



:LEBEN

LOS LASSEN UND DABEI GEWINNEN

*Denn wenn jemand sein Leben erretten will, wird er es verlieren;
wenn aber jemand sein Leben verliert um meinetwillen, wird er es finden.*

Matthäus 16,25

Elisabeth lebte in einer kleinen bescheidenen Wohnung. Das war nicht immer so. Nichts erinnerte an den Wohlstand, den sie als Frau eines gut verdienenden, erfolgreichen Bergwerksingenieurs einst ihr Eigen nannte. Damals reiste sie gerne, befasste sich mit fremden Kulturen und Archäologie, sprach im Radio und schrieb Artikel.

Dann sollte eine Reihe von Schicksalsschlägen den gesamten Verlauf von Elisabeths Leben auf den Kopf stellen. Ein schrecklicher Brand vernichtete das Haus der Familie und kostbares Inventar wurde zusammen mit vielen gesammelten Erinnerungsstücken und Kunstwerken ein Raub der Flammen. Nicht genug, Pflege und Krankheit des Mannes brauchten nahezu alle Ersparnisse auf, führten die

ältere Dame selbst bis an den Rand der Erschöpfung. Gesundheitliche Instabilität und mehrere Operationen schlossen sich an.

Dennoch war nichts von Selbstmitleid zu spüren. Überall stapelten sich selbst angefertigte Geschenke und Briefe, die sie nach Erhalt ihrer kleinen Rente versenden wollte.

Nicht loslassen können

Bei Rudolf fiel mir als Erstes seine Verbitterung auf - und das, obwohl 20 Jahre alle zu ihm aufgeschaut hatten, denn er hatte viele Jahre die Hauskreisleitung der Gemeinde inne. In seiner Kompetenz schien er lange unersetzbar und so wurde die Frage der Nachfolge verdrängt, bis es schließlich nicht mehr ging.

Eines Tages zwangen ihn dennoch ge-

sundheitliche Probleme zur Aufgabe dieses wichtigen Amtes. Leider hatte er nicht für geeignete Nachfolger gesorgt und viele Bemühungen scheiterten, ihm jemand zu präsentieren, den er persönlich schulen und einweisen konnte.

Da die gesamte Hauskreisarbeit unter dem ungelösten Personalproblem litt, mussten schließlich die Ältesten der Gemeinde eingreifen und Rudolf um Aufgabe seines Postens bitten. Unsäglich verletzt zog dieser sich zurück.

Nach Jahren seines großen Einsatzes konnte er diese „Undankbarkeit“ nicht fassen. Wenn der alte Mann heute an seine Nachfolger denkt, lässt er kein gutes Haar an ihnen. Am liebsten würde er die Gemeinde ganz verlassen.

Elisabeth hatte hingegen den weisen Ent-

schluss gefasst, ihrem einstigen Lebensstil nicht mehr nachzutruern, ihre Witwenschaft und ihre angegriffene Gesundheit anzunehmen. Sie wollte ganz bewusst nicht mehr zurückblicken, sondern konzentrierte sich auf die Gegenwart. Ihr Ziel war, die ihr verbliebenen Möglichkeiten noch zu nutzen, um ihr Leben sinnvoll zu gestalten.

Leider sind Menschen, die sehr an der Vergangenheit hängen, oft nicht in der Lage zu glauben, dass Gott sie in der Zukunft noch einmal beschenken kann. Alles scheint gelaufen und sie meinen, es käme sowieso nichts mehr. So verteidigt man, was man hat – Gewohntes, Liebgewordenes. Weil die ganze Identität, die ganze Sicherheit von bestimmten lieb gewordenen Dingen abzuhängen scheint, werden sie verteidigt.

Aus Angst nicht loslassen

Wenn Männer und Frauen an alten Realitäten ihres Lebens klammern und nicht abgeben können, beeinträchtigt dies oftmals ein bisher gesundes Gemeindeleben nachhaltig. Körperlich nicht mehr dazu in der Lage, das geforderte Arbeitspensum abzudecken, will man trotzdem das Kommando führen. Familienunternehmen leiden, wenn der Chef zwar in den Ruhestand geht, aber trotzdem noch alle Entscheidungen treffen will und sich von daher ständig einmischt. Familiäre Beziehungen gehen kaputt, weil Eltern so handeln, als seien sie immer noch für das Leben ihrer erwachsenen Kinder verantwortlich. Wer jedoch stur am Alten und Vertrauten festhält, verpasst neue Chancen und wird blind für das, was Gott an neuem Segen und Lebensinhalt bereitet hat.

Abwehrhaltung gegenüber neuen Führungen Gottes hat nicht selten Angst als Ursache. Dabei ist es so wichtig, dass wir uns vom Grundsatz Glaube, Liebe, Hoffnung bestimmen lassen. Voraussetzung ist, selbst innerlich den Entschluss zu fassen, unsere alten Aufgaben und Rollen hinter uns zu lassen. Der beste Weg dahin ist, im Gottvertrauen etwas Neues anzufangen. Dazu bietet sich der Ruhestand als idealer Schnittpunkt an, Überholtes zu entrümpeln.

An dieser Weggabelung des Lebens lohnt es sich, nach Aufgaben und Inhalten Ausschau zu halten, die noch interessanter als die bisherigen sein können.

Natürlich sind Entscheidungen am Tag des Eintritts in den Ruhestand nicht unumkehrbar. Abgeben, loslassen ist eine lebenslange Aufgabe, zu der wir ständig Gelegenheit haben werden. Der Mensch macht diese Erfahrung als Kleinkind. Wenn er zum Beispiel die Geborgenheit des Kinderwagens verlässt, um selbständig zu laufen. Mit sechs Jahren lassen wir die Geborgenheit der elterlichen Wohnung hinter uns und gehen in die Schule. In der Pubertät geben wir wiederum Sicherheit auf. Wir lösen uns immer mehr, um Erwachsene zu werden und neue Pflichten zu übernehmen.

Manchmal ist das ein ganz langsamer Prozess. Für Eltern kann sich das Loslassen der Kinder, das bereits zu einem sehr frühen Zeitpunkt beginnt, bis zum jungen Erwachsenenalter hinziehen.

Nur wer loslässt gewinnt

Loslassen hört niemals auf. In den mittleren Jahren, heißt es, unseren Ehrgeiz loszulassen und hinten anzustellen, um unser Wissen als Mentor und Lehrer jungen Leuten zur Verfügung zu stellen. Wer nicht dazu bereit ist, sondern nachrückende Kräfte weitgehend als Rivalen betrachtet, steht in der Gefahr in Stagnation und Frustration zu enden. (Eines Tages wird uns doch ein junger Mitbewerber überholen.)

Rudolf hätte rechtzeitig einen Nachfolger für seine wichtige Arbeit an den Gemeindekindern suchen und einarbeiten können. Leider versäumte er dies. Seine Entscheidung, an seinem Posten festzuhalten, stellte sich bald als sehr unweise heraus – obwohl er stets dafür die Schuld bei anderen suchte. Auch dies ist typisch für Menschen, die tief innen nicht bereit sind, zurückzutreten.

Loslassen, neu orientieren, nach Gottes Willen fragen, ist wie ein roter Faden in unserem Leben. Jeder neue Abschnitt verlangt von uns, dass wir uns entscheiden und ein Stück früher erworbener Sicherheit wieder

aufgeben. Das ist kein leichter und kein abgeschlossener Prozess. Das Herauslösen aus unserer Arbeit beim Eintritt in den Ruhestand ist nur der erste Punkt lebenslanger „Streichungen“. Wenn wir aber nicht loslassen, können wir nie neu beschenkt werden.

Nur wer erwartet, der bekommt

Gerade die älteren Menschen beurteilen ihre Generation und Altersgruppe oft sehr negativ, was nicht selten Fehlverhalten zu Folge hat. Hier heißt es viele falsche Vorstellungen und Verhaltensweisen auszuräumen. Hier kann uns oft der Glaube helfen.

Als junge Menschen waren wir sehr stark von dem Glauben an uns und unsere Fähigkeiten getragen. Weil wir frühere Herausforderungen meistern konnten, meinten wir, mit den Problemen des Alters auch gut fertig zu werden. Dabei wird vielfach nicht bedacht, dass die Kräfte nachlassen. Gerade dann, wenn wir uns überfordert fühlen, müssen wir unser Vertrauen in eine Macht setzen, die größer ist als wir – in den allmächtigen und lebendigen Gott und Vater, der uns nicht verlassen noch versäumen wird. Wie schafft man es, Aufgaben und Ansehen in Beruf und Gemeinde hinter sich zu lassen und dennoch erwartungsvoll optimistisch mit der Gewissheit in die Zukunft zu blicken, dass Gott noch etwas Besseres für uns parat hat?

Ewigkeitsorientiert denken

Die Altersforschung hat ergeben, dass jene alten Leute am glücklichsten sind, die „über den eigenen Tellerrand hinaus blicken“ und sich nicht nur um sich selbst drehen. Es gilt neue Beschäftigungen zu finden, die nicht unbedingt ausschließlich im christlichen Bereich sein müssen.

Anders ausgedrückt: Unser kleines Ego, unsere kleine Welt sind keine ausreichende Basis, auf die man im Alter ein erfülltes Leben aufbauen kann. Bei einem jungen Menschen mag sich Egozentrik nicht so negativ auswirken. Aber der Verlust von Status und Einkommen, die gewöhnlich den Ruhestand begleiten, können uns schnell

mit unserer geistlichen Armut konfrontieren. Daher ist es ganz wichtig, auch wenn dies uns Kraft und Überlegung kostet - dass wir uns Inhalten zuwenden, die nicht wie wir vergänglich sind.

Prediger 1,2-4 drückt sehr treffend die Vergänglichkeit des menschlichen Lebens aus: „Nichtigkeit der Nichtigkeit - spricht der Prediger, Nichtigkeit der Nichtigkeiten, alles ist Nichtigkeit. Welchen Gewinn hat der Mensch von all seinem Mühen, mit dem er sich abmüht unter der Sonne. Eine Generation kommt und eine Generation geht, aber die Erde besteht in Ewigkeit“.

Auf den ersten Blick scheinen dies die Worte eines zynischen alten Mannes zu sein. Doch dahinter steckt mehr. Es ist eine Loslösung von der rein humanistischen, menschlichen Sichtweise, um von Gottes Blickwinkel menschliches Leben zu betrachten. Verglichen mit der Weite von Zeit und Raum, scheint alles, was der Mensch schafft, so winzig und dürrig zu sein. Das kann leicht zu Verzweiflung führen, wenn wir unser Leben als bedeutsamen, wenn auch winzig kleinen Teil des großen Planes Gottes sehen, verleiht uns das ganz neue Kraft.

Im Alter weise werden

Neue Freiheit, weil man nicht mehr in die Grenzen des Arbeitslebens eingebunden ist, schenkt uns die Gelegenheit, eine der größten Möglichkeiten in Angriff zu nehmen, die man im fortgeschrittenen Alter hat: Neue Erfahrungen zu machen, selbst Weisheit zu erlangen und weiterzugeben.

Weisheit hat man nicht automatisch (wir alle kennen ältere Menschen, die nicht zwangsläufig weise sind). Laut Sprüche ist dies eine Gabe Gottes. Es basiert letztlich nicht allein auf intellektueller Fähigkeit, denn auch ganz einfache Leute können weise sein. Viel mehr geht es um die Fähigkeit, das große Ganze zu sehen. Man ist in der Lage, Dinge im richtigen Verhältnis zu betrachten. Man kennt seine eigenen Grenzen. Man weiß, was im Leben wichtig und was trivial ist.

Viele ältere Menschen verwechseln Wissen mit Erfahrung. Weil sie länger auf der Erde sind und in der Vergangenheit vielen

Problemen ausgesetzt waren, meinen sie, dass junge Menschen automatisch ihren Rat annehmen und Fehler, die sie früher gemacht haben, vermeiden sollten. Dabei ist ungefragt Ratschläge zu erteilen, gerade das Gegenteil von Weisheit. Weise ist, dass man den Zeitpunkt kennt, wann es richtig ist zu reden und zu schweigen.

So schwierig auch die Definition von weise ist, wir selbst haben augenscheinlich klare Vorstellungen davon. Alte Menschen müssen oft nichts dafür tun, sie sind es einfach. Man muss lediglich ihre Nähe suchen, ihre Ausstrahlung. Um solch ein lieber, weiser Mensch zu werden, heißt es einige Dinge aufzugeben, die in der Jugend von großer Bedeutung sind:

Was sollten wir loslassen?

Von einigen Dingen im Leben sollte man sich gerne trennen. Ehrgeiz und Wettbewerbsdenken wurden schon erwähnt.

Es lohnt sich, rechtzeitig, am besten in den mittleren Jahren, mit dem Entrümpeln bzw. Loslassen zu beginnen:

Auf was wir verzichten sollten und was wir gewinnen:

- Immer recht haben wollen.
Es erleichtert zu vergeben und Vergeltung zu bekommen.
- Immer gebraucht werden wollen mit dem Motiv, andere Menschen zu beherrschen oder zu manipulieren.
Es macht weit zufriedener, auf die wirklichen Bedürfnisse unserer Mitmenschen einzugehen und froh und gezielt helfen zu können.
- Immer zu denken, alles besser zu wissen.
Es hilft, zu lebenslang Lernenden zu werden.
- Immer nur sich und die Familie hochloben, z.B. Was für großartige Eltern wir waren, wie toll unsere Kinder und Enkelkinder sind, welche Berufserfahrungen wir hatten.
Es ist besser, sich der Realität zu stellen. Flucht vor der Wirklichkeit kostet unnötige Energie. Gott kann ganz anders zu uns reden.
- Immer zu glauben, Besitzansprüche zu haben - betrifft Hab und Gut oder Mitmenschen.
Es ist alles eine Leihgabe für eine begrenzte Zeit. Wer sich als „Verwalter“ von Gott geschenkter Gaben sieht, kann auch eher mit dankbarem Herzen alles in Gottes Hände zurückgeben.
- Immer mit der Mode gehen zu müssen - sei es in punkto Kleidung, Frisur oder anderen Trends.
Es ist gut, sich hier zu bescheiden. Nur so sind wir in der Lage zwischen vergänglich und unvergänglich zu unterscheiden.
- Immer alte Verletzungen pflegen.
Es wäre nämlich Trauerarbeit und Heilung möglich.
- Immer perfekt sein zu wollen.
Es würde uns menschlicher sein lassen. Jemand sagte: „Ich wollte immer alles hundert Prozent machen, aber mein Zwang zur Perfektion hat mich blockiert.“
- Immer unabhängig sein zu wollen.
Es braucht oft Stärke, zuzugeben, dass man auf die Hilfe anderer angewiesen ist. Wer diesen Mut zur Ehrlichkeit hat, erfährt, wie gewinnbringend das sein kann.
- Immer unter dem Zwang stehen, anderen alles recht machen zu wollen.
Es ist nur so möglich zu lernen, dass es die Priorität ist, Gott zu gefallen und ihm zu dienen.

Autor: Barbara Deane, aus: „Getting Ready for a Great Retirement“, Colorado Springs, 1992, Mit freundlicher Genehmigung



Deutsche Übersetzung: Hildegund Beimdieke