

25.10.2022 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Dr. Elisabeth Krause-Vilmar,

Evangelische Pfarrerin, Bad Vilbel

Die Weisheit des Alters

Ich lerne sehr viel von älteren Menschen.

Oft sind es weise Ratschläge von Hochbetagten. Sie berühren mich, bringen mich ins Nachdenken und begleiten mich.

Diese Menschen haben vieles durchlebt und wissen, wovon sie reden. Sie sind altersweise.

Ein Projekt zum Thema „Altersweisheit“

Aus der Altersweisheit wurde in einem Seniorenheim in den USA ein Projekt gemacht.

Die Seniorinnen haben versucht, ihre ganze Lebenserfahrung in einem Satz zusammenzufassen. Dieser eine Satz sollte Jugendlichen eine Hilfe sein. Ihre Sätze haben die Seniorinnen auf Plakate geschrieben:

Die 93-jährigen Louise schreibt „Versuche zu lieben und nicht zu hassen!“.

Der Ratschlag von der 86-jährigen Lola heißt: „Mach langsamer!“

Der Tipp der 89-jährigen Doris lautet: „Nimm Dir mehr Zeit, das Leben zu genießen.“

Die 90-jährige Marie rät dazu, sich eine Arbeit zu suchen, hinter der man wirklich steht.

Senior*innen als Expert*innen

Die Beiträge wurden auf Facebook gepostet und über 170.000 geteilt.

Kein Wunder, denke ich, denn in dieser Aktion, da steckt Weisheit drin.

Diese Seniorinnen sind uns im Leben voraus und sind Expertinnen nicht nur für den Sonntagsbraten und Tortenrezepte. Sie sind auch Expertinnen für Liebeskummer, für Lebenskrisen und Lebensfreude und viele andere Lebenssituationen auch.

Die Ratschläge der weisen älteren Menschen bedenken

Wir sind alle umgeben von älteren Menschen. Sei es in der eigenen Familie, in der Nachbarschaft oder im Beruf.

Gerade in stressigen Situationen kann ihre Gelassenheit eine Hilfe sein.

Ich möchte von ihren Lebenserfahrungen lernen und mir Zeit nehmen, ihre Ratschläge zu hören und zu bedenken.