

Nachtgedanken

Montag bis Freitag, 21.50 Uhr (NDR 1 Niedersachsen)

19. bis 23. November 2018 - Vom Geschenk des Älterwerdens

Von Susanne Briese, Pastorin in Hannover

Nichts da Rückzug, Stille, wertlos. Älterwerden ist ein Geschenk, der Ruhestand ist ein weites Land mit vielen Abenteuern. Susanne Briese, Landespastorin für Ehrenamtliche, im Haus kirchlicher Dienste in Hannover widmet sich diesem Thema bei den Nachtgedanken - vor ihrem Ruhestand.



Susanne Briese

Redaktion: Oliver Vorwald

Evangelische Kirche im NDR
Redaktion Hannover
Knochenhauerstr. 38-40
30159 Hannover
Tel. (0511) 32 76 21
www.ndr.de/kirche

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung der Ev. Kirche im NDR zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Montag, 19. November 2018

„Noch einmal ist alles offen“, dieses Buch habe ich im Herbsturlaub gelesen. Es handelt vom „Geschenk des Älterwerdens“. Ja, Sie haben richtig gehört: Vom Geschenk, nicht von der Last. Zwar werde ich erst in einigen Jahren in den Ruhestand gehen. Aber ich bin davon überzeugt, dass man nicht früh genug darüber nachdenken kann, wie das Leben einmal weiter gehen könnte oder besser: weitergehen soll, wenn die Berufsarbeit endet. Denn dann ist noch einmal im Leben eine Zeit da, in der alte Träume wachgerufen und neue angeschaut werden können. Raum, der mit neuen Ideen gefüllt werden kann. Ja, ich bin sicher: Älterwerden ist ein Geschenk. Alles ist noch einmal ganz neu und offen. Ein schöner Gedanke, finde ich.

Dienstag, 20. November 2018

Der Eintritt in den Ruhestand ist ein einschneidendes Erlebnis. Manche empfinden es so, als würden sie in ein „schwarzes Loch“ fallen. Andere sind dankbar, dass sich mit dem Ende des Erwerbslebens ein neuer Freiraum eröffnet, in dem neue Seiten zum Leuchten gebracht werden können. „Früher war klar: Kinder lernen, Erwachsene arbeiten, Alte ruhen sich aus. Das ist passé“, sagt die Altersforscherin Ursula Staudinger aus New York. Die Lebenserwartung hat sich deutlich erhöht. Viele Ältere bleiben auch nach der Erwerbsarbeit noch aktiv und arbeiten sehr motiviert; sie haben Freude daran, ihre Fähigkeiten weiter einzusetzen, bleiben wach und interessiert. „Und wenn sie auch alt werden, werden sie dennoch blühen, fruchtbar und frisch sein,“ lese ich in der Bibel (Psalm 92, 15). Im Alter kann man blühen und lebendig sein.

Mittwoch, 21. November 2018

Spüren Sie manchmal auch so eine Sehnsucht danach, aufzubrechen? Vielleicht eine große Reise? Oder eine lange Pilgerwanderung? Oder ein Seniorenstudium? Wer dem Traum nicht nachgeht, wird sich später noch oft fragen, ob das richtig war. Wer den Mut aufbringt, einen neuen Schritt zu tun, der wird sich selbst noch einmal ganz neu kennen lernen. So muss es Abraham und Sara gegangen sein. Beide waren schon längst alt geworden. Aber zur Ruhe setzen, das war nicht ihre Sache. Sie hörten Gottes Verheißung, die sie dazu brachte, ihre Heimat zu verlassen und dem gelobten Land entgegen zu gehen, auch wenn sie überhaupt keine Ahnung hatten, was sie dort erwartet. Und am Ende war alles gut. Sie gründeten sogar noch eine Familie. All das kann passieren, wenn man der eigenen Sehnsucht folgt.

Donnerstag, 22. November 2018

Sich mit dem Beginn des Ruhestands auseinanderzusetzen das kann auch eine Krise auslösen: „Wer bin ich, wenn ich nicht arbeite?“ Darauf eine Antwort zu finden, ist nicht leicht. „Der Wunsch, verschont zu bleiben, taugt nicht“, schreibt Hilde Domin. Der Endlichkeit des Lebens muss man sich irgendwann stellen. „Du hast nur ein Leben, wie hättest du es denn gern?“, fragte mich einmal ein Freund. Diese schlichte Frage war für mich so etwas wie eine Initialzündung. Bisher hatte ich darüber noch nicht nachgedacht. Das öffnete mir mit einem Mal die Augen für Möglichkeiten, die noch ungenutzt waren, für neue Wege und mehr Raum für das eigene Ich. „Ich will dich segnen und du sollst ein Segen sein,“ hörte Abraham. Segen zu sein, das hört ja auch mit dem Älterwerden nicht auf.

Freitag, 23. November 2018

Das Leben ist kostbar. In jeder Lebensphase. Und älter werden zu dürfen, reich an Erfahrungen und mit dem Freiraum, sich neu für etwas entscheiden zu können, ist ein Geschenk. Auch, wenn die Kräfte geringer werden. Rose Ausländer hat dafür sehr berührende Worte gefunden:

Noch bist du da. Wirf deine Angst in die Luft
Bald ist deine Zeit um, bald wächst der Himmel unter dem Gras
fallen deine Träume ins Nirgends
Noch duftet die Nelke, singt die Drossel noch darfst du lieben
Worte verschenken
Noch bist du da, sei was du bist
Gib was du hast.