

Über sich hinausgehen

Im Transzendieren gebe ich das krampfhafteste Festhalten am eigenen Ego auf und lasse mich auf etwas ein, was größer ist als ich: Sich in Gott hinein zu vergessen, sich für den unendlichen Schöpfergott zu öffnen und sich von ihm und in ihm getragen zu fühlen. Altern ist daher letztlich ein spiritueller Weg.

Auch der Glaube wandelt sich im Alter. Manche zu optimistischen Versprechungen, dass der Glaube uns immer trägt und dass Gott uns immer hilft, haben sich als hohl erwiesen. Die alten Menschen müssen sich über ihren Glauben auf neue Gedanken machen. Sie sind herausgefordert, hinter all den bisherigen Gottesbildern den unbegreiflichen Gott zu suchen. Manche nehmen jedoch die spirituelle Herausforderung nicht an, sondern werfen mit den zerbrochenen Gottesbildern auch Gott selbst über Bord. Sie sind dann bitter enttäuscht.

Mir persönlich geht es, dass tief in meinem Herzen ein Impuls aufsteigt und ich mir ganz entschieden sage: Ich setze auf diese Karte. Ich traue der Bibel, der Liturgie. Bei allem Zweifel entscheide ich mich für den Glauben und für das Leben. Dieser Glaube wird bis zum Tod ein angefochtener Glaube bleiben, und ein Glauben, der mich auch die Menschen verstehen lässt, die sich schwer mit ihm tun.

Für viele alte Menschen sind Rituale wichtige Bestandteile ihrer Spiritualität. Rituale geben ihnen Heimat und das Gefühl, dass sie von Gottes Geheimnis umgeben sind. Und Rituale strukturieren ihren Tag und öffnen ihn für Gott. Und sie geben ihnen das Gefühl, dass sie selbst leben, anstatt gelebt zu werden.

Rituale vermitteln immer auch das Gefühl von Heimat. Sie verweisen auf das Geheimnis, das unter uns wohnt: auf das Geheimnis Gottes, in dessen Heim wir sein dürfen. Daheim sein kann man nur dort, wo das Geheimnis wohnt. Das wissen alte Menschen, die sich an Rituale halten.

Wir dürfen über die Spiritualität alter Menschen nicht urteilen. Wir sollten genau hinhören, was sie trägt und bewegt. Dieses Hinhören ist immer auch eine Herausforderung an unsere eigene Spiritualität: Woraus lebe ich selbst? Was trägt mich? Woher komme ich?

Zwei Beobachtungen bei der Spiritualität alter Menschen: Man sieht bei ihnen keine äußeren Formen mehr. Häufig geschieht das Eigentliche dann im Herzen. Dort überlassen sie sich Gott. Und dort lassen sie mit dem Ego auch alte Formen der Spiritualität los.

Andere gehen bewusst an ihre Wurzeln zurück. Sie beten die alten Gebete wieder, die als Kind gelernt haben. Sie knüpfen an diese Frömmigkeit wieder an. Rituale geben Ihnen ein Gefühl von Heimat.

Es geht darum, sich in den einfachen Worten der Kindheit oder aber der Einfachheit des Schweigens für Gott zu öffnen und sich in Gott hinein loszulassen. Es geht darum, das Vertrauen neu zu lernen, das sie als Kind zu Gott gespürt haben sich im Alter der Kreis zur Kindheit schließt.

Im Alter geben wir auch den Reichtum unsere Spiritualität auf. Wir werden arm im Geist (Matth-Evang 5,3). Wir beschränken uns auf ganz einfache Weisen des Betens und Schweigens. Wir übergeben uns in der Armut unseres Geistes Gott, der allein unsere Leere zu füllen vermag.

Exzerpt der Seiten 114-122

**Anselm Grün: Die hohe Kunst des Älterwerdens
dtv München, 2010**