Erinnerung ist kostbar

Sie entscheiden, ob Sie sich lieber an Missglücktes erinnern oder Kostbarkeiten aus dem Keller der Erinnerung holen. Der Psychotherapeut, Seelsorger und Bestsellerautor Arnold Mettnitzer rät, in dankbaren Erinnerungen zu schwelgen.

Gelenkschmerzen, Hautrunzeln, Schwermut – das Älterwerden gilt im Allgemeinen nicht als Honigschlecken. Jetzt kommen Sie, lieber Herr Mettnitzer, und sagen: Ich liebe das Älterwerden! Wie meinen Sie das?

Arnold Mettnitzer: Ich habe das Glück, ein Jahrzehnt in Rom gelebt zu haben. Da habe ich erfahren, dass der mediterrane Mensch mit größerem Respekt auf ältere Menschen schaut, als es in Österreich der Fall ist. Macht das Alter, wie der norwegische Erzähler Knut Hamsun sagt, „alt und sonst gar nichts"? In Italien habe ich gelernt: Das Alter ist die Transparenz des Lichts. Nie ist ein Menschenleben in den Augen der anderen so transparent wie im reiferen Alter. Die geronnene Erfahrung ist am deutlichsten sichtbar. Man sagt in diesem Zusammenhang auch: Mit dem Alter kommt die Weisheit. Wer aber aufmerksam älter wird, merkt, dass das Alter manchmal auch ganz alleine daherkommt. Das Alter per se ist noch keine Garantie für Weisheit. Aber ich weiß mich der südeuropäischen Sicht auf den Menschen verpflichtet, ihr verdanke ich viel.

Das vierte Gebot lautet, du sollst Vater und Mutter ehren. Weil die Jungen aber von den Älteren lernen, sollte der Aufruf vielleicht eher an die Älteren ergehen: Du sollst deine Kinder ehren. Denn dann lernen diese von klein auf, Respekt zu haben.

Mettnitzer: Ein Lernprozess ist immer die gegenseitige Bereitschaft, voneinander zu lernen und miteinander den Horizont zu erweitern. Insofern ist das vierte Gebot durchaus so zu verstehen, dass man Vater und Mutter dann am einfachsten ehren und wertschätzen kann, wenn die Eltern und Großeltern auch das Ihre dazu beigetragen haben, dass sie sich dieser Ehre und dieses Respekts würdig erwiesen haben. Es geht nicht von oben nach unten, sondern es geht im menschlichen Miteinander immer um Begegnung auf Augenhöhe, nicht um das Machtgefälle.

> » Das Alter per se ist noch keine Garantie für Weisheit. «

Für die Fastenzeit bereiten Sie eine Artikelserie vor mit sieben Liebeserklärungen an das Älterwerden. Wobei das Älterwerden ja nicht mit 50 oder 60 beginnt, sondern schon im Mutterleib …

Mettnitzer: Ich würde sogar sagen, von der Wiege bis zur Bahre ist menschliches Leben ein voranschreitendes Älterwerden und Die-Zeit-Bewältigen.

Was ist das Besondere an den späteren Lebensetappen, am Altwerden?

Mettnitzer: Ein afrikanisches Sprichwort gefällt mir gut: Was ein älterer Mensch im Sitzen sieht, sieht ein Junger nicht einmal im Stehen. Das Besondere am Älterwerden ist der Weitblick. Dorothee Sölle sagt, dass man früher zu dem, was wir später „Seele" genannt haben, „Erfahrung" sagte. Es brennt sich alles, was wir jemals gesehen und erlebt haben, in unseren Erfahrungsschatz ein. Das Sammelsurium dessen, was wir gesehen haben, und weit mehr darüber hinaus, ist die Seele unserer Erfahrung – unser Innerstes und unser Kostbarstes. Je länger wir mit offenen Augen und offenen Herzen leben, umso mehr haben wir in uns hineingeholt, und umso mehr können wir auch aus uns herausholen, um es einander anzubieten. Je älter wir werden, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass wir das, was wir als Kinder und Jugendliche gelernt haben, auch verstehen.

In Ihrem Buch „Die Veredelung der Zeit" gibt es zwei rote Fäden: Begegnungen und Erinnerungen. Es gibt aber nicht wenige Menschen, die sich einsam fühlen. Wie kann man Einsamkeit überwinden?

Mettnitzer: Wir sind und bleiben Gemeinschaftswesen. Man braucht andere Menschen, um draufzukommen, wer man ist, was man kann und was man, weil man etwas kann, auch anderen zeigen kann. Ich brauche andere, um zu mir selber zu kommen, und der andere braucht mich, um sich als der zu erleben, der er in den Augen der anderen ist. Es gibt eine Tagebucheintragung von Jean-Paul Sartre, wo er sagt, er verlässt das Krankenhaus, in dem er einen Freund besucht hat, um ihn zu trösten. Beim Weggehen ist er ganz eigenartig berührt von der Erkenntnis, dass er nicht weiß, ob er jetzt den Kranken, den er besucht hat, mehr zu trösten wusste, als er getröstet und aufgebaut von diesem Besuch weggeht. Marie von Ebner-Eschenbach sagt, dass die Menschen, denen wir eine Stütze sind, uns Halt im Le-

Kati Bruder

FASTENSERIE

KURZABO BESTELLEN

Liebes-erklärungen ans Älterwerden

von Arnold Mettnitzer

Von sieben kostbaren Erinnerungen, die die Zeit veredelten, wird Arnold Mettnitzer in unserer Fastenserie „Liebeserklärungen ans Älterwerden“, die mit dem ersten Fastensonntag startet, erzählen.

Diese Woche gibt er bereits Tipps, wie man sich ins Älterwerden verlieben kann.

Schenken Sie ein Kurzabo!
(Siehe Rückseite dieser Ausgabe.)

ben geben. Es gibt diesen heiligen Tausch, der in jeder Begegnung passiert. In einer guten Begegnung und Beziehung, in einem guten Miteinander müssen immer beide Seiten das Gefühl haben, dass es stimmt und dass es reicher macht.

Manche Menschen haben besonders viele Erinnerungen und erzählen sehr viel. Das ist manchmal sehr unterhaltsam und wunderbar, und manchmal sehr langweilig. Wie findet man das richtige Maß beim Teilen der Erinnerungen?

Mettnitzer: Du kommst dorthin, wohin du schaust. Gedanken sind unsere wirksamen Mächte. Ich mag das Wort Erinnerung, weil da die Innerlichkeit drinnensteckt. Die Bereitschaft, in uns hineinzuschauen, um in den Kellergängen des eigenen Herzens Nachschau zu halten – entweder nach den Leichen im Keller, dann werde ich vielleicht finden, was mich wenig erfreut, oder aber nach den dort liegenden, vergessenen kostbaren Weinen, die in der Zwischenzeit reif geworden sind und darauf warten, entdeckt und mit anderen genossen zu werden. Insofern ist die Erinnerung eine Geschichte mit zwei Seiten. Entweder ich konzentriere mich auf das, was ich mir gewünscht habe, aber was nicht eingetreten ist, dann erzähle ich davon und sudere oder matschgere halt herum und bin unzufrieden. Oder ich konzentriere mich auf das, was mir gelungen ist. Wenn ich anfange, von gelungenem Leben zu erzählen, dann sage ich implizit immer auch: Ich habe etwas erleben dürfen, das nicht nur mit meiner Tüchtigkeit und mit meinem persönlichen Gutsein und Können zu tun hat, sondern mit dem, was mir geschenkt worden ist. Wer von einem gelungenen Leben erzählt, erzählt immer davon, was ihm geglückt ist, was er so nicht erwarten konnte. Das heißt, wer sich erinnert, ist gut beraten, vorher auf der Hut zu sein, wohin er schaut. Ein dankbarer Blick wird Dinge durch Erzählungen auch für andere kostbar machen. Die Neurobiologen sagen uns, die beste Investition in unser Leben ist die Investition in Erlebnisse, die uns dankbar machen, die uns staunen lassen. Das ist

> » Ich mag das Wort Erinnerung, weil da die Innerlichkeit drinnensteckt. «

auch der Zauber jedes Theaterstücks und jeder Oper: dass ich mich verzaubern lasse und dass ich mir vorspielen lasse, was das Leben für Möglichkeiten hat. Dass ich mir die Zeit nehme, mir im Theater, im Kino, in einem Musikstück Scheußlichkeiten anzuhören, um dann zu erleben, wie sich durch dieses Theater- oder Musikstück die Dissonanzen in eine unglaublich helle, klare Dur-Klangreihe auflösen, die mich irgendwie aufgebaut und dankbar lächelnd dafür, dass ich das erleben durfte, weggehen lässt.

Das heißt, wenn man den eigenen Blick auf die positiven Dinge richtet, wird man damit andere weniger nerven?

Mettnitzer: Ja, Gemütszustände stecken an. Wer lamentiert, wer klagt, reißt andere in dieser Klage mit. Und wer sich freut, nicht mit happy-peppy-trallala, sondern mit einem klaren, dankbaren Blick für das, was möglich gewesen ist, der wird andere anstecken, auch darüber nachzudenken, was in ihrem Leben Glück bereitet hat. Das ist auch der Hintergrund meines Buches „Die Veredelung der Zeit“ gewesen. Ich habe lange nicht gewusst, wie ich es anlege. Und dann habe ich mir gedacht: Wenn ich von mir erzähle und von dem, was ich in diesem meinem Leben an Begegnungen, an Erfahrungen, an Erinnerungen gesammelt habe, dann ist das keine Selbstdarstellung – dass ich den anderen sage, schaut, wie toll mein Leben gelaufen ist – sondern dann kriegt, wer das liest, Appetit, selber in seinem Leben Nachschau zu halten, wie sich das Thema aus seiner oder aus ihrer eigenen Sicht erzählen ließe.

Ihre Gedanken zum Älterwerden werden uns durch die Fastenzeit begleiten. Hat Älterwerden auch etwas mit Fasten, mit Loslassen, mit Verzicht zu tun?

Mettnitzer: Ja, natürlich. Mit der Klugheit, sich auf das zu konzentrieren, was wir brauchen. Insofern ist eine Fastenzeit eine Gnadenzeit für Jung und Alt. Junge werden etwas Anderes brauchen als Ältere, aber im Grunde kann sich niemand um die Frage herumdrücken: Was brauche ich jetzt, was tut mir gut, was ist mein Potenzial und meine Begabung, wem stelle ich sie zur Verfügung? Und wenn das gelingt, haben immer beide Seiten etwas davon.

Das Gespräch führte Monika Slouk.

Auch das Scheitern ist ein Schatz

— Nicht jeder Versuch muss ge

Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Der Schatz, den Großeltern für unsere Gesellschaft bedeuten, hat nichts mit ihrem Sparkonto zu tun. Vielmehr mit dem Zeitkonto, über das „Gute Omen“ (copyright Georg Breinschmid & Gunkl 2022) und Opas verfügen. Dieses Vermögen ist so kostbar, dass manche sich fragen, ob Großeltern nicht „die besseren Eltern“ wären. Wer darauf mit „Ja“ antwortet, denkt vielleicht auch an den „Großvota“ der Austro-Pop-Gruppe STS (1985), den sich ein Enkelsohn zurückwünscht. Der Großvota hätte ihm doch so viel von dem zu sagen, was er erst jetzt versteht! Vielen Jugendlichen ist dieses Lied zur geheimen Hymne geworden. Im Vergleich zu den Eltern sind Großeltern nämlich in der Regel (die sich natürlich auch immer wieder durch Ausnahmen bestätigen lässt) im Umgang mit ihren Enkelkindern lockerer, gemütlicher, auch weiser. Sie vermitteln eine Ruhe und Gelassenheit, von der viele berufstätige Eltern nur träumen können.

Davon singt auch der aus Coswig bei Dresden stammende Liedermacher Gerhard Schöne (*1952). Sein Lied „Ganz einfach“ handelt vom Blitzbesuch eines Sohnes bei seinem alten Vater, der gerade Katzen füttert. Kaum angekommen, muss der Herr Sohn – frei nach Helmut Qualtingers „Wilden mit seiner Maschin“: „I hab zwar ka Ahnung, wo ich hinfahr. Aber dafür bin i g’schwinder dort“ – gleich wieder fort. Beim Verabschieden fragt er den Vater: „Woher nimmst du nur deine Ruhe?“ Und bekommt zur Antwort, dass es im Grunde ganz einfach wäre; vorausgesetzt freilich, dass er bei dem, was er tut, mit Leib und Seele, mit Herz und Hirn dabei ist, sich die Zeit dafür nimmt und nicht – kaum angekommen – gleich wieder wegmuss.

Großvater war ein Erfinder

Erfüllte Zeit ereignet sich dort, wo wir, anstatt mit der Zeit zu geizen, sie vergessen und mit großen Augen und offenem Mund zu staunen beginnen. Meine ersten Erinnerungen in diesem Zusammenhang verdanke ich meinem Großvater Josef Mettnitzer.

> » Großeltern sind ein Schatz für unsere Gesellschaft. «

In seiner Stube, der ersten Wunderkammer meines Lebens, war ich im Glück, und die Zeit dort für mich immer zu kurz. Vor allem dann, wenn ich mit seiner Schreibmaschine, der einzigen im Dorf, Texte „verfassen“ durfte, die ich dann (fasziniert vom Beruf eines Briefträgers) in der Nachbarschaft verteilen konnte. Dass ich diesen Erlebnissen im sogenannten „magischen Alter“ von drei bis vier Jahren wohl meine Liebe zum geschriebenen Wort verdanke, wurde mir erst Jahrzehnte später im Laufe meiner Lehranalyse bei Erwin Ringel bewusst. Großvater war ein Erfinder, entwickelte patentierte Werkzeuge zur Erleichterung der Arbeit im Garten und auf dem Feld. Besonders stolz soll er auf die Konstruktion eines Staubsaugers für den Dreschvorgang auf der Tenne gewesen sein; beim Trennen der Spreu vom Weizen hätte dadurch der unvermeidliche Staub beseitigt werden können. Als die Erfindung in Betrieb genommen wurde, soll sie funkensprühend explodiert sein. Kreidebleich – so jedenfalls hat es unsere Großmutter später unserer Mutter erzählt – wäre Großvater in die Küche gekommen und hätte kleinlaut gestammelt: „Thres, Thres, jetzt wär’ bald was passiert!“ Immer wieder hätte ich nach dieser Geschichte gefragt, erzählte mir später meine Mutter. Vielleicht auch, weil Oma und Mama so gerne davon erzählten?

Das nicht gelüftete Geheimnis

Gut möglich, dass die beiden, selten einer Meinung, sich darin einig waren, Großvater hätte die dafür aufgewendete Zeit besser bei der Arbeit im Stall und auf den Feldern verbracht!? Jedenfalls erinnere ich mich noch sehr genau an die Deutschstunde im Gymnasium in Wien, in der uns Thornton Wilders Theaterstück „Wir sind noch einmal davongekommen“ vorgestellt wurde. Darin überlebt die Familie Antrobus gleich drei Katastrophen, Eiszeit, Sintflut und Krieg, lässt sich davon aber nicht einschüchtern

elingen, sagt die Erfahrung.

zeljkosantrac/iStock

Die Veredelung der Zeit. Eine Liebeserklärung ans Älterwerden. Wiener Kneipp Verlag 2024, 112 Seiten, Hardcover, € 22,–; E-Book € 17,99.

und beginnt immer wieder mit dem Wiederaufbau. Während uns der Deutschlehrer begeistert die Handlung näherzubringen versuchte, musste ich an meinen Großvater denken und still vor mich hin schmunzeln.

» Erfüllte Zeit ereignet sich dort, wo wir zu staunen beginnen. «

Der Herr Professor, gleichzeitig unser Klassenvorstand und an und für sich ein humorvoller und gemütlicher Mensch, fühlte sich dabei von mir ausgelacht. Mit ungewohnt gereiztem Tonfall fragte er mich, was es da zu lachen gäbe!? Die Rüge wirkte. Ich stellte mein Schmunzeln ein und behielt mein Geheimnis für mich.

Schämen oder lächeln

Wenn ich das, was ich dadurch gelernt habe, damals schon besser verstanden hätte, dass nämlich, wer scheitert, schmerzlich lernen muss, dass nicht jeder Versuch gelingen kann, hätte ich wohl die Wiederholung der 4. Klasse im Gymnasium besser verkraftet und nicht geglaubt, mich dafür jahrelang schämen zu müssen. Auch viel später noch habe ich darüber kein Wort verloren, dafür aber, wahrscheinlich viel zu oft, immer wieder stolz von meiner „Matura mit Auszeichnung“ erzählt. Heute finde ich sehr viel Trost und noch mehr Humor in Anna Bühlers und Christian Alts neuestem Buch „Darwin gefällt das. Wie Einsteins Gehirn in einer Lunchbox landete und andere abstruse Einfälle der Menschheit“ (Goldmann Verlag 2025). Dort setzen die Autorin und der Autor den Pleiten und Pannen der Zeitgeschichte ein wunderbares Denkmal. Um wie viel ärmer wäre die Kulturgeschichte der Menschheit und auch unsere ganz persönliche Lebensgeschichte, wollten wir nur von unseren Glanzleistungen erzählen und unsere ganz persönlichen Geschichten des Scheiterns vergessen!?

Wie Begegnungen die Zeit veredeln

1/7

Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Arnold Mettnitzer
Psychotherapeut, Seelsorger, Buchautor

Kati Bruder

Vergeben ist Trumpf

Über eine zerbrochene Ehe, eine späte Versöhnung und wie die Kraft der Vergebung unserer Gesellschaft inneren Halt gibt.

— Wenn reden nicht leichtfällt

Das Eheglück unserer Eltern war „im Grunde nach zwei Wochen vorbei“. Viel mehr war dazu von unserer Mutter nicht in Erfahrung zu bringen, Fragen dazu waren tabu. Erst als Gymnasiast habe ich damit begonnen, nachzuforschen, meinen Vater zu besuchen und daheim davon zu erzählen. Einer meiner Brüder kanzelte meine Besuche beim Vater als Pastoralbesuche eines „Möchtegern-Pfarrers“ ab, die anderen Geschwister sagten nichts dazu, unsere Mutter nichts dagegen. Auch die Gespräche mit meinem Vater über Mama und meine Geschwister wollten nicht so recht gelingen. Sein Zuhören bestand in einer Art abwesender Anwesenheit, mit der er an mir vorbei, über mich hinweg schaute, um mir all das zu ersparen, was ihm dabei in den Sinn gekommen sein mochte!?

Watten bringt die Leut’ zusammen

Was uns beiden aber immer wieder Freude gemacht hat, war „Watten“, ein Kartenspiel mit 32 Karten, ein Überbleibsel aus der Zeit der napoleonischen Kriege in Bayern. Der Name dieses Spiels kommt vom französischen „va tout“, was so viel wie „der letzte Trumpf“ bedeutet. Freilich, ganz ungetrübt war auch diese Freude nicht. Verlieren kränkte ihn sehr, aber noch mehr, wenn er merkte, dass ich ihn trotz besserer Karten gewinnen lassen wollte. Nicht nur aus diesem Grund waren meine Besuche bei ihm immer wieder auch eine Herausforderung; aber als „Pastoralbesuche eines Möchtegern-Pfarrers“ habe ich sie nicht in Erinnerung, allein schon deshalb nicht, weil ich dabei manchmal für ein paar Augenblicke wie durch ein Schlüsselloch in seine Seele schauen und ahnen konnte, wie sehr er sein „Ingele“, unsere Mutter, einmal gerngehabt haben muss. In solchen Momenten bekam seine Stimme einen eigenartigen Klang, als wüsste er um seine Verantwortung für den von ihm angerichteten Scherbenhaufen in seiner Ehe und Familie.

> » Vergeben und Verzeihen gehören zu den innigsten Kulturleistungen des Menschen. «

Sag niemals nie

Im Sommer 1994, kurz nach seinem 64. Geburtstag, wurde mein Vater mit akuter Multiorganschwäche ins Krankenhaus eingeliefert. Als ich ein paar Tage später von der dramatischen Verschlechterung seines Zustandes erfahre, bin ich gerade mit meiner Mutter im Auto unterwegs und entschließe mich, ihn umgehend zu besuchen. Dass meine Mutter darauf besteht, zu ihm mitzukommen, überrascht mich, war sie doch all die Jahre nach ihrer Scheidung meinem Vater kein einziges Mal persönlich begegnet. Allein trete ich an sein Sterbebett und sage ihm, dass auch Mama mitgekommen wäre und draußen warten würde. „Soll nur draußen bleiben“, antwortet er knapp. Als ich mich später von ihm verabschiede, frage ich noch einmal, ob Mama hereinkommen dürfe. „Wenn sie unbedingt meint, dann soll sie halt kommen“, antwortet er mit einem Hauch von beinahe spitzbübischem Lächeln, so als hätte er auf die Wiederholung meiner Frage gewartet.

„Inge!“ ruft mein Vater meiner Mutter entgegen! Ich ziehe mich zurück und lasse die beiden allein. Als Mama nach einer guten Stunde aus dem Zimmer kommt, hat sie Tränen in den Augen. Als würde sie mich gar nicht wahrnehmen, sagt sie halblaut vor sich hin: „Nie hätte ich gedacht, dass ich diesem Menschen nach 34 Jahren so aus ganzem Herzen verzeihen kann!“ Ein paar Tage später, am 25. Juli 1994, stirbt mein Vater im Krankenhaus in Spittal an der Drau. Im Grunde seines Herzens muss er auf diese Begegnung gewartet haben, um versöhnt und im Frieden sterben zu können.

Versöhnen ist nicht leicht

Vergeben und Verzeihen gehören zu den innigsten Kulturleistungen des Menschen. Ohne die Kraft der Vergebung,

, verbindet manchmal ein Kartenspiel.

Cavan for Adobe

BUCHTIPP:
Die Veredelung der Zeit. Eine Liebeserklärung ans Älterwerden. Wiener Kneipp Verlag 2024, 112 Seiten, Hardcover, € 22,–; E-Book € 17,99.

ohne gelebtes Verzeihen verlieren die kleinen und großen Gemeinschaften in unserer Gesellschaft ihren inneren Halt. Davon erzähle ich auch in meinem Buch „Die Veredelung der Zeit“. Im Jänner dieses Jahres habe ich darauf einen Brief erhalten, in dem mir ein Ehepaar gesteht, wie schwer nachzuvollziehen für die beiden meine „Vergebungstheorie“ wäre. Und weiter: „Wir haben seit langer Zeit Probleme mit unseren Nachbarn. Seit 30 Jahren laut, Kinder uneinsichtig – nicht bereit zu einem Gespräch.“ Freilich ist es verständlich, wenn im Blick auf 30 Jahre (!) andauernder Probleme mit den Nachbarn – oder nach 34 Jahren Stillschweigen nach einer Scheidung – Gesten der Vergebung und Versöhnung als große Herausforderung erscheinen. Niemand soll behaupten, dass das leicht wäre. Daraus sollte man aber auch nicht den (vorschnellen) Schluss ziehen dürfen, dass Nicht-Versöhnung der bessere Weg, die Nicht-Vergebung leichter und Rache süßer als Versöhnung wäre.

Worte allein legen keine Eier

„Wer vergibt, ist Gott ähnlich“, sagt der Mystiker Henry Boulad, den ich mehrmals bei Vorträgen erleben konnte. Sein Gedanke, dass ein vergebender und verzeihender Mensch im Grunde in die Rolle eines barmherzigen Gottes schlüpft und versucht, auf die Logik des Stärkeren zu verzichten, beeindruckt mich tief; freilich erfordert das aber konkrete Schritte, um nicht bloßes Strohfeuer zu bleiben. Ein Sprichwort aus Afrika meint dazu: „Worte sind schön, aber Hühner legen Eier.“ Wer es versucht, kann in der Regel Erstaunliches berichten. Vorausgesetzt, es geschieht in einer „Demut“, die als „Mut zum Dienen“ kein Recht einfordert, sondern nicht müde wird, in Liebe und Güte – selbst auf die Gefahr hin, dass beides ausgeschlagen wird – nach Alternativen zu suchen, die sich von nichts, auch nicht von Undank, aufhalten lassen. Wäre das Leben in diesem Sinn ein Kartenspiel, wäre „die Kunst der Vergebung“ sozusagen „der letzte Trumpf“.

Wie Begegnungen die Zeit veredeln

2/7

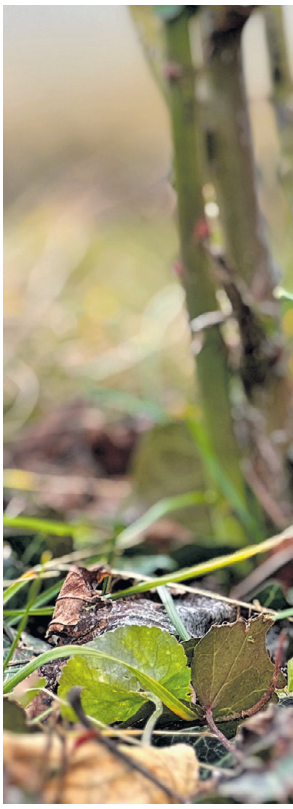
Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Arnold Mettnitzer
Psychotherapeut, Seelsorger, Buchautor

Kati Bruder

Widerstand macht stark

Über die Last des Nachtragens, die Kraft der Vergebung und das Gesetz der Wertschätzung.



— Die Lebensumstände sind ni

Die Einsamkeit wäre ein idealer Zustand, wenn man sich die Menschen aussuchen könnte, die man meidet.“ Was Karl Kraus damit meinte, kennt jeder, der – aus welchen Gründen auch immer – an der Gegenwart anderer Menschen zu leiden hat.

Am 8. Oktober 2023 hat die *Christine Lavant Gesellschaft* im Radiokulturhaus in Wien Yevgeniy Breyger, dem 1989 in Charkiw geborenen deutschsprachigen Lyriker, den *Christine-Lavant-Preis* überreicht. In seiner Dankesrede sagte der Preisträger: „Der Zustimmung folgt kein Denken, Zustimmung ist das Ende der Kunst, Zustimmung ist Tod, Widerstand ist Leben.“ Wie vom Blitz getroffen erinnerte mich dieser Satz an die Kraft, mit der ich als achtjähriges Kind Widerrede geübt und Widerstand geleistet habe.

David gegen Goliath

Meine Mutter hatte sich damals als achtundzwanzigjährige Frau mit ihren sechs Kindern im Alter von zwei bis acht Jahren – nicht zuletzt ermutigt durch Dechant Melchior Granig, den Stadtpfarrer von Gmünd in Kärnten – von unserem alkoholkranken Vater getrennt. In der Hoffnung, uns nie davon erzählen zu müssen, verbrannte sie die Scheidungsurkunde und zog mit uns Kindern auf ihren als Mitgift in die Ehe eingebrachten Bergbauernhof. Die dazu gehörigen Felder verpachtete sie an einen Großbauern, der uns Geschwistern gegenüber so auftrat, als wäre unsere Arbeitskraft ein Teil seines Pachtvertrages gewesen. Seinen groben Worten und harschen Manieren wusste unsere Mutter nichts entgegenzusetzen. Mir aber, dem Ältesten, erwuchs daraus mein erster ziemlich bester Feind. Ihm Widerstand zu leisten, mich seinen Kommandos zu widersetzen und ihm zu widersprechen erachtete ich als (m)eine Pflicht. Je lauter er wurde, desto größer wurde mein Widerstand, umso lächerlicher und weniger nachvollziehbar auch die Sinnhaftigkeit seiner Befehle. So groß allerdings konnte meine Schadenfreude darüber nicht sein, dass sie meine dabei erlebte, erste bewusste Erfahrung von Einsamkeit und Nicht-Verstanden-Werden hätte wettmachen können. In diesen scheinbar aussichtslosen Situationen eines (aber nie ganz) ohnmächtigen Einzelkämpfers boten sich mir immer wieder, bei der Heuernte auf dem Feld oder zu Mittag bei Tisch, Gelegenheiten zu relativ leichten Siegen in Streitgesprächen mit ihm. Ihn mit leiseren Tönen und besseren Argumenten zur Weißglut zu bringen, war mir – wenn schon kein Vergnügen, so doch – ein stiller, seelennotwendender Triumph.

> » Wer nachtragend ist, hat viel zu schleppen, ändert damit aber nichts zum Besseren. «

Der ziemlich beste Feind

Als er im Sterben lag, ließ er mich rufen, bat mich mit den Worten „bitte glaub mir, ich bin kein schlechter Mensch“ um Verzeihung und darum, die liturgische Feier seines Begräbnisses zu leiten. Ich erinnere mich nicht mehr, was ich ihm geantwortet habe. Wie immer unser Gespräch auch verlaufen sein mag, ein einziger Satz bei der *Christine-Lavant-Preis*-Verleihung schenkte mir blitzartig einen bisher nicht gekannten Frieden und den bisher nicht für möglich gehaltenen Wunsch, sein Grab auf dem Friedhof in Eisentratten zum ersten Mal nach dem Begräbnis im Mai 2002 zu besuchen.

Dort stand ich dann – ein paar Tage nach der Abgabe meines Buchmanuskriptes „Die Veredelung der Zeit“ – im Versuch einer Zwiesprache übers Grab hinaus. Mit dem eigenartigen Gefühl, irgendwie getröstet, mit ihm und der Welt im Frieden zu sein, konnte ich dann von dort weggehen. Wer nachtragend ist, hat viel zu schleppen, ändert damit aber nichts zum Besseren. Wer älter wird, wird in mancher Hinsicht auch schwächer und ist allein schon deshalb gut

icht immer freundlich. Trotzdem ist Wachstum möglich, wie bei den Schneeglöckchen. Slouk

BUCHTIPP:
Die Veredelung der Zeit. Eine Liebeserklärung ans Älterwerden. Wiener Kneipp Verlag 2024, 112 Seiten, Hardcover, € 22,–; E-Book € 17,99.

beraten, weniger nachtragend zu sein, im Herzen milder zu werden und unnötig gewordene Lasten abzuwerfen.

Das Gesetz der Wertschätzung

Der Psychiater und Psychotherapeut Reinhard Haller hat seinem Buch „Die dunkle Leidenschaft. Wie Hass entsteht und was er mit uns macht“ ein Wort von Martin Luther King als Leitmotiv vorangestellt: „Hass lähmt das Leben; Liebe befreit es; Hass verwirrt das Leben; Liebe bringt es ins Gleichgewicht. Hass verdunkelt das Leben; Liebe erleuchtet es.“ Wer dieses Buch aufmerksam liest, findet darin ein vom Autor aufgestelltes Gesetz, demnach jeder Mensch, der dir begegnet, von dir Wertschätzung erwartet, selbst wenn er dir zuerst mit Gleichgültigkeit, Ablehnung oder sogar mit Hass begegnet ist. Dieses „Gesetz“ zu verstehen, braucht Zeit und Geduld, aber erst es zu erleben, schenkt einen vorher so nicht für möglich gehaltenen Frieden. Ein solcher Friede ist ansteckend und gibt sich nicht mit einmaligen „Heldentaten“ zufrieden.

Möge der Herr dich verteidigen

„Immer ist Anfang“, sagt Franz Theodor Csokor in einem seiner Gedichte. Um den langen Atem, den es dafür braucht, lohnt es sich auch zu beten. Vielleicht mit dem lateinischen Dichter Sedulius Caelius, der im 5. Jahrhundert in Archaia gelebt hat und die Sonnenseiten des Menschen wohl genauso gekannt hat wie seine Grausamkeiten:
„Der Herr sei vor Dir, um Dir den rechten Weg zu zeigen. Der Herr sei unter Dir, als fester Boden unter Deinen Füßen. Der Herr sei hinter Dir, um Dich aufzufangen, wenn Du straucheln solltest. Der Herr sei um Dich herum, um Dich zu verteidigen, wenn andere über Dich herfallen. Der Herr sei in Dir, um Dich zu trösten, wenn Du traurig bist. Der Herr sei über Dir, um Dich zu segnen auf allen Deinen Wegen alle Tage Deines Lebens.“

Wie Begegnungen die Zeit veredeln

3/7

Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Arnold Mettnitzer
Psychotherapeut, Seelsorger, Buchautor

Kati Bruder

Mehr als nur Buchstaben

Schon die rabbinische Tradition zeigt, dass geschriebene Worte nie nur eine einzige Bedeutung haben. Der Schriftstellerin Theresia Oblasser gelingt es in ihren Erzählungen, diese Vielschichtigkeit lebendig werden zu lassen.

— Die 84-jährige Bergbäuerin T

In der rabbinischen Tradition wird von einem jungen Flüchtling erzählt, der in eine Stadt kommt und dort bereitwillig aufgenommen und vor seinen Verfolgern versteckt wird. Soldaten gegenüber, die nach ihm suchen, beteuern die Bewohner der Stadt, von nichts zu wissen. Doch die Soldaten schöpfen Verdacht und kündigen an, die ganze Stadt in Schutt und Asche zu legen, wenn der Flüchtling nicht bis zum nächsten Morgen ausgeliefert wird. Voller Angst kommen die Menschen zu ihrem Rabbi und fragen ihn um Rat. Tief besorgt beginnt er in der Schrift nach einer Antwort zu suchen. Die ganze Nacht liest er, ohne etwas zu finden. Da, kurz vor Sonnenaufgang, wird ihm die Antwort klar. Er geht zu den Stadtbewohnern und sagt: „Es ist besser für euch, wenn ein einziger Mensch für das Volk stirbt, als wenn das ganze Volk zugrunde geht.“ Diese gestehen daraufhin den Soldaten, dass der junge Mann tatsächlich bei ihnen versteckt ist und lassen ihn abführen. Dem Rabbi aber lässt das keine Ruhe. Er setzt sich nochmals über seine Bücher. Da erscheint ein Engel und fragt ihn, was er für ein Problem habe. „Ich bin mir einfach noch nicht sicher, ob es richtig war, den jungen Mann auszuliefern“, sagt der Rabbi. Der Engel antwortet ihm: „Wusstest du nicht, dass das der Messias ist?“ Ungläubig schaut ihn der Rabbi an: „Wie hätte ich das wissen können?“, fragt er. „Hättest du dir die Zeit genommen, den jungen Mann aufzusuchen und ihm in die Augen zu schauen, anstatt in den Schriften zu suchen“, entgegnet der Engel, „hättest du gesehen, dass er der Messias ist.“

Buchstabe oder Mensch

Wer die Schrift, in der der Rabbi liest, vom Leben loslöst, verzerrt ihren Inhalt. Wer Geschichten von den Menschen loslöst, unter denen sie entstanden sind, kann sie nur falsch verstehen. Wer sogenannte „heilige“ Schriften wichtiger nimmt als die Menschen, aus deren Erfahrungen sie stammen, zerstört das Heilige in ihnen.

> »
> Buchstabe und Geist sind oft so weit voneinander entfernt wie die umständliche Erklärung eines Witzes von seiner Pointe.
> «

Wer sich an Buchstaben klammert, muss damit noch lange nichts von ihrem Geist erfasst haben. Und wer glaubt, etwas begriffen zu haben, muss noch lange nicht davon ergriffen sein. Buchstabe und Geist sind oft so weit voneinander entfernt wie die umständliche Erklärung eines Witzes von seiner Pointe.

Es war u. a. Friedrich Nietzsche, der den „dunklen Männern“ (der Kirche) vorgeworfen hat, ihrer Rede von Gott fehle das Feuer der Begeisterung und damit das Erlösende. Deshalb wäre es auch so schwer, ihrer Rede zu glauben. Feuer, das aus dem Herzen kommt, will zuallererst entflammen, verzaubern und berühren, nicht belehren und bekehren.

Schreiben gegen die Sprachlosigkeit

In diesem Zusammenhang muss ich an die Erzählungen und Gedichte der Bergbäuerin Theresia Oblasser aus Großsonnberg in der Gemeinde Taxenbach bei Rauris denken. Seit ihrem 43. Lebensjahr schreibt sie. Und was sie schreibt und erzählt, erlebe ich zum ersten Mal an einem Sonntag im März 2008 im Auto nach Wien in der Sendung *Menschenbilder*. Dort erzählt sie, warum sie immer wieder schreiben muss, wie sie nur so bewusster und wacher leben, genauer empfinden könne.

Jetzt, im März dieses Jahres, gerade rechtzeitig zu ihrem 84. Geburtstag, während ich an diesem Beitrag für die Kirchenzeitung schreibe, erreicht mich ein Brief von ihr. Und damit auch ihr jüngstes Buch im Manggei Verlag (2025) mit dem Titel „Im weitesten Sinn ein Wolkenkratzer“. Dort erzählt sie, wie sie „in Geschichten, Liedern, Gebeten und Gedichten“ die Sprache dafür

Theresia Oblasser schreibt seit über 40 Jahren Geschichten, Artikel und Dialektgedichte. Wildbild

BUCHTIPPS:
Arnold Mettnitzer: Die Veredelung der Zeit. Eine Liebeserklärung ans Älterwerden. Wiener Kneipp Verlag 2024, 112 Seiten, Hardcover, € 22,–; E-Book € 17,99.

Theresia Oblasser: Im weitesten Sinn ein Wolkenkratzer, manggei verlag, Niedernsill 2025, Bestellungen an: gerlinde.allmayer@sbg.at

entdeckt habe, was ihr immer schon wichtig war: „eine Sprache, die Gefühle weckt, Neugier belohnt und den Horizont erweitert. Eine Sprache, die die Not der Sprachlosigkeit wendet."

Was ich auf meiner Fahrt damals im Auto unterwegs nach Wien von ihr hörte und heute lese, macht mich staunend heiter.

Ein gläubiger Mensch

„Schuhe / die mir gefallen / sind meist / Nummern zu groß // probier ich sie / trotzdem / wachsen die Füße." – Das ist eines ihrer Gedichte.

Die humorvolle Tiefe und die Geradlinigkeit ihrer Gedanken veranlassten mich damals, mit einem ihrer Texte eine Folge der Sendung *Was ich glaube* zu gestalten. Ein paar Tage später kommt dann ein Brief, in dem sie mir davon erzählt, rein zufällig diese Sendung „erwischt" und ihren Text mit neuen Ohren gehört zu haben. „So schöö!" Daraufhin bitte ich sie, mir die Veröffentlichung dieses Textes in meinem Buch „Couch & Altar. Erfahrungen aus Psychotherapie und Seelsorge" zu erlauben. Bei der Präsentation dieses Buches ist sie dann mein Ehrengast. Ein Jahr später in Taxenbach bei der Präsentation ihres Buches „Heimkommen" darf ich ihr Festredner sein. Und dabei musste ich dann, wie jetzt auch, davon erzählen, was für diese herzensklug-humorvolle Frau in ihrem Gedicht **„Glauben"** ein „gläubiger Mensch" ist:

„Ich bin ein gläubiger Mensch. /
meistens glaube ich, was ich höre.
Den Politikern glaube ich wenig /
den Lehrern nicht immer /
Zeitung nicht jeder / gute Nachrichten gern. /
Warnungen lieber nicht / Versprechen zu oft /
dem Schönwetterbericht bis ich nass bin. /
Meinem Mann meistens /
dem Dorfklatsch kein Wort.
Ich glaube nicht, dass ich alles weiß /
immer recht habe / mich nie irre.
Ich glaube den Märchen und Phantasien /
den Träumen und Ahnungen. /
Ich glaube an unsichtbare Wirklichkeiten /
und an die Trotzmacht des Geistes.
Ich glaube an Gott /
und ich glaube, dass Gott an mich glaubt."

Wie Begegnungen die Zeit veredeln

4/7

Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Arnold Mettnitzer
Psychotherapeut,
Seelsorger, Buchautor

Kati Bruder

Wie lange noch?!

Nicht alles ist, wie es auf den ersten Blick scheint. Wahre Geschichten, verborgene Wahrheiten und unerwartete Enthüllungen.

— Die Wahrheit ist hinter der F
Lebensereignis verbindet.

Die letzten Jahre seines Lebens verbrachte Charlie Chaplin in einem kleinen Dorf am Genfer See. Eines Tages wurde dort im örtlichen Gasthaus ein Charlie-Chaplin-Look-Alike-Wettbewerb veranstaltet. Gewinnen sollte, wer den größten Komiker aller Zeiten am besten darstellen konnte. Charlie Chaplin machte mit und belegte den vierten Platz. Es ist nicht geklärt, ob er das komisch fand. Diese Geschichte erzählte der Paarberater Stefan Pott vor neun Jahren in einer Radiosendung, um damit den Unterschied zwischen dem Fasching und der Fastenzeit zu erklären. Während wir uns nämlich im Fasching verkleiden und, wie es so schön heißt, als jemand gehen, der wir nicht sind, geht es in der Fastenzeit um das Gegenteil, um unser echtes, unverwechselbares Gesicht hinter der Maske. So gesehen kümmern wir uns in der Fastenzeit, anders als im Fasching, nicht nur um das Kostüm, nicht nur um das unterhaltsame Schöne, sondern auch um die anderen, nicht glänzenden Seiten des Lebens. In einem seiner frühen Gedichte fragt Peter Turrini:

Wie lange noch / werde ich alles hinunterschlucken / und so tun / als sei nichts gewesen?
Wie lange noch / werde ich auf alle eingehen / und mich selbst / mit freundlicher Miene vergessen?

Diesem meinem „Selbst“, meinem „Ich“ in Verbindung mit den anderen gilt in der Fastenzeit die ganze Aufmerksamkeit.

Die Wahrheit ist zumutbar …

Dabei muss ich an den Mythos des griechischen Hirtengottes Pan denken. Pan bedeutet übersetzt „alles“ oder „das Ganze“. Dieser Pan, ein Vierbeiner, so wird erzählt, besitzt eine glänzende Oberseite, die herrlich anzusehen ist. Seine zunächst unsichtbare Unterseite aber ist erschreckend hässlich. Die Menschen sehen im Allgemeinen nur seine geordnete und schöne Oberseite. Manchmal aber richtet Pan sich auf und zeigt auch die andere, die dunkle Seite. Unvermutet damit konfrontiert, geraten die Menschen in „Panik“, reagieren „panisch“ und wenden sich ab.

> » Wer „alles“ in seinem Leben kennenlernen möchte, (…) muss bereit sein, „das Ganze“ in den Blick zu nehmen. «

Im Blick auf diesen Mythos meinte Platon, den Menschen die ganze Wahrheit nicht zumuten zu können; es sollte genügen, sie mit der halben Wahrheit, mit der Idee, mit der einen, der schönen Seite des Lebens vertraut zu machen. Wer aber „alles“ in seinem Leben kennenlernen möchte, wer möglichst viel in dieser Welt zumindest ansatzweise „verstehen“ möchte, muss bereit sein, „das Ganze“ in den Blick zu nehmen.

Die Lehrjahre meiner „Selbsterfahrung auf der Couch“ haben mir dazu Mut gemacht und dabei dem „Katholischen“ in meinem Leben seine ursprüngliche Bedeutung wiedergegeben. Das „Allumfassende“ und „Weltumspannende“ gibt es nur in Verbindung mit unerschrockener Neugier, die auch an der „Unterseite des Lebens“ interessiert bleibt und wissen will, was hinter den Kulissen vor sich geht.

Überraschendes Outing

Pater Nathanael Wirth OSB, einem meiner väterlichen Freunde, verdanke ich in diesem Zusammenhang eine schmerzliche, aber nützliche Entlarvung, die er mir am 1. November 2010 zugemutet hat: Mit einer kleinen Gruppe von Musikern waren wir damals aus Kärnten in die Propstei St. Gerold ins Große Walsertal gekommen, um mit ihm, der Seele dieses Ortes, gemeinsam Gottesdienst und seinen 80. Geburtstag zu feiern. Dabei überraschte mich Pater Nathanael doppelt: Zunächst begrüßte er vor allen anderen Gästen unsere Gruppe aus Kärnten und dabei „besonders herzlich Jutta, die Frau meines Freundes Arnold“, die damals noch – von mir „halb versteckt“ und sie selbst „halb verschreckt“ – bei gemeinsam besuchten Gottesdiensten neu-

Fassade zu finden – das gilt auch für die Propstei St. Gerold im Großen Walsertal, mit der Arnold Mettnitzer ein besonderes

Matthias Rhomberg/Propstei St. Gerold

BUCHTIPP:
Die Veredelung der Zeit. Eine Liebeserklärung ans Älterwerden. Wiener Kneipp Verlag 2024, 112 Seiten, Hardcover, € 22,–; E-Book € 17,99.

gierigen Blicken auszuweichen versuchte. Nach seiner Begrüßung hat mich der Jubilar dann darum gebeten, ihm sozusagen aus dem Stegreif die Festpredigt zu halten. Pater Martin Werlen, der bereits bestellte Nachfolger von Pater Nathanael, berichtete daraufhin im Pfarrblatt, dass die Predigt „der mit Pater Nathanael befreundete evangelische Pfarrer Arnold Mettnitzer“ gehalten hätte. Dass ein katholischer Priester im schlampigen Verhältnis mit einer Frau lebt, sie zum Geburtstag seines Priesterfreundes mitbringt und dann auch noch die Festpredigt hält, vermochte sich ein junger, von den Spielarten dieser Welt noch ziemlich unberührt gebliebener Benediktinermönch nicht vorzustellen.

Nehmen und geben

Nach dem gemeinsamen Mittagessen, bei einem Spaziergang zu zweit im Klostergarten, hielt mir dann der Jubilar freundlich im Ton, aber entschieden in der Sache, seine „Festansprache“: „Wie lange noch glaubst du, deine Jutta, die dich, wie ich sehe, über alles liebt, hinhalten zu können? Schämst du dich nicht, diese Liebe einfach so anzunehmen, als hättest du ein Anrecht darauf? Ich bitte dich nur um eines: Spiele mit dieser Frau nicht das Spiel vieler Priester, die sich einfach nehmen, was ihnen geschenkt wird, ohne ihrerseits etwas geben zu wollen, weil sie sich zu etwas Höherem berufen fühlen!“ Ich weiß nicht mehr, was ich ihm darauf geantwortet habe. Ich weiß nur, wie sehr er sich mit uns gefreut hat, als wir ihm vier Jahre später das Datum unserer Hochzeit mitgeteilt haben. Und ich weiß auch, wie sehr mich die Nachricht von seinem Tod sechs Jahre später, am 19. November 2020, meinem 68. Geburtstag, getroffen hat und ich damals unter dem Vorwand, allein spazieren gehen zu wollen, eine Gelegenheit gesucht habe, um aus ganzem Herzen sein Sterben beweinen zu können.

Wie Begegnungen die Zeit veredeln

5/7

Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Arnold Mettnitzer
Psychotherapeut,
Seelsorger, Buchautor

Kati Bruder

Liebe aus dem Lautsprecher

Wie ein Lied bewegen und dankbar machen kann. Eine Lebensgeschichte wendet sich.

— Der Grenzland
Arnoscht wurd

„Da findet man einen Menschen
der ein Mensch ist
ein Mensch bleibt
und die Menschen für Menschen hält
weil er ein Mensch ist
Unfassbar
so ein Mensch“

Susanne Hennemann beschreibt in diesem Gedicht, was Menschen in ihrer tiefsten Seele von anderen Menschen erwarten. Nichts anderes, als von ihnen als Mensch wahr- und ernstgenommen zu werden. Und nichts kränkt sie mehr als die Erfahrung, von anderen links liegengelassen und „nicht einmal ignoriert“ zu werden. Nie zuvor ist mir der Inhalt dieses Gedichtes deutlicher vor Augen geführt worden als am Abend des 2. März 2013 im Kongresshaus in Villach.

Der Grenzlandchor Arnoldstein hatte damals aus Anlass des 90. Geburtstags seiner Gründerin Gretl Komposch († 2019), der legendären Komponistin und Chorleiterin, ein Festkonzert ausgerichtet. Und Stefan Marko, der Obmann des Chores, verlas dabei Grußbotschaften aus aller Welt. Eine davon kam aus Montgomery im amerikanischen Bundesstaat Alabama. Ihr Verfasser war der Psychologe Dr. Otto Arnoscht, der in den USA lebt und sich seit seinem 10. Lebensjahr mit dem Grenzlandchor aufs Engste verbunden weiß. In seiner E-Mail an den Chor erzählte er vom Oktober 1957, in dem er als Zehnjähriger an einem dunklen, kalten Abend allein durch die Innere Stadt von Wien geirrt wäre, einzig und allein mit dem Ziel, „unter allen Umständen so spät wie möglich nach Hause zu gehen“. In seiner zerrütteten Familie hätte es täglich Streit, Hasstiraden, Angst und monatlich wiederholte Selbstmordversuche seiner alleinerziehenden Mutter gegeben. Jahre zuvor schon wäre sein Vater aus dem Leben der Familie verschwunden und die Mutter mit ihrem einzigen Sohn Otto zu ihrem Vater gezogen.

> » Als hätten Engel dieses Lied für ihn allein gesungen. «

Der aber, „ein schrecklicher, alkoholkranker Choleriker“, wäre für sein Enkelkind alles andere als ein liebevoller Großvater gewesen. Auch bei anderen Verwandten, von der Nachbarschaft erst gar nicht zu reden, hätte es für den kleinen Otto keinen Platz gegeben, an dem er sich willkommen, geschweige denn zu Hause hätte fühlen können. Und die Schule? Ein Ort, der Leiden schafft! Kein Ort der Leidenschaft. Und Otto selbst, „einer der schlechtesten und schwierigsten Fälle für die Behörden“, im Alter von zehn Jahren bereits „hoffnungslos und einsam wie ein alter Alkoholiker“.

Und plötzlich war da eine Hoffnung

An diesem kalten Abend aber, im Oktober 1957, wäre er plötzlich an der Ecke Kärntner Straße / Kupferschmiedgasse vor einem bereits geschlossenen Schallplattengeschäft gestanden und hätte aus dem Lautsprecher über der Tür ganz verzaubernde Töne vernommen. Ein Lied, das von Liebe und Familie erzählte und vom wunderbaren Gefühl, jemanden gern zu haben. Wie vom Blitz getroffen, wäre er damals mit großen Ohren und offenem Mund vor dem Geschäft gestanden, hätte sich von diesem Lied direkt angesprochen und eingeladen gefühlt, sein Leben zu überdenken und seine Einstellung zu ändern.

Und plötzlich wäre da mit einem Male eine so noch nie erlebte Hoffnung gewesen. Eine Hoffnung, die an Menschen glaubt und darum weiß, dass es da draußen in der Welt, irgendwo außerhalb seiner Welt, Menschen gibt, die menschlich sind, sich wohl fühlen, in ihrer Familie und unter ihren Freunden Halt und Geborgenheit erleben. Als hätten Engel dieses Lied für ihn allein gesungen, so wäre ihm damals dabei zumute gewesen. Und zum Schluss hörte er dann den Moderator sagen: „Das war der Grenzlandchor Arnoldstein.“

chor Arnoldstein lässt im Kärntner Liedgut die „Verbindung der slawischen, romanischen und deutschen Seele“ erklingen. Für Otto e diese Musik einst zum Wendepunkt im Leben.

Grenzlandchor Arnoldstein

Die entscheidende Wegkreuzung

Dieser Moment (vor mittlerweile 68 Jahren), heute noch so lebendig „als wäre es gestern gewesen“, sei zur alles entscheidenden Wegkreuzung seines Lebens geworden. Mit Ehrgeiz und Zuversicht hätte er dann die Matura geschafft und wäre danach in die Vereinigten Staaten ausgewandert. Sobald er den Grenzlandchor im Internet finden konnte, hätte er alle verfügbaren CDs gekauft. Aber sein großer Wunsch und Entschluss, nach Österreich zu fliegen, um persönlich ein Weihnachtskonzert des Chores mitzuerleben, müsse noch warten. Aus ganzem Herzen bedankte er sich „für die Botschaft der Liebe, der Menschlichkeit, der Hoffnung und der Seeligkeit [sic!] Ihrer Musik“ und fügte hinzu: „Ihr Gefühl in ihrem Lied gab mir die Stärke und Gewissheit, dass da gute Menschen in der Welt sind, dass auch ich erfolgreich werden kann, wenn ich andere Menschen liebe und unterstütze und meine Familie schätze. Sie gaben mir die Hoffnung und die Liebe, die ich brauchte. Ich danke Ihnen unendlich! Sie gaben mir das Geschenk der Liebe und eines guten Lebens. Ich wünsche Ihnen alles Gute! Man weiß ja nie, wann Ihre künstlerischen Anstrengungen etwas Besonderes für jemanden bedeuten.“

Das Geschenk eines guten Lebens

Eineinhalb Jahre später, am 14. Dezember 2014, durfte ich das Adventkonzert des Grenzlandchores im Goldenen Saal des Wiener Musikvereins moderieren. Ohne den Chor vorher darüber zu informieren, habe ich damals Otto Arnoscht in Montgomery angerufen und ihn zu diesem Konzert nach Wien eingeladen. Zur Überraschung aller stand er dann zum Schluss des Konzertes auf der Bühne vor dem Chor und überreichte der Chorleiterin Hedi Preisegger, der Tochter von Gretl Komposch, 25 weiße Rosen. Da stand ein Mensch vor Menschen und dankte ihnen für „das Geschenk der Liebe und eines guten Lebens“.

Wie Begegnungen die Zeit veredeln

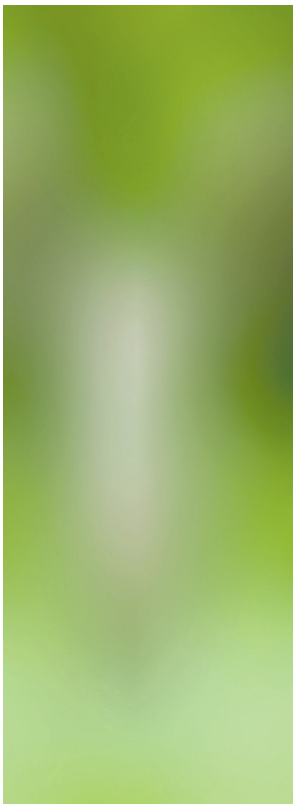
6/7

Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Arnold Mettnitzer
Psychotherapeut,
Seelsorger, Buchautor

Kati Bruder

Der Zauber der Wandlung



— Ohne Wandlung kein Leben.

Die Verwandlung in Kunst, Natur und Glaube – im Zeichen der Auferstehung.

Neun Jahre lang war ich Seelsorger in Klein St. Paul, einer Pfarre im Kärntner Görtschitztal. An einem Freitagabend klingelte das Telefon. Claus Peymann, damals Direktor des renommierten Theaters „Berliner Ensemble“, erkundigte sich nach den Beginnzeiten meiner „Vorstellungen“ und kündigte für den kommenden Sonntag seine Teilnahme am Gottesdienst an. Gründlicher als sonst bereitete ich mich auf meine Predigt vor. Der Gast aus Berlin sollte darüber staunen, was ihm da in einer Landpfarre geboten wird. Und tatsächlich schien meine eitle (Be-)Rechnung aufzugehen. Nach der „Vorstellung“ kam Peymann in die Sakristei und bedankte sich: „Was ich heute hier erlebt habe, kriege ich als Theaterdirektor auf keine Bühne!“

Beim gemeinsamen Mittagessen erklärte er mir dann, was ihn staunen machte. Nicht meine Predigt, nicht prächtige liturgische Gewänder, Chorgesang oder Kirchenglocken hätten ihn so berührt, sondern der Augenblick der Wandlung. Jener Wimpernschlag völliger Stille in einer übervollen Dorfkirche, während der Pfarrer eine kleine, unscheinbare Scheibe ungesäuerten Brotes über dem Altar erhebt. Nie zuvor war mir deutlicher bewusst: „Wandlung“ ist Verzauberung von innen her. Kein „Hokuspokus“, jene Verballhornung der lateinischen Worte „Hoc est enim Corpus meum“ (Denn das ist mein Leib), die der Priester dabei über das Brot spricht. Ich erinnerte mich an ein Streitgespräch in meiner römischen Studienzeit: Einer von uns Studenten hatte den Mainzer Kardinal Hermann Volk († 1988) mit der Frage zu provozieren versucht, wozu Priester beim Gottesdienst ein Messgewand bräuchten? Die knappe Antwort des Kardinals: „Damit sie darunter verschwinden.“ Damit der, der am Altar steht, in die Rolle eines Größeren treten, sein Ego hintanstellen kann. Wie bei Schauspielerinnen und Schauspielern, deren Kostüm ihnen hilft, in der Rolle, in die sie schlüpfen, ganz aufzugehen.

> » Nie zuvor war mir deutlicher bewusst: ‚Wandlung‘ ist Verzauberung von innen her. «

Sich verwandeln und verzaubern lassen

Einen ähnlichen Gedanken enthält die italienisch-französische Tragikkomödie „Habemus Papam – Ein Papst büxt aus“ des italienischen Regisseurs Nanni Moretti (2011). Dort versteckt sich der soeben gewählte neue Papst vor der Menge auf dem Petersplatz und flieht aus dem Vatikan. Anonym sucht er den besten Psychologen Italiens auf. Auf dessen Frage, welchen Beruf er ausübe, antwortet er: „Schauspieler“. Immer wieder, wenn ich in diesen Wochen am Wiener Theater in der Josefstadt vorbeikomme, muss ich an diese Filmszene denken. Dort stehen nämlich in großen Lettern die Worte Max Reinhards an der Fassade zu lesen: „Ich glaube an die Unsterblichkeit des Theaters. Es ist der seligste Schlupfwinkel für diejenigen, die ihre Kindheit heimlich in die Tasche gesteckt und sich damit auf und davon gemacht haben, um bis an ihr Lebensende weiterzuspielen.“

Quelle und Höhepunkt dieses (heiligen) Spiels wird immer der Moment sein, in dem wir durch das, was wir dabei erleben, ergriffen werden. Je mehr uns dabei die Worte fehlen, umso größer die Chance, in die Nähe des Geheimnisses geraten zu sein. Zu guter Letzt stehen wir mit großen Augen und offenem Mund da und erleben Wandlung als das „Lebensverzauberungsmittel“ schlechthin.

„Staunen nur kann ich und staunend mich freuen“, so besingt es das Gloria aus der beliebten Schubertmesse. Die Sehnsucht danach ist der Grund dafür, warum Menschen in die Kirche, ins Theater, in die Oper, ins Konzert und auch ins Kino gehen. Dabei verzaubert und davon verwandelt, „müssen“ sie dann – wie Peymann in der Sakristei oder die Emmausjünger in Jerusalem – anderen davon erzählen.

. Auch der Apfelbaum, der erblüht, ist ein Sinnbild für die Auferstehung. Adobe Stock

BUCHTIPP:
Die Veredelung der Zeit. Eine Liebeserklärung ans Älterwerden. Wiener Kneipp Verlag 2024, 112 Seiten, Hardcover, € 22,–; E-Book € 17,99.

Was die Welt verändert

Noch vor aller Liturgie und aller Kunst bietet mir die Natur tagtäglich den Zauber von Wandlung und immer wieder erlebter „Auferstehung“. Weil die erste Bibel des Schöpfers die Schöpfung ist, erschließt sich auch das christliche Osterfest zuallererst in der Natur. „Wandlung ist notwendig wie die Erneuerung der Blätter im Frühling“, sagte Vincent van Gogh. Und der chilenische Dichter Pablo Neruda († 1973): „Sie können wohl alle Blumen abschneiden, aber sie können den Frühling nicht verhindern.“

Davon erzählt auch die Geschichte eines orthodoxen Mönchs, der – in einer Art Hoffnung wider alle Hoffnung – auf einen Berg steigt und dort einen vertrockneten Baum pflanzt. Seinem Schüler gibt er dann den Auftrag, diesem Baum täglich Wasser zu bringen, bis er zum Leben erwachen würde. Jeden Morgen füllt daraufhin der Schüler in aller Frühe einen Eimer mit Wasser und macht sich auf den Weg, steigt auf den Berg und wässert den trockenen Baumstamm. Am Abend, bei Einbruch der Dunkelheit, kehrt er wieder ins Kloster zurück. Und so macht er das Tag für Tag, drei ganze Jahre lang. Aber dann, eines schönen Tages, kommt er auf den Berg und staunt: Vor ihm sein Baum – übersät mit Blüten!!! Kein Mensch kann wissen, wann der Baum seines Lebens in voller Blüte stehen wird. Aber jeder kann das Seine dazu beitragen, dass sein Baum nicht verdorrt.

Um ihm Mut zu machen, um ihn vor dem Kurzschluss der Verzweiflung im Leben zu bewahren, erzählt in Andrej Tarkowskijs Film „Opfer“ (1985/1986) der in eine Krise geratene Intellektuelle Alexander seinem Sohn diese Geschichte vom Baum in voller Blüte: „Weißt du, manchmal, da sage ich mir, wenn man jeden Tag zur gleichen Zeit ein und dieselbe Sache tun würde, wie ein Ritual, unerschütterlich, systematisch, jeden Tag ständig zu der gleichen Zeit, dann würde sich die Welt verändern. Etwas in ihr würde sich verändern, es könnte gar nicht anders sein.“

Wie Begegnungen die Zeit veredeln

7/7

Sieben Liebeserklärungen ans Älterwerden lesen Sie in dieser besonderen Serie zur Fastenzeit.

Arnold Mettnitzer
Psychotherapeut, Seelsorger, Buchautor

Kati Bruder