

Exklusive Aktion

30%
RABATT



Zeigen Sie den Frauen Ihres Lebens, wie wichtig sie ALLE Tage im Jahr für Sie sind. Senden Sie Ihnen zum Weltfrauentag Blumen!

NUTZEN SIE DEN ANLASS DES
WELTFRAUENTAGS!

INSPIRING CHANGE
Internationaler Frauentag

8. März



Prof. Dr. Annelie Keil (Bremen)

Annelie.Keil@ewetel.net

www.anneliekeil.de

Öffentliche Versammlung zum Internationalen Frauentag

7. März 2014

„Quirl“ und „Frauen in Arbeit und Wirtschaft“ Bremen

Leistungen von Frauen-

Wahrnehmen und anerkennen

Wertschätzung

„Ohne meine Hüte kann ich nicht leben!“

Die Wertschätzung der Arbeitsleistung, die wir Leben nennen

Nicht an der **Mauer der Klage** darüber, dass die Verhältnisse so sind wie sie sind, wollen wir uns heute einfinden. Unübersehbar **blockiert diese** Mauer in all ihren Variationen und mit all ihren Parolen weltweit das Leben der Menschen. Die **Inschriften des Widerstands** kann man auch darauf lesen. Sie lassen sich nicht wegwischen und zeigen, dass die Frauen vor uns und die nach uns und all die, die zu kurz kommen, ausgeschlossen, gedemütigt werden ihren Protest, ihren Zorn und auch ihre Hoffnungen artikulieren. **Die Stimme des Menschen ist unüberhörbar, auch wenn überhört wird.**

Aufgerichtet wurden und werden die Mauern gegen Freiheit, Gerechtigkeit, Geschwisterlichkeit **im Streit um die Frage**, wie, von wem und wofür die **Ressourcen der Erde** und die **Leistungen** von Männern und Frauen aufgewendet werden, damit für jeden einzelnen Menschen und die Menschengemeinschaft ein Leben in Würde, sozialer Gerechtigkeit, Anerkennung ihrer Unterschiede in den Leistungen und lebensnotwendiger Wertschätzung gelingen kann. **Wir wollen und müssen uns den Tatsachen an den Mauern gegen das Leben stellen**, unsere **Stimme** heute, morgen am Frauentag und an jedem anderen Tag **erheben** gegen Gewalt, Unrecht, Missachtung, soziale Diskriminierung, Ausbeutung oder die Sucht zum Mobbing. Und wollen gleichzeitig nicht übersehen, woran

wir uns als Frauen beteiligen, uns verwickeln lassen und selbst zu Erfinderinnen gegenseitiger Unterdrückung werden!

Dennoch: dies heute ist keine Einladung zur Klage. Die Veranstalterinnen haben das, was es zu beklagen gibt, in vielen und guten Texten, Stellungnahmen und Verlautbarungen niedergelegt. Die Blumen im Saal sind keine Wurfgeschosse! Für Zickenkampf ist die Zeit zu schade. **Wir wurden zur Feier eingeladen. Aufgerufen sind wir** – und ich zitiere aus dem Manifest zur Zeit des Marsches auf das Pentagon 1967 und dem Kampf der Bürgerrechtsbewegungen, an dem Männer und Frauen beteiligt waren-

- **Zur Feier unserer gemeinsamen Kräfte, damit alle Menschen** die Nahrung, Kleidung und Behausung erhalten, derer sie bedürfen, um sich des Lebens zu erfreuen
- **Zur gemeinsamen Entdeckung dessen**, was wir tun müssen, damit die unbegrenzte Macht der Menschheit dafür benutzt wird, jedem von uns Menschlichkeit, Würde und Freude zu verschaffen;
- **Zu verantwortlicher Bewusstheit unserer persönlichen Fähigkeit**, unseren wahren Gefühlen Ausdruck zu verleihen und uns dabei zusammenzuschließen

„Wir können diese Veränderungen nur leben; wir können unseren Weg zur Menschlichkeit nicht denken. Jeder einzelne von uns und jede Gruppe, in der wir leben und arbeiten, muss zum Modell des Zeitalters werden, das wir zu schaffen begehren.“ (Iwan Illich, Klarstellungen, 1996, S. 152) Dass die Projekte „Frauen in Arbeit und Wirtschaft“ und „Quirl“ mit all den beteiligten Frauen in dieser Stadt versuchen, dafür möchte ich ihnen von Herzen danken.

Auch die 89 Jahre alte Hutmacherin Irma Arndtmann hat für sich ein Modell entwickelt, das ihr ein menschenwürdiges Leben nach ihrer Vorstellung ermöglicht hat:

*Irma Arndtmann, Hutmacherin, 89 Jahre
Man muss etwas auf sich halten*

Trotz meines Alters stehe ich noch immer jeden Tag in meinem Hutladen. Oft werde ich gefragt, warum ich immer noch arbeite. Auch mein Sohn schimpft

manchmal und sagt: " Du hast in deinem Leben schon so lange gearbeitet, hör doch mal auf. Gönn dir etwas Ruhe!" Aber was soll ich allein zu Hause in meiner Wohnung sitzen? Ich mache meine Arbeit sehr gern und mit sehr viel Liebe. Ich brauche meine Kundschaft und meine Hüte einfach... Eine Beschäftigung zu haben ist wichtig, im Alter sowieso... Ich lebe seit vielen Jahren allein, mein Mann, er war zehn Jahre älter als ich, ist im Krieg gefallen. Es war kein Problem für mich, ohne Mann zu leben, auch hatte ich hin und wieder Beziehungen, ein Engel war ich nicht... Aber verliebt habe ich mich nie wieder richtig, und jetzt ist es sowieso zu spät dazu. In meinem Alter braucht man das nicht mehr. Ich verliese mich nur immer wieder in meine Hüte... Wichtig ist, dass man sich pflegt. Ich trage jeden Tag ein schönes Kleid und immer einen Hut, ohne Hut ist man ja nicht angezogen. Ich würde gern öfter Hosen tragen, aber das geht nicht, weil ich mich nicht bücken kann... Junge Leute sind oft ungeduldig mit alten Leuten. Manche Kunden, die mich nicht kennen, denken, ich sei zu alt, um sie zu beraten. Viele sind anscheinend der Meinung, dass Alte im Weg sind, eine Last, das spüre ich überall. Ich denke dann immer, ihr könntet froh sein, wenn ihr überhaupt so alt werdet wie ich. (S. 157 ff)

Zwischen Geburt und Tod **ist älter werden die zentrale Arbeit des Lebens** und seine **unabdingbare Grundstruktur, ein biografischer Arbeits- und Leistungs-Prozess** vom ersten bis zum letzten Atemzug, **dem sich der Mensch-** solange er lebt- **nicht für eine Sekunde** entziehen kann. Als **Lebender** kann man **diese spezifische Arbeit nicht verlieren**, weil sie mit dem **Erwerb des Lebens identisch ist**. Mit dem eigenen Tod erst wird man an diesem Platz „arbeitslos“! Das ist die frohe, wenngleich schwierige Botschaft. In einem umfassenden Sinn ist unser Leben also ein **verlässlicher Arbeitgeber**, aber **ohne wenn und aber**, also bedingungslos ist es auf jeden von uns als „**Arbeitnehmer**“ angewiesen. Würde das Leben uns oder wir ihm kündigen, schaffte es sich selbst und uns gleich mit ab! Was immer mit uns in den anderen Feldern der Arbeit, vor allem der Erwerbsarbeit oder der Familienarbeit passiert, das **bisher gelebte Leben einer jeden Frau** hier im Saal ist eine **unbestreitbare Lebensleistung**. Sie geht ohne Abzüge und ohne Verzinsung auf unser Konto und enthält den Lohn, für den es sich gelohnt hat zu leben.

Wie das **Verhältnis der schwarzen zu den roten Zahlen** ist, dem muss jede von uns in der biografischen Bilanz Rechnung tragen. Gibt es von heute aus gesehen ein **Missverhältnis** zwischen dem, was wir uns als Lebensziel vorgenommen und realisiert haben und dem Aufwand, der Kraft, dem persönlichen Einsatz, der dafür

erforderlich wurde? Was war wirklich notwendig? Wo und warum haben wir unsere Lebenskraft vergeudet oder nachlässig verbraucht? Wer oder was hat uns angetrieben? Für was haben wir gebrannt, wenn wir uns zunehmend oder plötzlich ausgebrannt fühlen? Wie viel unserer Lebensleistungen haben wir für unsere Eltern, unsere Partner, unsere Kinder, den Erhalt des „nackten Lebens“ erbracht? Wie sind diese wertgeschätzt worden? Welche Lebensleistungen galten unserer ganz persönlichen, individuellen Existenz und der entsprechenden eigenen Wertschätzung? Drei Beispiele.

***Carla Kellermann, arbeitslos, Mitarbeiterin der Frankfurter Tafel, 53 Jahre
Ich gebe die Hoffnung nicht auf***

Es macht mich wütend, dass ich vom Staat abhängig bin. Ich will arbeiten und finde keinen Job. Sobald die Personalchefs auf der Bewerbung mein Geburtsjahr sehen, werde ich nicht einmal mehr zum Gespräch eingeladen. Ich bin zu alt, falle durch das Raster und bin plötzlich chancenlos auf dem Arbeitsmarkt. ... Niemand sagt mir offen ins Gesicht, dass es an meinem Alter liegt, aber natürlich ist mir klar, dass ich deshalb als schwer vermittelbar abgestempelt werde.... Dabei würde ich mir auch die Hände schmutzig machen, ich bin mir für nichts zu schade. Ich will Geld verdienen und davon mein Leben und das meiner kleinen Tochter bestreiten können, ich will von niemandem abhängig sein. Das ist eine Frage der Würde, meiner Würde...Mein Alter empfinde ich in vielerlei Hinsicht als Blockade. Heute muss man jung und dynamisch sein, schon als vierzigjährige Frau gehört man zum alten Eisen... Jeden Tag werde ich älter, die Zeit rennt mir davon. Ein Jahr bin ich jetzt schon arbeitslos... Meinen Lebensabend mag ich mir unter diesen Umständen gar nicht ausmalen. Nur eine Minderheit der Alten in Deutschland kann sich Kreuzfahrten, Reisen in den Süden und ein Häuschen auf Mallorca leisten... In meinem Leben geht es mit zunehmendem Alter abwärts. Ich kann mir nichts aufbauen, nicht die Früchte des Lebens ernten, bei mir bricht vieles weg.

***Gül Fidan Vurgun, Hausfrau, Geburtsdatum unbekannt
Das Wichtigste ist der Frieden in der Familie***

Als meine Mutter starb, war ich zwei Jahre alt. Die neue Frau meines Vaters, unsere Stiefmutter, schlug uns Kindern und gab uns kaum etwas zu essen. Um zu überleben, stahlen wir in der Scheune bei den Tieren Essbares. Wir Mädchen durften die Schule nicht besuchen, man gab uns für älter aus, als wir tatsächlich waren, damit wir schneller verheiratet werden konnten. Bis heute kann ich weder lesen noch schreiben... Ich hatte nie ein eigenes Leben, war nie wirklich glücklich. Eigentlich ist mir heute klar, dass ich das Leben nie auskosten habe, ich funktionierte nur und ertrug für meine Kinder die schlechte Behandlung

durch meine Verwandten. Für sie würde ich alles tun, ihnen sogar meine restliche Lebenszeit schenken, wenn sie dadurch nur einen Tag länger leben könnten. Sie alle haben eine gute Schulbildung, darauf habe ich Wert gelegt... Ich schätze, ich bin 65 Jahre alt, genau weiß ich es nicht, denn ich besitze keine Geburtsurkunde. Das ist in der Türkei nicht selten. Da ich nicht gearbeitet habe, erhalte ich keine Altersversorgung... Mein Mann ist jetzt 60 Jahre alt, Diabetiker, seit fünf Jahren im Ruhestand und erhält 460 Euro Altersversorgung. Die Kinder unterstützen uns finanziell und der Staat lässt hier auch niemanden verhungern. Dafür muss man sich auch einmal bedanken, denn in der Türkei ist das anders... Je älter ich werde, desto öfter denke ich an die Türkei. Bin ich dort, fehlt mir Deutschland, bin ich hier, vermisse ich die Türkei. Spätestens im nächsten Jahrzehnt will ich in der Türkei leben, unabhängig von den Kindern, aber in ihrer Nähe. Ich will niemandem zur Last fallen... Ich bin ein Familienmensch, mein Mann war oft krank, meine Aufgaben lagen im häuslichen Bereich... Ich möchte in der Türkei beerdigt werden, neben meinem verstorbenen Sohn Ali. Er war erst 43 Jahre alt, als er 2003 an Lungenkrebs starb. Sein Tod hat mich altern lassen. Der Schmerz und die Trauer waren kaum zu ertragen. Ich bekam Herzprobleme und Bluthochdruck und fühlte mich zum ersten Mal alt. Der Tod eines Kindes ist die schlimmste Erfahrung, die ein Mensch machen kann... An persönlichen Wünschen fällt mir nichts ein, das ist eine ganz fremde Welt für mich. Vielleicht wären ein schönes Haus, Reichtum, Reisen und unverheiratet zu sein, mein Traum. Jedenfalls habe ich immer davon geträumt, in den Himmel zu kommen, in meinen Träumen fliege ich wie ein Vogel. (S. 143 ff)

Rosi Gollmann, Gründerin der Andheri- Hilfe, 80 Jahre

Je mehr ich mich für neue Herausforderungen öffne, desto jünger bleibe ich

Schon als Achtzehnjährige stand für mich fest: Meine Lebensaufgabe ist es, für andere da zu sein. Diese Entscheidung bedeutete für mich den Verzicht auf Ehe und Familie und für meine Eltern- zu deren Betrübnis- den Verzicht auf Schwiegersohn und Enkelkinder... Rückblickend steht für mich fest: für meinen Verzicht auf eheliche, sexuelle und auf kindliche Liebe wurde ich reich beschenkt mit einer allumfassenden Liebe... Es ging bei unserer Arbeit nie darum, Almosen zu verteilen: das widerspricht der Würde des Menschen. Immer ging es um gezielte Hilfe zur Selbsthilfe. Der Mensch kann nicht entwickelt werden, er kann sich nur selbst entwickeln. Darum werden in unserer Projektarbeit die Betroffenen selbst aktiv in ihren eigenen Entwicklungsprozess einbezogen... Die Arbeit hält mich jung. Je mehr ich mich für neue Herausforderungen öffne, desto jünger fühle ich mich. Meiner Falten habe ich mich nie geschämt. Sie sind Zeichen des Lebens. Ich beobachte oft, dass Frauen alterbedingte Wehwehchen beklagen und beim Kaffeeklatsch statt Urlaubsbilder

ihre Röntgenaufnahmen herumreichen. Für mich hingegen ist Älterwerden ein Reichtum, Reichtum an Erinnerungen, für die ich dankbar bin. Es liegt in der Hand des Menschen, das Leben anzunehmen, auch das Alter und etwas daraus zu machen. (S. 65 ff)

Leben **pocht vom Augenblick seiner Entstehung an** vor, während und lebenslang nach der Geburt **auf Mitarbeit, Kooperation, auf Lust und Ausdauer**, auf die **Fähigkeit, Frust auszuhalten**, selbst **Widerstand gegen unerträgliche Verhältnisse zu leisten** und sich mit anderen zu verbinden, auf einen **langen Atem** und vieles andere mehr. **Leben** erwartet, dass wir die **leibhaftige Werkstatt**, mit der wir auf die Welt kommen, für die **Lebensarbeit** nutzen. Dass wir uns daran gewöhnen, Tag für Tag 24 Stunden im Dienst zu sein und indem wir unser Leben erarbeiten dieses auch genießen und wertschätzen. Dass wir dem Leben angemessene Ruhezeiten gönnen und dazu nachts beim Schlafen Organe und Funktionen unterstützen, die in der Nachtschicht andere Aufgaben zu erledigen haben als tagsüber! Balance halten, einen eigenen Rhythmus finden, das Schwanken üben. **Essen, trinken, liegen**, sitzen, stehen und gehen, sehen, hören, sprechen, lernen, lieben oder trauern, Geld verdienen, Kinder kriegen und aufziehen, kochen, waschen, einkaufen- keine dieser lebensnotwendigen Tätigkeiten folgt einem automatischen Reflex, sondern **beruhen auf der Entscheidung und der Einsicht**, dass wir ,wenn wir leben wollen, **die Werkzeuge**, Arbeitsinstrumente, die erarbeiteten Kenntnisse und unsere Fertigkeiten **nutzen und weiterentwickeln müssen**, weil nur so Leistungen des Lebens entstehen. **Liebe, Arbeit und Wissen sind die Quellen des Lebens**, heißt es bei Wilhelm Reich und keine Frau in diesem Saal ist von diesen Quellen grundsätzlich und auf immer getrennt – so sehr wir auch oft gehindert werden, sie zu nutzen und uns oft genug auch selbst im Wege stehen. **Wir kommen nicht als liebende, arbeitsame und wissende Wesen zur Welt**, wir müssen es werden. Nur wenn **wir selbst den Quellen des Lebens Wertschätzung entgegenbringen**, wenn wir wahrnehmen und erkennen, wie sehr unser **Leben** trotz aller Entmutigung und vieler Gegenkräfte **auf unsere persönliche Beteiligung** und die anderer Menschen angewiesen ist, haben wir **eine Beurteilungsgrundlage**, um zu verstehen, auf welche Weise, warum, zu welchem Nutzen für wen und mit welchen Folgen wir von der Liebe, der Arbeit und dem Wissen abgeschnitten werden, die uns ein selbst bestimmtes und würdiges Leben und gegenseitige Wertschätzung ermöglichen.

Augen, Ohren, Nase und Mund, Beine und Arme, Körper, Geist und

Seele **tun nichts von allein!** Sie liegen brach, wenn wir sie nicht dafür nutzen, wozu sie gedacht sind. Wir entscheiden, was wir sehen und übersehen wollen, was wir hören oder überhören wollen, was wir aussprechen und worüber wir schweigen wollen. Wer nicht herausfindet, wozu die Füße da sind, dass sie sich zum Gehen und zum Weglaufen eignen, dass man mit ihnen hüpfen, springen, tanzen und auch auf ihnen sitzen kann, dass man mit ihnen stampfen, treten und demonstrieren kann, kommt möglicherweise nicht zu der Einsicht, dass **der aufrechte Gang des Menschen keine orthopädische Fehlkonstruktion ist**, sondern wesentlich auf einem **Balanceakt** mit diesen Füßen und ihrem Bodenkontakt beruht. Jeder Schritt wagt den Fall und lebenslang müssen wir lernen, wie man wieder auf die Füße kommt, wenn wir stürzen, unseren Arbeitsplatz verlieren, durch eine Trennung das Gleichgewicht verlieren oder im Alter gebrechlich werden und Unterstützung brauchen.

Was so selbstverständlich klingt, ist es nicht. Das **Defizit** der **Wahrnehmung und Anerkennung der Lebensleistungen** von Frauen (und natürlich auch Männern, Kindern und alten Menschen), die wir uns wünschen, die wir brauchen und die Ausdruck der Wertschätzung unserer Lebensleistung **durch andere Menschen, Institutionen und die Gesellschaft** sein sollte, ist auf vielfache Weise in uns selbst vorhanden. Selbst- und Fremdwahrnehmung stehen in einem dialogischen Verhältnis, sind aufeinander angewiesen. **Je weniger wir uns selbst wahrnehmen, unsere jeweiligen Lebensleistungen anerkennen und wertschätzen**, je blinder wir gegenüber dem sind, was wir leisten **müssen, sollen, können oder wollen**, je **undifferenzierter** und **abwertender** wir **mit uns selbst**, aber auch **mit anderen in** Familie, Nachbarschaft, mit Freunden, Kollegen und Fremden **umgehen**, desto massiver und uns gefährdender wirkt die mangelnde Wertschätzung von Außen. **Je weniger** ein Berufsfeld gesellschaftliche Anerkennung und Wertschätzung erfährt, **desto größer** ist die Gefahr, dass sich die abschätzigen und negativen Bewertungen der Fremdbilder wie Motten in das Gemüt und die Selbstbilder der dort Tätigen einfressen. **Und desto wichtiger** ist die durchaus auch selbstkritische Wahrnehmung und Anerkennung der bisherigen Lebensleistungen in und für uns selbst.

Das Ergebnis **der** Arbeit, die wir tun, indem wir leben, **ist das, was wir Lebensleistung nennen**, unabhängig davon, ob diese Leistung im Rahmen der Erwerbsarbeit, der Familienarbeit, durch freiwillige

Dienstleistungen, durch Nachbarschaftshilfe, durch das Erlernen einer Sprache, des Nähens oder Kochens erbracht wird. Eine Lebensleistung bleibt etwas auch unabhängig davon, ob andere mit der Leistung zufrieden sind, sie wahrnehmen, anerkennen, gut oder schlecht bezahlen. **Auch wenn wir für angemessene Arbeit und ihre Bezahlung kämpfen, auf Wertschätzung angewiesen sind, wir nicht ins Leere denken, fühlen und handeln wollen- wir dürfen die Wertschätzung für unsere Lebensleistung nicht aus der Hand geben** und gleichzeitig selbstkritisch hinterfragen, ob und wie wir mit dieser Leistung zufrieden sind.

Der Zeugung von Leben folgt die Arbeit einer Frau, einen „Werkraum“ und Arbeitsbedingungen zur Verfügung zu stellen, damit das neue Leben zeigen kann, was in ihm steckt. Unbekannt ist der Zeitrahmen, in dem der Mensch den aufrechten Gang üben kann **und unbekannt sind auch die konkreten Herausforderungen und Aufgaben**, die jeder für sich und jeder zusammen mit anderen Menschen unter jeweils ganz spezifischen historischen gesellschaftlichen und kulturellen Bedingungen zu bewältigen haben wird und hat. Leben heißt, auf brüchigem Boden Land gewinnen, und am Anfang des Lebens zeigen sich die Zumutungen, die sich unseren Lebensplanungen entgegenstellen.

- Wir **kommen ungefragt zur Welt** und müssen herausfinden, **welchen Sinn** das macht
- Wir kommen **ungefragt als Tochter oder Sohn in eine Familie**, wie immer diese aussieht. Hier müssen wir unseren Platz finden, hier werden wir nachhaltig geprägt, hier lernen wir die ersten Modelle von Wertschätzung und Missbilligung, von Selbst und Fremdwahrnehmung kennen
- Wir kommen **ungefragt mit Stunde, Tag, Monat und Jahr zur Welt**. Wir werden als Zeitzeugen geboren, und werden Schritt für Schritt herausfinden, was dies bedeutet
- Wir **werden ungefragt in einem Land** geboren, das uns Heimat sein soll, mit Sprache und Religion ausgestattet, mit einer Kultur konfrontiert, die wir langsame inhalieren.

Mitten durch gelebtes, ungelebtes und erhofftes Leben hindurch entsteht auf diese Weise durch Gestaltung, Erfindungsreichtum, durch Erfahrungen und Selbstverantwortung, aber auch durch die Täler von Verzweiflung. Rückzug und Resignation eine einzigartige wie sehr spezifische Biografie. Leben ist eine **tägliche Uraufführung**, die angereichert von Akten der Wiederaufführung und überlagert

von Wiederholungen wie Fremdeinflüssen das Original, jenes einzigartige Subjekt mit seinen Talenten, Wünschen und Hoffnungen nicht immer sichtbar machen und manchmal sogar verschwinden lässt.

Wir werden als menschliche Originale geboren und sind nicht nur genetisch urheberrechtlich geschützt, aber manchmal ohne Unterstützung und Förderung, oft voller Zweifel, angstverloren und unsicher ob unserer Möglichkeiten versuchen wir immer wieder eine Kopie dessen zu werden, was von anderen erwünscht, anerkannt und durch entsprechende Dressurakte herstellbar erscheint.

Leben ist eine ständige Inszenierung auf den Bühnen und Brettern, die für die Menschen die Welt bedeuten. Hier kommen Tragödien und Komödien zur Aufführung, Opern und Operetten, Romane aller Schattierungen. Manches Leben scheint im Wettbewerb mit andern Leben zu den TOP TEN zu gehören, andere verklingen wie der Abgesang in einem Requiem. Wie sicher und festgelegt sich unsere Lebenspläne und biografischen Lebensabschnitte auch darstellen mögen, **in der Kreuzungslinie zwischen Vergangenheit und Zukunft hat die Gegenwart des Lebens nur Augenblickscharakter.** Wandel und Veränderung sind die rhythmische Gangart des Lebens, auch wenn wir dieser Vergänglichkeit alles Lebendigen immer wieder zu entrinnen versuchen. Aber gleichzeitig entsteht inmitten dieser ständigen Bewegung des Lebens das, was wir den roten Faden eines Lebens, den Leitfaden der Biografie nennen können. Aber wie im großen Mythos vom Labyrinth *ist dieser rote Faden ein Instrument für die Suchbewegungen des Lebens, keine Sicherungsleine für die Bewältigung des Alltags, kein Wegweiser zu einem „richtigen Leben“, das es nicht gibt.* Und dennoch so etwas wie eine charakteristische Struktur, mit der der biografische Auftrag in die Erfüllung hineinwächst.

Leben ist nicht durch Versicherungs- oder Inspektionsleistungen sicherzustellen und deshalb bleibt trotz aller Vorhersagen, Planungen und Maßnahmen auch unsicher, wie wir, wann, unter welchen Umständen und mit welchen Folgen älter werden oder geworden sind! Was wir uns wünschen klingt vielleicht so:

Inspektion

Bitte die 30iger Inspektion

Auf Herz und Nieren,
 verlangte der junge Mann:
 Gelenke abschmieren,
 Bandscheibenfederung nachsehen,
 Pumpleistung überprüfen,
 Zündrhythmus einstellen,
 den Lack ausbessern
 und lockere Schrauben anziehen.
 (Udo Jerns)

Dem jungen Mann ist das nötige Handwerkszeug zur Selbst-Inspektion abhanden gekommen. Wie soll er wissen, das ein federleichter oder anmutiger Gang aus Lebenslust nicht nur auf einer gesunden Bandscheibe beruht und dass der Lack auch mit der besten Politur nicht immer zu retten ist? Ganz abgesehen von den vielen lockeren Schrauben der Menschheit, gegen die kein psychiatrisches oder therapeutisches Kraut gewachsen ist. Auf Herz und Nieren können wir unser Leben nur prüfen, wenn wir seine Prinzipien verstehen lernen, wenn wir, wie der Einleitungstext sagt, herausfinden, dass Jugend und **Alter** zwar in enger Verbindung zu den biologischen Vorgängen stehen, aber **als biografischer Prozess wesentlich ein körperlicher, geistiger, seelischer, sozialer und spiritueller Gesamtzustand, eine Art Integrationsleistung ist, bei der es durch die Lebensphasen hindurch um unterschiedliche Gewichtungen, Gestaltungsprinzipien und Verschiebungen geht:**

Die Jugend ist nicht ein Abschnitt des Lebens,
 sie ist ein Zustand der Seele,
 der in einer bestimmten Form des Willens besteht, in
 einer Bereitschaft zur Fantasie,
 in einer gefühlsmäßigen Kraft,
 im Überwiegen des Mutes über die Zaghafteigkeit
 und der Abenteuerlust über die Liebe zur Bequemlichkeit.

Man wird nicht alt wegen der einfachen Tatsache,
 dass man eine bestimmte Anzahl von Jahren gelebt hat,
 sondern nur, wenn man sein eigenes Ideal aufgibt.
 Wie die Jahre ihre Spuren auf den Körper zeichnen,
 so zeichnet der Verzicht auf Begeisterung sie auf die Seele.

Der Abscheu, der Zweifel, das Fehlen an Sicherheit, die
 Furcht und das Misstrauen
 sind lange Jahre, die das Haupt beugen und
 den Geist zum Tod führen.

Jung sein bedeutet, mit sechzig oder siebzig Jahren die
 Liebe zum Wunderbaren zu bewahren, das Erstaunen

über die leuchtenden Dinge und die strahlenden Gedanken,
den kühnen Glauben, den man den Ereignissen entgegenbringt,
den unstillbaren Wunsch des Kindes auf alles, was neu ist, den Sinn für die angenehme und fröhliche Seite des Daseins.

Ihr werdet so lange jung sein, wie euer Herz die Botschaft der Schönheit, der Kühnheit und des Mutes aufnehmen wird, die Botschaft der Größe und der Stärke,
die euch von der Welt, von einem Menschen, von der Unendlichkeit geschenkt werden.

Wenn alle Fasern eures Herzens zerrissen sein werden und wenn sich auf ihnen der Schnee des Pessimismus und das Eis des Zynismus gehäuft haben werden, erst dann werdet ihr alt sein,
und dann möge Gott sich eurer Seele erbarmen.
(altes Indianerlied)

Was erwartet uns und worum geht es, um inmitten der schwierigen Zeiten des Lebens und den manchmal unerträglichen Zumutungen den Kopf über Wasser zu halten und auf brüchigem Boden immer wieder Land zu gewinnen? Worum könnte es gehen, um die Feier des Lebens inmitten der berechtigten Klagen nicht zu vergessen?

- Um eine bestimmte Form des Willens. „Wir sind Leben, das leben will, inmitten von Leben, das Leben will“ (Albert Schweitzer)
- Um die Bereitschaft zur Phantasie, zur Erfindung, zum Träumen
- Um eine **gefühlte Kraft der Seele**, die dem Körper beispringt und umgekehrt: mit Lust, Wut und Offenheit
- Um den **Mut im Verhältnis zur Zaghaftheit**
- Um die **Abenteuerlust im Dialog mit der Bequemlichkeit**
- Um die Erhaltung der Ideale und der Fähigkeit zur Begeisterung
- Um die Arbeit an der Abscheu, dem Zweifel, an der Furcht und am Misstrauen
- Um die Bewahrung der Fähigkeit, sich zu wundern und erstaunt zu sein
- Um die Neugier als dem Kind der Freiheit
- Um die immer wieder neue Botschaft der Schönheit des Lebens, seiner Größe, seines Mutes und seine Angewiesenheit auf uns
- Um den Kampf gegen den Pessimismus und das Eis des Zynismus

Möge die Übung weiter gelingen