
Referat: Prävention praktisch-theologisch 14.01.2004

Prof. Dr. theol. Ralph Kunz, Universität Zürich

0. Einleitung

Meine sehr verehrten Damen und Herren, ich beginne mit einem Gedicht eines Berner Pfarrers. Nur eine Zeile:

„das alter? ein s_c h_i ff_b r_uch.“¹

Es aufzusagen ist nicht anspruchsvoll. Aber der Inhalt gibt zu denken. Die Zeile geht verloren ... Ein hartes Bild. Das Alter ein Schiffbruch. Geht unter, verliert sich.

Ist das alles? Nein, aber das Bild des Schiffbruchs bringt etwas, das unser Leben bestimmt, in seiner ganzen Härte zur Sprache. Das Lebensschifflein geht einmal unter. Wir leben nicht ewig, unsere Lebensspanne ist begrenzt, bricht ab. Als endliche Wesen müssen wir dieses Faktum akzeptieren. Dazu ein zweites Gedicht, ebenfalls von einem Theologen..

Menschliches Wesen, / was ist's gewesen? / in einer Stunde / geht es zugrunde, / sobald die Lüfte des Todes dreinwehn./ Alles in allem / muss brechen und fallen; / Himmel und Erden, / die müssen werden, / was sie gewesen vor ihrem Bestehn.

Wieder dieselbe Frage, aber nicht auf das Alter beschränkt, sondern auf das menschliche Wesen und den ganzen Kosmos erweitert. Und die Antwort: Alles in allem muss brechen und fallen, zurück in den Urzustand vor allem Sein. Das ein Schiffbruch. Aber das Gedicht geht weiter.

Alles vergehet, / Gott aber stehet / ohn alles Wanken; / seine Gedanken, / sein Wort und Wille hat ewigen Grund./ Sein Heil und Gnaden, / die nehmen nicht schaden, / heilen im Herzen die tödlichen Schmerzen, / halten uns zeitlich und ewig gesund.²

„halten uns zeitlich und ewig gesund“ – Prävention aus theologischer Sicht? Einen Theologen zu einem solchen Thema sprechen zu lassen, beinhaltet ein gewisses Risiko, wie Sie sicher schon bemerkt haben. Präventive Massnahmen werden in ein bestimmtes Licht gerückt. Theologie vertritt eine Sicht der Dinge, die im aufgeklärten Gespräch der Wissenschaft vom Untergang bedroht ist. Im schlimmsten Fall endet das Gespräch als Schiffbruch. Ich denke aber, dass Theologie einen Perspektivenwechsel vorschlägt, der im besten Fall dafür sor-

¹ Kurt Marti, gott gerne klein. Gedichte, Stuttgart 1995, 20.

² Paul Gerhardt 1666, RG 571:7.8

gen kann, dass das Gespräch über das Alter und Altern mit Tiefgang geführt wird. Also, stechen wir in See. Mein Referat hat drei Teile:

1. In einem ersten Teil will ich den Rahmen abstecken, in dem Präventionskonzepte der Praktischen Theologie für die Altersforschung interessant sind. Ich werde etwas sagen zur „religiösen Gerontologie“. Darunter versteht man die interdisziplinäre Bemühung, Religiosität und Spiritualität als Thema der Gerontologie zu diskutieren.
2. Das Gespräch zwischen Theologie, Gerontologie, Psychologie, Soziologie und Medizin basiert auf empirischen Daten und ist praktisch motiviert. Wir berühren aber Dimensionen, die sich nicht in kühler Distanz und nüchterner Ratio verhandeln lassen. Wenn in einem zweiten Schritt von den Präventionskonzepten der Praktischen Theologie die Rede ist, kommen Glaubensfragen zur Sprache.
3. Schliesslich sind auch die Grenzen praktisch-theologischer Präventionskonzepte zu benennen. Sie haben damit zu tun, dass die vorgeschlagenen Massnahmen mit Glauben operieren, aber der Glaube nicht operationalisierbar ist.

1. Religiöse Gerontologie

1.1. Altern als natürlicher Prozess?

Andreas Kruse, Sie erinnern sich, hat in seinem Referat zur Eröffnung der Vorlesungsreihe für ein differenziertes Sprechen plädiert. Altsein hat viele Gesichter. Wichtig ist, sich der Differenz zwischen dem Prozess des Alterns und Altersbeschwerden bewusst zu werden. Der irreversible Vorgang, in dem sich alle lebende Substanz in der Zeit und mit der Zeit verändert, ist keine Krankheit, sondern ein natürlicher Prozess. Trotzdem ist das Lebensende in letzter Konsequenz für denkende, fühlende und kommunizierende Wesen schwierig zu akzeptieren. Und weil das Alter die letzte Lebensphase ist, konfrontiert sie das Denken und das Fühlen mit dem Lebensende. Dieses Ende, das Sterben eines Menschen, lässt sich deshalb nicht als „natürlich“ apostrophieren. Dasselbe gilt für das Sterben in kleinen Portionen. Physische oder psychische Krankheit aber auch soziale Isolation nehmen wir nicht einfach hin. Wir kämpfen dagegen an. Prävention ist eine Form dieses Kampfes. Sie kann zwar das Sterben nicht verhindern. Prävention richtet sich gegen den Verlust der Vitalität: Ressourcen sollen gefördert und Risiken vermindert werden, damit im besten Fall nie und auf jeden Fall möglichst spät Beschwerden die Lebensfreude schmälern.

Wie aber kann Theologie in diesem Sinne präventiv wirken? Es liegt auf der Hand: Theologie ist nicht zuständig für Körperliches. Es braucht – etwas pointiert gesagt – keinen lieben Gott, um einzusehen, dass bei gewissen Ernährungs-

gewohnheiten das Herzinfarkttrisiko steigt. Und die Einsicht, dass das soziale Netz eine Schutzwirkung hat oder durch Bildung eine positive Einstellung zum Alter gewonnen werden kann, braucht ebenfalls keine religiöse Unterstützung. Es ist auch nicht so, dass das Meisterstück des Lebens, wie Urs Kalbermatten das Alter vor Weihnachten genannt hat, religiöser sein soll als das Gesellenstück, die Gestaltung der Lebensmitte.

Fragt man, was denn der Beitrag der Theologie zur Prävention sein könnte, stösst man zwar nicht ins Leere, stellt aber gleichwohl fest: was immer man vorausschauend tun kann, um Gutes zu bewahren, Schlimmeres zu verhüten und Schaden zu begrenzen, die religiöse Frage ist nicht zwingend involviert. Wenn überhaupt, dann ist die Nische, in der Theologie ihre Kompetenz entfaltet, das so genannt *Geistliche*. Gemeint sind damit Fragen rund um das Seelenheil.

Ich habe grossen Respekt vor dieser Tradition. Es geht hier zweifellos um ein Kerngeschäft der Religion: Die Vorbereitung auf den Tod gehört zur *vita spiritualis*. Darüber werden wir uns noch unterhalten. Ich möchte aber für ein Theologieverständnis votieren, das die Begrenzung auf den präventiven Grenzfall aufbricht. Würde man nämlich die praktisch-theologische Prävention auf die geistliche Sterbebegleitung und -vorbereitung beschränken, würde sie erst postmortal greifen. Vor allem sieht sie das Altsein nur unter einem Gesichtspunkt, dem der Todesnähe. Ich vertrete aber die Ansicht, dass die spirituelle Dimension die somatische, psychische, soziale und kulturelle Dimension menschlichen Lebens umfasst. Als Ressource verstanden, hat das geistliche Leben eines Menschen Ausstrahlung und Auswirkung auf seine körperliche Gesundheit, auf sein Gemüt, auf seine Vitalität, auf seine Widerstandskraft und das heisst auch auf seine Fähigkeit, mit altersspezifischen belastenden Situationen – zum Beispiel einer chronischen Krankheit – fertig zu werden. Für ein vernetztes Verständnis spricht u.a., dass Religion eine der stärksten Verbindungen im Beziehungsnetz eines Menschen sein kann.

Sie sehen – alles, was ich vorher als nicht zwingend ‚religiös‘ bezeichnet habe, wird in einem ganzheitlichen Verständnis der Religion zwangsläufig tangiert. Die Frage ist nur, ob diese behaupteten Zusammenhänge erstens tatsächlich positiv und zweitens etwaige positive Wirkungen empirisch nachweisbar sind. Antwort auf diese Fragen zu geben, ist u.a. Aufgabe der religiösen Gerontologie. Bevor ich darauf eingehe und im Anschluss daran, wie versprochen, Präventionskonzepte der Praktischen Theologie etwas systematischer darstelle, fasse ich das bisher Gesagte zusammen:

- Altern ist ein natürlicher Lebensprozess.
- Und dennoch ist es schwierig, die Tatsache zu akzeptieren, dass Leben ein Ende hat. (Das schliesst nicht aus, dass der Tod als „Schlafes Bruder“ begrüsst wird, sei es als Erlösung nach langem Leiden oder Abschluss einer reichen und erfüllten Vita).
- Annahme der Endlichkeit gehört zum Kerngeschäft der Religion. Aber die religiöse Dimension der Prävention ist nicht auf Sterbebegleitung beschränkt.

- Religiöse Gerontologie heisst der interdisziplinäre Versuch, die Zusammenhänge zwischen dem spirituellen, somatischen, psychischen, sozialen und kulturellen Leben im Blick auf das Alter zu erforschen.
- Präventionskonzepte der Praktischen Theologie orientieren sich am Evangelium, zielen darauf, Vitalität zu bewahren und basieren auf Erkenntnissen? der religiösen Gerontologie.

1.2. Religiöse Gerontologie

Ich will Ihnen nun ein paar Fakten präsentieren zu Religion und Alter. Das sind wohlgerne keine Glaubensaussagen, sondern eben facts. Denn was ich eben über den positiven Einfluss der Religion gesagt habe, muss natürlich auf empirischen Daten beruhen. Ich habe das Stichwort „religiöse Gerontologie“ genannt. Gemeint ist damit keine rein theologische Sichtweise, sondern ein interdisziplinäres Gespräch verschiedener Forschungsperspektiven. Voraussetzung für ein solches Gespräch ist ein weites Verständnis von Religion. Es muss ein weites Verständnis sein, sonst müssten wir uns ständig mit dem Einwand herumschlagen, dass ein Mensch die Tatsache des Alterns nicht religiös interpretieren *muss*. Kein Mensch muss das. Aber dennoch bemühen sich die meisten Menschen, die Kreuzfahrt ins Alter und den Schiffbruch Tod nicht fatalistisch hinzunehmen. Fragen, die uns existentiell angehen, verlangen auch existentielle Antworten. Ist das religiös?

Wir sind definitiv auf schwierigem Gelände. Um nicht wieder vom Schiffbruch zu reden – wir geraten ins Schwimmen. Wenn wir existentielle Antworten nur dann „religiös“ nennen, wenn Gott darin vorkommt, bekommen wir zum Beispiel Schwierigkeiten mit den Buddhisten. Die wehren sich vehement dagegen, dass ihre Religion theistisch sei. Dass die buddhistische Weltansicht religiös ist, wird wohl niemand bestreiten wollen. Um kein Begriffschaos zu veranstalten, schlage ich daher ein paar Arbeitsdefinitionen vor:

- Mit „**Spiritualität**“ ist die menschliche Fähigkeit gemeint, Absurdes und Abgründiges zu ertragen, dem Geheimnis des Lebendigen staunend entgegenzutreten und für das Geschenk des Lebens zu danken. Man kann ein spiritueller Mensch sein, ohne einer bestimmten Religion anzugehören.
- Eine „**Religion**“ hingegen meint in der Regel ein bestimmtes Set von Zeichen und Codes. Religionen sind kulturelle Symbolsysteme, Sprachen vergleichbar. Man kann nicht religiös Mensch sein, ohne sich auf eine Religionsgemeinschaft zu beziehen. Man muss andererseits nicht auf Gott vertrauen, um religiös sein.
- Das Christentum ist eine Religion und unter „**Kirche**“ versteht man die christlich motivierte Sozialform des Gottvertrauens. Kirche ist idealtypisch Glaubensgemeinschaft. Man kann Christ sein, ohne zu einer bestimmten Kir-

che zu gehören. Aber niemand ist Christ ohne tragende Glaubensgemeinschaft.

- Und unter „*Theologie*“ versteht man die Bemühung, christliche Glaubenspraxis denkerisch zu verantworten. Das schliesst auch Religions- und Kirchenkritik ein. Grundlage dieser Kritik ist das Evangelium, die Botschaft von der Liebe Gottes, die in Jesus Christus Gestalt gewonnen hat und durch den Heiligen Geist vergegenwärtigt wird.

1.3. Empirische Fakten

Wenden wir uns den Fakten zu. Wenn der Soziologe nach Zusammenhängen zwischen Alter und religiöser Aktivität fragt, will er zum Beispiel von den ProbandInnen wissen, wie häufig sie in die Kirche gehen. In der Schweiz sind über 80% der EinwohnerInnen Mitglieder in einer der beiden grossen Volkskirchen. Der Gottesdienstbesuch ist ein wichtiges Zeichen religiöser Aktivität. Es wird Sie nicht erstaunen, dass ältere Menschen häufiger und regelmässiger in die Kirche gehen.

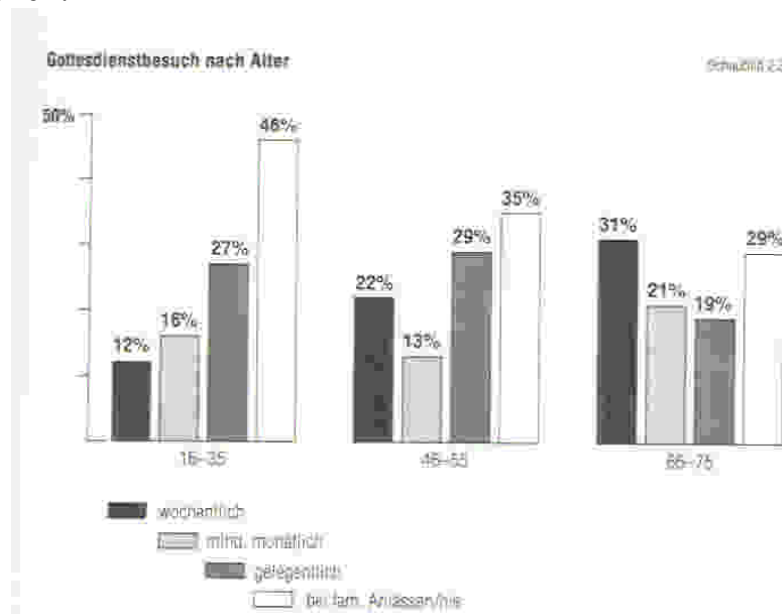


Schaubild 2.3., in: Campiche/Dubach (1993, 79)

Religiöse Aktivität beschränkt sich nicht auf den Kirchgang. Man unterscheidet zwischen informeller und formeller Religiosität. Der Gottesdienstbesuch ist also nur *ein* Indikator für religiöse Aktivität. Zum Glauben gehören Praktiken. Die wichtigste informelle und individuell geübte religiöse Praktik ist das Beten. Generell lässt sich sagen, dass nicht weniger gebetet, aber immer weniger gemeinsam und öffentlich gebetet wird. Die Zahlen in der Sonderfallstudie (1993) machen deutlich, dass auch bezüglich informeller Religiosität die älteren Generationen aktiver sind.³

³ Tabelle 7.10, in: Campiche/Dubach 1993, 291.

Die Zahlen sagen aber nicht, dass man im Alter religiöser *wird*. Man wird es so deuten müssen: Die 80-jährigen haben eine andere religiöse Sozialisation erlebt als die 30-jährigen. Innerhalb der letzten fünfzig Jahre hat sich Religion also neu formiert. Mit zwei Stichworten ausgedrückt: Religion hat sich individualisiert und pluralisiert. Sie ist bei den Jüngeren nicht verschwunden, aber unsichtbarer geworden, weniger öffentlich, stärker in den Privatbereich gerückt. Gleichzeitig haben die Kirchen ihr Deutemonopol verloren. Man spricht von der vagabundierenden Religiosität. Menschen mischen sich ihren eigenen religiösen Cocktail. Das Resultat sind religiöse Identitäten, die wie ein Fleckerlteppich aussehen, weil ganz unterschiedliche Versatzstücke aus religiösen Traditionen zusammengeknüpft werden. Das gilt auch für die über 65-jährigen, aber in weit geringerem Masse als für die nachfolgenden Generationen. Man braucht kein Prophet zu sein, um eine Abnahme der Kirchenbindung bei zukünftigen alten Menschen voraussagen zu können. Die erhöhte formelle Religiosität im Alter – exemplarisch: der Kirchgang – ist also ein Kohortenunterschied (Text, 10). Es kann aber durchaus sein, dass im Bereich der informellen Religiosität eine Zunahme im Alter wahrscheinlich ist.

Das heisst: Auch wenn die Kirchlichkeit in der nächsten Generation abnehmen wird, das Datenmaterial bestätigt die Annahme, dass es einen positiven Zusammenhang zwischen Alter und Religion gibt. Man braucht nicht lange nach Gründen zu fragen. Ein grosses Stück Leben ist bewältigt und nach der aktiven Erwerbsphase hat man Zeit, das eine oder andere zu verarbeiten. Man ist weniger beschäftigt, aber es beschäftigt einen Fragen. Unerledigtes macht zu schaffen. Das Lebensende rückt näher. In einer amerikanischen Studie habe ich die provozierende These gefunden, dass diese positive Korrelation einen ganz profanen Grund hat. Weil die Lebenserwartung kürzer ist, lohnen sich religiöse Investitionen.⁴

1.4. Eine kritische Reflexion

Ich möchte an dieser Stelle eine kritische Reflexion einschalten. Eine allzu vehemente Verknüpfung zwischen religiöser Aktivität und einer Kosten-Nutzen-Analyse der letzten Lebensphase – sozusagen eine senile Verzweckung – ist problematisch. Sie ist isoliert ein extrinsisches Motiv. Wenn Religion aber nur auf ihre Nützlichkeit oder Notwendigkeit hin befragt werden könnte, wäre das eine armselige Sache. Man kann religiöse Einstellungen nicht zweckrational reduzieren, ohne ihre interne Logik massiv zu stören. Authentische Religion ist intrinsisch motiviert.⁵ Religion ist um der Religion willen interessant.

⁴ Jähnichen Traugott, ‚Kirche, Geld und Seelenheil‘. Theologische Anmerkungen zur ökonomischen Theorie der Religion, in: PTh 88 (1999), 218-237.

⁵ Das gilt allerdings auch für die dunklen, unlogischen Seiten der Religion: den Fundamentalismus oder den religiös motivierten Terrorismus kommt dazu, dass weltweit gesehen Religion boomt, aber nicht in erster Linie unter älteren Menschen. Das Stammpublikum der wachsenden Kirchen in Südamerika, Afrika und Südostasien sind junge Menschen.

Ich finde dies auch im Blick auf religiöses Lernen wichtig. In unserer von der Aufklärung geprägten Kultur ist Beschäftigung mit Religion Stoff für Kinderlehre. Die Infantilisierung der Religion ist sozusagen die Kehrseite ihrer senilen Verzweckung. Die Vorstellung, dass Kinder und Greise religiös sind, erstere, weil sie noch an Märchen glauben, letztere, weil sie vor endgültige Tatsachen gestellt werden, gehört zum Repertoire der aufklärerischen Religionskritik. Dazu gehört auch die Idee, dass Erwachsene, mündige und selbständige Menschen für die Bewältigung ihres Alltags eigentlich keine Religion brauchen. Da ist natürlich etwas dran. Man muss nicht beten. Aber man muss weder alt werden, um in der Religion eine Sinn zu sehen, noch muss man kindisch werden, um dem Beten etwas abzugewinnen. Wenn die fixe Vorstellung von Todesnähe und Religion etwas mit einer Rationalisierung der Religion zu tun hat, so ist das Problem der Infantilisierung, die Aufspaltung von Religion und Vernunft. Religiöses wird auf Mystisches, Märchenhaftes und Wunderbares fixiert und entsprechend das Rationale, Nüchterne und Aufgeklärte für religionsfrei erklärt. Das verengt das Spektrum und die Perspektiven religiöser Themen genauso wie deren Verzweckung.

Ein aufgeklärtes Verständnis der Religion kann z.B. auch im Widerspruch gegen vorrationale religiöse Denk-Muster ein genuin religiöses Interesse entdecken. Im christlichen Glauben ist ein kräftiger Rationalismus am Wirken. Er zeigt sich u.a. in einer grossen Skepsis gegenüber magischen Praktiken und in einer harschen, prophetischen Sozialkritik. Vor allem vertraut man Gott nicht, weil man Angst vor dem Sterben hätte. Gottvertrauen ist eine Lebens- keine Sterbehilfe. Die jüdisch-christliche Religion hat also das geistig-geistliche Potential, die rationale Religionskritik und die Rationalisierung der Religion zu verarbeiten.

Das ist im Blick auf religiöses Lernen im Alter eine wichtige Differenzierung. Religion sagt nicht auf jeder Lebensstufe und in allen Lebensphasen dasselbe, aber sie hat dem, der sich für sie interessiert, immer etwas zu sagen. Und es kann auch dem einfältigen Spruch „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“ widersprochen werden. In Sachen Religion gilt: sie muss als Aufgabe lebenslanger Entwicklung gesehen werden. In jeder Lebenslage, auf jeder Stufe des Lebens, ergeben sich neue Einsichten und verschieben sich die Interessen. D.h. Religion ist ganz sicher nicht eine Spezialität des Alters, aber es gibt altersspezifische Fragen. Ich möchte Ihnen dazu ein Beispiel geben:

1.5. Das Alter als spirituelle Aufgabe

<p>Das Greisenalter ist eine Stufe unseres Lebens und hat wie alle anderen Lebensstufen ein eigenes Gesicht, eine eigene Atmosphäre und Temperatur, eigene Freuden und Nöte. Wir Alten mit den weissen Haaren haben gleich allen unseren jüngeren Menschen unsere Aufgabe, die unserem Dasein den Sinn gibt, und auch ein Todkranker und Sterbender, den in seinem Bett kaum noch ein Ruf aus der diesseitigen</p>
--

Welt zu erreichen vermag hat seine Aufgabe, hat Wichtiges und Notwendiges zu erfüllen. Altsein ist eine ebenso schöne und heilige Aufgabe wie Jungsein. Sterbenlernen und Sterben ist eine ebenso wertvolle Funktion wie jede andere, vorausgesetzt, dass in Ehrfurcht vor dem Sinn und der Heiligkeit des Lebens vollzogen wird. Ein Alter, der das Altsein, die weissen Haare und die Todesnähe, hasst und fürchtet, ist kein würdiger Vertreter seiner Stufe. Als Alter seinen Sinn zu erfüllen und seiner Aufgabe gerecht zu werden, muss man mit dem Alter und allem, was es mit sich bringt, einverstanden sein. Man muss Ja dazu sagen.

Das war der 75-jährige Hermann Hesse 1954 in einem Gespräch im Radio-Studio Basel. Wenn Sie mehr wissen möchten über Hermann Hesses Altersweisheiten, können Sie das nachlesen in einem kleinen Bändchen, im Inselverlag erschienen unter dem Titel: Mit der Reife wird man immer jünger.

1.6. Macht Religion gesund?

Zurück zu den Fakten. Für unser Thema Prävention ist von Interesse, ob Religiosität – in welcher Form auch immer – einen positiven Effekt auf die physische und psychische Gesundheit hat, ob – mit den Worten Paul Gerhards – der Glaube an Gott uns zeitlich und ewig gesund hält.⁶ Der amerikanische Soziologe Levin konnte nachweisen, dass es eine solche positive Wirkung gibt. Religiös aktive Menschen leben länger, verfügen über Coping-Techniken, ein besseres Selbstwertgefühl und sind zufriedener (Levin 1997). Allerdings müssen die Ergebnisse dieser Untersuchung relativiert und differenziert werden. Es ist entscheidend, wie man die Religionsvariable operationalisiert, will sagen: man muss unterscheiden zwischen hoher und niedriger Religiosität. Es gibt einen Zusammenhang zwischen Selbstwertgefühl und Religion und zwar dergestalt, dass Menschen mit einer ausgeprägt niedrigen und einer ausgeprägt hohen Religiosität über ein stärkeres Selbstwertgefühl verfügen. Diese Ressource ist entscheidend für die physische und psychische Gesundheit. Problematisch ist eine Religiosität mittlerer Ausprägung. Wie kommt das?

Man erklärte dieses Phänomen damit, dass bei mittlerer Religiosität ein ausgeprägtes Erlösungsverständnis fehle und sich die Schuldproblematik negativ auswirke. Diese Deutung interessiert den Theologen. Sie macht auf ein Problem der empirischen Datenerhebung aufmerksam. Religion ist nicht gleich Religion. Es gibt unverarbeitete, unreife und ungesunde religiöse Vorstellungen. Zum Beispiel die Idee, dass Krankheit eine Strafe Gottes ist oder der Gedanke, dass ich Gott etwas opfern muss, damit er mich segnet. Wenn die spirituelle Dimension in Programme zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden integriert werden soll, hat das eine Konsequenz. Es muss über Religion, über Formen und

⁶ Paul Gerhardt 1666, RG 571:7.8

Inhalte geredet werden. Theologie, ich erinnere an die eingangs gemachte Definition, ist deshalb immer auch Religionskritik.

2. Massnahmen und Ziele

Wenn wir davon ausgehen können, dass spirituelles Leben eine Ressource der Gesundheitsförderung und -erhaltung darstellt, – und ich benutze jetzt bewusst wieder den neutralen Terminus – muss allen daran gelegen sein, diese Ressource zu nutzen. Wie macht man das? Wie kommt man zur Weisheit eines Hermann Hesse?

Wir haben bereits gesehen, dass in verschiedener Hinsicht Differenzierungsbedarf besteht. An eine fundamentale Unterscheidung, die ich anfangs gemacht habe, ist hier noch einmal zu erinnern:

Es muss klar sein, welcher Stufe, welche Phase des Alters gemeint ist. Wir haben den natürlichen Prozess von Krankheit, Beschwerden und Tod unterschieden. Reden wir also von der Lebensphase nach 63/65? Sind „rüstige Senioren“, die nach einer **spirituellen Begleitung** fragen, im Blick oder geht es um schwer erkrankte Hochbetagte in einem Pflegeheim? Beim zweiten Fall handelt es sich um die **spirituelle Pflege** im Kontext der Palliativmedizin. In diesem Bereich hat Frau Elisabeth Kübler-Ross mit ihren Forschungen und populären Büchern zweifellos Wichtiges geleistet. Wichtig ist der enge Zusammenhang zwischen körperlichem Wohlbefinden und spirituellen Bedürfnissen. Schmerzfreiheit, Wachheit aber auch die Bekämpfung von Angstzuständen sind nicht zu trennen von genuin geistlichen Themen wie Frieden finden mit Gott, mit sich selbst und den Mitmenschen.

Die beiden Stichwort spirituelle Pflege und Begleitung stehen für die zwei grundlegenden Konzepte der Praktischen Theologie. Die Pflege gehört zur **Diakonie**. Diakonisches Handeln ist helfendes Handeln. Hilfe setzt ein asymmetrisches Verhältnis. Jemand benötigt Hilfe, der diakonisch Handelnde fühlt sich verpflichtet, diese Hilfe zu geben. Er oder sie pflegt, lindert und heilt eine bedürftige Person. Diakonie kommt vom griechischen Wort diakonein und heisst auf deutsch dienen. Damit ist das christliche Motiv und das Kriterium dieser Hilfe genannt. Die pflegende Person herrscht nicht über die Patientin, die hilflos ist. Sie dient ihr. Sie will ihr Bestes. Das Motiv der Diakonie ist die Nächstenliebe.

Das verbindet Pflege und Begleitung. Aber hier ist ein partnerschaftliches Modell leitend. In der Begleitung von selbständigen Menschen, die beispielsweise in ihrer Biographiearbeit unterstützt werden, kommt das Bildungsmoment stärker zum Zug. **Bildung** geschieht letztlich nur zwischen Partnern. Insofern sind religiöse Themen exemplarisch für Bildung. Wer sich mit sich selbst, mit Gott und der Welt auseinandersetzt, wird es freiwillig tun. Es kann deshalb nicht darum gehen, Menschen zu erziehen. Trotzdem hat die theologische Reflexion der religiösen Bildung auch ein Motiv. Es geht in der christlich motivierten reli-

giösen Bildung letztlich um die Klärung der Gottesbeziehung. Wenn Gott eine lebendige, erfahrbare und vor allem eine liebevolle Realität ist, geschieht die Aufarbeitung der eigenen Biographie in einem bestimmten Licht.

2.1. Äussere und innere Diakonie

Es versteht sich von selbst, dass diese Grobunterscheidung noch weitere Feinunterscheidungen umfasst. Einige will ich wenigstens skizzieren. Diakonie kann in innere und äussere Aspekte unterschieden werden. Die äussere Diakonie ist historisch gesehen der Ursprung der Armen-, Kranken- und Altenpflege. Im Mittelalter Sache der monastischen Orden, in der Reformationszeit zunehmend Sache der Städte – z.B. in Zürich die Armenpflege. In der frühen Moderne hatte die religiös motivierte Diakonie noch einmal eine Blütezeit. Man nannte sie innere Mission. Es ging um Werke der Liebe im eigenen Land. Heime für schwer erziehbare Jugendliche oder Behinderte wurden gegründet und zum Teil von Diakonissen geleitet; im Laufe der letzten 150 Jahre wurde die äussere Diakonie abgelöst durch spezialisierte Fachkräfte. Mit der Professionalisierung kam es auch zur Säkularisierung. Heilpädagogik hat nichts mehr mit Seelenheil, weder der Betreuten noch der Betreuenden zu tun. Äussere Diakonie gibt es aber weiterhin. Diakonisch tätig sind heute Freiwillige. Zum Beispiel im *Besuchsdienst* im Rahmen der Pro Senectute. Diese Freiwilligen, oft sind es rüstige Senioren, werden – hoffentlich – professionell betreut von sozial-diakonischen Mitarbeiterinnen zum Beispiel einer Kirchgemeinde. Diese freiwillige Diakonie ist wichtig und wird immer wichtiger. Sie wird wahrgenommen und trägt viel zum positiven Image der Kirche bei. Die Sonderfallstudie belegt auch, dass die Altersarbeit der Kirche geschätzt wird.⁷

Unter innerer Diakonie versteht man die Seelsorge. Natürlich geschieht Seelsorge auch im Besuchsdienst. Ich verstehe unter Seelsorge aber die Arbeit eines Theologen oder einer Theologin, die entweder in einer Gemeinde oder in einer Institution – einem Spital, einem Alters- oder Pflegeheim – tätig sind. Ihre Arbeit besteht darin, Menschen im helfenden Gespräch zu begleiten. Sie steht gleichsam zwischen der spirituellen Pflege und Begleitung. Seelsorgliche Professionalität zeigt sich daran, wie dieses Gespräch geführt wird. Seelsorge ist keine Indoktrination. Sie hat nur dann Aussicht auf Erfolg, wenn sie im Respekt für das individuell Gewachsene geschieht.

2.2. Bildung

Das wiederum verbindet Seelsorge mit der Bildung, die nun aber im Unterschied zu ihr, religiöse Wissensvermittlung sein will. Das ist insofern präventiv, als dieses Wissen Hilfestellung geben soll bei der Suche nach Sinn. Diakonie, Seel-

⁷ Tabelle 5.2., in: Campiche/Dubach 1993,190.

sorge und Bildung lassen sich deshalb nicht voneinander trennen (dazu die Folie).

Ich erinnere noch einmal an die Referenten Kruse und Kalbermatten. Bildung ist ein wesentlicher Faktor, für die Ressource, in Krisensituationen Kohärenz herzustellen. Mit Hesse gesagt: „Altsein ist eine ebenso schöne und heilige Aufgabe wie Jungsein. Sterbenlernen und Sterben ist eine ebenso wertvolle Funktion wie jede andere, vorausgesetzt, dass in Ehrfurcht vor dem Sinn und der Heiligkeit des Lebens vollzogen wird.“ Mit dem christlichen Code formuliert: Der Glaube an Gott, der als Schöpfer, Erlöser und Vollender in dieser Welt wirkt, macht Leben sinnvoll.

Das leuchtet zwar ein, aber es muss auch gesagt werden, dass Sinnarbeit einen entscheidenden Nachteil hat. Sie ist eine kognitive Leistung. Deshalb ist diese Präventionsstrategie in ihrer Anwendung beschränkt. Demente Patienten sind nicht in der Lage, Sinnarbeit zu leisten. Allerdings darf nicht vergessen werden, dass die kranken Menschen in einer sozialen Umwelt leben. Es dürfen die Angehörigen, die Freiwilligen und vor allem auch das Pflegepersonal nicht ausser Acht gelassen werden. Ihnen stellt sich die Sinnfrage ja auch.

Ich denke, es wird in Zukunft ganz entscheidend sein, stärker die Angehörigen-seelsorge zu beachten. Wenn Menschen um 50 ihre hochbetagte Mutter oder Vater pflegen oder regelmässig besuchen, kann das zu Krisen führen. Oft ist es so, dass die Last unter den Geschwistern oder den Ehepartnern ungleich verteilt ist. Dann ist, wer seine Mutter bemuttert, mit einem Rollenwechsel konfrontiert, der nicht einfach zu verkraften ist. Filiale Verpflichtung, filiale Krise und Reife sind Stichworte der Psychologie für dieses Phänomen.

Ein weiterer Punkt in diesem Zusammenhang sind Formen von Seelsorge, die nicht auf dem Gespräch basieren. Inwiefern können musiktherapeutische Einsichten das Methodenrepertoire der Seelsorge erweitern? Gibt es Möglichkeiten präventiv Rituale einzuüben, die die Todesangst mildern können? Müssten religiöse Gesten geübt werden, die auch im halb-bewussten Zustand erfahren werden können? Zum Beispiel die Salbung?

2.3. *Gemeinschaft und Ritual*

Damit sind wir bei den Formen angelangt, in denen spirituelle Pflege oder Begleitung stattfindet. Vom Besuch haben wir schon geredet. Das ist eine Form, Menschen Wertschätzung erfahren zu lassen. Zuerst natürlich von den Familienangehörigen. Der Besuch hält am Leben. Er knüpft am sozialen Netz. Zum Netz gehört auch die ausserfamiliäre Gemeinschaft. Durch Besuche von professionellen Vertretern und freiwilligen Helfern wird ein Mensch aufgehoben. Dass in der christlichen Tradition die Gemeinde im übertragenen Sinn eine Familie genannt wurde, ist kein Zufall.

Eine spirituelle Dimension bekommt Gemeinschaft, wenn sie symbolisch inszeniert wird. Ein Beispiel einer solchen Inszenierung ist das Geburtstagsritual.

Es unterbricht die Routine des Alltags, stellt einen Menschen ins Zentrum. Das Ritual hat eine wichtige Botschaft:

Du bist getragen von einer Gemeinschaft
Du bist geliebt als Individuum, du bist einmalig.
Wir haben Dich nicht vergessen.
Wir wünschen Dir noch viele gute Jahre.

Gute Gründe, um weiter zu leben. Wer gefeiert wird, lebt. Geburtstag ist persönliche Wertschätzung. Der Gruss aus dem Radio macht das besonders deutlich. Radio ist öffentlich. Alle hören mit. Und jetzt winkt einer. Eine Stimme, die man kennt, sagt ganz nette Dinge. Man wird gelobt. Im Radio sind immer alle rüstig, auch die 98-jährigen.

Geburtstag ist persönliche Wertschätzung. Das ganze Rundherum, die Kerzen, der Kuchen, das Lied, die Küsschen – sie transportieren diese Botschaft. Eigentlich ist das auch der Zweck des Gottesdienstes. Wir können auch hier wieder Pflege und Begleitung, Seelsorgliches und Pädagogisches unterscheiden. Der Gottesdienst ist kein Reservat für Hochbetagte. Aber die Botschaft – Du bist getragen von einer Gemeinschaft, du bist geliebt als Individuum, du bist einmalig und du gehst nicht vergessen – bekommt in der Todesnähe einen anderen Klang.

2.4. Alter als Lebensabschnitt und Prävention als Lebenskunst

Ich komme zum Schluss und damit noch einmal zum Ausgangspunkt zurück: Ich habe mit der Tatsache begonnen, dass Menschen sterblich sind. Es gibt eine Grenze, es gibt ein Ende, unser Lebensschiff erleidet einen Schiffbruch. Nach diesem Untergang gibt es kein Handeln. Das lässt sich nicht leugnen, muss aber nicht zwingend religiös gedeutet werden. Aber der Umgang mit den Grenzen unserer Handlungsmöglichkeiten und das Handeln an der Grenze ist unbestritten ein wichtiges Thema der Religion. Handeln an der Grenze legt eine bestimmte Haltung nahe. Hesse scheut sich nicht von der heiligen Aufgabe zu sprechen. Ich habe es die spirituelle Dimension genannt.

Praktische Theologie ist eine Interpretation der spirituellen Dimension. Sie thematisiert die Grenzen und die Begrenztheit der Lebenskräfte in einer bestimmten Sicht. Sie sieht das Menschliche im Lichte des Evangeliums. Und das meint: Gott selbst handelt diakonisch. Da ist eine Asymmetrie, weil Gott sich erniedrigt. Gott dient dem Menschen. Und da ist eine Partnerschaft, eine Solidarität, weil Gott menschlich geworden ist. Prävention kann in diesem umfassenden Sinn auch als Handeln in der Nachfolge Gottes begriffen werden, als ein Handeln, das Partei für die Menschlichkeit ergreift.

Prävention ist im grösseren Zusammenhang gesehen Lebens-, Glaubens- und Sterbenskunst eines jeden Einzelnen und im Blick auf andere Lebens-, Glau-

bens- und Sterbebegleitung. Dass die Theologie Prävention so weit fasst, hat mit ihrem Interesse am ganzen Menschen zu tun.

3. Fazit

Ich ziehe ein Fazit: Altern ist keine Krankheit, sondern – wie wir schon gehört haben – ein biologischer Prozess. Beschwerden sind eine Folge davon. Prävention heisst, vorausschauend und vorbeugend dafür Sorge tragen, dass der dadurch bedingte Lebensqualitätverlust nicht zu früh und nicht zu stark eintritt. Vorbeugen, Verhindern und Lindern von physischen und psychischen Störungen zielt auf *Strukturen* und *Verhalten*. Interne und externe Ressourcen müssen mobilisiert werden.

Die spirituelle Dimension zielt auf eine Einstellung. Es geht um Werte, Motive, Kohärenzsinn und Lebenslust. Es leuchtet ein, dass die Mobilisierung spiritueller Ressourcen eng mit der *Einstellung* zum Leben verknüpft ist. Alle präventiven Strategien – Aufklärung, Beratung, Training, Umwelt- und Kriseninterventionen etc. – arbeiten deshalb *mit* der Überzeugung eines Menschen. Gegen die Überzeugung eines Menschen angewandt, greifen präventive Massnahmen nicht. Das gilt im besonderen für Prävention im religiösen Bereich. Es ist also klar, wodurch die Wirkung theologischer Prävention begrenzt wird.

Haben Sie schon einmal versucht die Einstellung eines Menschen zu ändern? Ich glaube, es gibt nichts Schwierigeres. Hier sehe ich denn auch einen Beitrag der Theologie zur Gerontologie im Allgemeinen und zur religiösen Gerontologie im Besonderen. Sie ist Spezialistin für Einstellungen und hat ein ausgereiftes Methodenrepertoire, um Einstellungen zu verändern. Aber sie weiss gleichzeitig um die Begrenztheit ihrer Mittel. Sie hat nur Erfolg, wenn sie nicht machtvoll und rechthaberisch auftritt. Denn die Einstellung, auf die die Praktische Theologie letztlich zielt, ist ein Glaube. Ob im seelsorglichen Gespräch, im Gottesdienst oder in der religiösen Bildung – im Präventionskonzept der Praktischen Theologie geht es zentral darum, dass ein Glaube entsteht, der das Alter, seine Schönheit und sein Schatten, neu sehen lässt.

Ich habe begonnen mit einem Gedicht, ich will schliessen mit einem Gedicht. Sie kennen die erste Zeile schon. Es kommen einige dazu. Leicht aufzusagen, manchmal schwer zu glauben.

das alter? ein schiffbruch

doch was
kann schlimm daran sein
wenn gott der
OZEAN
ist
?