

Thema: **“Chancen des Älterwerdens“**

Bibelstellen: **Lk 19, 11-27 / Mt 25, 14 -19 Anvertraute Pfunde**

2. Tim 4, 6 Paulus , bis zum Tode im Dienst für Jesus

2. Kor 12, 9 Lass dir an meiner Gnade genügen.

Jes 46,4: „Gott trägt bis ins hohe Alter und bis wir grau werden“.

Geschätzte Gottesdienstbesucher

Ich freue mich, heute mit Ihnen diesen Gottesdienst zu feiern. Wir wollen miteinander über das Älter-werden nachdenken und auch hören, was Gott dazu sagt. In einem ersten Teil möchte ich einiges sagen zur Alterssituation und einige Folien dazu zeigen.

Nachher von biblischen Texten und Vorbildern her etwas zu den Chancen des Älter-werdens. Also -

1. Älter werden wir alle...

Älter-werden ist ein intensiver Prozess der entweder noch weitgehend vor uns - oder bereits zum Grössten Teil hinter uns. Wir alle sind noch nicht ganz 100 – Jahre alt meine ich, - aber wir alle gehen darauf zu.

Wer ist schon über 60? Wer hat Eltern, Verwandte, die über 60 sind?

Altern, ein Thema, das uns alle betrifft.

In jungen Jahren, so bis 20, kann das Altern nicht schnell genug gehen. Ab 30 oder 40 möchten wir es am Liebsten aufhalten oder nichts davon wissen. Aber – es ist unabänderlich, dem Alterungsprozess sind wir alle unterworfen.

Spätestens ab 55 kommen Veränderungen, die unübersehbaren Zeichen des Alterns

und - es kommt bei vielen zu einer grossen Krise. Nach der Midlifestkrise, die 60er- oder die Reifekrise. Wer bin ich eigentlich? Jung? Alt? Wohin gehe ich? Was wird aus mir?

Und was uns alle immer wieder einmal beschäftigt:“ Wie lange lebe ich noch? Wie lange leben meine Eltern noch?

Dazu kommt die demographische Entwicklung. Wir alle wissen: die Menschen werden je länger je älter und erreichen bald wieder ein biblisches Lebensalter von 120 Jahren.

Diese Entwicklung hat Auswirkungen.

Z.B. auch auf die Familie als tragende Zelle der Gesellschaft, des Staates. Lebten früher oft Kinder, Erwachsene und Alte noch zusammen in einem Haushalt, wird das heute recht schwierig.

Weil die Menschen immer älter werden, ist die letzte Lebensphase nicht mehr 60 - 80, sondern 80 und darüber.

Also gehören zur Familie nicht mehr nur Kinder, Erwachsene und Alte, sondern –

Kinder/Jugendliche – Erwachsene - Ältere - Hochbetagte.

Also muss eine dritte Lebensphase eingeschoben werden, vor der letzten Lebensphase. Darum rede ich von der 3. + 4. Lebensphase.

Es liegt auf der Hand, das hat Auswirkungen auf die Gemeindefarbeit, das stellt auch die Seniorenarbeit in unseren Gemeinden auf den Kopf. Viele 60jährige lachen uns doch aus, wenn wir sie zum Senioren-nachmittag einladen:

„Wir sind doch nicht schon so alt“. Dahinter steckt aber vielfach nicht nur das „nicht älter werden wollen“, sondern auch die Aussage, dass in dieser 3. Lebensphase eigentlich weniger Unterhaltung oder gar Betreuung gefragt ist, sondern man noch etwas leisten, bewirken, erleben will. Menschen in der 3. Lebensphase haben mind. z. T. andere Bedürfnisse als solche in der letzten Lebensphase. Die Alten sind nicht mehr die Alten.

Einkaufszentren, Reisebüros und andere haben die Menschen der 3. Lebensphase als kaufkräftiges Kundensegment entdeckt. Die Politiker suchen Wege in der neuen Situation und die Wirtschaft? Wie hiess es doch einmal in der Tagesschau: „Die über 65jährigen sollen die Löcher in der Arbeiterwelt stopfen. Statt spazieren, freiwillig zur Arbeit gehen.“

In der 3. Lebensphase suchen Menschen Sinn, Erfüllung und Befriedigung, nicht zuletzt auch in ehrenamtlicher Arbeit.

Dieser Herausforderung muss sich die Seniorenarbeit der christlichen Gemeinde stellen. Da gilt es, neue, differenzierte Angebote bereit zu stellen. Ich kann mir vorstellen, dass sich ältere Leute zusammenschliessen, vielleicht einen Club bilden wie ein Rotaryclub mit biblischer Basis. Da werden dann Aufgaben wahrgenommen wie Fahrdienste, Reparaturdienste, Umzughilfe, Broki und was weiss ich noch was.

Vielleicht haben Sie einen entsprechenden Gesprächskreis, eine Theatergruppe oder ein Evangelisationsteam mit dem Ziel, Ältere mit der frohen Botschaft zu erreichen.

Weil die christl.-bibl. Altersarbeit an Dringlichkeit und Bedeutung zunimmt, bietet das Institut für Gemeindebau und Weltmission einen Ausbildungslehrgang für fundierte Altersarbeit in christl. Gemeinden an. Seit einem Jahr bin ich dort Studienleiter und organisiere entspr. Kurse. Interessierten gebe ich gerne nachher nähere Auskunft.

Nun – älter werden wir alle, auch wenn wir uns noch so dagegen wehren. Und was tun wir nicht alles gegen das altern. Menschen kommen auf die verrücktesten Ideen. Verena Birchler schrieb kürzlich im ideaSpektrum die

interessante Geschichte von der Romanfigur Dorian Gray, der ein Porträt besitzt, das an seiner Stelle altert. Wie ein Damoklesschwert hängt das Altwerden über unseren Köpfen. So habe ich den nächsten Punkt überschrieben mit:

2. Älterwerden – ein Schreckgespenst

Ich weiss nicht, welche Vorstellung Sie von den letzten Lebensphasen haben. Leider wird da viel Negatives geprägt. Noch immer begegne ich der Ansicht:

Alt gleich krank, schwach, verwirrt, unschön.

Ein zu negatives Bild, das uns resignieren lassen will und Angst macht.

Die Angst vor dem Älterwerden wird täglich geschürt; z. B. auch durch die Kosmetikindustrie mit ihren Antifalten-Produkten. Die Anti Age-Medizin floriert. Und Sie wissen: im Fernsehen müssen alle zuerst „in die Maske“ und da werden sie nicht schöner, sondern jünger gemacht; das Alter wird kaschiert.

Dann kommen Horrorgeschichten aus den Alters- und Pflegeheimen.

Ja – Die Kräfte nehmen im Alter ab, das Gehör, die Sehkraft u.s.w. Lesen Sie dazu einmal Prediger 12.

Viele sind im Alter auf Pflege angewiesen.

Wer wird uns im Alter wie pflegen? Seit einiger Zeit wird der Serviceroboter Flexibot in Altersheimen in D getestet. Gibt es Ihnen auch ein un gutes Gefühl im Magen, wenn Sie daran denken, dass Roboter, Maschinen an Ihr Krankenbett treten?

Nicht resignieren, engagieren - Wir sind die Hände Jesu!

Da tut sich ein grosses Feld von sinnvoller Arbeit, befriedigendem Dienst auch für ältere Menschen auf.

Vielleicht sträuben Sie – oder Ihre Eltern - sich noch gegen den Eintritt in's Altersheim, weil der Schrecken von Todespflegern uns noch in den Knochen sitzt?

Und wenn der Wunsch wach wird, unter gewissen Umständen Sterbehilfe in Anspruch zu nehmen – und wenn es auf einem Autoparkplatz sein soll? Da könnte es uns wirklich Angst und Bange werden. Und all das schlagen die Medien breit und es bekommt ein unrealistisches Übergewicht.

Fakt ist: Nicht ein Drittel der älteren Menschen sind in Alters- und Pflegeheimen. Und - dort geht es den Allermeisten gut!

Und das ist ...

3. ...die andere Seite des Alterns

a) ...glückliche Menschen in APH

Ich denke da an einen alten Bekannten im Rollstuhl, den ich letzthin traf. Wie lobte er doch die gute Pflege und das feine Essen im Pflegeheim. Oder die Frau, die sich wie in Hotelferien vorkommt und es geniesst, Menschen um sich zu haben und umsorgt zu werden. Es kommt zu Freundschaften und man kann da und dort helfen, man wird noch gebraucht! - und sei es nur, damit genug Leute für einen Schieberjass zusammen sind.

Für manche APH-Bewohner ist die neue Umgebung ein Segen.

Aber - eine beachtliche Mehrheit, über 2/3 der älteren Menschen leben nicht in APH, sondern zu Hause und – prägen neue Generationen.

b) Was der Grossvater mich lehrte.

Ich denke da an ein Erlebnis mit meinem Grossvater. Vor vielen Jahren war er mit bald 70 ein alter Mann und konnte nicht mehr allein leben. Er war abwechselnd immer für ein paar Monate bei einem seiner Kinder. So kam ich in den Genuss, mind. zeitweise mit Grossvater zusammen zu leben. - Wir hatten im Garten so einen kleinen Teich, in dem wir Kinder im Sommer planschen konnten. Dabei wurden natürlich die Steinplatten rund um den Teich nass und glitschig und – Grossvater rutschte aus und plumpste mit den Kleidern in's Wasser. Wir Kinder erstarrten – was passiert jetzt? Grossvater sagte: Wenn ich schon nass bin, dann will ich es auch geniessen und setzte sich wieder in den Teich – und wir Kinder dazu

und wir hatten den Plausch. Ich sehe auch noch das Bild vor mir, wie Grossvater dann eine Schnur vor dem Zimmerfenster spannte und seine Banknoten zum trocknen aufhängte. Was ich lernte:

Das Beste auch aus peinlichen Situationen zu machen.

c) Lebensreife, Konvergenz und Nachklang

Eine andere positive Seite des Alterns zeigt Robert Clinton in seinem Buch „Der Werdegang eines Leiters“. Er zeigt Entwicklungsphasen auf. Er spricht von Lebensreife, Konvergenz und Nachklang. Es geht um die **Früchte der Reifeprozesse**, der Reifephasen, die wir in unserem Leben durchlaufen und die das Altern wertvoll machen. Wir haben dafür den Begriff **Lebenserfahrung – einen Schatz an im Alltag erprobtem Wissen!**

Lebenserfahrung kann man nicht lernen. Es ist ein anvertrautes Pfund, eine Gabe Gottes, so wie andere auch. Gott hat uns, Junge und Alte begabt, mit Talenten beschenkt, mit denen wir handeln sollen und können – in jungen Jahren **und** in den letzten Lebensphasen. Jesus Christus spricht davon in Lk 19, 11-27 und Mt 25,14-19. Ich nehme an, dass Sie dieses Gleichnis kennen und um die klare Aufforderung wissen, die Jesus daran knüpft. Wir sollen treue Verwalter sein, das was uns anvertraut wurde gewinnbringend einsetzen. Ich bin überzeugt, dass Jesus damit auch das Pfund der Lebenserfahrung meinte. Er sagt nicht: Handelt mit dem Anvertrauten bis 65, sondern bis ich wieder komme,

Und nun stellt sich die Frage: Wie sollen, können wir Älteren dieses Pfund einsetzen? damit handeln? Was für biblische Vorbilder haben wir für das Verhalten und den Dienstinsatz im Alter?

4. Biblische Vorbilder

a) Was, wenn Jesus pensioniert worden wäre?

Wir Älteren würden doch manchmal gerne in der Bibel nachlesen, wie Jesus als 60- oder 80jähriger gehandelt hätte. Nun – er starb im jugendlichen Alter – aber ich denke, dass er als alter Mensch genauso gehandelt hätte, sich von den gleichen Prinzipien hätte leiten lassen wie als etwa 30jähriger.

Und was waren seine Prinzipien?

A) Er sah das Herz der Menschen an! Er schaute nicht auf das Äussere.

B) Er liess sich vom Leid der Menschen betroffen machen, Er konnte Mit – leiden.

C) und half grundlegend. Ich bin überzeugt, seine Vergebungsbereitschaft hätte er auch im Alter noch gelebt!

Ich denke da an die Geschichte vom Gelähmten, den seine Freunde durchs Dach zu Jesus brachten, damit er ihn heile.

Wir lesen: „Als Jesus ihren Glauben sah sagte er zu dem Gelähmten: Deine Sünden sind dir vergeben.“ (Lk 5, 20).

Damit setzt Jesus klare Prioritäten. Was ist **das Wichtigste im Leben und besonders im Alter?** Gesundheit?

Finanzielle Sicherheit? – Nein – **Frieden mit Gott, alles andere ist Dreingabe.**

Ich habe diesen Punkt bewusst so betont, weil **Vergebung leben** Grundlage ist für frohes Altern und eine Brücke zwischen den Generationen ist.

Nun stellt sich die Frage: – sollen wir denn Arbeiten bis zum Umfallen oder darf man sich zur Ruhe setzen?

Ein biblisches Vorbild dazu ist...

b) ...der alte Paulus. Etwas über seine Einstellung zum Dienst im Alter schreibt er seinem Mitarbeiter Timotheus „Die Zeit meines Todes ist da. Doch ich habe mit vollem Einsatz gekämpft; jetzt ist das Ziel erreicht, und ich bin Christus im Glauben treu geblieben.“ (2.Tim.4, 7).

Paulus kannte nichts von Pensionierung, von sich zur Ruhe setzen, auch wenn er sicher sein Engagement, seinen Einsatz im Alter seinen Kräften angepasst hat, vielleicht weniger gereist ist und dafür mehr Briefe geschrieben hat. Er hat delegiert, junge Mitarbeiter mit Empfehlungen in die Gemeinden gesandt (Phil, 2,29 / Kol 4,10), eine Schreibkraft angestellt, als die Augen nach liessen (2.Thess 3,17) und „für mehr Wärme gesorgt“ – liess sich den Mantel bringen (2. Tim 4,13)

c) **Und wenn Krankheit oder gar Demenz...**

...meine letzte Lebensphase bestimmen und kein praktischer Einsatz für Gott mehr möglich ist?

Auch da möchte ich Paulus als Beispiel nehmen. Er leidet, vermutlich an einer hartnäckigen Augenkrankheit, vielleicht aber auch an einem anderen Leiden. Dreimal hat er Christus gebeten, ihn zu heilen. Und was sagt sein Herr Jesus Christus? „Lass dir an meiner Gnade genügen“. Die Kraft der Vergebung und des Heiligen Geistes kommt zum Tragen – gerade auch auf Leidenswegen. (2. Kor 12,9)

Dahinter steckt ein grosses Geheimnis. Diese Zuversicht, das durchtragende Vertrauen zu Jesus Christus ist letztlich eine Gabe Gottes, ein Wirken des Heiligen Geistes.

Sehen sie, ich selber lebe seit einigen Jahren mit der Diagnose einer seltenen, unheilbaren Muskelkrankheit. Die Muskelzellen sterben ab, das Gehen wird immer schwieriger, usw. Sicher habe ich um Heilung gebetet und beten lassen – ich kenne Daniel Harri persönlich seit vielen Jahren. Gott hat mich nicht geheilt, aber – ich erlebe eine tiefe Zuversicht, das Vertrauen zu Jesus und das ist für mich ebenso ein Wunder wie eine Heilung.

Auch wenn ich mich nicht mehr halten kann, Gottes Hand hält und lässt mich nicht los!!!

5. Älter werden – Frust oder Lust

Nun haben wir einiges gehört zum Thema älter werden. Ist es nun Frust oder Lust? Sollen wir uns darauf freuen, oder bangen? Wie bewältigen wir die Spannungen zwischen den Generationen?

Sie haben es weitgehend selber in der Hand, ob das Altern gelingt, ob das Miteinander, das Zusammenleben der Generationen gelingt oder nicht. Dazu möchte ich Ihnen folgenden Kernsatz mitgeben.

„Nicht was man hat, sondern was man daraus macht, ist entscheidend!

Miteinand gehts besser Noch ein paar Gedanken zum Thema Generationen.

Begegnungen zwischen den Generationen sind nur scheinbar zufällig - es sind immer Chancen. Die Frage ist, wie wir darauf reagieren. Es muss nicht zum Krieg der Generationen kommen.

Vielleicht denken sie, das ist ja schön und gut, aber wenn die Jungen so unordentlich gekleidet sind, laut Musik hören, alles herumliegen lassen. Ich denke da an jemanden, der zuerst auch die Nase rümpfte, sich dann aber einen Schups gab, das Herz sprechen liess, den jungen Menschen sah! und nicht das Drumherum und er spürte im Herzen eine Liebe zu diesen Jungen aufkeimen.

Sicher, die Jüngeren machen Fehler, aber auch wir Älteren. Das einander zugestehen und Vergebung leben, das schafft die Basis für ein beglückendes Miteinander.

Unter Umständen kommen Sie hier an einen Grenze. Sie schaffen es im Alltag nicht. Dann ist vielleicht ein Gespräch mit einem älteren Freund, einem Seelsorger oder Lebensberater angesagt.

Ich möchte Ihnen Mut machen, nicht zu resignieren, sondern Wege zu suchen, damit Ihr Altern wertvoll, fröhlich und nicht verbittert wird.

Wert und Würde des Alters

Was ist das wichtigste im Leben? Was ist das Höchste? Nein – nicht Jugend, Stärke, Gesundheit, Finanzen - sondern **Frieden mit Gott**. Der trägt durch - schon in jungen Jahren und auch im Alter. Ja - er nimmt die Angst vor dem Sterben.

Aber das allein bedeutet noch nicht die ganze Lebensfreude. Freude im Himmel und auf Erden ist, wenn Menschen vom ewigen Verderben, Tod errettet werden (Lk 15,7).

Der hohe Wert des Lebens, gleich welchen Alters, liegt nicht in den erbrachten Leistungen, den Erfolgen - aus der Vergangenheit – wer erinnert sich noch, wer fragt schon noch darnach, was wir früher geleistet haben? Auch nicht im „sich zufrieden geben“, dass wir das Ziel beinahe erreicht haben. Gott will, dass wir hingehen und Frucht bringen, mit den anvertrauten Talenten handeln, gerade auch im Alter. Was aber heisst das?

Das Vorbild von Menschen die auf ihrem Wertefundament viele Stürme überlebt haben, die – nahe am Jenseits – andere Dimensionen in die Prioritätenlisten bringen, die Zuversicht und Hoffnung ausstrahlen, Liebe und Annahme leben, das ist doch das, was die Welt heute braucht. Und wer kann das besser weitergeben, als Menschen in der 3. und 4. Lebensphase? Menschen, die in einer lebendigen Beziehung zum ewigen Gott, zu Jesus Christus stehen?

Warum nicht als altgediente Jungschar- oder Hauskreisleiter oder ehemalige Älteste der Gemeinde als Mentoren für Jüngere da sein? Und ihr Jüngeren – nutzt dieses Potential, holt Euch diesen Schatz, damit Euer Leben reich wird. Und auch wir Älteren sollen als Zeugen Jesu für Gleichaltrige das, was Gott geschenkt hat, weiter geben? Das Pfund treu verwalten.

Noch ein paar praktische Hinweise

- Sie haben Gaben, Talente und Lebenserfahrungen die Sie auch im Alter einsetzen können.
- Relativ einfach ist es für die, die Grosselternpflichten wahrnehmen können.
- Aber es gibt noch anderes. Die einen können Briefe schreiben wie ein Paulus oder der alte Jünger Johannes.
- Andere beten engagiert für Menschen, die Gemeindeleitung, die Regierung, indem Sie Kontakt pflegen, sich interessieren, nachfragen und so konkret Anliegen vor Gott bringen.

Oder – wir suchen Begegnungen – mit der anderen Generation !!!

Und das Tüpfelchen auf dem i:

Sie sind und bleiben Gottes geliebter, umsorgter Sohn, geliebte und umsorgte Tochter, wenn Sie sich für Jesus Christus entschieden haben. Wenn nicht, ist heute Gelegenheit - gleich wie alt Sie sind - das erste Mal oder neu in diese Beziehung mit Gott zu treten. Gott selber lädt Sie dazu ein!

Und diesen Menschen - gleich wie alt - gelten die Verheissungen Gottes.

Z. B. „**Ich will euch tragen bis ins Alter und bis ihr grau werdet.**“ Jes. 46,4

Darum: egal wie alt - seid getrost und unverzagt, weil Gott zu seinen Verheissungen steht und mit uns geht.

Richard Stäheli