



Katholische Kirche
im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

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

Kirche in WDR 3 | 21.10.2025 07:50 Uhr | Michelle Engel

Älterwerden

Vor kurzem bin ich zum dritten Mal Tante geworden. Ein kleiner Neffe – und klar: Wir haben als Familie gefeiert und Fotos herumgezeigt. Dabei habe ich irgendwann auch ein altes Fotoalbum in die Hand genommen. Schwarz-weiß-Bilder von meinen Großeltern, farbstichige Fotos aus der Kennenlernzeit meiner Eltern – und mittendrin unzählige Kinderbilder von mir und meinen Geschwistern. Ich bleibe hängen: Ich erkenne mich, ich erkenne uns – und doch wirkt es manchmal, als würde ich auf völlig Fremde schauen. Das Kind auf dem Bild hat Pläne, Träume – und keine Ahnung, was das Leben bringen wird. Und plötzlich merke ich: Die Zeit ist spürbar vergangen. Ich bin älter geworden. Wir alle sind älter geworden. Älterwerden – das Wort verdrängen wir gern. Wir feiern Geburtstage, aber nicht unbedingt das, was sie bedeuten. Klar, wir werden reifer, wir sammeln Erfahrungen. Aber wir sehen auch: Da sind Falten, graue Haare, vielleicht weniger Energie. Vergänglichkeit wird sichtbar. Aber das ist nur die eine Seite. Es gibt auch eine andere. Ich merke das in Gesprächen mit Familie und Freunden: Was früher oberflächlich blieb, wird heute tiefer. Erlebnisse prägen uns, sowohl schöne wie auch herausfordernde. Sie machen uns weicher, bewusster, dankbarer. Ich entdecke: Älterwerden ist nicht nur Verlust. Es ist auch ein Gewinn. An Tiefe. An Gelassenheit. An Verstehen.

In der Bibel heißt es im Psalm 90: "Unsere Tage zu zählen, lehre uns! Dann gewinnen wir ein weises Herz." Dass unsere Tage gezählt sind, klingt hart – ist aber doch so. Und vielleicht steckt darin ein Schlüssel: Wenn ich weiß, dass meine Zeit begrenzt ist, kann ich den Augenblick anders würdigen. Dann rückt das Wichtige nach vorne. Beziehungen mehr als Termine. Erinnerungen mehr als Erfolge.

Das Älterwerden erinnert uns daran, dass das Leben ein Geschenk ist. Nicht selbstverständlich, nicht endlos – sondern eine Zeit, die uns anvertraut ist. Und vielleicht geht es gar nicht darum, die Spuren der Zeit zu verstecken. Sondern darum, sie bewusst anzunehmen. Jede Falte, jede Erinnerung, jedes Stück gelebtes Leben erzählt eine Geschichte. Und klar: auch jeder Verlust, jeder Schmerz tut das. Und sie alle zusammen sagen: Wir sind unterwegs und wir sind nicht allein.

Manchmal frage ich mich: Wie würde sich mein Alltag verändern, wenn ich das wirklich ernst nehme? Vielleicht würden Gespräche tiefer. Begegnungen kostbarer. Zeit intensiver. Und noch ein Gedanke: In einer Welt, die Jugendlichkeit und Schnelligkeit feiert, ist das Älterwerden ein Gegenentwurf. Es sagt: Du darfst wachsen. Du darfst Zeit brauchen. Du darfst Spuren hinterlassen. Es ist nicht der Verlust von Bedeutung, sondern ein Zugewinn an Tiefe. Deshalb wünsche ich Ihnen heute: dass Sie das Älterwerden nicht nur als Last empfinden, sondern als Erinnerung daran, wie reich das Leben ist. Dass Sie dankbar auf die Jahre schauen können, die hinter Ihnen liegen und neugierig bleiben auf das, was noch kommt.

Herzlich grüßt Sie aus Krefeld
Michelle Engel