

SCHÖNHEIT IM ALTER

*„Gedanken für den Tag“ von Arnold Mettnitzer
vom 11. bis 16. November 2019 in Ö1, 06:56 Uhr*

Montag, 11.11.2019

"Das Alter macht alt, sonst gar nichts", sagt der norwegische Erzähler Knut Hamsun (1859-1952). Demgegenüber aber behaupten die Italiener: „Das Alter ist die Transparenz des Lichts!“ Damit meinen sie, dass ein Mensch, geläutert durch all seine Erfahrungen hindurch, niemals so durchsichtig und klar, so schön ist, wie im Herbst seines Lebens. Davon lassen sie sich auch durch Krankheit und sonstige Mühen des Alters nicht abbringen. Andre Gide hat in diesem Zusammenhang die Krankheiten als „die Reisen der Armen“ bezeichnet. Krankheit und Schicksalsschläge vermögen uns demnach weit mehr wertvolle Erfahrungen zu schenken als Vermögende durch ihre luxuriösen Weltreisen gewinnen könnten.

Der Blick auf den Menschen unter dem Vorzeichen von REIFE und ERNTEDANK eröffnet eine ermutigende spirituelle Dimension, die in den täglichen Beziehungsmustern zwischen Jung und Alt einen geradezu „heiligen Tausch“ in Aussicht stellt...

Ein kluger Grundsatz rät den Menschen „mittleren Alters“, einmal am Tag mit einem Menschen zu reden, der über 80 Jahre alt ist und einmal am Tag mit einem Kind unter sechs Jahren.

In einer Gesellschaft, in der ein solches Miteinander probiert wird, wachsen Achtsamkeit, Wertschätzung und Dankbarkeit bis zum letzten Atemzug.

Das Alter erscheint so als der große Erntedank des Lebens.

Dazu kommt, dass ein Mensch erst in der zweiten Hälfte seines Lebens darum weiß, wie schnell alles vergeht. Marie von Ebner-Eschenbach formuliert das so:

*„Dass alles vergeht, weiß man schon in der Jugend;
wie schnell alles vergeht, erfährt man erst im Alter.“*

Dienstag, 12.11.2019

Im Juli 1994 besuche ich meinen Lehrer Erwin Ringel in Bad Kleinkirchheim und überbringe ihm die Parte meines wenige Tage zuvor verstorbenen Vaters. Ringel sitzt auf dem Balkon seines Hotelzimmers in der Abendsonne und summt vor sich hin die Melodie von Franz Schuberts Lied „Im Abendrot“. Aus Pietätsgründen zögert er, mich zum Abendessen einzuladen. Ich aber gebe ihm zu verstehen, dass ich gerne bleibe. Wir essen gemeinsam und feiern den Geburtstag seiner Frau Angela. Am nächsten Morgen erliegt Ringel einem Herzinfarkt. In der Aussegnungshalle in Spittal an der Drau finde ich wenig später meinen Vater und meinen Lehrer in ihren Särgen nebeneinander liegend: Die Väter sind tot! Es ist Zeit, erwachsen zu werden! Franz Schuberts Lied „Im Abendrot“ erinnert mich seither nicht nur an das Sterben meiner Väter, es ist mir auch ein Appell, im Leben bis zum letzten Atemzug mit ausgefahrenen Antennen und offenen Herzen Glut zu trinken und Licht zu schlürfen:

*O wie schön ist deine Welt,
Vater, wenn sie golden strahlet!
Wenn dein Glanz herniederfällt,
Und den Staub mit Schimmer malet;
Wenn das Rot, das in der Wolke blinkt,
In mein stilles Fenster sinkt!
Könnt' ich klagen, könnt' ich zagen?
Irre sein an dir und mir?
Nein, ich will im Busen tragen
Deinen Himmel schon allhier.
Und dies Herz, eh' es zusammenbricht,
Trinkt noch Glut und schlürft noch Licht.*

Carl Gottlieb Lappe, vertont von Franz Schubert (1825)

Mittwoch, 13.11.2019

*Im Jahre 2002 probe ich mit meinem Freund Markus,
einem begnadeten Stimmenimitator, eine Überraschungsnummer
für den 70. Geburtstag für Manuel, seinen Vaters.*

Nach unserer Probe verabschiedet er sich.

Kaum verschwunden, klingelt mein Telefon

und am anderen Ende der Leitung

sagt jemand mit wunderbar sonorer Stimme:

„Hier ist Kardinal König!“

Ich lache: „Markus, mein Kompliment!

Das klingt ja wirklich, als wär's der Kardinal!“

Nach einer kurzen Pause erhalte ich zur Antwort:

„Ich freu mich, dass Sie so fröhlich sind!“

*Es ist tatsächlich Kardinal König, der mich mit seinen 97 Jahren anruft,
um mit mir über Fragen der Seelsorge in Großstädten zu diskutieren.*

*Und als er sich wenig später bei der Laudatio einer Geburtstagsfeier entschuldigen
lässt, denken alle Gäste verständnisvoll an sein hohes Alter, bis sie erfahren,
dass der wahre Grund seiner Abwesenheit ein Vortrag ist,
den er zur selben Zeit in den USA zu halten versprochen hat.*

*In einem afrikanischen Märchen setzt der König
einen alten Mann zum 1. Minister ein und sagt zu ihm:*

„Deine Weisheit soll künftig mein Königreich leiten,

denn was ein alter Mann im Sitzen sieht,

sieht ein junger nicht einmal im Stehen.“

Donnerstag, 14.11.2019

*Eine der „frohen Botschaften“ der Gehirnforschung lautet,
dass das menschliche Gehirn bis ins hohe Alter plastisch bleibt,
es also formbar ist, dazulernen und Erfahrungen sammeln kann,
die seinen Horizont bis zum letzten Atemzug bereichern und erweitern...
Die Voraussetzung dafür allerdings besteht darin, dass sich dieser Mensch für
irgendetwas interessiert, neugierig bleibt und sich bis zum Schluss
für etwas restlos zu begeistern vermag ...
Die Begeisterungsfähigkeit ist also so etwas wie der Jungbrunnen unserer Seele
und somit auch eines der wichtigsten Medikamente
des jungen wie auch des älteren Menschen.*

Neurobiologen sagen uns:

*Das menschliche Gehirn wird so, wie wir es benutzen,
aber ganz besonders so, wie wir es mit Begeisterung benutzen.
Was in unserem Gehirn mit Nachdruck hängen bleibt,
hängt mit Erlebnissen zusammen, die uns unter die Haut gehen...
Und hier tut sich bereits bei Alt & Jung ein erstes ernstes Problem auf:
Unsere seelischen Nöte rühren nicht sosehr daher, dass sich diese Welt immer
schneller dreht und diejenigen, die nicht mitwollen oder nicht mehr mitkönnen,
zentrifugal an den Rand schleudert.*

*Das viel dringendere Problem besteht darin, dass Mensch in ihrem Leben die
Beziehung zur Welt und ihren Mitmenschen verlieren.*

*Was wir für ein schönes, gutes, gelungenes Leben brauchen, ist RESONANZ,
ein „Mit-der-Welt-und-ihren-Menschen-in-Beziehung-stehen“.*

*Was wir brauchen, sind Beispiele des Gelingens,
an denen deutlich wird, wie es gemacht werden kann
und wie es anders gemacht werden muss, damit es gelingen kann.*

Albert Schweitzer warnt:

*„Mit den Jahren runzelt die Haut,
die Seele aber runzelt aus Mangel an Begeisterung.“*

Freitag, 15.11.2019

*Am 30. September 2019 hat in Wien
der ehemalige Döblinger Bezirksvorsteher Adi Tiller seinen 80. Geburtstag gefeiert.
Lang hat er nicht ans Aufhören denken wollen. Doch vor einem Jahr hat er sich dann
doch entschlossen, nach 40 Jahren als Bezirkskaiser zurückzutreten.
Nach seinem Geheimnis befragt,
wie es ihn so lange in der Politik halten konnte, sagt er:
„Ich bin weder besonders schön noch g'scheit,
aber ich red gern mit den Menschen.“*

*Eine solche Freude am Miteinander steckt an, lädt ein, führt Menschen zueinander.
Dort, wo Spitäler, Wohngemeinschaften älterer Menschen, Einrichtungen Betreuten
Wohnens und Geriatriezentren in der Nähe von Kindergärten und Schulen gebaut
werden, könnten Menschen sich so eingeladen fühlen, zu allen Jahreszeiten ihres
Lebens im Blick aufeinander miteinander zu reden und voneinander zu lernen,
Achtsamkeit zu üben, Begegnung in Augenhöhe zu praktizieren.*

*Altenwohnheime und Kindergärten könnten so zu Begegnungs- und Erlebniszonen
werden, in denen Kinder in ihrer Unbekümmertheit im Umgang mit älteren Menschen
in ihre eigene Zukunft schauen und der ältere Mensch im Blick auf die Kinder an
seine eigene Jugend erinnert wird.*

*Der Gewinn bliebe auf allen Seiten derselbe:
Wie bereichernd es sein kann, umeinander besorgt zu bleiben
und in allen Phasen des Lebens voneinander lernen zu können.
So wird schon zu Lebzeiten beider Seiten
mit viel größerem Gewinn jener Dialog praktiziert,
den viele Menschen nur von Friedhöfen kennen:*

*„Was ihr jetzt seid, das waren einst wir!
Was wir jetzt sind, das werdet auch ihr!“*

Samstag, 16.11.2019

*Auf die Frage seiner Freunde, wer im Himmelreich der Größte ist,
stellt der Wandersmann aus Nazareth ein Kind in ihre Mitte und sagt ihnen:*

„Wenn ihr nicht Kinder werdet, könnt ihr nicht in das Himmelreich kommen.“ (Mt 18,2)

*Christine Lavant nimmt diesen Gedanken in einem ihrer Gedichte auf und ergänzt ihn
durch den Hinweis, dass auch die Greise uns den Weg zum Himmel weisen, weil ihr
Blick „über alles Nahe weit hinaus“ weist und sie „wie Hirten ihre Herden vor sich
hintreiben, ihrer Kindertage gewachsenen Glanz in neue Heimat“ einführen:*

*Sahst ihr die Greise in den Türen stehen?
Und auf den Bänken sitzen vor den Zäunen,
wie sie die Stirnen in die Sonne drehen,
wie ihre Hände wunderbar erbräunen,
wenn sie in ihre fahlen Bärte tasten?
Es ist, als ob sie nichts erfassten
Von dir, vom Hunde oder von dem Haus.
Sie sehen über alles Nahe weit hinaus,
und was sie lächeln, mutet an wie Sage,
die wir verloren und einst finden werden.
Sie treiben, so wie Hirten ihre Herden
Vor sich hintreiben, ihrer Kindertage
gewachsenen Glanz in neue Heimat ein ...
Wir werden niemals wo zu Hause sein,
wenn wir nicht Greise oder Kinder werden –
mag uns das Alter auch die Haare bleichen!
Wenn unsere Herzen nicht den Hirten gleichen,
so sind wir fremd im Himmel wie auf Erden.*

Christine Lavant, Gedichte aus dem Nachlass, Wallstein Verlag, Göttingen 2017, Seite 92