ (GRH@Ph-linz.at), Alois Müller aus Ellwangen (a.mueller.ellwangen@t-online.de), Holger Gohla aus Karlsruhe (holger.gohla@t-online.de)

Redaktionsrat – F.d.I.v.: Stanko Gerjolj (Vorsitzender ARGE-IGS), Rolf Assemacher (GNP), Kornelia Vonier-Hoffcamp (IGBW), Sr. Cecile Leimgruber (IGCH), Ursula Sindermann (IGNW), Stefan Berzel (IGPS), Viliam Arbet (IIGDF), Albert Höfer (IGS), Kerstin Deisinger (IGB), Martin Kläsner (IGH)

ZVR: 356542037

Druck: Reha-Druck, Kalvarienberggürtel 62, A-8020 Graz

Preis: € 6,90 Einzelpreis. € 20,60 Jahresabo.

ARGE IGS – Mitglieder



Institut für Gestaltpädagogik
in Erziehung, Seelsorge und
Beratung

Baden-Württemberg

www.igbw-ev.de



institut für ganzheitliche
pädagogik und seelsorge
rheinland-pfalz / saarland

www.igps.de



Integrative Gestaltpädagogik
in Schule, Seelsorge und
Beratung

Bayern

www.igb-bayern.de



Institut für Integrative Gestaltpä-
dagogik und Seelsorge

Österreich

www.iigs.at



Društvo za Krščansko Gestalt
Pedagogiko

Slowenien

gestaltpedagogika.rkc.si



Integrative Gestaltpädagogik
in Schule, Seelsorge und
Beratung

Hessen



Gestaltpädagogik für Schule und
Bildung, Seelsorge und Beratung
Niedersachsen e. V.

Niedersachsen

www.gestaltpaedagogik-niedersachsen.de



Institut für Integrative Gestaltpä-
dagogik und heilende Seelsorge
in Nord-West-Deutschland e. V.

www.ignw.de



Institut für integrative Gestaltpädago-
gik in Schule, Seelsorge und Beratung

Schweiz

www.igch.ch



Inštitút Integratívnej Geštaltpedagogiky a Duchovnej
Formácie

Slowakei

Die nächsten Ausgaben:

Nr. 91: Ist die Gestaltpädagogik zukunftsfähig?

**Nr. 92: Vorwärts: zurück in die Zukunft
(„Retrotopia“) – Gestalt und Utopie**

**Nr. 93: Das Heil der Menschen: Mitte christlich-
orientierter Gestaltarbeit**

 **Post**
ÖSTERREICHISCHE POST AG

Bar freigemacht/Postage paid
8026 Graz
Österreich/Austria

Österreichische Post AG
Info.Mail Entgelt bezahlt