



Prof. Dr. Annelie Keil, Bremen Vom Zahn der Zeit im Älterwerden Alles braucht seine Zeit

Als Radio Bremen und die ARD 1990 im Rahmen der 100. Sendung ihrer Serie „Frauengeschichten“ ein Portrait über mich drehten, lautete der Titel: „Annelie Keil, Professorin auf Lebenszeit, auf der Suche nach der eigenen Zeit“ und einleitend schrieb und las ich im Film den folgenden Text zum Thema „Zeit“:

Die Zeit, die Zeit

Als ich geboren wurde, hatte meine Mutter keine Zeit, kein Geld, keine Hoffnung und steckte mich in ein Heim.

Als ich mit sechs Jahren 1945 auf der Flucht von Polen in den Westen einen Vater suchte, hatte nur ein russischer Offizier im Gefangenenlager Zeit für ein Kinderspiel.

Als ich Angst hatte, gab es keine Zeit für Tränen. Als Kinder im Krieg lernen kleine Mädchen auch für spätere Zeiten „tapfer wie ein Kerl“ zu sein.

Als es Zeit war, von zu Hause wegzugehen, musste ich bleiben, um meine Mutter zu versorgen und zu schützen

Als ich krank wurde, gab es keine Zeit für Heilung, denn ich musste Geld verdienen und durchhalten.

Als ich mit dem Studium fertig war, wollte ich endlich eine „Reise“ machen, brauchte eine Unterbrechung, aber es war gerade Zeit für wissenschaftliche Laufbahnen.

Als ich meiner überraschend schnellen Karriere gerecht werden und meine Pflichten erfüllen wollte, blieb immer weniger Zeit für Anderes in meinem Leben.

Als ich durch eigene und die Lebenskrisen der Anderen verstehen lernte, dass die Zeit der Uhren anders tickt als die unberechenbare Lebenszeit, nahm ich mir zunehmend Zeit, das Leben zu begreifen und seine Grenzen zu akzeptieren.

Älter geworden und die Endlichkeit deutlicher vor Augen, hoffe ich auf verbleibende Zeit für befriedete Lebensbilanzen und mutige Offenheit für das, was unmöglich blieb, was jetzt geschieht und vor allem für das, was es bis zuletzt zu lernen gilt.

Zur Person

Annelie Keil (* 17. 01.1939 in Berlin) Soziologin und Gesundheitswissenschaftlerin. Studium der Politikwissenschaften und Soziologie, dann auch Psychologie und Pädagogik. 1971 an der Gründung der Universität Bremen beteiligt, lehrte als Professorin Sozial- und Gesundheitswissenschaften. Aktiv in der Hospizbewegung. 2004 Bundesverdienstkreuz für ehrenamtliche Arbeit zur Förderung von Bürgerengagement, Jugendbildung und gesundheitlicher Beratung und Selbsthilfe.

Mehr über sie oder Kontakt unter: www.anneliekeil.de

Wer leben will, muss älter werden – das braucht Zeit

Solange ich lebe, werde ich auf der Suche nach meiner eigenen Zeit bleiben. Sie rinnt nicht nur mir oft durch die Finger, verschwindet als Lebenszeit immer wieder in unsinnigen Beschäftigungen, die von wichtigeren Lebenszielen ablenken. Inzwischen sind nach dem Film 30 Jahre ins Land gegangen, ich habe gerade meinen 80. Geburtstag gefeiert und mich wieder gefragt und fragen lassen, was ich denn mit der unbekannt Restzeit meines Lebens anfangen will. Die Professorin auf Lebenszeit ist längst pensioniert. Eine Zeitenwende musste nach dem Ende der Erwerbsarbeit vollzogen werden. Welche Zeiten wurden wirklich frei und konnten als neue Ziele oder die Fortsetzung mancher alten Bedürfnisse ins Zeittbudget aufgenommen werden? Was braucht im Alter mehr Zeit, was kann als Zeitfresser wegfallen?

„Alles braucht seine Zeit“, diesen lehrreichen Satz kennen wir aus der Bibel. Eine Zeit zum Säen, eine Zeit zum Ernten, eine Zeit für das Weinen und eine andere für das Lachen, eine Zeit für die Liebe und eine Zeit für den Hass. Ohne

Zeit gibt es kein Leben und immer ist die menschliche Zeit Lebenszeit. Das vergessen wir zu leicht, weil wir immer auf die Uhr schauen und nicht mehr fühlen, dass die Uhr eine andere Zeit misst. Der Mensch lebt eine andere Zeit und schreibt seine eigene „Zeitgeschichte“, er erfindet und gestaltet seine Biografie, ohne zu wissen, wann die Lebenszeit zu Ende ist. Lebenslang verschenken wir unsere Zeit, vergeuden und verschwenden sie, geizen mit der Zeit und die meiste, eigentlich jede Sekunde zwischen Geburt und Tod verbringen wir mit dem Älterwerden.

Jede Stunde, jeder Tag, jeder Monat, jedes Jahr sind Zeitgeschenke an das Leben.

Die Sonne geht jeden Morgen auf, auch wenn wir sie nicht sehen, auf sie ist Verlass. Ein Tag hat gezählt 24 Stunden, um als ein Tag zu gelten und nutzt die Nachtzeit, um sich zu vollenden. Vom ersten bis zum letzten Atemzug nagt der Zahn der Zeit an unserem Zeitbudget. Ständig ermahnt er uns, was wir tun und lassen sollen, um die Lebenszeit richtig einzusetzen.

Auf jeder Schachtel steht es: Rauchen kann tödlich sein.

Stimmt. Kann es. Aber wie lange braucht man, um mit dem Rauchen anzufangen, es fortzusetzen oder am Rauchen zu sterben? Essen kann auch tödlich sein. Die Zeit, die wir im Leben mit Essen und Trinken verbringen, kann man kaum zählen, schon gar wenn wir dazu zählen würden, wieviel Zeit es kostet, Lebensmittel zu produzieren, sie einzukaufen und zu verbrauchen! Arbeiten, lieben, nicht arbeiten, hassen, in Urlaub fahren, zu Hause bleiben, sich schlau machen und erfolgreich sein, sich dumm stellen und auf Erfolg verzichten, Sport treiben und es auch lassen- alles braucht seine Zeit, aber wer weiß schon, ob sich der Zeitaufwand für eine erfolgreiches Altern lohnt und was das überhaupt ist.

In jedem Augenblick, jeder Stunde

oder Lebensjahr kann das eigene Leben Gesundheit gefährden und während das Rauchen nur tödlich sein kann, ist das Leben auf jeden Fall tödlich. Aber wann uns die berühmte letzte Stunde schlägt, wissen wir Gott sei es gedankt nicht. Es ist wie mit dem Hochzeitssegen, der bei der Trauung eine wichtige Rolle spielt: Bis dass der Tod Euch scheidet. Wunderbar! Das Problem aber liegt dazwischen. Denn zwischen Geburt und Tod, zwischen Gesundheit und Krankheit, zwischen Lust und Angst liegen unbekannte Zeiten. Leben findet lebenslang als Spannungsbeziehung in Zwischenzeiten statt. Wir kommen ungefragt auf die Welt, haben vieles nicht mit entschieden, müssen zunächst hinnehmen, was wir vorfinden und hoffen, dass wir zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft aus dem Unbekannten, das jeweils vor uns liegt, unser eigenes, höchst einzigartiges, konkretes Leben machen- inmitten all der anderen Menschen, die das gleiche Vorhaben antreibt. Wer leben will, muss älter werden, offen ist, wieviel Zeit wir haben und wie wir mit dieser Lebenszeit umgehen. Immer wird es auf irgendeine Weise Zeit zu leben, ob wir schneller oder langsamer, getrieben oder gelassen, bewusst oder unbewusst, allein oder gemeinsam leben.

Vom ersten bis zum letzten Atemzug nagt der berühmte Zahn der Zeit an unserem Leben, auch schon dann, wenn wir noch keine Zähne haben. Wenn wir als kleine Menschen unter Schmerzen die ersten Zähne bekommen, schiebt man uns manchmal bereits ein Beißgummi zwischen die Kiefer, um zu üben, wann und wie lange man zubeißen soll und wann man es lieber lässt. Der Zahn der Zeit ist der Lebenszahn des Menschen. Wir beißen uns die Zähne am Leben aus und beißen sie auch zusammen, wir zeigen die Zähne, wenn es nötig ist. Wir warten auf die ersten, die zweiten und die dritten Zähne und wir kämpfen um sie, wenn sie auszufallen beginnen. Manche von uns bewaffnen sich für jeden Unsinn bis

an die Zähne, andere haben Haare auf den Zähnen, wenn sie ihre Programme unter die Menschen bringen. Wir verteidigen uns mit Zähnen und Klauen, pochen auf die Ansprüche und wir fühlen einer Sache oder jemanden auf den Zahn, wenn sich Misstrauen einstellt. Meistens können wir immer wieder mal einen Zahn zulegen, manchmal sogar einen Affenzahn. Auge um Auge und Zahn um Zahn kann zur Lebenshaltung werden. Nur wenige von uns werden zum steilen Zahn oder bleiben es. Der Wert der Jahre und der Zahn der Zeit arbeiten Hand in Hand!

Mitten durch gelebtes, ungelebtes und erhofftes Leben hindurch entsteht mit der Zeit und in einer bestimmten historischen Zeit in der täglichen Übung des „aufrechten Gangs“ durch Gestaltung, Bewegung, Erfindungsreichtum, durch Erfahrungen, durch Eingriffe von außen und Selbstverantwortung, aber auch in Tälern von Verzweiflung, Rückzug und Resignation eine einzigartige wie sehr spezifische Biografie, die alle Merkmale der Gesellschaft und der Kultur in sich trägt, in der sie entstanden ist. Im Älterwerden sind und bleiben wir Kinder der Zeit, der Evolution, seit Millionen von Jahren, der Zivilisationsgeschichte, der Lebensgeschichte anderer Menschen. Wir sind sozusagen Zeiterben der Menschheitsgeschichte, eine Art Kulturerbe in Einzelausgaben. Jeder älter und alt gewordene Mensch ist auf seine Weise ein Teil der Zeitgeschichte, ist Zeitzeuge und schleust immer wieder neu die Vergangenheit durch die Gegenwart in die Zukunft. Das ist der Wert der Jahre und die Bedeutung, die jeder einzelne Mensch hat. ■

ZEITLOS BUCHTIPPS

Einige ihrer vielen aufschlussreichen Buchtitel:
Wird Zeit, dass wir leben. Wenn Körper und Seele streiken

Auf brüchigem Boden Land gewinnen:
Biografische Antworten auf Krankheit und Krisen

Wenn das Leben um Hilfe ruft: Angehörige zwischen Hingabe, Pflichtgefühl und Verzweiflung

Das letzte Tabu: Über das Sterben reden und den Abschied leben lernen

von Henning Scherf und Annelie Keil