

Experten fürs Leben – Teilhabe im Alter Caritas-Kampagne 2010

Gottesdienst-Bausteine und Musterpredigten

Anregungen und Bausteine für Gottesdienst und Predigt

Jede Gemeinde und Gemeinschaft hat ihren eigenen liturgischen Stil ausgeprägt. Daher bieten wir Ihnen keinen fertigen Mustergottesdienst, sondern verschiedene Bausteine, die nach Belieben kombiniert, ergänzt, verändert oder als Fundgrube für die Gottesdienstvorbereitung genutzt werden können.

Lieder

Lieder, die unter verschiedenen Aspekten zum Jahresthema passen, zur Auswahl:

Gotteslob

- Sag ja zu mir, wenn alles nein sagt 165
- Kommt herbei, singt dem Herrn 270
- Herr, dir ist nichts verborgen 292
- Brich dem Hungrigen dein Brot 618
- Ich steh vor dir mit leeren Händen 621
- Sonne der Gerechtigkeit 644
- Lass uns in deinem Namen, Herr 903

Erdentöne – Himmelsklang

- Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht 22
- Komm, Herr, segne uns 61
- Ubi caritas et amor 69
- Liebe ist nicht nur ein Wort 73
- Ich bin der Ich-bin-da 115
- Meine Zeit steht in deinen Händen 121
- Jetzt ist die Zeit 139
- Wenn das Brot, das wir teilen 154
- In Ängsten die einen 173
- Wenn einer zu reden beginnt 178
- Wenn wir das Leben teilen 234
- Menschen auf dem Weg 251

Kyrierufe

Herr, Jesus Christus,

Du bist der Weg – in dieser Zusage können auch Menschen im Alter als Experten des Lebens ihren Weg gehen und erleben, dass sie dazugehören.

Herr, erbarme Dich.

Du bist die Wahrheit – in dieser Zusage können auch Menschen im Alter als Experten des Lebens ihren Sinn im Leben suchen und finden.

Christus, erbarme Dich.

Du bist das Leben – in dieser Zusage können auch Menschen im Alter als Experten des Lebens ihr Leben meistern und selbst bestimmen.

Herr, erbarme Dich.

Tagesgebet

Barmherziger Gott,

in Jesus Christus hast du uns gezeigt, dass jeder Mensch von dir geliebt ist. Vor aller Leistung und trotz unserer Schuld nimmst du uns ganz und gar an. Im Geist deiner Liebe können wir unser Leben annehmen. Schenke den Menschen im Alter Gelassenheit und Leidenschaft für das Leben. Und lass sie so zu Botinnen und Boten deiner Liebe werden.

Darum bitten wir dich durch Jesus Christus, unseren Bruder und Herrn.

Amen.

Gabengebet

Gott, unser Vater,

mit Brot und Wein bringen wir uns und unsere Welt vor dich.

Eine Welt, die wenig Platz hat für all die, die wenig leisten können.

Schenke uns neue Augen und offene Ohren für die alten Menschen unter uns und lass uns von ihnen und von ihren Erfahrungen lernen.

Nimm uns und unsere Gaben an

und wandle sie und uns durch deinen Geist.

Darum bitten wir dich durch Jesus Christus,

unseren Bruder und Herrn, Amen.

Schlussgebet

Gott und Vater aller Menschen,

du hast uns gestärkt durch deine Nähe im Zeichen des Brotes

und uns ermutigt durch den Zuspruch in deinem Wort.

Mach uns aufmerksam füreinander und lass uns, jung und alt, aneinander teil-haben und teilnehmen, sodass wir als Geschwister Jesu einander Bruder und Schwester sind.

Darum bitten wir dich durch Jesus Christus,

unseren Bruder und Herrn, Amen.

Fürbitten

Gott unser Vater, du hast alle Menschen nach deinem Bild erschaffen. Alte Menschen sind Teil unserer Gesellschaft und Experten des Lebens. Dir vertrauen wir unsere Bitten an:

Für die Menschen, die ihr Alter annehmen und Sinn darin finden.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Für die Menschen, die voller Lebenserfahrungen ihr Wissen und Können weitergeben.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Für die Menschen, die am Sinn und Wert ihres Lebens im Alter zweifeln und verzweifeln.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Für die Menschen, die im Rückblick auf ihr Leben Ja sagen zu dem, was gelungen, und Ja sagen zu dem, was nicht geglückt ist.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Für die Menschen, die die Spannungen im Alter, einsam und in Gemeinschaft sein, krank und gesund sein, nicht gut ertragen können.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Für die Menschen, die pflegebedürftige Frauen und Männer in Heimen und zu Hause betreuen.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Für die Menschen, die sich im politischen und gesellschaftlichen Leben für gerechte und menschenwürdige Rahmenbedingungen für die Betreuung und Pflege von alten Menschen stark machen.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Für die Menschen, die in Kirche und ihrer Caritas den Auftrag leben, dich als liebenden und menschenfreundlichen Gott weiter zu sagen.
Wir bitten dich, erhöre uns.

Barmherziger Gott, du willst das Wohl und das Heil der Menschen von Beginn bis zum Ende des irdischen Lebens. Du gibst allen Anteil an deinem ewigen Leben, das hier und jetzt schon wirksam ist. Komm du uns, in unserem Bruder Jesus Christus, mit deiner Gnade und Zuwendung auf unseren Lebenswegen entgegen. Durch ihn danken wir dir jetzt und in Ewigkeit. Amen.

Schriftlesungen und Musterpredigten

Die Lesungen des Caritas-Sonntags am 26. September 2010 sind die Schrifttexte des 26. Sonntags im Jahreskreis (C):

Lesung 1: Amos 6,1a.4-7 , Lesung 2: 1 Timotheus 6,11-16

Evangelium: Lukas 16,19-31

Für die Predigt 1 sind folgende Schrifttexte grundgelegt:

Lesung: Psalm 90,12-17

Evangelium: Johannes 10,7-10

Lesung 1: Amos 6,1a.4-7

Weh den Sorglosen auf dem Zion / und den Selbstsicheren auf dem Berg von Samaria. Ihr liegt auf Betten aus Elfenbein und faulenzet auf euren Polstern. Zum Essen holt ihr euch Lämmer aus der Herde und Mastkälber aus dem Stall. Ihr grölt zum Klang der Harfe, ihr wollt Lieder erfinden wie David. Ihr trinkt den Wein aus großen Humpen, ihr salbt euch mit dem feinsten Öl und sorgt euch nicht über den Untergang Josefs. Darum müssen sie jetzt in die Verbannung, allen Verbannten voran. Das Fest der Faulenzer ist nun vorbei.

Lesung 2: 1 Timotheus 6,11-16

Du aber, ein Mann Gottes, flieh vor all dem. Strebe unermüdlich nach Gerechtigkeit, Frömmigkeit, Glauben, Liebe, Standhaftigkeit und Sanftmut. Kämpfe den guten Kampf des Glaubens, ergreife das ewige Leben, zu dem du berufen worden bist und für das du vor vielen Zeugen das gute Bekenntnis abgelegt hast. Ich gebiete dir bei Gott, von dem alles Leben kommt, und bei Christus Jesus, der vor Pontius Pilatus das gute Bekenntnis abgelegt hat und als Zeuge dafür eingetreten ist: Erfülle deinen Auftrag rein und ohne Tadel, bis zum Erscheinen Jesu Christi, unseres Herrn, das zur vorherbestimmten Zeit herbeiführen wird der selige und einzige Herrscher, / der König der Könige und Herr der Herren, der allein die Unsterblichkeit besitzt, / der in unzugänglichem Licht wohnt, / den kein Mensch gesehen hat noch je zu sehen vermag: / Ihm gebührt Ehre und ewige Macht. Amen.

Evangelium: Lukas 16,19-31

Es war einmal ein reicher Mann, der sich in Purpur und feines Leinen kleidete und Tag für Tag herrlich und in Freuden lebte. Vor der Tür des Reichen aber lag ein armer Mann namens Lazarus, dessen Leib voller Geschwüre war. Er hätte gern seinen Hunger mit dem gestillt, was vom Tisch des Reichen herunterfiel. Stattdessen kamen die Hunde und leckten an seinen Geschwüren. Als nun der Arme starb, wurde er von den Engeln in Abrahams Schoß getragen. Auch der Reiche starb und wurde begraben. In der Unterwelt, wo er qualvolle Schmerzen litt, blickte er auf und sah von weitem Abraham, und Lazarus in seinem Schoß. Da rief er: Vater Abraham, hab Erbarmen mit mir und schick Lazarus zu mir; er soll wenigstens die Spitze seines Fingers ins Wasser tauchen und mir die Zunge kühlen, denn ich leide große Qual in diesem Feuer. Abraham erwiderte: Mein Kind, denk daran, dass du schon zu Lebzeiten deinen Anteil am Guten erhalten hast, Lazarus aber nur Schlechtes. Jetzt wird er

dafür getröstet, du aber musst leiden. Außerdem ist zwischen uns und euch ein tiefer, unüberwindlicher Abgrund, sodass niemand von hier zu euch oder von dort zu uns kommen kann, selbst wenn er wollte. Da sagte der Reiche: Dann bitte ich dich, Vater, schick ihn in das Haus meines Vaters! Denn ich habe noch fünf Brüder. Er soll sie warnen, damit nicht auch sie an diesen Ort der Qual kommen. Abraham aber sagte: Sie haben Mose und die Propheten, auf die sollen sie hören. Er erwiderte: Nein, Vater Abraham, nur wenn einer von den Toten zu ihnen kommt, werden sie umkehren. Darauf sagte Abraham: Wenn sie auf Mose und die Propheten nicht hören, werden sie sich auch nicht überzeugen lassen, wenn einer von den Toten aufersteht.

Predigt 1

Lesung: Psalm 90,12-17

Unsre Tage zu zählen, lehre uns! / Dann gewinnen wir ein weises Herz. Herr, wende dich uns doch endlich zu! / Hab Mitleid mit deinen Knechten! Sättige uns am Morgen mit deiner Huld! / Dann wollen wir jubeln und uns freuen all unsre Tage. Erfreue uns so viele Tage, wie du uns gebeugt hast, / so viele Jahre, wie wir Unglück erlitten. Zeig deinen Knechten deine Taten / und ihren Kindern deine erhabene Macht! Es komme über uns die Güte des Herrn, unsres Gottes. Lass das Werk unsrer Hände gedeihen, ja, lass gedeihen das Werk unsrer Hände!

Evangelium: Johannes 10,7-10

Weiter sagte Jesus zu ihnen: Amen, amen, ich sage euch: Ich bin die Tür zu den Schafen. Alle, die vor mir kamen, sind Diebe und Räuber; aber die Schafe haben nicht auf sie gehört. Ich bin die Tür; wer durch mich hineingeht, wird gerettet werden; er wird ein- und ausgehen und Weide finden. Der Dieb kommt nur, um zu stehlen, zu schlachten und zu vernichten; ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.

„Unsere Tage zu zählen lehre uns“ – Alte Menschen als Experten des Lebens

„Hoffnung mit Trauerflor“

– so fasst der Alterwissenschaftler Paul Baltes seine Vorstellung vom Alter zusammen. Hoffnung speist sich aus gesundheitlichen, materiellen und kulturellen Möglichkeiten für Menschen in einem Alter, das man noch vor wenigen Jahrzehnten mit „verbraucht“, „krank“ und häufig auch mit „arm“ in Verbindung brachte. Wer heute mit 60 oder 65 Jahren in das so genannte „dritte Alter“ eintritt, hat häufig etliche gute Jahre vor sich, in denen sie oder er sich Träume erfüllen, reisen, Hobbys pflegen oder sich auch noch einmal ganz neu engagieren kann, ohne beruflichen Stress und Anspannung. Trauerflor steht für die Begrenzungen des Alters, denen kein Mensch, trotz medizinischer, sozialer und vielleicht auch kultureller Fortschritte entfliehen kann. Wie man es dreht und wendet, die Leistungsfähigkeit nimmt ab, die Freundinnen und Freunde, der Lebenspartner oder die Lebenspartnerin sterben, Krankheiten werden zahlreicher, die Gebrechlichkeit und das Angewiesensein auf andere nimmt zu. Un-

ser ganzes Leben zeugt von Möglichkeiten und Beschränkungen, aber diese Doppelgesichtigkeit zeigt sich mit dem Alter immer sinnfälliger und wird leibhaftig spürbarer. „Wer jetzt kein Haus hat, baut keines mehr...“, schreibt Rainer Maria Rilke in seinem berühmten November-Gedicht. „Wer den Sinn seines Lebens immer noch nicht gefunden hat, findet ihn auch nicht mehr“ – so möchte man diesen Satz auf das Alter übertragen, wäre da nicht Marie Luise Kaschnitz, die demgegenüber bekennt, „dass du den Sinn des Lebens immer noch nicht gefunden hast, dass du kein Beispiel geben kannst als dieses: Immer noch offen“. Es gilt also nicht das „Entweder – oder“, wenn wir das Alter und alte Menschen vor uns haben, weder im familiären Umfeld noch in politischen, gesundheitsökonomischen und auch kirchlich-pastoralen Überlegungen und Planungen. Vielmehr gilt im Blick auf diese immer länger werdende Lebenszeit das große „und“. Es gilt das Nebeneinander von anscheinend sich ausschließenden Erfahrungen: Gute und gelingende Beziehungen paaren sich mit Einsamkeit, weil es noch die alten Freunde gibt, aber der geliebte Partner starb. Überflüssigkeit wird gleichzeitig mit hoher Wertschätzung erfahren, weil ich den Beruf lassen musste, aber in der Gemeinde, im Verein, in der Familie wegen meiner Fähigkeiten und Hilfsbereitschaft hoch geschätzt und anerkannt bin. Krankheit und Lebensfreude schließen sich nicht mehr aus, weil mich Medikamente, Therapien, vielleicht sogar Schmerzen dauerhaft begleiten und dennoch immer wieder kürzere oder längere Zeiten relativer Gesundheit und Beweglichkeit ermöglichen, um eine Reise, eine Feier, eine Begegnung zu erleben, weil ich auch so noch für die Enkel ein guter Opa und eine gute Oma sein kann. Alter ist die Zeit des wertvollen „und“, der Vereinbarung von Gegensätzen.¹

„Es kommt nicht auf die Zahl der Jahre an, sondern auf der Jahre Gewinn“ – sagt der römische Dichter Ausonius. Und mit Gewinn ist hier etwas Geschenktes gemeint, das der Beschenkte in seinem Leben einholen muss und es weiter schenken kann und darf. Geschenkt ist das Leben. Am Menschen ist es, sein Leben – auch und gerade im Alter – anzunehmen und zu erfüllen. Geschenk ist das Alter aber auch für die, die alten Menschen begegnen, mit ihnen leben, ja auch für die, die sich ihrer annehmen, sie umsorgen und pflegen. Die Altersphase besitzt im Ablauf des Lebens ihren eigenen hohen Sinnwert, auch wenn viele alte Menschen daran zweifeln oder verzweifeln, wie die stetig steigende Zahl von Selbsttötungen alter Menschen zeigt. Aber wer lange lebt, hat viel erfahren. Erfahrung, verbunden mit Einsicht, ist ein hohes Gut. Ohne solche Erfahrung wäre der Mensch und die Menschheit arm. Der Erfahrene, der das Erlebte verarbeitet hat, ist lebensweise. Wer weise ist, kann auch gelassen sein. Er weiß das Wesentliche vom Unwesentlichen zu trennen. Er lässt sich vom Vordergründigen nicht mehr blenden und findet im Hintergründigen Sinn und Halt. Und er ist ein guter Ratgeber, wenn ihn Selbstlosigkeit und Einfühlsamkeit leiten. In unseren Tagen wird das Alter und werden die alten Menschen in der öffentlichen Diskussion als statistisches Zahlenmaterial dargestellt angesichts der demographischen Entwicklung, der zunehmenden Pflegebedürftigkeit alter Menschen, weil sie immer älter werden, der steigenden Kosten, der Auseinandersetzungen über würdevolles Sterben, über Sterbebegleitung und Sterbehilfe. Und natürlich geben Zahlen zu denken: Waren 2006 20 % der Bevölkerung im Seniorenalter ab 65 Jahren, werden es 2050 35 % sein, während die Zahl der bis 20-Jährigen und die Zahl der Erwerbstätigen in diesem Zeitraum um 5 bis 10 % sinkt. Und ob-

¹ Wesentliche Aussagen zitiert nach: Andreas Wittrahm, Unsere Tage zu zählen lehre uns. In: Und deine Jahre enden nie. Hrsg. Von Anton Seeberger. Schwabenverlag, Ostfildern 2001.

wohl diese Zahlen doch zu verstärktem Engagement für die Zukunft und das Wohlergehen alter Menschen führen sollte, werden die Schattenseiten immer mehr tabuisiert oder als Schreckensbilder dargestellt. Es gibt nicht wenige, die der Überzeugung sind, dass sowohl das eigene Leben als auch das Leben anderer beendet werden sollte, wenn diese Schattenseiten, z. B. zunehmende Veränderungen durch Demenzerkrankungen, überhand nehmen und das Leben in eine besondere Zumutung verwandeln. Der Umgang mit alten Menschen erweist sich als Nagelprobe auf die Humanität unserer Gesellschaft.

Als Experten fürs Leben

bezeichnet deshalb die deutsche Caritas in ihrer diesjährigen Kampagne alte Menschen. Experten sind keine Besserwisser. Es sind Menschen, die eine Sache und einen Vorgang nicht nur oberflächlich kennen. Sie sind vertraut mit Widersprüchen, kennen Zahlen und Fakten, aber auch die Praxis. Expertenwissen will entdeckt und erworben sein. Gerade das zeichnet alte Menschen aus. Sie reden über etwas, das sie kennen und erlebt haben. Es sind Menschen, die eine weite Sicht haben, die durch Erfahrung klug geworden sind. Es sind Menschen, vor denen man ehrfürchtig schweigt angesichts all dessen, was sie gemeistert und oft auch erlitten haben. Es sind Menschen, die Fertigkeiten haben und sie weitergeben und dadurch die Jungen begeistern und faszinieren können. „Wenn du keinen alten Menschen zu Hause hast, so leih dir einen“, lautet ein griechisches Sprichwort, und viele junge Eltern wären froh, sie hätten in der Nähe einen Opa oder eine Oma für ihre Kinder. Aber umgekehrt gilt auch, dass neben dem, was alte Menschen zu bieten haben, sie auch etwas und vielleicht zunehmend mehr brauchen. „Ich weiß, dass ich nichts weiß“, sagt der alte Sokrates auf seine Weise. Es ist die Besonderheit des Alters, dass Demut kein abstrakter Begriff bleibt. Die Relationen von Geben und Nehmen verändern sich. Es meldet sich das große „und“ in der Einschätzung der eigenen Möglichkeiten und Fähigkeiten gegenüber dem Erkennen der eigenen Grenzen und Begrenztheiten, der Einschätzung von

der Jahre Gewinn

ergibt sich nicht aus der Summe der Leistungen, die ein Mensch erbracht hat und die jetzt zusammengezählt werden können. Auch nicht aus den Hinterlassenschaften, die für die Erben bereitstehen. Der Reichtum am Ende des Lebens ist ein Gewährwerden von Sinnzusammenhängen, dem bei allem Mangelhaften doch die Erfüllung nicht fehlte. Alte Menschen, die eine positive Ausstrahlung haben und dies auch in ihrer Gebrechlichkeit und sogar in der Pflegebedürftigkeit, zeichnen sich oft dadurch aus, dass sie zu dem, was ihnen gelungen ist und eben auch nicht gelungen ist, Ja sagen können. Menschen, die sich dankbar ihre Vergangenheit aneignen, stehen voll in der Gegenwart und haben Vertrauen in ihre Zukunft. Solche Menschen können Leben und Lebensweisheit weitergeben, oft nicht mehr in lebendigem Schaffen, ja manchmal sogar nicht mehr in beredter Aussprache, sondern einfach in dem, dass sie sind und leben. Tag für Tag. Für einen solchen Blick auf das Alter und die alten Menschen wirbt die Caritas und tritt deshalb dafür ein, dass auch sie teilhaben dürfen an einem selbstbestimmten Leben, das sich an der Würde des Menschen bemisst.

Unsere Tage zu zählen lehre uns.

Das ist die Bitte des Psalmenbeters, der weiß und glaubt, dass seine Tage ihm von Gott geschenkt und anvertraute, wertvolle Tage, seine Lebenszeit sind. Ein Leben lang gehen wir

Menschen auf Gott zu und kommt er auf uns zu. Das Leben ist nicht ein Zurück, ein ständiges Verlieren, sondern wachsen und reifen in der Gewissheit, dass unser Leben in seinen Händen ist. Weil gerade auch alte Menschen davon Zeugnis ablegen, sind sie für unsere Gesellschaft und für unsere Kirche unverzichtbare und wertvolle Experten des Lebens.²

Msgr. Wolfgang Tripp
Diözesancaritasdirektor

Predigt 2

Teilhabe – auch im Alter, das ist der große Gedanke dieses Gottesdienstes. Darüber hinaus ist Teilhabe ein wichtiger Zugang zu unserer menschlichen Existenz überhaupt. Deshalb ist es zuerst wichtig, dass wir uns klar werden, dass Menschsein sich ursächlich immer in der Teilhabe vollzieht.

Teilhabe von Anfang an: Menschliches Leben im Mutterleib ist ganz und gar Teilhabe am Leben der Mutter. Und wenn wir die Sprache erlernen, Kommunikation und Verhaltensmuster – alles ist Teilhabe. Wir erhalten Teil am Wissen unserer Lehrer, erhalten Lebenskraft durch Nahrungsmittel, dürfen uns an der Liebe anderer freuen und erfahren uns schließlich überhaupt als soziale Gemeinschaftswesen im Miteinander und Füreinander mit unseren Mitmenschen.

In der Taufe, so lehrt uns die Kirche, erhalten wir Anteil am göttlichen Leben. Als Gottes Abbild – so lesen wir im Buch Genesis – haben wir teil am Urbild Gottes. Und wer sonst sollte uns einst am ewigen Leben teilhaben lassen, das wir gewiss nicht als Eigenprodukt unserer Leistungen verzeichnen werden.

Der Mensch – ganz und gar Teilhabe von Anfang bis Ende. Natürlich geht das alles auch sozusagen durch unseren Persönlichkeitsfilter. An was wir teilnehmen und was wir daraus machen, ist auch ganz wesentlich unsere eigene Willensentscheidung und unsere eigene Mitwirkung.

Teilhabe ist trotzdem nicht selbstverständlich. Obwohl sie wesentlicher Bestandteil des christlichen Menschenbildes und Grundrecht echter Menschenwürde ist, sind wir eben angewiesen auf andere, die uns teil nehmen lassen.

Das ist naturgemäß leichter, wo uns hilfsbedürftige, strahlende Kinderaugen anlachen. Kinder brauchen uns ja. Oder dort, wo jugendliche Attraktivität und Leistungsfähigkeit unser Herz gewinnen. Schönheit, Kraft, Ehre, Position und Einfluss ebnen viele Wege, und wo die Liebe hinfällt sowieso. Auch Dankbarkeit des anderen oder meine persönlichen Vorteile spielen mit. Wenn wir von Teilhabe auch im Alter sprechen, dann liegt das Problem – ob man es hören will oder nicht – eben zum einen Teil oft auch an den alten Menschen selbst. – Selber schuld.

Manchmal ja, denn Undankbarkeit, Besserwisserei, Neugierde, Beharren aufs Recht, einfordernde Haltung, Eifersucht, Neid, Unzufriedenheit und vieles mehr stören den Kreislauf von Geben und Nehmen, den Kreislauf der Teilhabe ganz erheblich.

² Auszüge aus: Barbara Fank-Landkammer in : neue caritas **Jahrbuch** 2010

Damit wir uns recht verstehen: diese Störfaktoren gibt es nicht nur im Alter. Aber auch im Alter! Es gibt sie auch bei jungen Menschen, die sich dann eben schwer tun mit der Teilhabe am Leben der Gesellschaft und bald nur noch ihre Clique haben – wenn überhaupt. Aber im Alter sind diese bösen Störfaktoren noch gefährlicher, weil fordernde Faktoren wie gesunde Lebenskraft, Attraktivität und Zukunftsorientierung gefühlsmäßig mehr und mehr zurücktreten.

Ein kranker, pflegebedürftiger Mensch, ein aus dem Berufsleben ausgeschiedener Mensch, mit Runzeln und Falten, im Denken und Handeln nicht ganz so schnell und flexibel – rein gefühlsmäßig wird das schwieriger. Umso wichtiger ist es dann, all unsere Qualitäten besser herauszuputzen, sie sichtbar und spürbar zu machen.

Und andererseits Vorsicht! Gefühle sind schön, aber nicht alles. Es führt auch der Verstand zur Wahrheit und Wirklichkeit.

Teilhabe im Alter ist möglich. Es gilt Angebote anzunehmen. Vielleicht gibt es da nicht mehr so viele Angebote. Wir brauchen auch nicht so viele. Die große Inflation der Angebote kann sowieso niemand wahr nehmen. Ein einziges ist manchmal mehr wert. Aber aufstehen, hingehen und Angebote wahrnehmen muss man schon selbst. Und da möchte ich der älteren Generation zurufen: Nicht so schüchtern! Ihr gehört dazu!

Auch möchte ich sagen: Lasst Euch nicht hängen! Es geht mehr als man denkt. Wie oft stauen wir, was da noch alles geht. Wer nicht wagt, der gewinnt nicht. Und wenn das eine oder andere auch schwer fällt, vielleicht auch schmerzt: So schnell lassen wir uns nicht unterkriegen! So schnell wollen wir auch nicht jammern, denn was geht das die anderen an? Die sollen sehen: „Mit 66 Jahren – da fängt das Leben an.“ Und mit 100 Jahren kommt man auch noch – mit Bild – in der Zeitung ...

Sicher müssten aber auch die Jüngeren sagen: Kommt nicht nur zu den Seniorenveranstaltungen! Auch sonst seid Ihr willkommen! Wir brauchen nicht nur eine kinderfreundliche, sondern auch eine altenfreundliche Gesellschaft.

Eine Gesellschaft, die ausschließt, schadet sich selbst. Das ist dann wie ein Körper mit amputierten Körperteilen: Hier fehlen die Kinder, hier die Alten, hier die Kranken, hier die Arbeitslosen, hier die anders Denkenden oder Fühlenden, hier die Behinderten, hier meine ungeliebten Nachbarn, hier die Migranten und Zugezogenen ... Und irgendwann fehle auch ich. Nein! Auch mein eigenes Leben ist Teilhabe. Und es ist eine verarmte, armselige Teilhabe, wenn ich andere ausschließe. Eine verarmte menschliche Existenz bin ich dann. Und reich bin ich, wenn all die vielen dazugehören und ich mit ihnen in lebendigem Austausch stehe. Wenn ich andere schon nicht aus Nächstenliebe an meinem Leben teilhaben lasse, dann wenigstens aus Eigenliebe!

Übrigens: Manche haben es bereits entdeckt, dass man selbst der große Gewinner ist, wenn man sich auf andere zu bewegt. Es lohnt sich für andere, es lohnt sich für mich. Und nebenbei merke ich: es sind die Fußstapfen Jesu ...

Pfarrer Ansgar Bausenhart
Geistlicher Begleiter der Caritas-Konferenzen
Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart