EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Hörmal | 23.03.2025 07:45 Uhr | Lisa J. Krengel

# Altern

Die Uhr tickt. Oder anders gesagt: Wir altern. Vom ersten Schrei unseres Lebens bis zum allerletzten Atemzug. Jeden Tag ein kleines bisschen mehr.
In den ersten Jahren habe ich das Älterwerden fast herbeigesehnt. Jeder Geburtstag ist ein großes Fest und ein Meilenstein gewesen. Ich erinnere mich noch daran, wie ich als Sechsjährige unserer Nachbarin erzählt habe, ich sei schon acht. Um das glaubhaft zu machen, habe ich mir einfach eine selbstgebastelte Acht um den Hals gehängt.

Mit dem Altern hat sich gerade auch Elke Heidenreich beschäftigt. Die umtriebige 82jährige hat den Bestseller "Altern“ geschrieben. Es ist ein sehr persönliches Buch mit einem offenen und ehrlichen Blick auf ihr eigenes Leben. Heidenreich möchte nicht bloß Dahinvegetieren im letzten Drittel ihres Lebens und schreibt: "Ich beneide niemanden ums Nichtstun… Ich habe nie verstanden, wieso sich Menschen so sehr danach sehen, endlich nichts mehr zu tun… Wie soll das denn funktionieren?“

Heidenreich schreibt und alle sind begeistert! Alle, bis auf meine Mutter. Die habe ich selten so ärgerlich und erbost erlebt. Sie ist regelrecht aufgebracht, nachdem sie die ersten 60 Seiten gelesen hat. Und sagt: "Wir tun doch nicht nichts! Nach Kindererziehung und einem langen Berufsleben tun wir eben andere Dinge.“ Es wird deutlich: Sie findet sich und ihre Perspektive auf das Altern nicht wieder. Schnell ist für meine Mutter klar: "Das tue ich mir nicht weiter an!“ Sie legt das Buch zur Seite.

Altern und älter werden ist so individuell und einzigartig wie das Leben selbst. Und es ist kein Thema für das letzte Drittel des Lebens, sondern eins für alle Generationen. Danke Elke Heidenreich, wir reden jetzt noch mal neu über das Älterwerden.

Ein Thema, das auch für biblische Autoren wichtig ist. Hier gibt es eine ganze Menge zu entdecken. Im 2. Korintherbrief steht: "Darum werden wir nicht müde, sondern wenn auch unser äußerer Mensch verfällt, so wird doch der innere von Tag zu Tag erneuert.“ (2. Korinther 4,16)

Ich sehe es jetzt schon: Das älter werden verändert mich. Die ersten grauen Haare sind nur der Anfang. Irgendwann wird das Leben beschwerlicher. Der Lebenskreis verkleinert sich.

Ich hoffe aber darauf, dass sich neue Räume in meinem Inneren auftun. Dass trotzdem oder gerade deshalb jeder neue Tag auch ein neuer Anfang ist. Ich bleibe nicht ein Leben lang dieselbe. Damit muss ich mich abfinden. Mich tröstet, dass das bei Gott anders ist. In einem meiner Lieblingsverse aus der Bibel verspricht er: "Auch bis in euer Alter bin ich derselbe. Und ich will euch tragen, bis ihr grau werdet.“ (Jesaja 46,4)

Quellen:
Elke Heidenreich, Altern, 15. Auflage, Berlin/München: Carl Hanser Verlag, 2025.

Redaktion: Rundfunkpastorin Sabine Steinwender-Schnitzius