

Mensch, wer bist Du?

Angst und Hoffnung an der Schwelle

Warum nur haben wir Angst vor dem Älterwerden?

Und was heißt überhaupt alt sein?

Als Schulmädchen habe ich mal überlegt, wie alt ich sein werde, wenn wir das Jahr 2000 schreiben. Oh... 36 Jahre! Das war unvorstellbar alt! Ja... und meine Eltern waren eigentlich immer alt... egal, wie alt sie waren und wie jung sie sich gaben. Als mein Vater dann seinen 60. Geburtstag feierte, empfand ich mit meinen zarten 21 diese Alt-Herren-Gesellschaft an der Schwelle zum Greisenalter. Nichts offenbarte sich mir daran erstrebenswert. Und überhaupt begegnete ich nur selten älteren Menschen, die mir etwas von dem Geheimnis offenbaren konnten, dass ich später selbst im eigenen Leben erforschte.

*

Die Suche nach der Unsterblichkeit

Im Gegenteil: Es gibt eine ganze Industrie, die geheimnisvolle Produkte gegen das Älterwerden anbietet. Ja... wir Menschen haben nicht einmal Scheu davor, in die kleinsten Bausteine unseres materiellen Seins einzudringen, um einen kleinen Schritt der Sehnsucht nach Unsterblichkeit näher zu kommen. Dabei sind in Deutschland fast ein Drittel der Bevölkerung über 60 Jahre alt.³ Doch im gesellschaftlichen Empfinden ist das Alter vor allem ein sozialer Ballast, der sich in unserem Denken in der Höhe der zu zahlenden Renten spiegelt.

Wenn wundert es jetzt noch, dass dieses in Pflegeheimen institutionalisierte Älterwerden mit seinen einhergehenden Gebrechen ein Schreckgespenst ist? Zwischen dem, was unsere Gesellschaft an Einsamkeit und Abgesprochenwerden im Alter anbietet und dem was mit unserer Sehnsucht nach Unsterblichkeit verbunden ist, scheint ein großes Fragezeichen aufzuleuchten – ein unbekannter Raum, der durchaus unsere Aufmerksamkeit verdient.

*

Jede Altersstufe hat ihre Möglichkeiten und ihre Aufgaben

In der Biographiearbeit wissen wir von der seelisch-geistigen Entwicklung des Menschen, die in unserem Lebenslauf durch die verschiedenen Rhythmen angelegt ist. Dabei hat jede Altersstufe, so wie sie sich in die Ordnung der Jahrsiebte eingliedert, ihre Möglichkeiten und speziellen Aufgaben.

Manchmal fühlen wir uns wie geschoben und getragen, manchmal wie abgeschnitten. Doch gerade die schmerzhaften Erfahrungen werden in der Rückschau als innere Erweiterung erlebbar und weichen nicht selten der Erkenntnis, dass das Schicksal hilfreich war... – wenn wir uns dafür auf den Weg machen... auf den Weg zu uns SELBST.

Denn in dem tiefen Annehmen dessen, was war und ist, öffnet sich ein seelischer Raum, der die eigene Begrenztheit in einem mystischen Licht erhellt.

Im SEIN LASSEN
ist das LASSEN
verborgen,

das dem unbewussten Alltags-Ich so unmöglich erscheint. Doch das Unabänderliche im eigenen Lebenslauf fordert immer wieder dazu auf, diese Tür zu öffnen, deren Schlüssel das Opfer der eigenen Vorstellungen ist. Davor haben wir Angst – vor diesem Schritt, dass wir nicht sind, wer wir glauben zu sein. Und halten fest daran, dass wir recht haben, dass die eigenen Werte die einzig wahren sind, und die eigene Freiheit nicht die Freiheit des anderen ist. Solchen Überlebensstrategien fehlt irgendwann der Atem für den Lebensstrom der aus der Ewigkeit durch uns durch fließen möchte. Sie verhärten sich im Kampf gegen das, was nicht sein darf – nicht selten bis zur inneren Erstarrung.

Mensch, warum hast du Angst?

*

³ Statistisches Bundesamt, 2016.

Man ist alt,
wenn das Leben
nicht mehr fließen kann.

Dort also wird man alt, wo das Leben nicht mehr fließen kann. Und die festgehaltenen Identitäten machen sich durch Krankheiten sichtbar, damit wir dem, was fehlt, nachspüren lernen. Oft liegt erst im Sterben am Ende des Lebens das befreiende Loslassen. Doch auch dann bleibt die bange Frage, was kommt danach, wenn das Sterben im Leben keine Heimat gefunden hat.

*

Es gibt kein Entrinnen vor der Frage nach dem Tod, so groß die Angst auch sein mag und so sehr wir auch die Unsterblichkeit in der Materie suchen. Wir müssen dieser Schwelle begegnen. Spätestens mit dem letztem Atemzug werden wir uns der Frage nach dem Raum dahinter stellen. Doch wie schon Hesse formuliert hat: „Nimm Abschied Herz und gesunde...“, ruft schon das Leben nach dieser immer währenden Schwelle. Warum nur haben wir solche Angst davor? Warum nur, wenn doch der Blick auf die geschlossene Tür, das Leben in uns erstarren lässt?

Nicht selten gibt es Biographien, die an einem Lebensthema jahrzehntelang verharren. Und nicht selten spiegelt sich dieses Thema an einem einzigen Menschen, der als Repräsentant der gelebten Ohnmacht zum Verantwortlichen für das eigene Schattendasein wird.

Mensch, erkenne diesen Schatten!

*

Schwellenübergänge als Teil unserer Biographie

Unsere Biographie – als das von uns selbst dem Leben geantwortete Lebensskript – fordert Schwellenübergänge. Manche davon sind archetypisch und kulturell sozialisiert, wie zum Beispiel der Zahnwechsel mit dem einhergehenden Schuleintritt. Auch die mit der Pubertät gefeierte Konfirmation oder Firmung waren und sind Ausdruck eines christlich interpretierten Schwellenübergangs, genauso wie die kirchliche Trauung für das „Ja“ in einer Beziehung.

Es macht für die Seele Sinn, Schwellenübergänge in Ritualen zu erleben, weil sie in einer kultivierten Form den unbekanntem Raum der neuen Altersstufe initiieren mit dem Gefühl in einem altem Wissen geborgen zu sein. Doch in unseren Zeiten zunehmender Individualisierung haben wir uns aus den kulturellen Formen der Initiation herausentwickelt.

„**Mensch, breche auf, wohin Du willst!**“, heißt die neue Freiheit, die die Schwellenübergänge nun viel individueller fordern. Doch Aufbruch in eine individuelle Freiheit, heißt aufbrechen ohne Vorbilder. Und für die neue Freiheit gibt es noch keinen Halt. Der Mensch ist im wahrsten Sinne des Wortes zu Allem fähig, solange er sein Menschsein an der Schwelle gar nicht wahr nimmt. Denn die Bereitschaft, die Schwelle lesen zu lernen, knüpft sich an die eigene Offenheit, nach innen zu schauen, wo der Schatten auf uns wartet.

*

In den alten Mysterienstätten haben die Lehrer ihre Schüler bis an die Schwelle geführt, um ihre Seele im Anblick der eigenen Dämonen zu neuen Fähigkeiten zu erwecken. Erst dann wurde der Raum frei für den Blick hinter den Schleier. Heute ist uns die seelisch-geistige Entwicklung selbst an die Hand gegeben, die aber ihre Gesetzmäßigkeiten nicht verloren hat, wollen wir denn den Schwellenübertritt wirklich wagen und nicht nur die eigene Vorstellung in die Zukunft schreiben. Biographische Schwellen sind also Initiationen in eine seelisch-geistige Erweiterung. Sie fragen uns:

Mensch, wer bist Du an der Schwelle?

*

Schwellenübergänge sind die Einweihungen der Gegenwart

Einerseits werden wir durch die Rhythmen des Lebenslaufes an diese Schwellen heran getragen, andererseits durch die in unserem Schicksal verborgenen Aufgaben. Nicht selten erleben wir sie als innere Krise im Sinne einer verloren gegangenen Orientierung, nicht selten wird sie durch einen Bruch im äußeren Leben sichtbar.

Immer aber erleben wir sie heute als Einzelner und an der Schwelle einsamer Mensch, mit sehr unterschiedlichen Fähigkeiten und Bewusstsein, sich ihr zuzuwenden. Denn für die Angst, die sich mit dem Blick nach innen öffnet, braucht es eine geistige Präsenz, die um Sinn und Zukunftskraft dieses Schwellenübertritts weiß und ihn mit Licht umhüllt.

Die Bereitschaft loszulassen,
heißt fallen zu können,
ohne zu wissen
wohin.

Erst in der Durchgehung dieses Sterbens lernen wir wie das Neue sich in Allverbundenheit uns nähert. Es kommt uns von der anderen Seite entgegen – als Ahnung, als Hoffnung. Doch ist es für den modernen Menschen in seiner Angst vor dem Nichts fast unmöglich, dem Ruf dieser Allverbundenheit zu vertrauen und das Sterben im eigenen Leben als mystischen Werdegang zu verstehen.

Mensch, habe Hoffnung!

*

Unsterblichkeit als Seelenfähigkeit

Biographie ist die Handschrift des roten Fadens im Alltag, der sich zwischen diesem Sein und Werden spannt. Sie verbindet uns mit dem Kreislauf des Lebens, mit dem Woher und Wohin. Im Leben ist sie die Einweihung an der Schwelle zur geistigen Welt. Ihrem Ruf zu folgen, heißt sich auf den Weg machen – einen sich ständig erweiternden Raum in der eigenen Seele für möglich halten. Mit der Bereitschaft, sich diesem Bewusstsein zuzuwenden wird erfahrbar, wie wir jeden Tag an dieser Schwelle stehen, die nach uns SELBST ruft – diesem zwischen Alltags-Ich und Zukunfts-Ich aufgespannten Lichtraum. Wir können lernen, uns diesem hinzugeben und im Sterben das Licht nach innen zu nehmen. Dabei kann das Urbild der seelisch-geistigen Entwicklung uns die Gewissheit der Allverbundenheit zurückgeben. Und Altern wird dann zum Aufbruch in die Gegenwärtigkeit des Mysteriums von Tod und Auferstehung.

Mensch werde Licht!

* * *

Helga Thomas

Altersbegleiterscheinungen

Altersbegleiterscheinungen
Habe ich noch alle
Tassen im Schrank?
Ich weiß es nicht.

Ich weiß
ich habe nicht mehr
alle Zähne im Mund
und die Namen
der anderen
fliegen manchmal
wie Motten
aus meinem Kopf
und plötzlich
wie ein Licht umkreisend
sind sie wieder da.
Ich weiß nur nicht
welches Licht
und wo
kann ich es entzünden?

*

Als ich die Kinder,
eigene und fremde,
die mir nah waren, wie eigene,
als ich die Kinder nicht
mehr zu halten und führen brauchte
häkelte ich warme Umhänge
für sie
und spielte auf der Flöte
Lieder als Begleiter
in die Nacht
in den Tag

Nun brauchen sie
die Lieder nicht mehr
und meine Finger schmerzen
wurden steif vom vielen Gebrauch
Noch kann ich den Stift
zum Schreiben halten
und...

Ich kann das Leben in vielfältiger Gestalt
das mich auf meinem Weg
begleitet
erwartet
liebevoll streicheln.

* * *