

Die Menschen werden immer älter. Betrug die Lebenserwartung in den 1950er Jahren noch 61,9 Jahre bei Männern und 67 Jahre bei Frauen, so wurden im Jahr 2013 Männer durchschnittlich 78,5 Jahre alt, Frauen 83,6 Jahre.

## *Speziell im Alter:* Für die **Seele** *sorgen*



Prognosen zeigen, dass die Lebenserwartung in den nächsten 50 Jahren steigen wird: Männer werden 89,6 und Frauen 92,3 Jahre alt. Das bedeutet nicht nur, dass es immer mehr ältere Menschen gibt, vielmehr wird auch für die Kirchen dieser Zuwachs an älteren Menschen zu einer Herausforderung. So kommt es nicht von ungefähr, dass die Generalsynode der Evangelischen Kirchen sich im Dezember mit dem Thema „Krankenhaus- und Geriatrieseelsorge“ beschäftigen wird.

## Die besonderen biographischen Herausforderungen entdecken

Menschen im letzten Lebensabschnitt brauchen, wie alle anderen Menschen in ihren jeweiligen Lebensphasen auch, besondere und auf sie zugeschnittene Angebote. Sei es im gesundheitlichen und körperlichen Bereich, sei es bei der Seelsorge. Denn im letzten Lebensabschnitt geht es selbstverständlich immer auch um das Sterben, den Tod und das Abschiednehmen. Theologinnen und Psychologinnen sprechen in diesem Zusammenhang von „abschiedlich leben“. Dazu gehört es etwa, achtsamer und dankbarer zu werden in allem Tun und Lassen. Durch das Wissen um die eigene Sterblichkeit wird das Leben intensiver, kann es gelassener angegangen werden.

### Abschiedlich leben

Im Psalm 90 heißt es ganz zutreffend: „Gott, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, damit wir klug werden.“ Zu diesem Prozess des „abschiedlich Lebens“ gehören aber Versöhnen und Friedenmachen mindestens genauso dazu. Ebenso wie der versöhnliche Umgang mit sich selbst und dem eigenen Leben. Sich so annehmen, wie man ist: mit Grenzen, Unmöglichkeiten, mit dem, was nicht gut lief, dem Schweren, Dunklen, Unerfreulichen.

So betont der evangelische Theologe Fulbert Steffensky immer wieder, wie wichtig es ist, nicht nur die Höhepunkte des Lebens wertzuschätzen, sondern auch das ganz Normale, das Durchschnittliche lieben zu lernen und das kleine Glück zu schätzen. Letztlich bleibt Leben bis zum Schluss fragmentarisch, und es gilt das alte Sprichwort: „Es gibt kein Licht ohne Schatten!“ Dabei müssen aktives Altern und „abschiedlich leben“ keine Widersprüche sein – auch wer noch viel vorhat im Leben, kann sich dennoch bewusst der Herausforderung der letzten Lebensphase stellen und etwa Dinge wie den Nachlass regeln. Überspitzt formuliert: Ein Testament beim Notar ist kein Hindernis für eine Kreuzfahrt.



Die besonderen biographischen Herausforderungen im Leben der älteren Menschen streicht auch Elisabeth Pilz heraus, die in Graz als diözesane Alten- und Pflegeheimseelsorgerin arbeitet: „Wir haben es auch zu tun mit der letzten Generation, die den Krieg erlebt hat. Mir begegnen ganz oft Menschen, die auf der Flucht waren, das

sind häufig die großen Bruchlinien im Leben. Aber natürlich auch, wenn bereits Angehörige, Partner oder Kinder, verstorben sind.“ Seelsorge mit älteren Menschen bedeute auch, ihnen den liebenden Gott näherzubringen: „So oft erlebe ich es, dass die Menschen ein strafendes Gottesbild haben. Sie stellen sich einen Gott vor, vor dem sie Angst haben müssen.“ Daher sei ein sehr häufiges Thema in den Seelsorgegesprächen die Geborgenheit und das Aufgefangenwerden in den liebenden Händen Gottes, wenn es auf den Abschied zugeht.

### Den liebenden Gott näherbringen

Auch in der Psychotherapie spielt das Alter eine immer größere Rolle. Dabei stehen Fragen nach dem Umgang mit dem Alter sowie nach dem Sinn des Lebens im Vordergrund. Mit der Frage, welchen Sinn das Leben überhaupt haben kann angesichts des Todes, beschäftigte sich intensiv der Wiener Psychiater und Psychotherapeut Viktor E. Frankl (1905–1997). Er ging nicht nur davon aus, dass die menschliche Existenz trotz ihrer Vergänglichkeit Sinn hat, sondern dass die Sterblichkeit des Menschen Voraussetzung dafür ist, dass sie Sinn hat. „Die Endlichkeit, die Zeitlichkeit ist also nicht nur ein Wesensmerkmal des menschlichen Lebens, sondern für dessen Sinn auch konstitutiv“, schreibt Frankl in seinem Buch „Ärztliche Seelsorge“.

Für den Blick auf das eigene Leben verwendete Frankl mit Vorliebe das Bild von der Scheune. Gerade im Alter fragen sich Menschen, wie sie die noch zu lebende Zeit gestalten können. Die Zukunft ist zwar unser ganzes Leben lang voller Möglichkeiten, die ergriffen werden wollen. Doch mit zunehmendem Alter wird diese Zukunft immer kürzer. Das muss aber nicht bedeuten, dass die Möglichkeiten, die man noch hat, zwangsläufig weniger werden. Bis zuletzt lassen sich Möglichkeiten nutzen und verwirklichen.

### Das Bild von der Scheune

Und was ist, wenn man das Gefühl hat, in der Scheune befände sich nur wenig Korn, vielleicht sogar eine Menge Unkraut? Hier sei es wichtig, noch einmal einen genauen und liebevollen Blick auf sein vergangenes Leben zu werfen. Oftmals würden die vermeintlichen Selbstverständlichkeiten außer Acht gelassen. Und für jene, die viel Unkraut – sei es Streit, seien es Fehler, die passiert sind – in der Scheune haben, gilt: Das Unkraut lässt sich nicht mehr aus der Scheune holen. Aber – und das ist typisch für Frankls Lehre, die Logotherapie und Existenzanalyse – wir können bis zuletzt etwas tun, wir können bis zuletzt ernten. Wer mit seinem Leben nicht zufrieden ist, muss raus aufs Feld und gutes Korn einholen. Jeder Mensch hat draußen noch ein paar gute Kornbündel stehen. Und jeder Mensch kann ernten: durch einen liebevollen Gedanken, durch eine Versöhnung, durch einen guten Abschied, durch Dankbarkeit für das, was einem geschenkt wurde, durch Vorbild-Sein – gerade auch im Leiden und Sterben – für die kommenden Generationen. „So entscheiden aber auch im Leben über dessen Sinnhaftigkeit die Gipfel- und ein einziger Augenblick kann rückwirkend dem ganzen Leben Sinn geben“, so Frankl in „Ärztliche Seelsorge“.

Auch Pfarrerin Hannah Hofmeister, Seelsorgerin in den Altersheimen im Bereich der Innsbrucker evangelischen Pfarrgemeinden, begegnen bei ihrer Arbeit immer wieder Menschen, die „durstig sind nach geistlichen Themen“. Es gehe darum, in der Seelsorge zu



igen, dass die Menschen von Gott bedingungslos angenommen sind. „Das gilt vielleicht besonders für Menschen, die schon alt sind und Fehler in ihrem Leben begangen haben. Es geht immer auch darum, sich selbst anzunehmen – so wie man das Leben gemacht hat.“

Auch das „abschiedlich Leben“ begegnet der Seelsorgerin, denn oft besteht eine Sehnsucht nach dem Sterben. Meist haben die alten Menschen eher nicht vor dem Sterben, wohl aber fürchten sie sich vor Siechtum und Demenz.“ Hier zeigt sich eine weitere Herausforderung, besonders auch für die Kirchen. Denn Seelsorge, Gottesdienste oder Besuche müssen für demenzkranke Menschen deutlich anders gestaltet werden.

Elisabeth Pilz: „Rituale, Zeichen und Symbole werden wichtiger, das Wort tritt eher zurück. Gemeinsame integrative Gottesdienste, die mit demenzkranken und mit gesunden Menschen gefeiert werden, sind eine Herausforderung, auch in ihrer Gestaltung.“ Das zitiert auch Hofmeister so: „Ich teile bei Gottesdiensten in Altersheimen gerne etwas aus. Zum Reformationsgottesdienst zum Beispiel Kastanien. Wenn es um die bedingungslose Liebe Gottes mit Menschen geht, dann können auch Stacheln diese Liebe nicht abhalten, zum Menschen vorzudringen.“ Auch alte, schon getrocknete Kastanien mit Runzeln eignen sich dazu, den Falten des Lebens nachzuspüren. Diese Gottesdienste haben einen geringeren Wortanteil, dürfen aber nicht flach oder gar sinnentleert sein. „Es geht einfach darum, griffiger, symbolischer und kreativer sein“, sei es bei Gottesdiensten oder bei Gesprächen.

### Wachstümlich nach Geistlichem

Die Seelsorge mit alten Menschen hat die Aufgabe, den „Abschied gestalten“, ist Hofmeister überzeugt. „Es geht mir darum, zu zeigen, dass Gott den Menschen ansieht, auch wenn er in einem Altersheim lebt oder allein zuhause.“ Das Spezifikum bei der Seelsorge mit alten Menschen sei es, diese „zur Ruhe kommen zu lassen und so etwas wie die himmlische Geborgenheit zu vermitteln“. So sieht die Pfarrerin sich als Zeugin, die ein paar Schritte mitgeht und den Menschen zeigt: „Gott ist präsent in meinem Leben.“

Das ist immer ein gegenseitiges Geschehen, denn Kommunikation ist immer gegenseitig, beschreibt Elisabeth Pilz die Seelsorge: „Wenn diese Kommunikation entsteht, dann werde auch ich zur Bereiketen, denn es gibt so viel Positives, was die alten Menschen erlebt haben. Ihre Weisheit zeigt sich in den Geschichten, die nur erzählen können. Und wenn das nicht mehr mit Worten gehen kann, dann mit Gesten oder Berührungen.“ Hofmeister: „Die alte und runzlige Hand kann so viel erzählen.“

Individuelle Seelsorgerinnen sind sich einig: Wenn die Seelsorge gelingt, dann haben alle etwas davon, dann werden alle zu Be-



Foto: Lupo/pixelio

Aktives Altern und die Beschäftigung mit dem Sterben schließen einander nicht aus

schenken. „Es gibt so viel Reichtum im Leben der Menschen. Wenn es uns gelingt, ihnen ihre Würde zu zeigen, dann wird die Beziehung sehr unmittelbar. Das ist dann manchmal wie unter einem Sternenzelt.“

STEFAN JANITS/MARCO USCHMANN

GESTALTUNG: ISABELLA STASTNY/MARCO USCHMANN

### WISSEN: GERIATRIESEELSORGE

Evangelische Krankenhaus- und Geriatrieseelsorge ist ein Angebot zur Begegnung und zur Lebensdeutung im Horizont christlichen Glaubens. Sie bezieht sich auf die persönlichen, religiösen und kulturellen Ressourcen jener, die der Hilfe bedürfen, und jener, die Sorge für sie tragen. Seelsorge geschieht im Respekt vor der Persönlichkeit, dem Glauben, der Spiritualität und der Weltanschauung jeder/jedes Einzelnen. Sie steht auch jenen offen, die keiner Glaubensgemeinschaft angehören.

Seelsorgerinnen und Seelsorger arbeiten mit allen Berufsgruppen in den Krankenhäusern und Geriatrieeinrichtungen zum Wohl der Patientinnen und Patienten zusammen. Die Seelsorgeansätze nehmen den Menschen in seiner vielgestaltigen Einheit von Geist, Leib und Seele wahr und wollen die seelische Gesundheit der Menschen unterstützen.

*Aus dem Selbstverständnis der „Arbeitsgemeinschaft der Evangelischen Krankenhaus- und Geriatrieseelsorge in Österreich“*