



EINSAM UND ALLEIN? LEBEN IM ALTER

Wie wollen wir im Alter leben? Andrea Liebers forschte in buddhistischen Kreisen nach Wohnprojekten und Wohngemeinschaften für Ältere und wurde leider nicht fündig.

VON ANDREA LIEBERS

Es ist nicht mehr zu leugnen. Wir werden alt. Jung sind jetzt eindeutig andere. Vielleicht haben wir Kinder, die inzwischen eine eigene Familie gegründet haben. Wir sind Großeltern geworden und werden, ob wir wollen oder nicht, mit „Oma“ und „Opa“ angesprochen.

Wenn unsere Eltern noch leben, sind sie hochbetagt, und die Rollen haben sich

vertauscht. Nun brauchen sie unsere Fürsorge. Wir sehen, wie sie vor sich hindämmern und, wenn sie senil geworden sind, ihre eigenen Kinder nicht mehr wiedererkennen. Einige sind verbitterte Alte geworden, mit nichts und niemandem zufrieden. Andere sind rüstig geblieben und versuchen, das Beste aus Ihrem Leben zu machen.

Erstaunlich ist, dass wir gewöhnlich das, was wir sehen, nicht auf uns selbst beziehen. Die buddhistischen Texte sprechen vom Altern, von Trennung und Tod, aber wir bringen es nicht mit uns in Verbin-

dung. Wir sehen alte Menschen, aber machen uns nicht klar, dass wir auch einmal so sein werden wie sie.

Laut Demografiebericht der Bundesregierung leben zurzeit 81,7 Millionen Menschen in Deutschland, 17 Millionen davon sind im Rentenalter. Nach Modellrechnungen des Statistischen Bundesamtes werden es im Jahr 2060 nur noch 65 bis 70 Millionen sein, und der Altersdurchschnitt wird steigen. Vermutlich jeder Dritte wird dann älter als 65 Jahre alt sein.

Politiker und Sozialverbände machen sich deshalb Gedanken, wie diese alternde

Gesellschaft medizinisch versorgt und altersgerecht betreut werden kann. Auch die soziale Gerechtigkeit ist ein Thema: Wer soll für diese vielen Alten zahlen? Wie kann eine Gesellschaft, in der immer mehr Menschen pflegebedürftig sind, überhaupt organisiert werden?

Der demografische Wandel ist da. Doch nehmen wir das wirklich zur Kenntnis? Konfrontieren wir uns mit der Tatsache, dass Körper und Geist abbauen, dass unser Partner stirbt, dass wir nicht mehr allein werden leben können? Wie wollen wir überhaupt im Alter leben?

Ein Vorbild ist der ehemalige Oberbürgermeister von Bremen, Henning Scherf, der ein Wohnprojekt gegründet hat. Der heute über 70-Jährige wohnt seit rund 20 Jahren zusammen mit fünf weiteren Personen in einem Stadthaus mitten in Bremen. Das Haus wurde altersgerecht umgebaut; alle Räume können mit einem Rollstuhl befahren werden.

„NIEMAND WOLLTE SICH RICHTIG EINBRINGEN“

Henning Scherf steckte viel Energie und Zeit in das Projekt. Schon mit Mitte Vierzig begann er, nach einem geeigneten Objekt Ausschau zu halten. „Wir haben über fünf Jahre gesucht, bis wir das richtige Haus gefunden haben“, erinnert er sich. Mit in diesem Haus wohnen Leute, mit denen das Ehepaar Scherf seit Jahren eng befreundet ist.

Freundschaften sind Scherf enorm wichtig, und er weiß auch: Von nichts kommt nichts: „Man muss in solche (Freundschafts-)Beziehungen immer wieder neu investieren. Wir machen seit Beginn einmal in der Woche, am Samstagmorgen, ein gemeinsames Frühstück, das geht reihum.“ Die Motivation für das Wohnprojekt war unter anderen die Sorge, im Alter alleine zu leben. Die Hoffnung, bis zum Lebensende füreinander da zu sein und, wenn nötig, sich auch zu pflegen, war ein weiterer Punkt. (Zitate stammen aus: www.3sat.de/print/?url=/vivo/141450/index.html)

Gibt es in der buddhistischen Szene ähnliche Projekte, haben wir uns gefragt, und wollten in einer Reportage darüber berichten. Es wäre nahe liegend, dass Buddhisten im Alter in der Gemeinschaft leben, denn die Bedeutung der Saṅgha wird ja stark betont. Außerdem meditieren sie über Vergänglichkeit, Altern und Tod.

Wir haben uns also in buddhistischen Kreisen umgehört und das Internet nach buddhistischen Wohnprojekten für Menschen im Alter durchsucht. Doch zu unserem Erstaunen haben wir kein einziges konkretes Projekt gefunden – höchstens Einzelne, die gern etwas auf den Weg bringen würden.

Zum Beispiel Karen Christensen (54) aus Kopenhagen, Schülerin des kürzlich verstorbenen Meditationsmeisters Tenga Rinpoche. Sie sucht schon seit einigen Jahren Buddhisten, die bereit wären, mit ihr ein Alterswohnprojekt zu starten. Sie hat die Erfahrung gemacht, dass viele ihr Interesse bekunden, doch wenn es um konkrete erste Schritte geht, erlahmt der Enthusiasmus schnell.

Schon bei der Frage der Finanzierung eines solchen Projektes winken die meisten ab. Entweder haben sie im Leben sowieso zu wenig Geld gespart, als dass sie etwas einbringen könnten. Oder sie fürchten, das zu verlieren, was sie besitzen, wenn sie es in etwas vermeintlich Unsicheres wie ein gemeinsames Wohnprojekt investieren.

Karen lebt seit über 30 Jahren in der bekannten Freistadt Christiania in Kopenhagen, die zu Zeiten der Hippiebewegung auf einem ehemaligen Militärgelände entstand und als Großkommunenprojekt berühmt-berüchtigt ist. Sie weiß aus Erfahrung: „Wichtig für den Zusammenhalt sind regelmäßige Treffen, sonst lebt man sich schnell auseinander. Am besten wäre eine gemeinsame tägliche Meditation, natürlich freiwillig, um die gute und herzliche Atmosphäre zu erhalten und jeden Tag den Geist des Dharma wachzurufen.“

Karen schwebt eine Mischung aus strukturiertem Klosterleben und Familienleben als Rahmen vor. Wichtig sei, dass man bei einem solchen Wohnprojekt jedem genug Rückzugsmöglichkeiten und Raum fürs Alleinsein einräumen muss.

Menschen seien zwar soziale Wesen, bräuchten aber auch Zeit für sich alleine, vor allem, wenn sie meditieren.

Auch Yesche Udo Regel (55) träumte viele Jahre davon, ein buddhistisches Alters-Wohnprojekt zu gründen. Inzwischen hat er den Traum aber hintangestellt und sich mit seiner Frau ein Häuschen gekauft. „Man kann es ja wieder verkaufen“, meint er. Es klingt ein klein wenig enttäuscht.

Er hat ähnliche Erfahrungen gemacht wie Karen: „Die Leute fanden es toll, dass ich so etwas machen will, aber richtig einbringen wollte sich niemand. Wenn das Haus bezugsfertig gewesen wäre, dann wären sicher viele gerne eingezogen. Aber die ganzen Vorbereitungen und Mühen, es bis dahin zu bringen, wollte keiner so recht mitschultern.“ Den Bedarf für Buddhisten, im Alter gemeinsam zu wohnen, sieht er durchaus, und er hat sich dazu auch schon Gedanken gemacht: ‚Seniorenkloster‘ auf www.yesche.de/senior.htm

Inzwischen denkt Yesche realistisch: „Entweder befreundete Buddhisten schließen sich zusammen und bilden Hausgemeinschaften, oder ein finanzstarker Investor entdeckt das Ganze als Marktlücke. Der hätte dann die Man- und Moneypower, um eine Art buddhistisches Alten- und Pflegeheim hochzuziehen, in das Interessenten dann gegen monatliche Miete einziehen könnten.“

Fürs Sterben gibt es inzwischen ja schon einige Hospize, die einem helfen, buddhistisch betreut die Reise aus diesem Körper anzutreten. Doch für die wertvolle Zeit davor scheint es nicht einmal konkrete Pläne zu geben.

Sind Buddhisten zu individualistisch veranlagt? Bringen sie Gemeinschaft nicht mit Spiritualität in Verbindung? Scheuen sie möglicherweise den Stress und die Konflikte, die entstehen, wenn Menschen aufeinander treffen? Diskutieren Sie darüber mit uns im Internetforum: <http://forum.tibet.de/>



Falls Sie buddhistische Initiativen für das Leben im Alter kennen, schreiben Sie uns eine Mail: redaktion@tibet.de