

Wie du alt wirst, entscheidet sich, bevor du alt bist

von Jochen Loos

Das Telefon klingelte. Langsam, dem Alter angemessen, bewegte sich die Seniorin zum Telefon. Freundlich begrüßte sie die Anruferin, die ihre nette Art sofort sympathisch fand. „Hallo Tante Gerda, hier ist die Lea. Hast du heute Nachmittag mal Zeit für mich? Ich würde mich gerne mal mit dir unterhalten.“ Mit 76 Jahren musste Gerda kurz nachdenken. „Ach ja, Lea, jetzt weiß ich wer du bist. Wie schön, dass du dich meldest! Ich habe ja eine ähnliche Ausbildung wie du gemacht – aber darüber können wir gerne heute Nachmittag sprechen. Wann willst du vorbeikommen?“ Lea war überrascht. Hatte doch ihre Freundin völlig Recht gehabt mit dem Tipp, sich bei der alten Dame zu melden. Dass „Tante“ Gerda ihre Situation kannte und sich mit einer 19-jährigen unterhalten wollte, war einfach toll. Sie war sehr gespannt auf den Nachmittag. Ob Tante Gerda ihr vielleicht Tipps bezüglich der anschließenden Berufswahl geben könnte?

Als Lea sich am Abend von Tante Gerda verabschiedete, hatte sie den Altersunterschied völlig vergessen. So gut und angeregt hatte sie sich schon lange nicht mehr mit einem älteren Menschen unterhalten. Sie beteten miteinander, sprachen über den Glauben, die beruflichen Perspektiven, die Zukunft und wie gut und wichtig es ist, für den Herrn Jesus zu leben. Das Gespräch würde Lea nicht mehr vergessen und sie in ihrem Leben prägen. So wie Tante Gerda will ich im Alter auch mal sein, dachte sie.

Zu schön, um wahr zu sein? Tatsächlich gibt es beide Personen und so hätte es sich zutragen können, denn Gespräche dieser Art werden wirklich geführt.

Jeder von uns kennt alte Geschwister, die sich von Gott in vorbildlicher Weise gebrauchen lassen, so wie „Tante“ Gerda. Das Gegenteil gibt es aber leider auch. Desinteressierte, Ich-bezogene Senioren, die sich fast nur um ihre eigenen Belange und Krankheiten kümmern. Diese Geschwister werden in der Regel nicht angerufen und um Gespräche gebeten. Sie wären auch keine guten Ratgeber für Jugendliche.

Hast du dir schon Gedanken gemacht, wie du selber alt werden willst (sofern dies Gottes Plan für dich ist)? Im Alter kommt regelmäßig das heraus, was wirklich in uns steckt. Spätestens wenn durch eine mögliche Demenz die „Masken“ der Erziehung, der Sozialisierung und des Anstands fallen. Das Ergebnis ist leider bei manchen Menschen unschön und abstoßend. Wie wunderbar ist es dagegen, einen alten Menschen zu erleben, der – ob dement oder nicht – von Gott durch und durch geprägt wurde. Diese Menschen haben sich von Grund auf verändert, weil sie von seiner Liebe erfüllt sind. Zu diesen Menschen fühlt man sich hingezogen, weil man im Umgang mit ihnen Gottes Nähe erlebt. Das Hören, Reden und Tun zeigt uns ein von Gottes Geist geprägtes Wesen, das wir anziehend, liebenswert und sympathisch finden.



Je älter wir werden, umso schwerer wird es aber, uns von Gott in sein Bild umgestalten zu lassen. Daher ist es so wichtig, in jungen Jahren von und durch Gott geprägt zu werden. Wenn wir bis zur Lebensmitte nur ein oberflächliches Christenleben führen und nicht zulassen, dass Gottes Geist uns im Charakter verändert, kommt am Lebensende oft ein Wesen zum Vorschein, das gar nicht christusähnlich ist.

So möchte aber eigentlich kein Mensch alt werden. Wenn wir eine Umfrage dazu machen würden, käme mit hoher Wahrscheinlichkeit ein eindeutiges Ergebnis dabei heraus. Könnten wir es uns aussuchen, würden wir selbstverständlich gerne im Alter glücklich sein, also

- gesund und zufrieden
- voller Freude und Erfüllung.

Das muss kein Wunschtraum bleiben! Meine Gesundheit kann ich natürlich nur bedingt steuern. Ob ich zufrieden oder fröhlich bin und auch im Alter ein erfülltes Leben habe, ist allerdings ein Entschluss, der getroffen und eingeübt werden muss. Und je früher ich diese Entscheidung treffe, umso eher kann ich beeinflussen, wie ich alt werde. Vielleicht werde ich später zu einer „Tante Helga“ oder zum „Onkel Fritz“, die von den Jugendlichen gerne besucht werden?

Die Voraussetzung für diesen Entschluss stellt uns der Herr selbst als praktische Zusammenfassung vor. Es sind zwei Beziehungen, die ein Leben prägen und formen bis zum Lebensende: die Beziehung zu Gott und die Beziehung zum Nächsten. Jesus Christus nennt es das größte und erste Gebot, Gott zu lieben mit jeder Faser meines Seins. Das zweite ist dem ersten Gebot gleich: den Nächsten lieben wie mich selbst (Matthäus 22,36-40).

Gott zu lieben ist das Gebot, das sich „nach oben richtet“ (in die Vertikale), klärt meine Beziehung zu meinem Herrn, der über mir steht. Den Menschen zu lieben, richtet sich in die Horizontale und klärt mein Verhältnis zu den Menschen um mich herum. Interessant ist, wie sich in senkrechter und waagerechter Beziehung bildlich das Kreuz ergibt. Erst wenn ich über meinen Heiland Jesus Christus Gott von

ganzem Herzen liebe, kann ich meinen Nächsten wirklich lieben. Diese beiden Beziehungsebenen prägen mein ganzes Leben und sind entscheidend dafür, wie ich alt werde.

Tipps für ein erfülltes Altwerden

Es gilt also, aktiv zu werden und Entscheidungen zu treffen, um ein Leben zu führen, das Gott ehrt. 1. Korinther 10,31: „*Ob ihr nun esst oder trinkt oder sonst etwas tut, tut alles zur Ehre Gottes!*“. Ich kann Gott allerdings nur ehren, wenn ich seinen Willen kenne und ihn liebe. Dazu muss ich ihn selbst immer besser kennenlernen. Und das geht nur, wenn ich Zeit mit ihm verbringe – beim Lesen seines Wortes und im Gebet.

Pflege deine Beziehung zu Gott

• Liebe sein Wort!

„Kein Tag ohne persönliche Zeit mit Gott“ ist ein gutes Motto. Ein Tag ohne Speise für die Seele ist ein verlorener Tag. David sagt es in Psalm 63,1 so: „*Gott, mein Gott bist du; nach dir suche ich. Es dürstet nach dir meine Seele, nach dir schmachtet mein Fleisch in einem dürren und erschöpften Land ohne Wasser.*“

• Liebe das Gebet!

Wer sich angewöhnt, für alles und jeden zu beten, ob für große oder kleine Dinge, stellt mehr und mehr fest, welche Antworten Gott gibt und kommt aus dem Staunen nicht heraus. Bete auch mit deinem Ehepartner, bete auch mit deinen Freunden. Fordere andere dazu auf: „Komm, lass uns noch beten!“ und dein Leben wird sich zum Guten verändern. 1. Thessalonicher 5,17: „*Betet unablässig!*“

• Sei in allem dankbar!

Auch in der größten Not gibt es Dinge, für die wir dankbar sein können. Gott fordert uns nicht auf, für alles zu danken, sondern in allem dankbar zu sein. Das ist ein großer

Unterschied. Wer lernt, in jeder Situation auch für die guten Seiten Gott Danke zu sagen, wird seinen Charakter sehr positiv verändern. 1. Thessalonicher 5,18: „Sagt in allem Dank! Denn dies ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch.“

• **Frage nach Gottes Willen!**

Gerade junge Menschen fragen oft, was Gottes Willen für ihr Leben ist. Dabei drückt er seinen Willen in der Bibel mehrfach deutlich aus (s.o.). Sein Wille ist unter anderem die Mission! Wer Gottes Willen tun will, möchte auch, dass Menschen zur Errettung kommen. Diese Einstellung wird dich lebenslang beeinflussen und deine Beziehung zu anderen bestimmen. 1. Timotheus 2,4: „Gott will, dass alle Menschen errettet werden und zur Erkenntnis der Wahrheit kommen.“

Pflege deine Beziehung zu Menschen

• **Liebe deine Geschwister!**

Gottes Wort ist voll von Aufforderungen, die Geschwister zu lieben. Ich kann nur lieben, wen ich auch kenne (s.o. die Beziehung zu Gott). Beziehungen benötigen Zeit. Daher ist der erste Weg, um (mehr) Geschwister zu lieben und echte Freundschaften zu schließen, das Haus zu öffnen und einzuladen. Wer in jungen Jahren keine guten Freundschaften pflegt, wird im Alter vermutlich alleine sein. 1. Petrus 4,8-9: „Vor allen Dingen aber habt untereinander eine anhaltende Liebe! Denn die Liebe bedeckt eine Menge von Sünden. Seid gastfrei gegeneinander ohne Murren!“

• **Liebe die Verlorenen!**

Jesus Christus gab sein Leben aus Liebe für verlorene Menschen. Wir sollten ebenso ein Herz für die Menschen haben, die unseren Herrn Jesus nicht kennen. Aus Liebe verkündigte Paulus das Evangelium in Korinth (2. Korinther 11,11) und er wollte alles aufwenden, damit sie zum Glauben kommen. 2. Korinther 12,15: „Ich will aber sehr gern [alles] aufwenden und mich aufopfern für eure Seelen.“ Wer schon früh beginnt, sein Leben zu nutzen, damit andere auch zum Glauben finden, wird damit nicht aufhören, wenn er alt geworden ist. Nächstenliebe kennt keine Altersbeschränkung!

Plane unter Gebet dein Leben

Ob ich zufrieden bin oder nicht, hängt stark davon ab, ob ich meine Ziele erreiche. Wenn ich mir nur vornehme, mein Leben zu Gottes Ehre zu führen und nicht konkret werde, wird sich wohl nichts ändern. Konkret zu werden bedeutet, sich einen Plan zu machen: Was will ich wann tun, um meine lebenswichtigen Beziehungen zu pflegen?

Überlege dir unter Gebet, was du in diesem Jahr tun willst, um Gott mehr zu lieben und deine Nächsten mehr zu lieben. Schreibe das auf und lege das Blatt vor Gott. Entsprechen deine Ziele seinen Gedanken? Decken sich deine Ideen mit dem Wort Gottes? Hast du Ruhe über deinen Vorstellungen? Dann versuche Stück für Stück mit Gottes Hilfe deine Ziele zu erreichen und du wirst feststellen, wie sehr ein Leben für Gott Erfüllung, Freude und Zufriedenheit bedeutet.

Wie möchte ich alt werden?

Dimensionen des Alters	Beeinflussbarkeit	Fragen zur Lebensplanung
Gesundheit	bedingt	Was will ich tun, um im Alter für Gott leistungsfähig zu sein?
Erfüllung	vollständig	Was will ich verändern, um die Beziehung zu Gott und die Beziehung zu Menschen zu pflegen?
Zufriedenheit	vollständig	Was will ich tun, um Gottes Willen für mein Leben zu erfüllen?
Freude	vollständig	Was kann ich tun, um dankbarer zu werden?



Jochen Loos (Jg. 1966), verheiratet, drei Kinder, ist Heimleiter in der Lebensgemeinschaft Christlicher Senioren in Burbach-Lützel

