

Zentrum Älterwerden

„Nicht ohne meine Nachbarn

Kirchengemeinden als Teil einer sorgenden Gemeinschaft (Caring Community)

Freitag, 5. Juni 15:00 Uhr- Liederhalle, Hegelsaal

Impuls von Bischöfin Kirsten Fehrs

1. Einleitung: Veränderung denken – auf dass wir klug werden

Caring Community – eine Gesellschaft ist so klug, wie sie achtsam ist. Sorgsam also, oder um „caring“ genauer zu übersetzen: *liebevoll* gegenüber all denen, die nicht mehr so schnell, so unversehrt, so vermögend in jeder Hinsicht sind; die zu tragen haben an Ängsten, aber auch am fehlenden Feingefühl ihrer Umwelt, die sie vor-schnell zu Bedürftigen und Betreuungsfällen erklärt. Mittragen, was zu tragen, und verändern, was nicht mehr zu ertragen ist – ich freue mich bei Ihnen zu sein und über ein Thema zu sprechen, das mich schon lange umtreibt.-

Welche Chancen, nein: Welche Aufgabe hat die Kirchengemeinde in unseren Quartieren, Kommunen, Städten und Dörfern, dass wir eine Gesellschaft derer werden, die ganz gemäß dem Urgemeinde-Ideal austeilen unter allen, „je nach dem es einer nötig hatte?“ (Apostelgeschichte 2, 45)

Ich möchte Ihnen dazu eine wahre Geschichte erzählen. Vor einigen Monaten wurden in einem sehr kleinen Dorf in meinem Sprengel kurzfristig ca. 50 syrische Flüchtlinge angekündigt. Man ist zunächst beunruhigt. Die Bürgermeisterin wendet sich an die Kirchengemeinde – und von da an beginnt eine wunderbare Geschichte: Der Pastor kapert instinktsicher den ehemaligen etwa 70-jährigen Gemeindeführer der Feuerwehr und seine Frau. Die fühlen sich auf einmal neu gesehen und an der Ehre gepackt. Sie gründen ein Netzwerk, in das inzwischen gefühlt zwei Drittel des Dorfes eingestiegen sind, vor allem die Älteren. Während einer Andacht erzählen sie alle von ihren Erlebnissen. Wie groß zunächst die Distanz und Skepsis im Dorf war. „Und dann haben wir uns diese Armut vorgestellt und die Angst, die sie haben müssen, und uns einen Ruck gegeben“, sagt Hermann. Während er das sagt, winkt er freundlich etwa zehn Syrern zu, die mit in die Kirche gekommen sind.

„Zuerst haben wir miteinander einen Plan gemacht“, sagt er, „und wir haben festgestellt, dass fast jede Familie im Dorf mühelos jeweils eine Flüchtlingsfamilie ausstatten kann – mit Bettwäsche, Besteck, Kleidung und Möbeln.“ „Ja, und dann haben wir das einfach gemacht“...

Dann erzählt die alte Dame aus dem Bibelkreis, die mit ihren Freundinnen da ist, dass sie zwar vieles gegeben, viel mehr aber noch empfangen haben. Seit die Syrer da sind, gehen alle herzlicher miteinander um, ja, lernen einander noch einmal ganz neu kennen. Zwei Nachbarn z.B., total zerstritten, hatten seit fünf Jahrzehnten kein Wort mehr gewechselt. Dann wurden sie losgeschickt, um in der Wohnung der Syrer eine Lampe anzubringen. Über die Leiter hinweg, das ging wohl gar nicht anders, haben sie sich dann schließlich die Hand gereicht. - Die pensionierte Deutschlehrerin, die allein lebt, sagt: „Ich bin glücklich, dass ich euch etwas beibringen kann“, „und: liebe Familie von Saida und Faris: Danke, dass ihr mich adoptiert habt.“ Am Schluss bedankt sich Faris. Auf Deutsch. Beim Pastor, Papa Frank. Und bei Hermann, Susanne, Hans und Martha. Für die Liebe, die sie empfangen haben. Und die Bettwäsche. Und die Lampe, sie wäre die hellste der Welt.

Eine wahre Geschichte von caring community. Weil sich hier etwas Entscheidendes ereignet hat: Man hat sich in der Sorge um einander aus den alten Bahnen und Klischees und Vorurteilen heraus geliebt und heraus lieben lassen. Alle haben sie sich verändert. Das Dorf, die Kirchengemeinde, die Syrer auch. Nicht mit Druck. Stress. Sondern mit Ehrung. Würdigung. Und der positiven Annahme, dass in ausnahmslos jedem Menschen, gleich woher und wie jung oder alt er ist, eine Antwort Gottes auf meine Frage liegen kann, welchen Sinn das Dasein hat. Ich glaube, dass es genau darum geht: um einen Paradigmenwechsel in Sprache, Haltung, Nachdenken und Handeln zum Thema Alt- und Älterwerden in dieser Gesellschaft. Auf dass wir so klug werden wie das Dorf.

Dazu passt eine zweite kleine Geschichte: Ein Freund von mir hat längere Zeit in einem Elendsviertel Lateinamerikas gelebt und gearbeitet. „Es war immer viel Leben auf den Straßen“, erzählte er, „aber nach ein paar Tagen fiel mir auf: Wo sind eigentlich die alten Menschen? Sind die alle zu Hause? Als er das seinen Kollegen fragt, schaute der ihn an und erklärte: Mein Lieber, die Leute werden im Schnitt knapp über 50 Jahre alt. Die Alten, die du suchst, die gibt es hier gar nicht.“

Mir haben beide Geschichten deutlich gemacht: Wir müssen aufpassen, dass wir nicht die Maßstäbe verschieben. Allzuoft schleicht sich in die Diskussionen hierzulande ein schräger Ton ein. „Hilfe, wir werden alt“ oder „Lebenserwartung steigt dramatisch“, solche Überschriften prägen die Demographie-Warnlampen-Debatten. Sicherlich – viel mehr müssen wir uns, so wie hier und heute, auseinandersetzen mit einer sich verändernden Gesellschaft samt sich verändernden Kirchengemeinden. Kirchengemeinden, die aktiver ihre vorhandenen Stärken ins Gemeinwesen einbringen könnten. Das Vorzeichen aber muss doch das der Würdigung sein: Die Wirklichkeit wertschätzen. Es geht darum, den liebevollen Blick zu üben. Sehen, was geht und schön ist, und nicht den Mauligen und Forderern das Feld überlassen. Ein Land mit vielen alten Menschen ist jedenfalls für mich genausowenig ein Schreckensbild wie eine Gesellschaft mit vielen Einwanderern.

2. Wahrnehmen: Gesichter des Alters

Bestärkt fühle ich mich durch das biblische Zeugnis: „Ich will dich tragen bis ins Alter“, heißt es von Gott beim Propheten Jesaja. Allein „das“ Alter hat viele Gesichter – und es gibt ebenso viele Ansichten, Bilder vom Alter und Altwerden in uns. Und sie haben viel Einfluss darauf, wie wir Debatten führen oder auch: Projekte in Quartieren voranbringen.

Albert Schweitzer hat einmal gesagt: „Mit zwanzig Jahren hat jeder das Gesicht, das Gott ihm gegeben hat, mit vierzig das Gesicht, das ihm das Leben gegeben hat, und mit sechzig das Gesicht, das er verdient.“

Nun denn, schauen wir uns um. Und an. Das Leben, wie es uns widerfahren ist, aber auch, wie wir es entschieden haben, hinterlässt Spuren. Das kann man sehen, und mehr noch: man sollte es auch sehen. Denn es ist ein *Verdienst*, wenn ein Gesicht von der Schönheit, den Tragödien, dem Charme, dem Schmerz, dem Jubel und Begehren, der Angst und den Hoffnungen eines ganzen Lebens zu erzählen weiß. Zum Glück stehen Menschen heutzutage wieder stärker zu sich und zu ihrem Alter. Unser Thema heute berührt ja auch dieses: Die Sehnsucht vieler nach einem würdigen und selbstbestimmten Älterwerden. Alt soll bitte nicht gleich automatisch mit Stereotypen in Verbindung gebracht wie: Alt und krank. Alt und gebrechlich. Alt und – Ende.

Ganz deutlich wird das bei den so genannten jungen Alten, die nicht die Defizite des Altwerdens, sondern im Gegenteil fast mit einem gewissen Trotz dessen *Potentiale* in den Blick rücken. Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an! Tina Turner war noch mit über 70 Jahren auf Welttournee. Beinwunder ohne Venencreme.

Die Menschen, auch in dem erwähnten Dorf, geben ihre Berufstätigkeit zu einem Zeitpunkt auf, an dem sie noch einmal richtig etwas anfangen wollen. Ganz anders als die 65-Jährigen vor 40 Jahren tut man etwas für *sich*, ist modisch gestylt, durch Reisen gebildet, durch Golfspiel (oder inzwischen Pilgern) körperlich fit, und in jeder Hinsicht ein interessanter Wirtschaftsfaktor. Doch nicht nur dies – sie sind auch *die* Zielgruppe mit einem hervorragenden bürgerschaftlichen Engagement. Ohne diese jungen Alten keine ehrenamtliche Hospizbewegung, keine Synoden und Flüchtlingsnetzwerke, ohne sie keine Lesehilfe für Migrantenkinder, keine Tafel, kein Sportverein. Ihre Erfahrung, ihr Kenntnisreichtum und ja, auch ihre Sinnsuche sind elementar für das soziale Gesicht unseres Landes. Und das wissen Politik und Kirche zu schätzen – hoffentlich mehr statt weniger. Denn ohne diese Menschen könnten wir manche Dienste gar nicht aufrechterhalten. Altwerden hat Potential. Und die Aktivität von Älteren ist ein Potential. Das ist die eine Seite der Medaille.

Die andere Seite, gern verdrängt, sind die Grenzen, die der alt werdende Körper und Geist dem Menschen aufgibt zu verkraften. Ab dem 30. Lebensjahr beginnt der körperliche Abbau, und früher oder später fühlt man ihn auch. Die einen mit 60, andere erst mit 80 Jahren. Meistens peu à peu, sukzessive. Potential und Grenze liegen immer dichter beieinander. Ich sehe etwa meine Mutter vor mir, die bei jedem Faschingsfest für die Senioren als Queen Mum aufgetreten ist, um die „alten Leute“ zu vergnügen. Dies wäre in ihrem 85. Lebensjahr fast gescheitert, weil sie wegen der schmerzenden Knie kaum die Treppe zur Bühne hochkam. Das Alter bringt eben körperlichen Abbau mit sich: Die Brillengläser werden immer stärker, Hörgeräte nötig, auf dem Einkaufszettel steht Tena-Lady, und Erinnerungslücken häufen sich. Dies alles macht ängstlich und unsicher und hemmt die Freude, sich zu bewegen, gemeinschaftlich etwas zu unternehmen und etwas Unvertrautes zu riskieren. Der Lebensradius wird kleiner, die Einsamkeit größer. Und irgendwann treibt einen die banale Frage um, wie lange man womöglich noch allein in den eigenen vier Wänden zurechtkommt.

3. Handeln: Kirchliche Arbeit im Quartier

Was nun folgt daraus? Welche Rolle kommt den Kirchengemeinden zu, damit vor Ort sorgende Gemeinschaften aufgebaut werden können?

Angesichts der demographischen Entwicklung mitsamt den Prognosen bis hin zum Pflegenotstand hat man vor allem im letzten Jahrzehnt grundsätzlicher in Diakonie, Politik und Kirche neue Wege zu beschreiten versucht. Wege, mit denen die Autonomie der Älteren und Alten stabilisiert werden soll, ohne dass dies zu Vereinzelung führt. Wege, die die Würde des einzelnen – wohlgernekt in jedem Alter! - bewahren hilft, indem man Teilhabe ermöglicht, Teilhabe an gesellschaftlichem Diskurs, an Kultur, Nachbarschaft und sozialer Gemeinschaft. Mit dieser Zielsetzung war es naheliegend zu schauen, wie man nachhaltig die Generationen *verbindet*, wie man Solidarität fördert zwischen Alt und Jung. Die Idee der Mehrgenerationenhäuser bzw. der generationsübergreifenden Wohngemeinschaften als Win-Win-Situation war sozusagen eine natürliche Geburt. Bei der Umsetzung solcher großen Projekte allerdings zeigt sich mancherorts, wie schwer es ist, dass Alt und Jung nicht nur koexistieren, sondern sich auch kennenlernen, verbinden und *nützen*. Es geht um mehr als neue Wohnformen und Stadtteilprojekte, es braucht, davon bin ich überzeugt, auch ganz bewusste, neue *Kommunikationsformen*, die das Gespräch der Generationen gezielt aufbauen.

Glücklicherweise gibt es dazu in Einrichtungen der Diakonie oder in Kirchengemeinden wunderbare Initiativen. Kleine und feine. Nicht immer das große Konzept. Gemeinsam mit den Senioren zum Beispiel backen und kochen Kita-Kinder im Stadtteil-Center, im benachbarten Seniorenheim funktioniert ein Erzählcafé mit Konfirmanden, und mit ursprünglich kirchlichen Initiativen wie „Wellcome“ werden ehrenamtliche Großeltern an junge Familien vermittelt, denen das Neugeborene gerade das Haus auf den Kopf stellt. Bei all dem geht es um Kommunikation in dem Bewusstsein, dass das Alter nicht nur Einschränkung und das Kind-Sein nicht nur Entwicklung bedeutet; der Dialog der Generationen zielt geradezu darauf, bei dem einen das Kind und bei dem anderen die Weisheit zu entdecken.

Ganz neu und beispielhaft ist auch ein Kirchenkreisprojekt "Leben und Sterben, wo ich hingehöre" einer Kirchengemeinde in Hamburg-Langenhorn. Dort begleitet ein Gemeindepastor neue Versuche der Seniorenarbeit im Quartier mit dem Ziel, eine altersgerechte Stadtteilkultur aufzubauen. Er erzählt: "Bei den ersten Schritten ist mir bewusst geworden, wie wichtig Kirche als Initiatorin und Moderatorin sein kann. Zugleich gehört aber auch der Mut dazu, das Gemeindehaus zu verlassen und die eigene Seniorenarbeit durch neue Partner zu verändern." Auf diese Weise sollen Begegnungen zwischen den Generationen ermöglicht und Nachbarschaften angeregt werden. Konkret heißt das zum Beispiel: Sich vor Ort mit den Wohnungsbaugenossenschaften über altersgerechtes Wohnen auszutauschen. Themenabende z.B. zu "Gesundheit" oder "Demenz" gerade nicht nur für Ältere anzubieten. Und: sorgsam wahrnehmen, was bereits da ist: Es sind viele Ressourcen im Stadtteil vorhanden, manches muss nur gebündelt und bekannt gemacht werden.

Es sind sieben Erkenntnisse, die sich aus Projekten solcher Art gewinnen lassen:

1.) Nicht ohne meine Nachbarn! Gute Nachbarschaft erhöht die Lebensqualität. Das gilt für alle Generationen. Wo Begegnung auf dem Hausflur oder am Gartenzaun geschieht, wird ein Stück Leben geteilt: Man sieht sich, feiert gemeinsam, spielt, hilft sich aus. Wo das gegeben ist, bleiben alte Menschen nachweisbar länger in ihrem Zuhause.

2.) Gerade in Zeiten, in denen immer mehr Menschen ohne Familie alt werden oder wo sich die Angehörigen über die ganze Welt verteilen, ist es wichtig, Menschen in der Nähe zu haben. Wenn die Kreise im Alter kleiner werden, wird dieser Aspekt immer wichtiger. Alt fühlen sich Menschen, wenn die Mobilität weniger wird, wenn man das Auto gegen den Rollator eintauscht und die Angewiesenheit auf Hilfe steigt. Allerdings aktiv um Hilfe zu bitten, ist gar nicht so einfach. Das merken wir an uns selbst. Es braucht ein freundliches Gegenüber, eine Kultur der guten alten Nachbarschaft, die einfühlsam ist und Akzeptanz ausstrahlt.

3.) Im Prozess des Älterwerdens brauchen Menschen selten "schlagartig" Hilfe, sondern es geht um ein Hilfesystem, das sich an die jeweilige Lebenssituation anpasst. Oft braucht es nur wenige Handgriffe, die es möglich machen. Voraussetzung ist wiederum: es braucht Nachbarschaft, die mit einer gewissen Selbstverständlichkeit einübt, einander um einen Gefallen zu bitten.

4.) Menschen wollen in der Regel zu Hause alt werden. Wenn dieses Zuhause an den eigenen vier Wänden endet und nicht in eine Nachbarschaft eingebettet ist, kann es zu einer Einsamkeitsfalle werden. Diese Gefahr besteht, je älter Menschen werden.

5.) Ergo: Kirchengemeinde kann einen Beitrag leisten, dass alte Menschen mit ihrer Nachbarschaft im Dialog bleiben, ja auch dialogfähig bleiben. Doch da helfen die klassischen Altnachmittage und Seniorenkreise nur bedingt, weil man wieder unter sich bleibt und daran festhält– auch am festen Sitzplatz. Generationen- und Gemeinwesenarbeit ist dran! Gern auch mit kleineren Aktionen; es müssen wahrlich nicht immer die vielseitigen Konzepte sein.

6.) Chancen haben Gemeinden deshalb, weil sie an sich bereits ein Nachbarschaftsnetz sind. Oft sind sie eines der am besten funktionierenden und organisierten Systeme im Quartier. Doch leider wird die schwer auszuspielende Karte "Vernetzungsarbeit" selten gezogen. Oft überwiegen in den Kirchengemeinden Angebote und Veranstaltungen für bestimmte Zielgruppen. Man nutzt zwar die gleichen Räume, aber die einen nachmittags, die anderen abends. Orte der Begegnung, Kontaktbörsen sind nach wie vor selten.

7.) Zum Schluss möchte ich noch einmal Ihren Blick auf einen Aspekt richten, den wir als Kirche in besonderer Weise in die Stadtteile und Quartiere einbringen können: Die Seelsorge. Sie ist die Muttersprache der Kirche. Sie ist uns mitgegeben - von dem Moment an, in dem Jesus den Verwirrten beruhigt hat, die Kranken berührt und ja gerade von der fremden Kanaanäerin selbst viel lernt. Mit Gestus, Wort und Ritual ist die Seelsorge eine vielschichtige Sprache der Zuwendung, die Menschen hilft, sich selbst zu verstehen, sich selbst zu befragen und sich in den Grenzsituationen des Lebens getragen zu fühlen. Und so ist sie die Sprache, die wir als Kirche in die Gesellschaft einbringen. Und, wie ich finde, die wir vermehrt einbringen müssen. Professionell. Sensibel. Zeitgemäß und zuverlässig. Mit dem einen klaren Ziel: Dass der Mensch Lebensfreude empfindet, in diesem Moment!

„Auch bis in euer Alter bin ich derselbe, und ich will euch tragen, bis ihr grau werdet. Ich habe es getan und ich werde heben und tragen und erretten.“ So heißt das Bibelwort Jesajas, das ich anfangs zitiert habe, nun vollständig und meint: Die Gnade bleibt. Die Gnade bleibt, wenn der Mensch wird, wächst und vergeht. Sie bleibt, wenn

er träumt, zweifelt, denkt, wenn er liebt und begehrt, wenn er rennt und hinfällt, sie bleibt, wenn einem Hören und Sehen vergeht. Die Gnade bleibt. Welche Kraft ist diese Botschaft der Seelsorge in einem Gesellschaftsspiel, in dem die Karten manchmal allzu ungnädig verteilt scheinen.

Was soll ich noch sagen: Eine Kraft, die hebt und trägt und rettet.

Ich danke für Ihre Aufmerksamkeit.