

Vernetzungsinitiative Lebensherbst

Kontaktbrief zum 25. März 2023

„Mitten im Leben sind wir im Tod“



Everseiche Osnabrück – sterbendes Baumdenkmal

*Liebe Mitglieder der GCL
und der Marianischen Congregation für Kranke,
liebe Leserinnen und Leser,*

Ende November las ich im „Intern“ über das Projekt einer Gruppe von GCL-Mitgliedern zum Thema GCL-Sterbekultur und war sofort davon angetan. Heute frage ich ernsthaft, ob es nicht eine Fügung Gottes war, die mich zu diesem Thema hinzog.

Mein Mann hatte sich von seiner Krebserkrankung wieder gut erholt und seine alte Lebensfreude wiedergewonnen. Gegen Ende des letzten Jahres wurde er jedoch schwächer, zog sich immer mehr vom Leben zurück; es war, als ob er nach innen schaute. Seine größte Sorge galt mir und der Frage, wie ich klarkommen werde, wenn er nicht mehr ist. Das hat mich sehr gerührt. Ich dachte damals nicht bewusst ans Sterben, zumal sich als ein Grund für seine Schwäche ein Infekt im Schultergelenk erwies. Dieser wurde im Krankenhaus behandelt; meinem Mann ging es wieder besser, die Ärzte sprachen von Entlassung. Ich bereitete zu Hause alles für eine gute Pflege vor. Nun, es war uns ein anderer Weg bestimmt, und ich glaube, mein Mann ahnte es schon lange, konnte aber kaum darüber sprechen. Der Infekt entwickelte sich in ganz kurzer Zeit zu einer Sepsis.

So schwer es mir auch fiel, mir wurde geschenkt, dass ich ihn in Frieden gehen lassen konnte und auch seinen Wunsch auf Verzicht von weiterer Diagnostik und Behandlung mittragen konnte. Wir hielten einander die Hände wie in den Zeiten unserer ersten Liebe. Ich bin dankbar für den Frieden und alle Ver-söhnung, die zu spüren war. Die Kinder konnten Abschied nehmen, einige kurze Videotelefonate mit den engsten Verwandten in Indien waren am letzten Lebenstag noch möglich. In der Nacht auf Sonntag verstarb er. Auf die Schleife des Trauerkranz-es ließen wir schreiben: Tschüss. Deine Familie.

Mein Glaube und die Gespräche mit der Familie und lieben Menschen, auch mit den Autorinnen dieses Heftes, haben mir geholfen, mit meiner Trauer zu leben. Und das wünsche ich von Herzen allen, die um einen lieben Menschen trauern.

Christus hat uns Hoffnung geschenkt über den Tod hinaus, diese Hoffnung feiern wir am Fest seiner Menschwerdung in Mariens Schoß, diese Hoffnung feiern wir jubelnd an Ostern.

Wir wünschen Ihnen von Segen erfüllte Tage und dass die Osterfreude Ihre Herzen erfüllt.



Ihre Ingrid Bose
und das Redaktionsteam

Ingrid Bose

„Denn ihr wisst weder den Tag noch die Stunde“

In meiner Kindheit hat mich immer ein Schauer ergriffen, wenn auf Beerdigungen am Schluss eingeladen wurde, für den nächsten Menschen aus dieser Trauergemeinde zu beten, der stirbt.



Als Kind dachte ich: ich bin es wohl nicht, da sind die Erwachsenen hier um mich herum, besonders die alten Menschen, zuerst dran. Und im Herzen habe ich gehofft, dass es niemand ist, der mir nahe ist - aus persönlicher Erfahrung wusste ich schon, dass das sehr schmerzhaft ist. Ich wohnte neben dem Friedhof und war durchaus vertraut mit dem Anblick von toten Menschen.

Meine ersten Erfahrungen entsprechen dem, was in der Entwicklungstheorie beschrieben wird, dass das Verständnis für den Tod in Stufen erfolgt: Zuerst erleben Kinder, dass Tiere tot sein können, auch liebe Tiere, die dann oft liebevoll beerdigt werden. Dann können sie aufnehmen, dass auch Menschen sterben - fremdere Menschen, alte Menschen, die dann einfach nicht mehr da sind. Älter geworden, begreift man, dass es mehr ist, besonders wenn es nähere Verwandte sind, fühlt Schmerz und fragt nach, wie es ist, und wo sie jetzt sind. (Wie wir mit

Kindern in allen Altersstufen über den Tod sprechen können, ist ein eigenes Thema.)

Für uns kann es gut sein, sich zu erinnern: wo und wie habe ich als Kind Sterben erfahren - und vielleicht noch manche Trauer in Sprache zu bringen und nachzuholen.

Alle Menschen, nicht nur Kinder, wollen den Tod weiter weg machen. Doch mit wachsendem Alter und unter besonderen Umständen ist es für Sie und mich ein Teil der Lebensrealität, dass der Tod mir persönlich nahe kommt.

Manche von uns tragen den Schock im Herzen, dass jemand plötzlich aus dem Leben gerissen wurde - mit allen Wellen des Abschieds und des Schmerzes.

Und je älter ich werde, umso öfter erlebe ich den Tod von Menschen, die mir nahestehen, Familienmitglieder, Freund/innen, - nahe auch, was das Alter betrifft. „Oh, das ist ja mein Jahrgang oder gar jünger“, sehe ich in Todesanzeigen.

Ich habe mich in letzter Zeit von Menschen verabschieden müssen, von denen ich gedacht hätte, dass wir noch länger Zeit miteinander hätten. Es war tröstlich und hat weitergetragen, wenn ich mich noch irgendwie verabschieden konnte.

Und wo es nicht war, ist da die Frage: wie kann ich umgehen mit dem, was nicht mehr gesprochen wurde - kann ich es dem

Menschen noch irgendwie sagen, will ich es aufschreiben, vor Gott legen, damit er vollendet, was nicht gesagt oder getan werden konnte..., das ist ja auch eine Glaubensfrage - und ich glaube, dass das möglich ist, dass ER uns verbindet.

Bisher ging es um den Blick auf den Tod der anderen und angedeutet um den Verlust, den Schmerz, die Trauer, mit der es umzugehen gilt. Das ist nur eine Seite.

Das andere ist die Erkenntnis: auch ich werde sterben! Und wohl nicht erst in Jahrzehnten, sondern vielleicht bald.

Diese Erkenntnis ist die späteste Reifungsstufe: dem eigenen Sterben ins Auge zu schauen, zu erkennen: ich bin sterblich. Spätestens in der Krankenhausesorge habe ich gelernt, wie unfassbar es ist, dass ich wirklich sterbe. Auch Sterbenskranke, auch wenn sie innerlich schon zugestimmt haben, richten den Blick immer wieder auf das Leben - reden z. B. plötzlich von Ideen für den nächsten Sommer.

Es braucht Mut, den Gedanken einzuladen: ich sterbe.

Dann kann ich in zwei Richtungen schauen: auf mich und auf meine Mitmenschen. Zuerst:

Wie stelle ich mir mein Sterben vor, was wünsche ich, was kann ich dafür tun, was ist mein Glaube darüber, was will ich auf keinen Fall. Wovor fürchte ich mich, was hoffe ich. Manche

wünschen sich, dass sie einfach nicht mehr aufwachen, andere (und dazu gehöre ich) wünschen sich, bewusst Abschied nehmen zu können. Das sind Fragen, die man behutsam immer wieder in den Blick nehmen und über die man mit Vertrauten reden sollte.

Und das führt zum Blick auf die andern.

Auch ich lasse dann Menschen zurück und hoffe, dass wir miteinander in Frieden sind.

Wie sehr möchte ich, dass die Zurückgebliebenen nicht grübeln müssen über etwas Unausgesprochenes - ein Lob, ein Dank, eine Verzeihung. Wo das darüber sprechen nicht oder noch nicht passt, ist es auch eine Möglichkeit, das aufzuschreiben. Ich kenne Menschen, die das getan haben und auch fortsetzen oder ändern.

Es macht den Verlust leichter: sich zu freuen, dass wir miteinander unterwegs waren.

Und ich lasse Dinge zurück:

Damit meine ich nicht die große Regelung von Erbschaft - die ja durchaus Frieden stiftend ist. Jetzt denke ich an die konkreten Dinge. Vielleicht schauen Sie auch manchmal ihre Wohnung an in dem Bewusstsein, dass wir das alles zurücklassen.

Ich kann denken, meine Angehörigen können damit tun was sie wollen oder ich stelle mich konkreter dieser Tatsache und stelle mir vor, was hilfreich wäre, damit die Zurückgebliebenen gut damit umgehen können oder gar, sich freuen, was sie an Andenken haben. Mit manchen Menschen habe ich schon darüber gesprochen, wie sie Erinnerungsstücke für Menschen hinterlassen können. (Ich weiß von jemand, die aufgeschrieben hat, wer welches Bild bekommt, oder jemand, die festgelegt hat, in welcher Reihenfolge sich jemand etwas auswählen kann - oder die schon zu Lebzeiten vieles verschenkt haben Ich bin überzeugt, dass Sie selber schon einiges von dem getan haben oder sich auch an Dingen von andern freuen.

Und da ist noch unser Glaube: Zwei Anliegen dazu bringe ich aus meiner Zeit in der Krankenhausseelsorge mit.

Wie sehr hätte ich mir manchmal gewünscht, dass die Angehörigen wissen, was der/die Sterbende oder Tote glaubte.

Und noch praktisch: wie kann die religiöse Begleitung im Sterben aussehen:

Die Krankensalbung ist eine Salbung der Kranken, und es erzeugt nur Stress, wenn man zu irgendwelchen Zeiten einen Priester ans Bett rufen muss, der die „letzte Ölung“ gibt, damit der Mensch in den Himmel kommt.

Deshalb würde ich mir wünschen, dass für vulnerable Menschen an verschiedenen Orten das so stärkende Sakrament der

Krankensalbung möglich ist - damit wir grundsätzlich vorbereitet sind. Und für die Zeit des Sterbens gibt es tröstende heilsame Sterberituale.

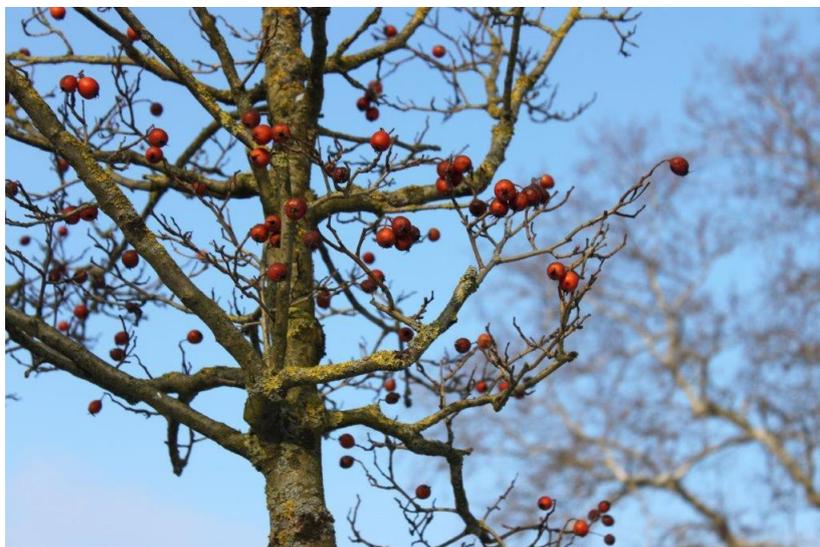
Noch eine Bitte: gehen wir mutig mit den Themen um - nicht in schlaflosen Nächten, sondern mit Menschen, die auch den Mut haben.

Die Gruppen der GCL sind ja geübt, intensive Themen zu teilen.

Es ist elementar wichtig, nach solchem Blick auf das Sterben, die Türe wieder zuzumachen und die Gegenwart zu leben. Das kann konkret heißen, aufzuatmen, etwas essen, umherzugehen.

Und nicht vergessen: „**Eines Tages wirst du sterben**“ - „**Aber alle anderen Tagen nicht.**“ Mit diesem Dialog, frei nach Charly Brown und Snoopy, wünsche ich Ihnen viele gute Tage.

Nachtrag: Dass eine Patientenverfügung wichtig ist, wissen wir ja!



Bilderbücher, um sich mit Kindern ans Thema Sterben heranzutasten:

Es gibt viele Bücher dazu, die folgenden drei mag ich besonders:

Armin Beuscher, Cornelia Haas, Über den großen Fluss, Fischerverlag 2013

Eine Gruppe von Tierfreunden nimmt Abschied vom Hasen, der selbst sehr behutsam mit ihnen diesen Weg geht - soweit er kann. Eine sehr einfühlsame Bebilderung des Abschiednehmens mit allen Phasen. Und mit wunderschönen sprechenden Bildern. Für Kinder und Erwachsene. (mein Favorit)

Ayse Bosse, Andreas Klammt, „Weil du mir so fehlst. Dein Buch fürs Abschied nehmen, Vermissen und Erinnern“, Carlsenverlag 2016

Ein Buch für Kinder, die trauern, auch schon über geliebte Haustiere, aber natürlich auch über Großeltern Zum Hineinmalen und -schreiben.

Peter Schössow, Gehört das so ??! Die Geschichte von Elvis. Hanser Verlag 2005

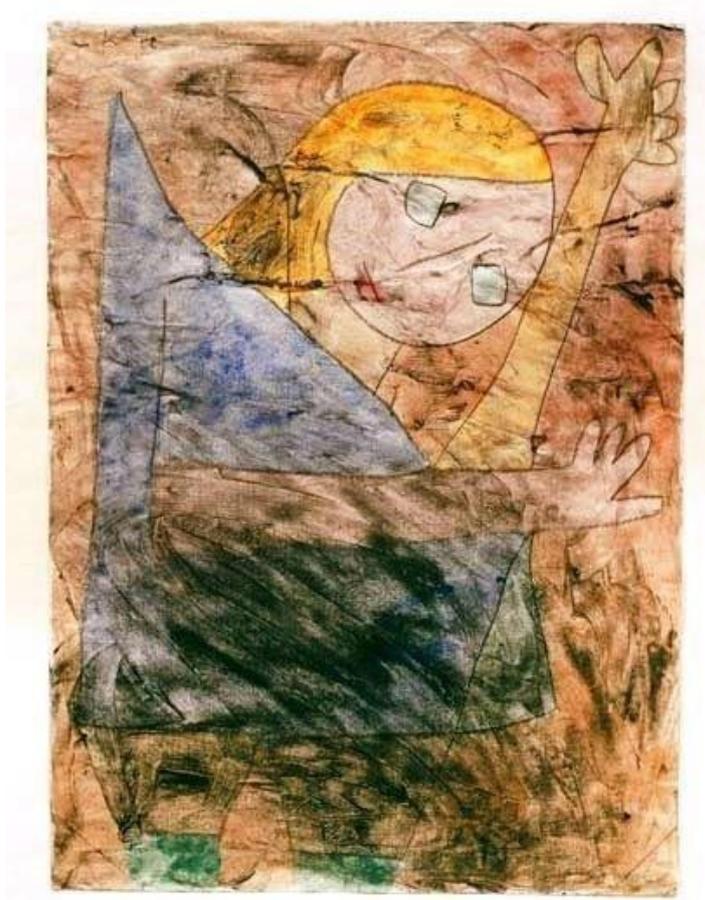
Ein wenig skurril wird ein Mädchen begleitet, das voll Wut über ihren toten Vogel ist und einen befriedenden Abschluss findet.

Und ein Blick, wie es weitergehen könnte:

Christine Hubka, Ninja Hammerle „Wo die Toten zu Hause sind“

Ab 4 Jahren. Es führt zu Bildern christlicher Vorstellung, wie es nach dem Tod weitergeht (ein wenig ungewöhnlich). Und das Besondere noch: es gibt einen Anhang dazu, wie man mit Kindern in verschiedenen Lebensaltern über Tod reden kann.

Monika Hirschauer,
GCL-Diözesangemeinschaft München



Paul Klee: Engel, noch tastend

Wunsch in der Zeit des Abschieds

Dass wir in unseren Herzen dankbar bewahren
alle kostbaren Erinnerungen.

Dass wir mutig weiter gehen,
auch wenn Schmerz und Leid uns drücken.

Dass die Talente, die wir haben,
in uns wachsen und uns mit den Jahren helfen,
alle froh zu machen, die wir lieben.

Dass wir immer wahre Freundinnen und Freunde haben,
die an sich selber und ebenso an uns glauben.

Dass wir uns begleiten und uns unterstützen
in hellen und in dunklen Tagen.

Freundschaftliche Begleitung in der letzten Lebensphase

Vor einigen Wochen fragte mich Ingrid Bose, als ich vier Todesnachrichten in acht Tagen erhielt, ob ich nicht über meine Erfahrungen mit der Sterbebegleitung bei Freunden, meistens Pries-



tern, berichten könnte. Beim Überlegen wurde mir klar, dass es bei meinen Erfahrungen weniger um direkte Sterbebegleitung ging, sondern um das „Dranbleiben“ in den letzten Lebensjahren oder -monaten, in denen die Kräfte der Freunde immer mehr nachließen.

Insgesamt sehe ich heute auf sieben Freundinnen und Freunde zurück, mit denen ich seit Jahrzehnten freundschaftlich verbunden bin - nicht war, denn in Christus sind wir, so glaube ich fest, über den Tod hinaus verbunden - und die in den letzten zwei Jahren verstorben sind.

Als ehemalige Gemeindereferentin habe ich keine Zusatzausbildung in Hospizarbeit oder Demenzbegleitung gemacht, sondern ich bin einfach hineingewachsen. So teile ich nachfolgend nur einige Erfahrungen und Überlegungen mit.

In der letzten Lebensphase ist es wichtig, nachzufragen: „Wie geht es Dir **heute**?“ und dann Zeit zum Finden der Antwort zu

lassen. Manchmal muss die Antwort erst gesucht werden um dann nüchtern, aber nicht beschönigend, darauf einzugehen.

Zeiten des Schweigens auszuhalten und abzuwarten und nicht gleich zu überbrücken. Das Wortefinden dauert viel länger.

Auch der Wunsch zu Sterben, darf ausgesprochen und sollte nicht abgewehrt werden. Wenn man Monate oder Jahre nur noch mit Schmerzen im Bett gelegen hat, ist es normal, sich ein Ende zu wünschen. Das hat nichts mit Suizid zu tun.

Ich habe dann gesagt: „Ich versteh Dich, aber der Herr hat vielleicht hier noch etwas mit Dir vor!“ Oder ich habe angeboten gemeinsam um eine gute Sterbestunde zu beten. Denn selbst Priester, die ein Leben lang täglich viel gebetet haben, können manchmal ein *Gegrüßet seist Du Maria* oder ein *Vater unser* nicht mehr allein beten und leiden darunter. Auch die Frage nach einem Lied, was derjenige singen oder hören möchte, kann eine gute Erfahrung ermöglichen.

Wenn ich Freunde im Heim besuchen konnte, habe ich meist einen kurzen Text oder ein Bild mitgenommen und hatte so einen Anknüpfungspunkt für ein Gespräch. Das Gebet oder den Text habe ich meist mit zeitlichem Abstand zweimal gelesen. Oft kam der Freund wieder ins hier und jetzt und ein gutes Gespräch war möglich. Er konnte sich über den Besuch hinaus damit beschäftigen.

Immer wieder wichtig: Zeit lassen und Pausen zulassen, auch wenn es für mich manchmal schwer wurde.

Meine Erfahrung hat mir auch gezeigt, dass es besser ist, wenn ich allein mit dem Kranken war. Der Freund konnte so Dinge ansprechen, die ihn bedrückten, auch im Umgang mit Angehörigen oder dem Pflegepersonal. Auch wenn ich oft nichts ändern konnte, schon das Aussprechen tat gut. Manchmal konnten wir aber auch „Strategien“ überlegen, wie etwas besser werden könnte.

Auch kurze Besuche tun gut, sagen: Ich bin für Dich da. Einmal war ich nur 10 Minuten im Krankenzimmer, bis der Freund mich bat zu gehen, da die Schmerzen zu stark wurden. Wenige Tage später durfte er heimgehen und ich bin dankbar für diese 10 Minuten.

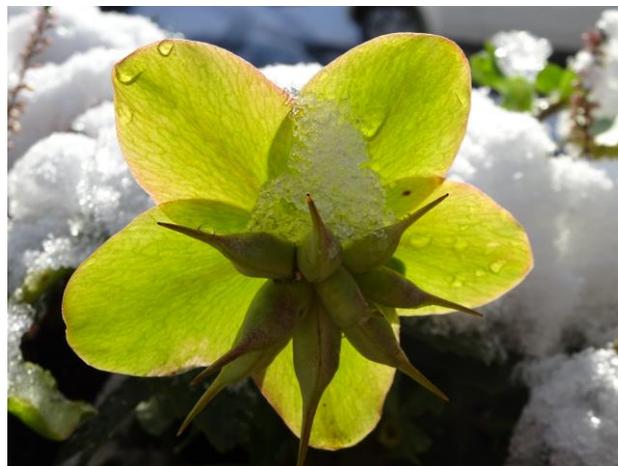
Wenn der Kranke sehr müde war und ich nicht sicher war, ob er mich überhaupt wahrnehmen konnte, habe ich auch einfach still für ihn gebetet und nach einiger Zeit dann einen Segen gesprochen und bin gegangen.

Mit P. Wolfgang Müller SJ habe ich mehrere Jahre lang alle paar Tage telefoniert. Manchmal hat er nur von sich erzählt, manchmal war er kaum noch zu verstehen. In der letzten Zeit, in der er nicht mehr aus dem Bett kam, sagte er: Ich bin nicht

mehr „Messpriester“, sondern „Segenspriester“ und beendete jedes Gespräch mit dem Segen. Auch als ich wenige Tage vor seinem Tod noch einmal angerufen habe, wusste er gleich wer dran ist und hat noch viel gesprochen, was ich leider nicht mehr verstehen konnte, aber den Segen konnte ich noch heraushören. Das fehlt mir heute sehr!

Auch wenn ich manchmal mit unguuten Gefühlen in die Heime gefahren bin. Nachher war ich immer irgendwie die Beschenkte.

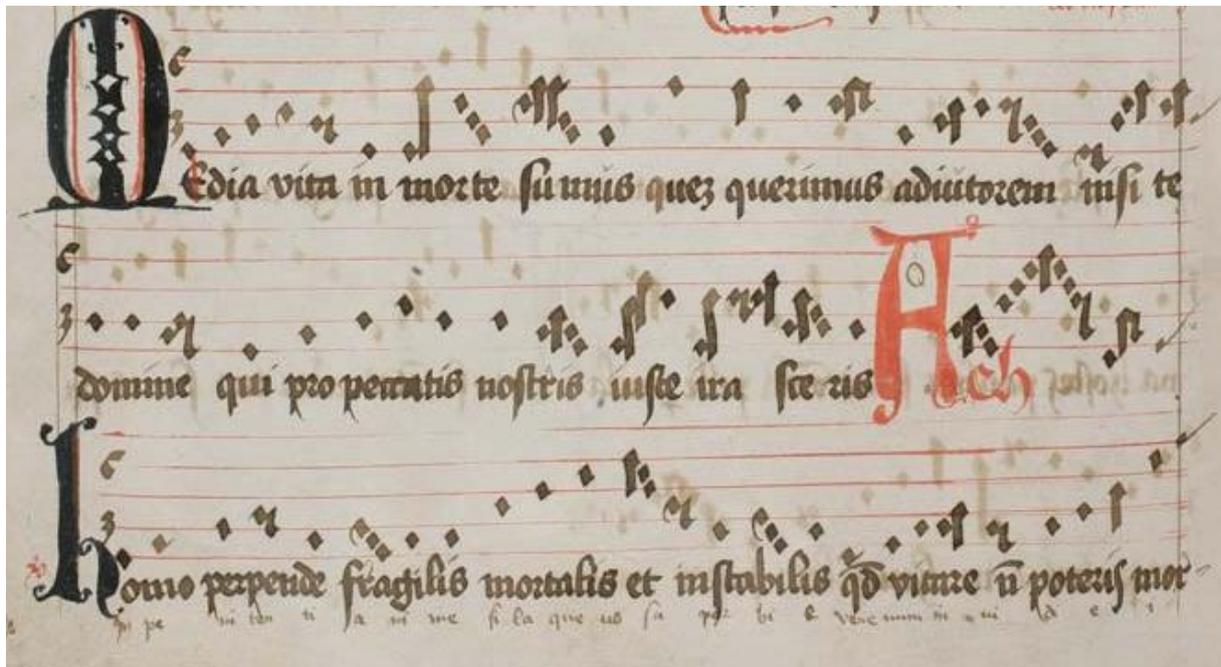
Die Frage liegt nahe, was ich für mich selbst wünsche. Nun, wie sicher viele von uns, hoffe ich, dass ich möglichst von Demenz verschont bleiben möge. Ich wünsche mir auch kein besonders langes Leben. Wichtiger ist mir ein mit Kontakten zu anderen gefülltes Leben. Für die letzte Lebensphase wünsche ich mir, dass ich auch im Heim nicht von meinen Freunden vergessen werde. Leider habe ich dies bei anderen oft erlebt.



In einer kleinen Geschichte bittet eine Frau den Pfarrer, dafür zu sorgen, dass ihr kleiner Löffel mit in den Sarg kommt. Auf die erstaunte Frage: warum denn das? antwortet sie:

“Herr Pfarrer, beim Festmahl kommt das Beste, der Nachtisch, immer zum Schluss, dafür den Löffel.“ Natürlich habe auch ich Angst vor Schmerzen beim Sterben, aber ich bin fest überzeugt: **das Beste kommt zum Schluss! Deshalb freue ich mich irgendwann auf den Himmel, bald oder später, wie der Herr es vorgesehen hat.**

Anke Hermes,
GCL-Diözesangemeinschaft Osnabrück



„Mitten im Leben sind wir im Tod“

Quelle: Media vita, Codex sangallensis, 546, f.319, Stiftsbibliothek St. Gallenum 1510
Nach einem gregorianischen Choral um 750 entstanden (aus Wikipedia)

Sterbekultur

Bei einem Treffen unserer Passauer GCL-Diözesangemeinschaft mit Daniela Frank zum Thema „Zukunftswerkstatt“ hat sich ein Thema ergeben, mit dem wir so gar nicht gerechnet haben. Es entstand aus der Frage, wie wir einander im Älterwerden und Sterben unterstützen könnten, und das Wort „Sterbekultur“ schien uns dafür passend.



Aber wie angehen? Vier Mitglieder der Gemeinschaft, die sich dafür interessierten, haben sich getroffen und ausgehend von einem Text von Papst Franziskus „Lernen, Glauben auch im Alter zu bezeugen“ Ideen gesammelt zur Vorbereitung aufs Sterben, auf Tod, Beerdigung, Trauer, Gemeinschaft, Familie, Glauben, Leben nach dem Tod, Hilfen. Was will ich? - Will ich nicht?

Der Austausch und das Gespräch darüber waren sehr lebendig und zeigten eine Fülle von Ideen und Gedanken. Da wir in unserer Diözesangemeinschaft fast alle nicht mehr im mittleren Alter sind, meinten wir, es lohnt sich, wenn viele sich mit diesen Fragen beschäftigen und haben deshalb einen Vorschlag zu dieser Thematik an die Gruppenverantwortlichen geschickt.

Impulse für ein Gruppentreffen, ein Gespräch oder eine Einzelbesinnung:

Was stelle ich mir unter „(GCL-)Sterbekultur vor“?

- Welche Gedanken und Fragen tauchen dazu in mir auf?
- Was wünsche ich mir auf mein Sterben hin? Welche Begleitung? Von wem?
- Welche Ängste kommen in mir hoch?
- Wie stelle ich mir die Gestaltung meiner Beerdigung vor? Vorbereitungen dafür?
- Welche Wünsche habe ich an die GCL?

Bisher kam aus den Gruppen kein direktes Echo, aber das Thema kommt bei Einzelgesprächen immer wieder vor und wird als wichtig angesehen.

Josefine Schuhbeck,
GCL- Diözesangemeinschaft Passau

Wenn Sie, liebe Leser und Leserinnen, ein Echo geben möchten, richten Sie dieses bitte an die Redaktion. Wir veröffentlichen Ihre Rückmeldung gerne im nächsten Kontaktbrief. Wir sollten als GCLer/innen dieses so existentielle Thema nicht „tot“ schweigen. (Anmerkung der Redaktion)

Liebe Brüder und Schwestern, herzlich willkommen und guten Tag!

In unserer Katechesereihe über das Alter denken wir heute über das Gespräch zwischen dem auferstandenen Jesus und Petrus am Ende des Johannesevangeliums (21,15-23) nach. Es ist ein bewegendes Gespräch, das die ganze Liebe Jesu zu seinen Jüngern durchscheinen lässt und auch die erhabene Menschlichkeit seiner Beziehung zu ihnen, insbesondere zu Petrus: eine zärtliche, aber nicht süßliche, sondern eine direkte, starke, freie, offene Beziehung. Eine menschliche Beziehung in der Wahrheit. So schließt das Johannesevangelium, das so geistlich, so erhaben ist, mit einer Liebesbitte und einem Liebesangebot zwischen Jesus und Petrus, die ergreifend und ganz natürlich mit einer Diskussion zwischen ihnen verknüpft sind. Der Evangelist warnt uns: Er legt Zeugnis ab von der Wahrheit der Dinge (vgl. Joh 21,24). Und in ihnen muss die Wahrheit gesucht werden.

Wir können uns fragen: Sind wir in der Lage, den Grundton dieser Beziehung Jesu zu den Aposteln zu bewahren, in diesem so offenen, so freimütigen, so direkten, so menschlich realen Stil?

Wie sieht unsere Beziehung zu Jesus aus? Ist sie so wie die Beziehung, die er zu den Aposteln hatte? Sind wir nicht vielmehr sehr oft versucht, das Zeugnis des Evangeliums in den Kokon einer »süßlichen« Offenbarung zu verschließen, der wir unsere gelegentliche Verehrung hinzufügen können? Diese Haltung, die den Anschein von Respekt hat, entfernt uns in Wirklichkeit vom wahren Jesus und wird sogar zur Gelegenheit für einen sehr abstrakten, sehr selbstbezogenen, sehr weltlichen Glaubensweg, der nicht der Weg Jesu ist. Jesus ist das mensch-gewordene Wort Gottes, und er verhält sich wie ein Mensch, er spricht zu uns wie ein Mensch, Gott und Mensch.

Mit dieser Zärtlichkeit, mit dieser Freundschaft, mit dieser Nähe. Jesus ist nicht wie jene kitschigen Heiligenbildchen, nein: Jesus

ist uns greifbar nahe.

Im Verlauf des Gesprächs zwischen Jesus und Petrus finden wir zwei Abschnitte, die das Alter und die Dauer der Zeit betreffen: die Zeit des Zeugnisses, die Zeit des Lebens. Der erste Schritt ist die Ermahnung, die Jesus an Petrus richtet: Als du jung warst, warst du selbständig, wenn du alt sein wirst, wirst du nicht mehr so sehr Herr über dich und dein Leben sein. Das braucht man mir nicht zu sagen, der ich im Rollstuhl fahren muss! Aber es ist so, das Leben ist so: Mit dem Alter kommen all diese Krankheiten, und wir müssen sie so nehmen, wie sie kommen, nicht wahr?

Wir haben nicht die Kraft der jungen Menschen! Und auch dein Zeugnis - sagt Jesus - wird diese Schwäche begleiten. Du musst auch in der Schwäche, in der Krankheit und im Tod Zeuge Jesu sein. Es gibt ein schönes Wort des heiligen Ignatius von Loyola, der sagt: »So wie im Leben müssen wir auch im Tod Zeugnis geben als Jünger Jesu.« Das Lebensende muss ein Lebensende als Jünger sein: als Jünger Jesu, denn der Herr spricht immer so zu uns, wie es unserem Alter entspricht.

Der Evangelist fügt in seinem Kommentar, in dem er erklärt, dass Jesus auf das letzte Zeugnis anspielt, das Martyrium und den Tod hinzu. Wir können den Sinn dieser Ermahnung jedoch auch allgemeiner verstehen: Deine Nachfolge muss lernen, sich von deiner Schwäche, von deiner Machtlosigkeit, von deiner Abhängigkeit von anderen - sogar beim Anziehen und beim Gehen - anleiten und formen zu lassen. Du aber »folge mir nach« (V. 19). Die Nachfolge Jesu geht immer voran, bei guter Gesundheit, bei nicht guter Gesundheit, bei physischer Selbständigkeit und bei Unselbständigkeit. Aber wichtig ist die Nachfolge Jesu: Jesus immer nachfolgen, zu Fuß, mit schnellem Schritt, langsam, im Rollstuhl, aber ihm immer nachfolgen. Die Weisheit der Nachfolge muss den Weg finden, immer in ihrem Glaubensbekenntnis zu bleiben - so antwortet Petrus:

»Herr, du weißt, dass ich dich liebe« (V. 15.16.17) -, auch im beschränkten Zustand der Schwäche und des Alters. Ich spreche gern mit alten Menschen und schaue ihnen in die Augen: Sie haben glänzende Augen; Augen, die mehr sagen als Worte, das Zeugnis eines Lebens. Und das ist schön, wir müssen es bis ans Ende bewahren. Jesus so nachfolgen, voller Leben.

Dieses Gespräch zwischen Jesus und Petrus enthält eine kostbare Lehre für alle Jünger, für uns alle, die wir gläubig sind. Und auch für alle alten Menschen. Aus unserer Schwäche lernen und die Konsequenz unseres Lebenszeugnisses unter den Bedingungen eines Lebens zum Ausdruck bringen, das anderen anvertraut ist, das in großem Umfang von der Initiative anderer abhängt. Mit der Krankheit, mit dem Alter wächst die Abhängigkeit und sind wir nicht mehr so selbständig wie vorher; es wächst die Abhängigkeit von den anderen, und auch dort reift der Glaube, auch dort ist Jesus bei uns, auch dort sprudelt jener Reichtum des Glaubens hervor, der auf dem Lebensweg gut gelebt wurde.

Aber erneut müssen wir uns fragen: Verfügen wir über eine Spiritualität, die wirklich in der Lage ist, den - nunmehr langen und weit verbreiteten - Lebensabschnitt dieser Zeit unserer Schwäche, die mehr anderen als der Kraft unserer Unabhängigkeit anvertraut ist, zu verstehen? Wie kann man der gelebten Nachfolge, der versprochenen Liebe, der in der Zeit unserer Fähigkeit zur Initiative gesuchten Gerechtigkeit treu bleiben in der Zeit der Abhängigkeit, des Abschieds, in der Zeit, in der wir uns vom Protagonismus unseres Lebens entfernen? Es ist nicht leicht, sich davon zu entfernen, Protagonisten zu sein, es ist nicht leicht.

Diese neue Zeit ist auch eine Zeit der Prüfung, gewiss. Begonnen bei der - zweifellos sehr menschlichen, aber auch sehr heimtückischen - Versuchung, unseren Protagonismus zu bewahren. Und manchmal muss der Protagonist kleiner werden, muss er sich erniedrigen, akzeptieren, dass das Alter dich als

Protagonisten erniedrigt. Aber du wirst eine andere Art haben, dich auszudrücken, eine andere Art der Teilhabe in der Familie, in der Gesellschaft, im Freundeskreis. Und Petrus wird von Neugier erfasst: »Und er?«, sagt Petrus, als er den Jünger sieht, den Jesus liebte, und der ihnen folgte (vgl. V. 20-21). Die Nase in das Leben der anderen stecken. Nein. Jesus sagt: »Sei still!« Muss er sich gerade in »meiner« Nachfolge aufhalten? Soll er denn »meinen« Raum einnehmen? Wird er mein Nachfolger sein? Das sind Fragen, die nichts nützen, die nicht helfen. Wird er mich überleben und meinen Platz einnehmen? Und die Antwort Jesu ist offen, ja sogar grob: »Was geht das dich an? Du folge mir nach!« (V. 22). So als wollte er sagen: Kümmere dich um dein eigenes Leben, um deine jetzige Situation, und steck nicht die Nase in das Leben anderer. Du folge mir nach.

Ja, das ist wichtig: die Nachfolge Jesu, Jesus im Leben und im Tod, in Gesundheit und in Krankheit nachzufolgen, im Leben, wenn es mit vielen Erfolgen gesegnet ist, und auch im schwierigen Leben mit vielen furchtbaren Augenblicken des Fallens. Und wenn wir uns in das Leben der anderen einmischen wollen, antwortet Jesus: »Was geht das dich an? Du folge mir nach!« Wunderschön. Wir alten Menschen dürfen nicht neidisch sein auf die jungen Menschen, die ihren Weg gehen, die unseren Platz besetzen, die uns überleben. Die Ehre unserer Treue zur geschworenen Liebe, die Treue zur Glaubensnachfolge sind auch unter den Bedingungen, die uns dem Abschied vom Leben annähern, unser Titel für das Recht auf Bewunderung durch die kommenden Generationen und auf dankbare Anerkennung von Seiten des Herrn. Lernen, Abschied zu nehmen: Das ist die Weisheit der alten Menschen. Aber gut Abschied nehmen, mit einem Lächeln; lernen, Abschied zu nehmen von der Gesellschaft, Abschied zu nehmen von den anderen. Das Leben des alten Menschen ist ein ganz langsamer Abschied, aber ein freudiger Abschied: Ich habe das Leben gelebt, ich habe meinen Glauben bewahrt. Das ist schön, wenn ein alter

Mensch das sagen kann: »Ich habe das Leben gelebt, dies ist meine Familie; ich habe das Leben gelebt, ich bin ein Sünder gewesen, aber ich habe auch Gutes getan.« Und dieser Friede, der kommt, das ist der Abschied des alten Menschen.

Sogar jene gezwungenermaßen untätige Nachfolge, die aus innerlich bewegter Betrachtung und verzücktem Hören des Wortes des Herrn besteht - wie jene von Maria, der Schwester des Lazarus - wird der bessere Teil ihres Lebens werden, unseres Lebens, des Lebens der alten Menschen. Möge uns dieser Teil nie mehr genommen werden, nie (vgl. Lk 10,42). Schauen wir auf die alten Menschen, schauen wir sie an, und helfen wir ihnen, damit sie leben und ihre Lebensweisheit zum Ausdruck bringen können, damit sie uns das Schöne und das Gute, das sie haben, geben können. Schauen wir sie an, hören wir ihnen zu. Und wir alten Menschen müssen die jungen Menschen immer mit einem Lächeln anschauen: Sie werden dem Weg folgen, sie werden das voranbringen, was wir gesät haben, weil wir nicht den Mut oder die Gelegenheit gehabt haben: Sie werden es voranbringen. Aber immer diese gegenseitige Beziehung: Ein alter Mensch kann nicht glücklich sein, ohne die jungen Menschen anzuschauen, und die jungen Menschen können im Leben nicht vorangehen, ohne die alten Menschen anzuschauen. Danke.

* * *

Von Herzen grüße ich die Gläubigen deutscher Sprache. Das Herz-Jesu-Fest, das wir am Freitag begehen, erinnert an die unendliche Liebe, mit der Jesus den Vater und jeden Menschen liebt. Lasst uns so lieben, wie er uns geliebt hat!

Copyright © Dicastero per la Comunicazione - Libreria Editrice Vaticana

Zum Nachlesen und auch zum Nachhören:
www.vatican.va/content/francesco/de/audiences/2022/documents/20220622-udienza-generale.html

Gelobt seist Du, mein Herr,
für jene, die verzeihen um Deiner Liebe willen
und Krankheit ertragen und Not.

Selig, die ausharren in Frieden,
denn du, Höchster, wirst sie einst krönen.

Gelobt seist Du, mein Herr,
für unsere Schwester, den leiblichen Tod;
kein lebender Mensch kann ihm entrinnen.
Wehe jenen, die in tödlicher Sünde sterben.
Selig, die er finden wird in deinem heiligsten Willen,
denn der zweite Tod wird ihnen kein Leid antun.

Lobet und preiset meinen Herrn
und dankt und dient ihm mit großer Demut.

Franz von Assisi, Sonnengesang: GL 19,2

Wir beten

- darum, dass wir bis zuletzt Zeugnis von unserer Berufung geben können.
- darum, dass wir im Schauen auf Christus unseren letzten Weg gehen können.
- für alle Trauernden, dass sie getröstet werden.
- für alle, denen am Osterfest in der Taufe neues Leben geschenkt wird.
- um den österlichen Frieden auf dem ganzen Erdkreis.

Kontaktbrief der Vernetzungsinitiative Lebensherbst

Verantwortlich: Gemeinschaft Christlichen Lebens
GCL-Regionalstelle Nord, Lohstraße 42, 49074 Osnabrück
Tel. 0541 33544-30, E-Mail: region.nord(at)gcl.de
und Marianische Congregation (MC) für Kranke

Koordination: Ingrid Bose, Am Riedenbach 15, 49082 Osnabrück
Tel. 0541 29839, E-Mail: ingrid.bose(at)gcl.de

Layout: Claudia Jasper, GCL-Regionalstelle Nord

Spendenkonto: GCL Nord, IBAN: DE91 2655 0105 1503 0150 08, Spk. Osnabrück

Fotos: privat, Wikipedia