

» Religiosität und Spiritualität im Alter

*Das Leben ist nicht ein Frommsein,
sondern ein Frommwerden,
nicht ein Gesundsein,
sondern ein Gesundwerden,
überhaupt nicht ein Wesen,
sondern ein Werden,
nicht eine Ruhe,
sondern eine Übung.
Wir sind's noch nicht,
wir werden's aber.
Es ist noch nicht getan und geschehen,
es ist aber im Gang und im Schwang.
Es ist nicht das Ende,
es ist aber der Weg.*

Martin Luther¹

Spirituelle Biografiearbeit – ein Bildungsansatz für Alt und Jung

Welche Bedeutung haben Religiosität und Spiritualität für das Altwerden? Und wer sind „die Alten“ heute? Die Studie des Sozialwissenschaftlichen Instituts der EKD 2011² gibt erstmals Informationen u. a. über religiöse Bindung und stellt diese als Selbstverständlichkeit in Frage. Die gestiegene Lebenserwartung und der gesellschaftliche Wandel haben den Raum für individuelle Lebensvorstellungen und Gestaltungsmöglichkeiten für die ältere Generation immens erweitert. Und doch haben für zwei Drittel der deutschen Bevölkerung religiöse Bindung und kirchliches/religiöses Engagement eine große Bedeutung. Es kann gesagt werden, „dass ältere (über 60-jährige) Mitglieder in den christlichen Kirchen nach wie vor kirchen- und religionsnäher und in diesem Sinne frommer sind als jüngere Kirchenmitglieder“³.

Also gibt es sie doch noch, diese älteren, frommen und weisen Frauen und Männer in den Gottesdiensten, den Seniorentreffs, bei den Konfirmationsjubiläen, in den Heimen oder auch zu Hause, weil sie den Weg nach draußen nicht mehr schaffen. Aber auch die anderen Alten und älter werdenden kirchenfernen Menschen haben für sich spirituelle Wege entwickelt, vor deren Hintergrund sie das Leben deuten.

Was ist Religiosität und Spiritualität und welche Bedeutung haben sie für das Altwerden? Es ist zunächst eine Gegenbewegung gegen das Aktiv-sein-Müssen bis ins hohe Alter. Trotz des Wissens um Angewiesenheit auf Hilfe, der Begrenztheit des

Lebens kann der Blick und die aktive Gestaltung des Lebens auf die Gegenwart gerichtet werden. Luther hat den Leitaspekt einer christlichen Deutung des Älterwerdens prägnant formuliert: „Mitten im Leben sind wir im Tod. Kehr's um: Mitten im Tod sind wir im Leben.“⁴ Damit kommt älteren und eingeschränkten Menschen eine eigene, unverlierbare Würde zu, die nicht an die Umsetzung von Potenzialen gebunden ist. Gerade für die, die eben nicht (mehr) so aktiv sein können, bedeutet das ein besonderes Aufgehobensein, eine hohe Achtung, denn es können die verborgenen Kräfte sein, wie z. B. die Rituale, das Gebet, das Erinnern, das Erzählen, die eine stärkende Wirkung auf das Leben und die Gemeinschaft haben. Religiosität und Spiritualität sind vor allem dann wirklich hilfreich, wenn es sich dabei um lebenslang erworbene Ressourcen handelt, die im Alter genutzt und weiter gepflegt werden können.⁵ Es ist die im Lebenslauf erfahrene – oder eben nicht erfahrene – Hilfe Gottes bzw. die Unterstützung durch den Glauben und seine Verankerung vor allem in der Familie oder einem intakten Freundeskreis, die auch im Alter entscheidend ist. Religiöse Spiritualität ist die Suche nach dem Transzendenten, dem Unfassbaren, nach Gott.⁶ Diese Suche gestaltet sich entsprechend der Traditionen in Symbolen, Riten und Kulturen. Der Theologe Karl Rahner sieht das Alter als positive Chance des Menschen, sich des gesamten Lebens in Verbindung mit den kraft- und sinnstiftenden Erfahrungen bewusst zu werden. Der Sechste Altenbericht zitiert Rahner wie folgt: „Die eigene Lebensgeschichte gerät umfassend in den Blick des Menschen; sie ist nicht mehr zu bewältigen. Aber sie kann geistlich gestaltet und vielleicht *vollendet* werden. (...) Das ausgesprochene, aufgeschriebene Erfahrungswissen und dessen Interpretation und Bedeutung für das gegenwärtige Leben setzt bis ins hohe Alter hin Lernprozesse in Gang.“⁷

Die Methode der spirituellen Biografiearbeit ist ein Bildungsansatz, der allen Generationen, auch



Barbara Hedtmann

Diplom-Religionspädagogin/Sozialarbeiterin
Evangelischer Regionalverband Frankfurt am Main
Koordinationsstelle
Erwachsenenbildung/
Seniorenarbeit
barbara.hedtmann@frankfurt-evangelisch.de

¹ Luther, M. (2003): Abteilung 4: Werke (Schriften). D. Martin Luthers Werke: Kritische Gesamtausgabe, 2. Auflage, Bd. 11. Weimar.

² Vgl. Ahrens, P.-A. (2011): Uns geht's gut. Generation 60plus. Religiosität und kirchliche Bindung. Protestantische Impulse für Gesellschaft und Kirche, Bd. 11. Münster.

³ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2010): Altersbilder in der Gesellschaft. Sechster Altenbericht zur Lage der älteren Generation in der Bundesrepublik Deutschland. Bericht der Sachverständigenkommission. Berlin, S. 214.

⁴ Luther, M., a. a. O.

⁵ Vgl. Bäuerle, P./Kipp, J./Meinhof, P. u. a. (Hrsg.) (2008): Spiritualität. Themenheft 1. Psychotherapie im Alter. Gießen, S. 10–13.

⁶ Vgl. ebd.

⁷ BMFSF, 2010, a. a. O., S. 416.

den ganz Alten, ermöglicht, sich auf den Weg der Erinnerungen zu begeben und gleichzeitig gemachte Erfahrungen auszudrücken und zu kommunizieren. Wir können es Glaube nennen oder Schicksalsbewältigung.

Erzählend und schreibend den Glauben lebendig machen

Auf die Frage, wie Menschen sprachfähig werden, gibt der Theologe und Religionsphilosoph Paul Tillich eine Antwort. Für ihn ist das Symbol die Sprache der Religion.⁸ Eine Methode, diese tiefen Erlebnisse zu binden und zur Sprache zu bringen, ist die religionspädagogische Arbeit mit Symbolen. Peter Biehl und Hubertus Halbfas sind zwei bekannte Vertreter der Symboldidaktik⁹. Ihre Konzepte beziehen sich in der Regel auf den Religionsunterricht, lassen sich aber auch auf die Zielgruppe der Älteren übertragen. Ausführliche symboldidaktische Schritte für ein religiöses, spirituelles Arbeiten mit älteren Generationen sind im Praxisteil des Werkbuchs „Biografie mit Glaubensschätzen“¹⁰ zu finden. Mit dieser Methode wurden in sieben evangelischen Kirchengemeinden in Frankfurt a. M. Erzähl- und Schreibtreffs, eine Schreibwerkstatt und eine Seniorenfreizeit durchgeführt. Die Zielgruppe waren vor allem die über 75-Jährigen. Die heute 75- bis 97-Jährigen sind in einem Zeitraum von 1919 bis 1937 geboren. Es hilft ein zeithistorischer Rückblick, um nachzuvollziehen, welche besonderen Bewältigungsstrategien für die Einzelnen nötig waren, um das Leben bis in die Gegenwart zu gestalten. Gerade diese Generationen – geboren zwischen zwei Kriegen, geprägt durch Krieg, Flucht und Vertreibung in der Zeit des Nationalsozialismus, konfrontiert mit der anschließenden Kapitulation und der Besetzung Deutschlands und später dann mit dem Wiederaufbau – können über Glaubenserfahrungen erzählen, die sie durch diese Krisenzeiten getragen haben. Sylvia Kade hat eine Chronik dieser Zeit aufgestellt, in der sie die Ereignisse aus den Bereichen Alltag, Kultur, Bildung, Beruf, Wirtschaft und Politik aus den Jahren 1905–1993 sichtbar macht.¹¹ Vor diesem zeitgeschichtlichen Hintergrund wurden von den Seniorinnen und Senioren Erinnerungen an die Konfirmation und eigene Glaubenserfahrungen unter Anleitung erzählt und aufgeschrieben.¹² Die Texte und Gedichte zeigen die Bedeutung des Glaubens und der Spiritualität für die Bewältigung des Lebens. Hier zwei Beispiele:¹³

*Hoffnung
Und Zufriedenheit
Sind meine Wünsche
Für meine letzten Lebensjahre
Danke.*

(weiblich, geb. 1920)



Glaubenserfahrungen im Alter schreibend lebendig machen

*Glück zu erleben
Gilt es zu lernen im
Durchgang von Leid*

(männlich, geb. 1941)

In Kooperation mit anderen landeskirchlichen Einrichtungen hat der Evangelische Regionalverband Frankfurt am Main 2014 zu einem Fachtag „Spiritualität und Alter“ Menschen eingeladen, die sich mit dem Älterwerden und Altsein in unserer Gesellschaft beruflich, ehrenamtlich oder persönlich auseinandersetzen.

Auf die Frage nach persönlichen Gründen, sich mit dem Thema auf diesem Fachtag auseinanderzusetzen, wurde z. B. folgende Antwort gegeben: „Nachdem die Kinder ausgezogen sind und nach der Pensionierung werden Fragen zum Alter bzw. Älterwerden aktuell.“ Einige sind auf der Suche nach einem kreativen Umgang mit dem Alter und wünschen sich Texte zur Spiritualität im Alter. Bei der abschließenden Reflexion des Fachtages wurde deutlich, dass es eine große Suchbewegung zum Thema Spiritualität und Alter gibt. Die unterschiedlichen methodischen Herangehensweisen, der „durchaus provokante“ Vortrag von Prof. Dr. Dr. Rainer Gronemeyer und die thematische Vielfalt der Arbeitsgruppen kamen den Bedürfnissen der Teilnehmenden sehr entgegen.

⁸ Vgl. Tillich, P. (1986): Symbole und Wirklichkeit. 3. ergänzte Auflage. Göttingen. Ergänzend auch: Tillich, P. (1961): Wesen und Wandel des Glaubens. Frankfurt a. M.

⁹ Vgl. Halbfas, H. (1992): Das dritte Auge. Religionsdidaktische Anstöße. Düsseldorf.

¹⁰ Frölich, M./Hedtmann, B. (2013): Biografiearbeit mit Glaubensschätzen. Göttingen, S. 23ff.

¹¹ Vgl. Kade, S. (1994): Altersbildung. Lebenssituationen und Lernbedarf. Frankfurt a. M., S. 65–76.

¹² Hedtmann, B./Frölich, M. (Hrsg.) (2012): Glaubens- und Erfahrungsschätze. Senioren und Seniorinnen Evangelischer Kirchengemeinden in Frankfurt am Main erinnern sich. Frankfurt a. M.

¹³ Hedtmann, B./Frölich, M. (Hrsg.), a. a. O.; hier sind auch weitere Texte zu finden.



Konfirmationsurkunde

Wie die Konfirmation zu einem Generationen verbindenden Ereignis wird

„Generationen im Glaubens-Dialog“ war ein weiteres Projekt zum Thema Spiritualität und Alter.

Konfirmandinnen und Konfirmanden und Goldene Konfirmandinnen und Konfirmanden einer Evangelischen Kirchengemeinde haben sich zunächst in den Jahrganggruppen und dann gemeinsam die Fragen gestellt: Was hilft, die Lebensprobleme zu (er)tragen – was hat durchs Leben getragen?

Geben die Glaubenserfahrungen der älteren Generationen noch eine Antwort auf die existenziellen Lebens- und Glaubensfragen der jüngeren Generationen, der gegenwärtig 13-/14-jährigen Konfirmandinnen und Konfirmanden? Wir können davon ausgehen, dass eine dezidierte Glaubenspraxis mit Gebeten und Ritualen immer seltener im Familienkontext gelebt und erfahren wird. Der intensivste Kontakt mit Religion und Spiritualität findet in der Phase der Vorbereitung zur Konfirmation statt. Laut Erikson steht in dieser Entwicklungsphase die Frage „Wer bin ich?“ im Vordergrund.¹⁴ Es kommt zu der Auseinandersetzung mit Werten und Normen. Hier sind echte Krisen im persönlichen Leben zu bewäl-

tigen und wird Orientierung gesucht. Hier können religiöse und spirituelle Antworten auf die Sinnsuche gegeben werden.

Für das gemeinsame Gespräch hatten sowohl die Goldenen als auch die jungen Konfirmandinnen und Konfirmanden Fragen an die andere Generation vorbereitet. So war z. B. von Interesse, welche Bedeutung die Konfirmation für die Jubelkonfirmanden gehabt habe. Im Rückblick und mit einem Lächeln im Gesicht resümierten die Älteren, man habe sich erwachsen gefühlt, es genossen, im Mittelpunkt zu stehen und Aufmerksamkeit zu erhalten.

Weiter interessierte die Jungen, welche Hilfe die Kirche gegeben habe. Dass die Arbeit in der Gemeinde und die Zugehörigkeit zur Gemeinde gut getan haben, wurde genannt. Das konnten auch die Jungen bereits bestätigen.

Ein wichtiger Aspekt für die jungen Menschen ist, wer oder was Orientierung gibt. Hier musste nicht lange überlegt werden. Als Erstes wurde die Bibel genannt und Menschen, die für andere da sind, wie z. B. die Seelsorgerinnen und Seelsorger und Therapeutinnen und Therapeuten. Auch das Sein in Stille wurde angeführt. Spürbar war in der Gesprächsrunde, dass Vertrauen und Offenheit vorhanden war. Über Themen wie Einsamkeit, das Leben nach dem Tod, aber auch über Hoffnung und Stärkung konnte ganz ungezwungen gesprochen werden. Ein ermutigendes Zeichen dafür, wie gerade auch in Fragen des Glaubens und der Spiritualität der Dialog zwischen den Generationen gelingen kann.

¹⁴ Vgl. Erikson, E. H. (1973): Identität und Lebenszyklus. Frankfurt a. M.



Ausflug von Konfirmandinnen und Konfirmanden