

Lutz Heidebrecht

Anders alt werden – bilanziert in der Lebensmitte

Anders als wer? Anders als wie? Hört dieser Wunsch denn nie auf, alles anders und natürlich auch besser machen zu wollen? Anscheinend nicht, denn wir selber sorgen dafür, dass dieser sportliche Ehrgeiz auch der nachfolgenden Generation erhalten bleibt, indem wir sie unseren, wenn auch noch so geringen Vorsprung spüren lassen. Aber wir leiden selber auch an den unmissverständlichen Bemerkungen der uns vorausgegangen Menschen, die sich ihren Platz im (Wett-)Lauf der Generationen nicht streitig machen lassen wollen. Und dann plötzlich ist man das, was man immer werden, aber nie sein wollte – alt! Es wurde schon viel zur Lebensmitte geschrieben und auch christliche Autoren geben verunsicherten Plus40ern positive Anregungen für die Begegnung mit dem Schreckgespenst „Midlife crises“, so z. B. Anselm Grün, Bianka Bleier und Margot Käßmann. Ich werde mich also damit begnügen, mein eigenes kleines Leben etwas mehr unter die Lupe zu nehmen.

Im Alter zwischen 20 und 25 Jahren, als die Gesellschaft mir zu verstehen gab, ich sei nun erwachsen und könne selbstbewusst auftreten, wurde mir in meinem handwerklichen Beruf vermittelt, ich habe zwar nun meine berufliche Ausbildung abgeschlossen, müsse aber noch viel lernen, was ja auch stimmte. Als frisch Verheirateter hörte ich, dass der Ehealltag nach mehreren Jahren doch ganz anders aussähe als die ersten Monate zu zweit. Als unsere Kinder klein waren, sagten die Leute: „Kleine Kinder – kleine Sorgen...“ Wenn ich damals die kleinen Brocken meiner gesammelten Lebensweisheit zum Besten gab, hörte ich manchmal: „Komm du erst mal in mein Alter!“ Und in unseren Gemeinden galten und gelten bis heute Menschen um die 30 immer noch als „die jungen Leute“. So drängte sich mir in meiner ersten Lebenshälfte der Eindruck auf, man müsse jenseits der 50 sein, um überhaupt etwas über das Leben zu wissen und sagen zu können. Aber eine zweite Beobachtung irritiert mich noch mehr. Befinden sich Menschen dann (endlich) in der zweiten Lebenshälfte, will ihnen anscheinend kaum noch jemand zuhören, geschweige denn sie um Rat fragen oder ihre Hilfe in Anspruch nehmen – erschreckend! Natürlich pauschalisiere ich. Da müht sich der Mensch jahrzehntelang ab, um auf den Gipfel zu kommen und endlich einen Überblick über das Leben zu haben, und wenn er dann oben angekommen ist, stellt er fest: Jetzt geht es nur noch bergab. Irgendetwas stimmt hier nicht!

Wahrscheinlich habe ich meiner persönlichen biologischen Lebensmitte recht sorglos entgegengelebt. Nach einer Beerdigung in der Gemeinde kam ich ins Gespräch mit einem Angehörigen der Verstorbenen und wir plauderten über das Leben allgemein. Mein Gegenüber, ein rüstiger 70er, konfrontierte mich mit der Behauptung, ich befände mich nun mit Anfang 40 in jener Lebensphase, in der sich entscheidet, womit ich mich als Rentner beschäftigen werde. Diesen Gedanken bin ich nicht mehr losgeworden. Er untermauerte seine Aussage mit Beispielen und Erlebnissen aus seinem eigenen Leben. In der Lebensmitte sei es an der Zeit, sagte er, sich zu fragen, wo man herkommt und wo man hinmöchte. Wenn unser Leben heute eine Folge der Entscheidungen der Vergangenheit ist, dann sind unsere Entscheidungen heute maßgeblich für unsere Lebensgestaltung von morgen. Dieser Spur bin ich dann nachgegangen, habe Menschen dazu befragt, hilfreiche Bücher gelesen und mich selber etwas beobachtet. In diesem Prozess befinde ich mich bis heute und darum sind die folgenden Punkte nur ein schwacher Versuch einer vorläufigen Zwischenbilanz:

- **Realität:** In der Lebensmitte stelle ich fest, dass sich manche Träume in meinem Leben nicht mehr verwirklichen lassen, manche Ziele nicht mehr erreicht werden. Z. B. werde ich nicht mehr alle Bücher lesen können, die ich bereits jetzt schon im Regal stehen habe. Weitere Bücher werden noch hinzukommen, wie ich mich kenne. Darum habe ich bereits jetzt angefangen, Bücher auszusortieren, zu verschenken, zu entsorgen. Einzelne Bücher möchte ich lieber ein zweites oder drittes Mal lesen. Die Anzahl der gemeinsamen Urlaube mit den Kindern ist, wenn ich ganz nüchtern denke, überschaubar geworden. Gemeinsam überlegen wir, welche Urlaubsorte wir noch zusammen bereisen wollen. Es tut mir gut, solche Schritte zu planen.
- **Entscheidungen:** Der Traum, irgendwann einmal mehr Sport zu treiben, wird nicht realisiert, wenn ich nicht jetzt in einen Sportverein eintrete. Schon immer wollte ich Saxophon spielen, ergeben hat es sich aber nie. Es wird sich auch nie ergeben, wenn ich nicht jetzt einen Lehrer suche und mir ein Instrument besorge. Mit zunehmendem Alter werde ich immer weniger in der Lage sein, mir die Grundtechniken irgendeines Hobbys anzueignen. Wenn ich als Rentner segeln möchte, muss ich bald einen Segelschein machen.
- **Ressourcen:** Mir wurde klar (gemacht), dass unser nächstes Auto vielleicht schon kein Kombi mehr sein muss und wir als Familie im Moment den größten Bedarf an gemeinsamem Wohnraum haben. Die Kinder werden ausziehen. Die im Keller angehäuften Gegenstände, von denen ich dachte, ich würde sie irgendwann einmal brauchen, warten seit Jahren vergeblich auf ihren Einsatz. Was für eine Befreiung, wenn ich klaren Verstandes eine Sperrmüllkarte ausfülle und mich bereits jetzt von nutzlosen Dingen trenne.

Die anfänglich skizzierte Unsicherheit auf dem Weg zur Lebensmitte und der mögliche Mangel an Wertschätzung in der zweiten Lebenshälfte treffen längst nicht auf jeden und jede zu, das ist klar. Aber doch beobachte ich bei vielen Menschen der Gemeinde eine Sehnsucht nach mehr Ausgleich und Ergänzung zwischen den Generationen. Was bedeutet das jetzt für meinen persönlichen Umgang mit Menschen, die sich in der gleichen oder einer anderen Lebensphase befinden?

- **Hinter mir:** Ich möchte lernen, der nachfolgenden Generation bereits heute Wertschätzung und Anerkennen zu vermitteln. Ein kleiner Junge wurde einmal gefragt, was er denn einmal werden möchte. Darauf antwortete er: „Wieso, ich bin doch schon etwas!“ Dem ständigen Druck, etwas werden zu müssen, und wenn es nur „alt“ ist, möchte ich mutiger entgegenreten. Zusammen mit anderen möchte ich junge Menschen zu verantwortlichen Diensten in unseren Gemeinden ermutigen, sie befähigen und bevollmächtigen.
- **Vor mir:** Ich möchte lernen, älteren Menschen wertschätzender zu begegnen, und zwar in einer Weise, die mich selber nicht demütigt oder langweilt. Bei Seniorenbesuchen zum Beispiel möchte ich mich darin üben, interessante Fragen zu stellen, deren Antwort mich wirklich interessiert. Das klingt einfach, ist es aber nicht. Als Gemeinde können wir Menschen, die aus dem Berufsleben ausscheiden, Segnungsgottesdienste anbieten und Gott bitten, ihnen eine Berufung in der neuen Lebensphase zu geben.
- **Neben mir:** Ich möchte nicht aufhören, das Leben aufmerksam zu beobachten und Menschen in der Lebensmitte darin zu bestärken, ihren Platz in der Gemeinde und der Gesellschaft mutig einzunehmen. Es ist ja nicht zu fassen, wie viel Ermutigung Menschen vertragen! Ausgerüstet mit genug Gottvertrauen und Selbstbewusstsein können sie Spannungen aushalten und z. B. ihren Teenagern Reibungsflächen bieten, ohne an sich selbst zu verzweifeln. Und so gehe ich gespannt dem entgegen, was sich mir noch auftun wird.

Und, werde ich jetzt anders alt als andere? Wahrscheinlich nicht, aber es tut mir gut, mich und mein Leben bewusst wahrzunehmen, Veränderungen zu erkennen, zu gestalten und zu feiern. Überraschungen gibt es unterwegs noch genug, da bin ich mir sicher.

Lutz Heidebrecht, Jahrgang 1966, Pastor, MG Backnang