

Aspekte einer Theologie des Alterns

Lebensentwürfe und Lebensformen im Alter sind heute vielfältiger und individueller geworden – dies eröffnet Freiräume, verunsichert aber auch. Ratgeber zum „fröhlich“, „selbstbestimmt“, „erfolgreich“, „spirituell“ oder am besten gar nicht Altern haben daher Konjunktur. Eine Theologie des Alterns kann und will dem nicht einen weiteren Pflichten-katalog hinzufügen, sie kann – wie das menschliche Leben selbst – auch nur fragmentarisch sein. Als Grundsatz gilt: „Du sollst dir kein Bildnis machen“, denn damit beginnt, laut Max Frisch „das Lieblose, der Verrat“. Aber natürlich entwerfen Menschen unentwegt Gottesbilder und auch Bilder vom Menschen, um Orientierung zu gewinnen. Im Folgenden möchte ich Aspekte einer Theologie des Alterns aufführen und mich dabei an Dietrich Bonhoeffers dynamisches Beziehungsmodell von „Widerstand und Ergebung“ orientieren: „Die Grenzen zwischen Widerstand und Ergebung sind also prinzipiell nicht zu bestimmen: aber es muss beides da sein und beides mit Entschlossenheit ergriffen werden. Der Glaube erfordert dieses bewegliche, lebendige Handeln. Nur so können wir uns(ere) jeweilige gegenwärtige Situation durchhalten und fruchtbar machen.“¹ Altern soll als Mit- und Gegeneinander von Gewinn und Verlust, Widerstand und Ergebung oder, wie Jean Améry das Alter in seinem Klassiker unterteilt, „Revolte und Resignation“² betrachtet werden.

WIDERSTAND UND REVOLTE: DIE THEORIE „AKTIVEN“ ALTERNS UND SEINE KEHRSEITE

„Die Altersindustrie boomt. Auch ich gehöre nun zu ihrem Rohstoff“ (Kurt Marti, Jahrgang 1921).³

Die Theorie des „aktiven Alterns“ entwickelte sich als Alternative und Protest gegen ein defizitäres Altersmodell, das unter dem Vorwand des Rückzugs und der Passivität alter Menschen diese auf ein so-

ziales Abstellgleis verfrachtete.⁴ Sie entspricht damit dem Bilderverbot wie dem Exodus, der aus Sklaverei in neue, unbekanntere Freiheit führt.

Ihre Durchsetzungskraft verdankt diese Theorie der länger erhalten bleibenden Vitalität wie auch – nach Einführung der dynamischen Rente – der Finanzkraft der nunmehr zu „bestagers“ avancierten alten Menschen. Die Ökonomie prägt seitdem entscheidend das „neue“ Altersleitbild mit. Dessen Ideal ist letztlich der gesunde, möglichst selbständige Erwachsene middle-

ren Alters – das „junge Alter“ ist demnach eine Verlängerung dieser Phase („60 ist das neue 50“). So wird das „Alter“ als das „Fremde“, als Verlust- und Defiziterfahrung hinausgeschoben und auf „die Anderen“, die Gebrechlichen, Einsamen und Pflegebedürftigen projiziert, die als „Kunden“ immerhin noch an einem politisch gewollten „Pflegemarkt“ teilhaben dürfen oder vielmehr müssen. Auch gemeinwirtschaftlich orientierte Pflegemodelle entgehen dieser Marktlogik nicht, wo sie das Abstraktum „Geld“ durch die letztlich auch leistungsorientierte Währung „Bedeutung für andere“ ersetzen.

Wo Pflegebedürftigkeit und Altersdefizite individualisiert werden, ist Alter kein Widerfahrnis mehr, sondern eine Phase, die geplant, organisiert, abgesichert sein muss, die vorgebliche „späte Freiheit“ ist einer zunehmenden Pädagogisierung gewichen: „Wenn der alte Mensch kein Recht auf Veränderungen hat, die in unserer Gesellschaft als defizitär definiert werden, dann darf, ja muss er geschult, erzogen und trainiert werden.“⁵ Wie die frühe Kindheit ist „Alter“ kein Schon- und Schutzraum mehr. Damit geht eine letzte Enklave der „Zwecklosigkeit“ verloren. Es kann und darf nicht Aufgabe der Theologie sein, Menschen Lebensfreude, Vitalität und ein positives Selbstverständnis abzusprechen. Widerstand und Protest gegen Abwertung, gegen soziale Ausgrenzung und Bevormundung, gegen Sexismus, der sich gegen alternde Frauen viel härter und hämischer äußert als gegen Männer, gehört zum prophetischen Auftrag von Kirche und Diakonie. Aber ebenso ist ein Ikonoklasmus gefragt gegen Altersbilder, die unter dem Banner der Befreiung Menschen wiederum einzwängen und knechten.

Ohne das Modell des „aktiven“, „jungen“ Alterns desavouieren zu wollen, werden daher im Folgenden eher passive „Alterstugenden“ aufgeführt. Leitend sind dabei seelsorgliche und diakonische Perspektiven.

GELASSENHEIT: ZUM WESENTLICHEN FINDEN

„Abendsonne heißt ein Altersheim.“ (Kurt Marti)⁶

Von „Stern“ bis „Brigitte“ haben Medien eine neue Tugend von Menschen ab 50 entdeckt – die „Gelassenheit“. Nie mehr aufregen über den Kirschbaumzweig, der dreist vom Grundstück des Nachbarn in den eigenen Garten ragt! Mit der „Gelassenheit“ hat ein Terminus der mystischen Theologie Einzug in die säkulare Alltagssprache erhalten. In religiöser Terminologie bedeutet „Gelassenheit“ nicht, alle Fünfe gerade sein zu lassen, sondern sein eigenes Ego, alles, was man sein und scheinen will, zu „lassen“. Loslassen kann man nur, was man gefunden hat, und so sieht etwa Johannes Tauler (ca.1300-1361), das 40. und dann das 50. Lebensjahr als Beginn einer Einübung in die Gelassenheit. Ein junger Mensch müsse sich erst finden, viel ausprobieren, sich verstreuen in viele Lebensmöglichkeiten, Betätigungen, Aktivitäten, während das Alter Konzentration auf das Wesentliche bedeute.⁷

Im Alter wird die Zeit knapper, nachlassende Kräfte schränken Möglichkeiten ein. Dies kann man als Manko, Abbau, Niedergang interpretieren – oder als eine andere Form des Lernens und Erfahrens. In der Gerontologie wird von einem Dreischritt von „Selektion“ „Optimierung“ und „Kompensation“ gesprochen. Aus einer Fülle von Möglichkeiten, Interessen, Fähigkeiten erfolgt die Fokussierung auf wenige, die dann vertieft werden. Dies heißt: der begrenzte Raum, die eingeschränkten Fähigkeiten können als Welt-Verlust erfahren werden, oder als Konzentration auf das Wesentliche und Eigentliche. C.G. Jung hat daher das Alter mit der Abendsonne verglichen, die nicht mehr im Zenit strahle oder gar die Erde versenke, sondern ihre Strahlkraft und Wärme in sich selbst konzentriere – um dann rot und milde zu glühen, zu wärmen

und zu leuchten! Wenn im Alter frühere Lebensentwürfe, Rollen, soziale Bezüge und Interessen verloren gehen, mag dies schmerzlich sein. Es kann aber auch ein Schritt zu neuer Lebens- und Welterfahrung sein.

Religiöse Romantik? In einem Interview mit der Zeitschrift „EMMA“ bekennt die Lyrikerin Friederike Mayröcker (Jahrgang 1924): „Ich bin erst mit Mitte 70 ein wirklicher Mensch geworden ...Vorher sei sie oft rücksichtslos gewesen, zu besessen vom Schreiben, ... jetzt im Alter empfinde sie Liebe für alles Mögliche. ... Glauben Sie mir ... ich verliebe mich jeden Tag neu, mal in einen Baum, mal in einen Menschen, mal in einen Hund, der vor dem Supermarkt steht und mich aus seinen traurigen Augen ansieht.“⁸

ANNAHME DER KREATÜRLICHKEIT UND VERGÄNGLICHKEIT

„Vergeistigung im Alter? Nicht doch. Die Beschäftigung mit dem Körper, vor allem mit seinen Defiziten, nimmt unliebsam überhand.“ (Kurt Marti).⁹

Altern heißt – auf dieses Paradox hat schon Jean Améry hingewiesen – einerseits Entfremdung vom sich verändernden Körper und dem eigenen Spiegelbild, gleichzeitig aber auch die unausweichliche Erfahrung, ein Körper, die Bibel sagt „Fleisch“, zu sein.¹⁰ Wir wissen, dass wir nicht unser Körper sind – und sind es doch ganz und gar. Altern in diesem Sinne kann daher auch heißen, sich seiner Kreatürlichkeit bewusst zu werden. Ich sehe ein Foto mit zwei alten Frauen, die eine sitzt im Rollstuhl, die andere begleitet sie, beide haben einen Beutel in der Hand und füttern Enten. Enten füttern, Katzen streicheln, zuletzt ein Stofftier an sich gedrückt halten – dies können wir resignativ als traurigen Ersatz für menschliche Beziehungen deuten oder anders: als bis zuletzt glimmenden Wunsch nach Liebe

und danach, Liebe zu geben. Die Einsicht in die eigene Kreatürlichkeit kann zu Sanftmut und Wohlwollen mit der Schöpfung, zum Einstimmen in das Seufzen und die Erlösungsbedürftigkeit „aller Kreatur“ (Röm 8, 19-24) führen, zur Demut, nicht Herr und Herrin der Schöpfung, sondern ihr vergänglicher Teil zu sein. Das Alter entfremdet der Natur – dies beschreibt poetisch Kohelet-, indem der Mensch durch Unsicherheit aus einer behaglichen Umwelt gestoßen wird und sich vor dem Weg fürchtet, aber gleichzeitig wird er eins mit ihr – mit Mandelbaum, Grille und platzender Frucht (Koh 12,1-5). Die Akzeptanz der eigenen Vergänglichkeit kann zu einer nicht possessiven Liebe zu allem Lebendigen befreien.

Das Modell der „Gerontranszendenz“¹¹ baut auf solche Annahme der Kreatürlichkeit und auf die Relativierung des eigenen Ego zugunsten einer „kosmisch-holistischen“ Zusammengehörigkeit auf. „Gerontranszendenz“ würdigt das Alter als eigene Lebensphase mit eigenen Aufgaben und einer eigenen Wertorientierung, wobei materielle Sicherheiten, „Unabhängigkeit“, Aktivität gegenüber einer spirituellen Ausrichtung, einer Weite für die Wunder des Kosmos und der Kunst des Abdankens, um künftigen Generationen ihr eigenes Leben zu lassen, überwiegen. „So gesehen ist Gerontranszendenz eine wichtige, kreative Form von Altersgenerativität, die ein bedeutsamer Beitrag zur Humanisierung unserer Gesellschaft sein kann.“¹²

DANKBARKEIT

„Und weiter verlaufe ich mich im Wald der Fragen und Widersprüche. Also lebe ich noch.“ (Kurt Marti).¹³

Sich selbst übersteigen und „transzendieren“ zu können, hat nicht Vollständigkeit oder Abrundung des Selbst zur Voraussetzung, sondern gerade die Anerkennung der eigenen Unvollkommenheit. Die Krise

der mittleren Jahre resultiert oft daraus, dass Menschen ihr Ideal-Ich mit der Realität vergleichen und an der offensichtlichen Diskrepanz verzweifeln.¹⁴ Eine Bepflasterung des Lebensweges mit Idealbildern des aktiven, „erfolgreichen“ Alterns wird diese Verzweiflung bei denen, die ihr Lebensmanagement nicht geschafft haben, noch erhöhen. Für das Alter gilt beides: Wir sind, die wir geworden sind. Dies anzunehmen und zu bejahen, auch wenn es Glücks- und Erfolgsmaßstäben nicht gerecht wird, heißt Dankbarkeit. Der dankbare Mensch hat sich nicht selbst „so“ gemacht, er empfängt sein Leben immer wieder neu von Gott. „Dankbarkeit“ ist keine Schafstugend, sondern kann trotziger Widerstand gegen das Faktische sein. Beim Volksliedersingen im Pflegeheim, bei dem das Lied „Was frag ich groß nach Gut und Geld“ zu den Hits zählt, werden die Stimmen beim Vers „Ach ja, das ist ein lieber Gott!“ regelmäßig lauter, nicht, weil das Leben der Sängerinnen so schön und leidfrei war, sondern weil Gott sich gegenüber allem Versagen, Leid und Verlust letztendlich einfach doch als „lieb“ erweist und erweisen wird, einfach erweisen muss! Denn wir sind auch, die wir sein werden, nämlich die, die wir in der Zukunft Gottes sind. Nach Apk 2, 17 werden die Menschen einen Stein erhalten mit einem Namen, den noch niemand kennt. Wir sind, was wir geworden sind, aber bis zum letzten Atemzug und darüber hinaus ist unser Leben offen. Nicht unsere „Lebensbilanz“ spricht für uns, weder müssen wir unser Leben erfolgreich abschließen, es als „geglückt“ überschauen, noch müssen und können andere uns zur „Lebenssättigung“ verhelfen. „Glauben heißt, als Fragment leben zu können“, so Henning Luther, mit offener Zukunft, auch wenn aus der Vergangenheit unerfüllte Sehnsüchte, unerledigte Lebensaufgaben, Schuld und verratene Träume den Lebensrucksack beschweren.¹⁵ Nicht wir sprechen uns unser Urteil – wir sind weder Richter, noch Ankläger oder Verteidiger des eigenen Lebens, auch nicht Noten verteilende Schul-

meister oder Buchhalter, die „Lebensbilanz“ ziehen.

Dies ist befreiend- aber im konkreten Lebensvollzug auch schwer anzunehmen. Jean Améry bezeichnet als eine der Kränkungen des Alters, dass man in der eigenen Lebensgeschichte eingeschlossen sei und auch im Urteil der anderen.¹⁶ „Er ist nicht mehr der Mensch, der er mal war“, seufzen fassungslos Angehörige; „wir wollen sie so im Gedächtnis behalten, wie wir sie kennen!“ entschuldigen sich Freunde, um ihre dement gewordene Altersgenossin nicht mehr besuchen zu müssen. Welch ein enges Gefängnis Biographie und Erinnerung sein können, hat die Berichterstattung über Walter Jens gezeigt, eines Menschen, der rigoros auf seinen brillanten Verstand, auf sein erfolgreiches Leben als anerkannter Wissenschaftler reduziert wurde, und dessen späte Freude an bunten Farben, am Genuss eines Stückchens Fleischwurst nur noch als Defekt, als jämmerlicher Verfall gedeutet werden konnte. Gerade Menschen mit einer Demenz machen Angst, denn sie stellen radikal in Frage, wie wir „Menschsein“ verstehen, ob wir es an Verstand und Vernunft, an Planung und Zielorientierung, Erinnerung und Gedächtnis festmachen. Für Angehörige und Freundinnen ist es sicher besonders schwer, Abschied zu nehmen, insbesondere wenn das Gegenüber sich stark verändert, sie nicht mehr erkennt und vergisst, nicht mehr in unserem Sinne kommuniziert. Sie brauchen daher jeden seelsorglichen und praktischen Beistand, den es gibt. Aber ein Mensch ist nicht nur der, der er in Erinnerung oder in Kommunikation mit anderen ist, er ist auch immer ein Mysterium und ein Anderer, dem man sein Los lassen muss und dem letztlich der „Friede Gottes, welcher höher ist als alle Vernunft“ zugesagt ist. Menschen mit einer Demenz oder mit längerem Siechtum sind daher keine „halben“, „defekten“, „beschädigten“ Menschen, die auf dem Lebensweg ausgerutscht sind, sondern Menschen, die eine bestimmte Lebensphase mit eigenen Gaben und Aufgaben durchleben.

HINGABE

„*Hie und da aber grüßt – o Wunder!- ein ewiger Augenblick die heilige, weil von Gott gewollte Vergänglichkeit*“ (Kurt Marti).¹⁷

Auf einem Foto sehe ich eine sehr alte Frau in schwarzem Kleid, die erschöpft und ausgestreckt quer über einem Bett liegt. Ihre Augen sind halb geschlossen, ihr langes weißes Haar ist über das Kissen gefächert. Hätte sie ein junges Gesicht, wäre dies eine hoch erotische Aufnahme. Hingabe, sich verlieren, sich ausliefern, haben in der erotischen Terminologie ihren letzten Zufluchtsort gefunden, in Bezug auf das Leben, in Bezug auf das Altwerden sind sie verpönt. „Gutes“ Altern heißt heute sich absichern von der Zusatzrente bis zur Patientenverfügung, heißt (vorgebliche) Autonomie bis zuletzt. Dank der Hospizbewegung ist Sterben kein Tabu mehr, wohl aber das langsame Sterben und Erlöschen, Siechtum und vor allem „Abhängigkeit“. Vor „Abhängigkeit“ fürchten sich selbst aufgeklärte Menschen heute so sehr wie im Mittelalter Sünder vor Fegfeuer und Gericht. Dabei ist gegenseitige Abhängigkeit ein menschliches Essential. Nach beiden Schöpfungsberichten ist der Mensch als Mensch und Mitmensch, also in gegenseitiger Angewiesenheit, geschaffen. Nach jüdischer, christlicher und islamischer Tradition begegnet im „abhängigen“ (armen, kranken, gefangenen) Menschen Gott selbst! Aber offensichtlich ist es leichter, HelferIn und Helfer als auf diese Art Gottes Ebenbild zu sein. Wer „abhängig“ ist, definiert sich oft selbst als Last. Bettlägerigen, pflegebedürftigen, von Demenz betroffenen Menschen wird „Lebensqualität“ abgesprochen. Gerade dies aber – Abhängigkeit und Bedürftigkeit – hat der Theologe Eberhard Jüngel bereits 1975 als Beitrag alter Menschen zur Humanität gedeutet: „Gott gegenüber ist der Mensch ein Nehmender, insofern er sich selbst von seinem Gott entgegennimmt. Sich selber empfangen zu können, die eigene Person von Gott entgegennehmen zu können – das ist Glaube. Zwar gilt: Geben

ist seliger als nehmen. Doch erst recht gilt: Nehmen-Können ist seliger als Geben-können. Denn nur wer sich selbst von einem anderen empfangen kann, kann sich selbst einem anderen auch hingeben dann ist der alte Mensch gerade dadurch, dass er primär als Nehmender Repräsentant der Menschenwürde ist, im eminenten Sinn ein Gebender. Denn er hätte der Gesellschaft durch sein bloßes Dasein zu verstehen gegeben, dass der Mensch eben in seinem bloßen Dasein bereits ein Gebender ist.“¹⁸

Gerade der vergehende, nichts mehr tun könnende Mensch ist Maßstab der Lebensqualität!

REVOLTE!

„*Denn am Ende des Lebens ist man durchgar nichts mehr gerechtfertigt außer durch den Blick der Güte, der uns schöner findet, als wir je sind und waren.*“ (Fulbert Steffensky, *Jahrgang 1933*).¹⁹

Bei einem Altenachmittag, wo ich einen Vortrag über „Gelassenheit im Alter“ gehalten hatte, meldete sich zuletzt ein ungefähr 85jähriger Herr zu Wort, hieb beide Hände kräftig auf den Tisch und verkündete: „Ich will aber nicht gelassen sein! Schauen Sie doch in die Zeitung – ich muss mich doch aufregen!“ Die oben angeführten „Alterstugenden“ haben das Individuum, die individuelle Verarbeitung des Alterns zum Inhalt gehabt. Zum Fragmentarischen menschlichen Lebens gehört aber auch, dass selbst das glücklichste Leben nach christlicher Auffassung nicht rund und vollendet sein kann, solange Mitmenschen und Mitkreatur leiden.²⁰ Völlige Erlösung gibt es nur in Gemeinschaft, in gegenseitiger „Abhängigkeit“. Und so wird in der Bibel „Alter“ entweder nüchtern als unterschiedlich er- und gelebte Phase im Leben der Menschen geschildert, oder in Gesetzestexten und Prophetie immer auch als Gemeinschaftsaufgabe: Die „Ehrung der Alten“, das heißt im Dekalog oder

im Heiligkeitsgesetz (Lev 19,32) nüchtern: ihre Mindestversorgung und die Untersagung, sie zu beschämen. Prophetische Verheißungen wie Sach 8,4 schildern die irdisch gedachte Erlösung: „Es sollen hinfort wieder sitzen auf den Plätzen Jerusalems alte Männer und Frauen, jeder mit seinem Stock in der Hand vor hohem Alter, und die Plätze der Stadt sollen voll sein von Knaben und Mädchen, die dort spielen.“ Im Zentrum des Gemeinwesens stehen die Menschen, die auf Schutz angewiesen sind, die zweckfrei müßig gehen und spielen, die einfach „da“ sind. Die in diesem Beitrag genannten „Alterstugenden“ können nicht nur Möglichkeiten individueller Erfüllung aufzeigen. Wie wir Alter sehen und interpretieren, ist immer auch eine Aussage darüber, welche Kirche und welche Gesellschaft wir wollen. Alte Menschen können selbst zur Gestaltung von Gemeinde und Gemeinschaft viel beitragen, nicht nur als „aktive Alte“, sondern gerade als die, die dem Aktivitäts-, Bildungs-, Effektivitäts- und Leistungsideal nicht mehr gerecht werden! Wenn junge Menschen von Älteren lernen können, so ist nicht Anpassungsfähigkeit der Alten an jugendliche Normen vorrangig, sondern angesichts der Selektion und Optimierung von Menschen bereits im vorgeburtlichen Stadium, ihrer Unterwerfung unter Effektivität und Erfolg von Kindheit an, kann die „Weisheit des Alters“ doch nur eine letzte Enklave der Zwecklosigkeit, Nutzlosigkeit, ja Sinnfreiheit sein! Wo alle ehemals anarchistischen Freiräume von der Sexualität bis Intimität und Bindung marktwirtschaftlich besetzt und definiert sind, kann Alter als kollektives Schicksal, ein letztes Biotop, heißt einen Lebens-Raum bieten für gegenseitige Abhängigkeit, Barmherzigkeit, Gnade. <<

» ANMERKUNGEN

- 1) Dietrich Bonhoeffer, Widerstand und Ergebung. Briefe und Aufzeichnungen aus der Haft. Hg. Chr. Gremmels/E.Bethge/R.Bethge/I.Tödt. Gütersloh 1998, S. 334.
- 2) Jean Améry, Über das Altern. Revolte und Resignation. Stuttgart 20104(1. Aufl.: 1968).
- 3) Kurt Marti, Heilige Vergänglichkeit. Spätsätze. Stuttgart 2011, S.17.
- 4) Grundlegende Beschreibung in: Ursula Lehr, Psychologie des Alterns. Wiebelsheim 20009., S. 56-62. Die Theorien des „aktiven Alterns“ geht davon aus, dass ein Mensch zum „erfolgreichen“, „glücklichen“ Altern Aktivität, Kontakte und Bedeutung und Funktion für andere brauche; die „Disengagement-Theorie“ dagegen, dass Rückzug, Freiheit von Pflichten und Normen und Ruhe den Bedürfnissen alter Menschen entgegen kämen.
- 5) Erich Schützendorf, Das Recht der Alten auf Eigensinn. München 1999, S. 48.
- 6) Marti, s.o., S. 16.
- 7) vgl. Johannes Tauler, Predigten Bd. 1, hg. v. Georg Hofmann, Freiburg 2007, Predigt 19 (zweite Auslegung von der Himmelfahrt des Herrn), S. 132-138.
- 8) Tobias Haberl, Friederike Mayröcker. Die Magierin. EMMA Jan./Febr. 2013, S. 18.
- 9) Marti, s.o., S. 16.
- 10) Améry,s.o., S. 46-76.
- 11) Der grundlegende Aufsatz des Dänen Lars Tornstam zur Begründung dieser Theorie findet sich gut zusammengefasst in: Heinz Rügger, Altern im Spannungsfeld zwischen „Anti-Aging“ und „SuccessfulAging“. Gerontologische Perspektiven einer seelsorglichen Begleitung älterer Menschen. Ralph Kunz, Hg., Religiöse Begleitung im Alter. Religion als Thema der Gerontologie. Zürich 2007, S. 174ff.
- 12) Rügger, s.o., S. 176.
- 13) Marti, s.o., S.21.
- 14) Henning Luther, Identität und Fragment. In: Ders., Religion und Alltag. Bausteine zu einer praktischen Theologie des Subjekts. Stuttgart 1992, S.178.
- 15) Luther, s.o., S. 172.
- 16) Améry, s.o. S. 79ff.
- 17) Marti, s.o., S. 38.
- 18) Eberhard Jüngel, Der alte Mensch- als Kriterium der Lebensqualität. In: Der Wirklichkeitsanspruch von Theologie und Religion. Tübingen 1976, S. 131f.
- 19) Fulbert Steffensky, Nachtgedanken eine alten Menschen. In: Ders., Schwarzbrotspiritualität. Stuttgart 2005, S. 219.
- 20) Luther, s.o., S. 169.