

Monatsspruch für August 2024

"Der Herr heilt, die zerbrochenen Herzens sind, und verbindet ihre Wunden."

(Psalm 147,3)

WORT ZUM LEBEN

Eine Forsa-Umfrage im Auftrag der DAK-Gesundheit hat nach den Sommerferien 2023 ergeben, dass sich 82 % der Befragten sehr gut oder gut erholt fühlten. Wie schön! Hoffentlich ist es in diesem Jahr ganz genauso! Und wer weiß: Vielleicht halten Sie dieses Heft auch nach einem erholsamen Sommerurlaub in den Händen – oder sogar in einer Ferienwohnung, in der Sie Abstand vom Alltag gewinnen.

Neben Erholung ist offensichtlich auch "Gesundheit" ein großes Thema. So haben von den Befragten je rund zwei Drittel im Urlaub Fitnesstraining gemacht bzw. Stress reduziert. Gut die Hälfte hat auf eine gesunde Ernährung geachtet oder zumindest viel geschlafen. So kommen im Urlaub offensichtlich Erholung und Gesundheit zusammen.

Doch nicht allen geht es so. Von den immerhin knapp 20 %, die nicht hinreichend Erholung gefunden haben, gaben über 60 % an, es sei ihnen nicht gelungen, richtig abzuschalten. Schlechtes oder zu heißes Wetter, ständige Erreichbarkeit oder Stress im engeren Umfeld waren weitere Gründe. Und schließlich wurde jede(r) Zehnte im Urlaub krank. Erkältungen, Unfälle und Magen-Darm-Infekte rangieren dabei auf den ersten Plätzen.

So lässt sich erkennen, dass Menschen im Urlaub zwar Erholung und neue Impulse für



Christoph Barnbrock

die Gesundheit suchen und oft auch finden – es allerdings nicht selten eben doch auch ganz anders kommt. So schön der Urlaub auch ist: Ganz können wir uns mit ihm eben doch nicht von dem verabschieden, was uns sonst zu schaffen macht: Konflikte begleiten uns. Pläne werden durch Erkrankungen durchkreuzt. Und viele kennen es, dass gerade in den ersten Tagen eines Urlaubs der Körper eine Auszeit macht und sich krankmeldet – dann, wenn die Anspannung nachlässt.

So verbringen wir die Urlaubszeit in der Spannung von Erholungsträumen und Gesundheitsimpulsen auf der einen Seite und Krankheitsund Stresserleben auf der anderen. Auch der Urlaub ist eben nicht das Paradies auf Erden, sondern bestenfalls eine Zeit zum Ausruhen, um schöne Erfahrungen zu sammeln und neue Kräfte zu tanken.

So passt es gut, dass der Spruch für den Urlaubsmonat August nicht etwa den sportlichen Superhelden Simson aus dem Richterbuch in den Blick rückt, sondern diejenigen, die zerbrochenen Herzens sind und in deren Leben Wunden klaffen.

dem Wege – ehe der silberne Strick zerreißt und die goldene Schale zerbricht und der Eimer zerschellt an der Quelle und das Rad zerbrochen in den Brunnen fällt." (Prediger 12,2–6)

Viele Bilder werden hier aufgerufen. Die Müllerinnen sind z. B. ein Bild für die Zähne. Es werden weniger, die das Essen zermahlen können. Und so geht es weiter: Es kommt eine Zeit, da geht es um Hörgeräte und den grauen Star und Altersweitsichtigkeit, um Zittern und einen gebeugten Rücken, um Wege, die man alleine nicht mehr bewältigen kann, eine Zeit, in der alle Türen nach und nach ins Schloss fallen und es einsam um einen wird. Eine Zeit, in der alles auf das Ende zuläuft und man den Tod nicht mehr verdrängen kann.

Na, das sind ja Aussichten!

Habe ich eigentlich Angst davor?

Dies zu beantworten, hängt meiner Erfahrung nach sehr vom eigenen Lebensalter ab. Beobachtet man, vielleicht auch mit räumlichem Abstand, wie die Groß- oder sogar Urgroßeltern gebrechlicher werden, ist es weit genug weg. Das ist etwas, das einen "später mal" vielleicht betreffen könnte. Ist es die Elterngeneration, die hochbetagt ist und man muss persönlich Hilfe leisten, kommt das Ganze schon wesentlich dichter. Wenn sich in Todesanzeigen zunehmend häufiger Menschen im gleichen Alter wie man selbst finden und körperliche Ausfallserscheinungen zahlreicher werden, ist die Herausforderung da.

Ich möchte das auch nicht schönreden. Altsein ist eine Herausforderung. Aber hat nicht jede Lebensphase ihre Herausforderungen? Jugendliche müssen mit den Veränderungen der Pubertät klarkommen, bei Frauen gibt es die Wechseljahre. Manche kämpfen mit der Midlifecrisis. Bei einigen führt schon das erste graue Haar oder die Anschaffung einer Lesebrille zum Katastrophenalarm. Vielleicht hilft der Gedanke ja etwas, dass wir uns im Leben immer Veränderungen stellen müssen und lernen, mit neuen Gegebenheiten umzugehen.

Altwerden ist eigentlich nur ein weiterer Wechsel, es ist kein Versagen, dessen man sich schämen müsste.

Also muss man keine Angst davor haben. Ich kenne auch tatsächlich Menschen mit über 90 Jahren, die aktiv an allem teilnehmen und fit im Kopf und fast fit in den Beinen sind. Ich kenne alte Leute, die auch dem Sterben gelassen entgegensehen und in festem Glauben auf den Himmel leben. Ich habe Vorbilder vor Augen, die zufrieden und humorvoll die Einschränkungen des Alterns bewältigen.

Und ich kenne auch die andere Seite: Ich habe eine Gruppe von Theologen erlebt, die ihren ehemaligen Lehrer im Pflegeheim besuchten, wo er, von Demenz und schweren Krankheiten gezeichnet, unter vielen anderen in gleichem Zustand lag – und diese gestandenen Männer haben nach dem Besuch geweint, ihnen war übel von den Gerüchen und dem Anblick so viel geballten Elends, sie wären am liebsten weggerannt. Ich habe schon einmal den Todeskampf eines alten Menschen gesehen und seine Hand gehalten, und er konnte nicht loslassen, er hat sich gegen das Sterben gewehrt bis zum Schluss. Ich kenne Seniorenheime, die den Eindruck von Luxushotels machen, aber auch die von der übelsten Sorte. Macht mir das alles Angst? Jedenfalls muss ich mich innerlich gegen die Angst wehren.

Was wäre denn die Alternative?

Man kann den Eindruck gewinnen, als sei allein die Tatsache, dass jemand älter wird, heutzutage peinlich. Wir haben ja nicht mal richtig ein Wort dafür: Best Ager, ältere Menschen, höheres Lebensalter... Also wenigstens Frauen darf man keinesfalls unterstellen, sie seien alt. Das ist bekanntermaßen ungerecht, weil Männer noch ein paar Jahre von dem Effekt zehren, den silberne Schläfen auf manche Frauen haben. Aber irgendwann wird auch diesen schmerzlich bewusst, dass sie vielleicht besser auch bei den "alten Herren" nicht mehr mit Fußball spielen sollten. Aber mal ehrlich: Die einzige Alter-

im Ruhestandsalter sind, gemeint. Bei der Generationengerechtigkeit geht es darum, wie diese verschiedenen Generationen gut und gerecht miteinander leben können. Dabei bringt unsere Bevölkerungsentwicklung einige Probleme mit sich. Die Geburtenrate von aktuell 1,46 Kindern pro Frau (Statistisches Bundesamt) hat immense Auswirkungen auf unser Land. Vereinfacht könnte man sagen, bei dieser Rate wird die deutsche Bevölkerung mit jeder Generation um ein Viertel schrumpfen, wenn andere Faktoren wie z. B. Einwanderung und Einbürgerung nicht berücksichtigt werden. Jede zweite Person in Deutschland ist älter als 45 Jahre, und jede fünfte Person ist älter als 66 Jahre. Trotz der vermehrten Zuwanderung nach Deutschland wird unsere Gesellschaft als Ganzes immer älter. Das ist ein Problem für unsere Sozialsysteme. So kamen 1950 in Deutschland auf 100 Personen im Erwerbsalter 16 Personen im Rentenalter. Heute sind es etwa 37 Personen im Rentenalter, die 100 Personen im Erwerbsalter gegenüberstehen. Dieses Verhältnis wird sich nach aktuellem Stand weiter verschlechtern.

Hier noch ein paar Zahlen aus dem aktuellen Bundeshaushalt: Eigentlich sollte sich die Rentenversicherung ja durch die Rentenbeiträge der erwerbsfähigen Bevölkerung finanzieren.



Es wird jedes Jahr das weitergegeben, was auch durch die Beiträge in die Kassen kommt. Je nachdem, wie viel man während seines Erwerbslebens eingezahlt hat, bekommt man dann im Ruhestand mehr oder weniger von dem ab, was dann erwirtschaftet wird. Allerdings ist die Lage aktuell schon so, dass unsere Rentenkassen im Jahr 2024 mit ca. 127 Milliarden Euro an Steuermitteln gestützt werden müssen. Das sind 26,7 % des gesamten Haushaltes des Bundes (bundeshaushalt.de). Das heißt, mehr als jeder vierte Euro unserer Steuergelder wird zur Stützung des Rentensystems verwendet. Hinzu kommt, dass auch die Krankenkassen mit ca. 14,6 Milliarden Euro an Steuermitteln bezuschusst werden müssen. Das sind 3 % des Bundeshaushalts. Natürlich verursachen auch die Menschen vor dem Rentenalter Kosten für unser Gesundheitssystem, aber der größte Teil entfällt auf die älteren Menschen. Das große Problem ist, dass sich die Zahlen voraussichtlich in den kommenden Jahren zu unseren Ungunsten weiter verschieben werden.

Nun ist für mich die Frage, warum die Politik so wenig bei diesen dringenden Problemen unternimmt. Da gibt es sicherlich verschiedene Faktoren, die eine Rolle spielen. Ein Faktor ist, dass die älteren Menschen zur wichtigsten Wählergruppe geworden sind. Die wollen unsere Politiker auf keinen Fall vergraulen. Will man unser Renten- und Gesundheitssystem reformieren und umbauen, dann wird es wahrscheinlich kurz- und mittelfristig zu Einschnitten kommen. Das heißt, die Älteren werden die positiven Auswirkungen von Reformen vielleicht nicht mehr erleben. Die Gefahr besteht, diese Wählergruppe zu vergraulen, wenn mögliche Reformen zu drastischen Einschnitten führen. Dieser Faktor könnte allerdings überwunden werden. Es müssten nur die jüngeren Menschen gemeinsam mit den Älteren, welche selbst Kinder beziehungsweise Enkel haben, Lösungen vorantreiben. Ein anderer Faktor ist, dass jeder Mensch selbst entscheiden muss, ob er bereit dazu ist, Kin-

INTERVIEW MIT MICHAEL SCHÄTZEL

Der langjährige Geschäftsführende Kirchenrat Pfarrer i.R. Michael Schätzel gehört zur St. Petri-Gemeinde Hannover und lebt mit seiner Frau Gudrun in einer Wohnung in Hannover-Kleefeld. Dort traf sich die *Lutherische Kirche* (*LuKi*) mit ihm Mitte Juli zum Gespräch.

LuKi: Lieber Michael, du bist jetzt seit einem halben Jahr im Ruhestand. Wie ist dein Leben im Ruhestand?

Schätzel: Mein Leben ist gut. Der "Erledigungsdruck" war gleich in den ersten Tagen weg, und ich konnte mich zunehmend anderen Dingen widmen. Beispielsweise viel mehr lesen und mehr Zeit für die Enkelkinder haben. Ich übernehme weiter Vertretungsgottesdienste, habe mehr Zeit, mit meiner Frau auch mal ins Kabarett oder essen zu gehen. Ich bin echt angekommen im Ruhestand.

LuKi: Wie viel bist du immer noch für die Kirche unterwegs?

Schätzel: Na ja, das muss sich jetzt alles einspielen. Am Anfang ist man ein guter Kandidat für Kirchenmusikfeste, Gemeindejubiläen oder so. Ansonsten sind das auch ganz normale Vertretungsdienste, und dann bin ich ein ganz normaler Pastor. Ich hänge das Amt nicht hoch, aber natürlich sind wir Ordinierten dazu da, das Evangelium zu verkündigen und die Sakramente zu verwalten. Das tue ich. Nicht jeden Sonntag, das würde mir auch zu viel - Ich bin ja erkrankt an einer Krebserkrankung, die aber mein Onkologe im Moment sehr gut im Griff hat, aber so, dass ich dann auch merke, wenn ich jeden Sonntag zwei Gottesdienste halten würde, das würde mir zu viel werden. Zumal ich in aller Regel auch die Predigten wirklich neu schreibe.

LuKi: Das heißt, nachdem der Bischof zu deiner Verabschiedung auf "reichlich vorhandene Ämter und Aufgaben für Ruheständler" hingewiesen hat, hast du ihn beim Wort genommen und bist fleißig am Weiterarbeiten.

Schätzel: Na ja, ich kann mir das jetzt aussuchen. Ich bin jetzt hier in der Arbeitsgruppe



zur Vorbereitung unserer Präsenz auf dem Deutschen Evangelischen Kirchentag. Ansonsten muss ich schon schauen, was passt – es gibt so viele Gelegenheiten in unserer Kirche, wo Mitarbeit gefragt ist, und da halte ich mich

Michael Schätzel Kleefelder Notizen

(= Sonderdruck der Artikelserie aus "Lutherische Kirche") herausgegeben von Christoph P. Barnbrock und Dörte Schätzel Hardcover | 124 Seiten | 18 Euro Verlag Book on Demand ISBN 978-3-7526-0646-9





BAUSTEINSAMMLUNG 2024
Bei der Bausteinsammlung der SELK

werden papierne Bausteine zugunsten jährlich wechselnder Baumaßnahmen verkauft – 2024 zur Unterstützung der Zionskirche in Verden für die Sanierung des Kirchgebäudes. Ihre Spende zählt!

www.bausteinsammlung.de

Postbank Hannover | IBAN DE09 2501 0030 0119 3303 05 | BIC PBNKDEFF Selbständige Evangelisch-Lutherische Kirche (SELK)







