Angela Fischer
Großmutter sein

Angela Fischer

Großmutter sein

Zauber einer Beziehung:
Wie wir Samen für die Zukunft legen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.dnb.de abrufbar.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß §44b UrhG („Text und Data Mining“) zu gewinnen, ist untersagt.

© 2024 Angela Fischer
Alle Rechte vorbehalten

Buchgestaltung: Britta Gerhard, Till Gerhard
Umschlaggestaltung: Till Gerhard
unter Verwendung des Farbholzschnittes „Full Moon and Autumn Flowers by the Stream“, ca. 1895, von Ogata Gekko
Verlag: BoD · Books on Demand GmbH, In de Tarpen 42, 22848 Norderstedt
Druck: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hamburg

ISBN 9 783769 322156

Für unsere Kindeskinder.
Für alle Geschöpfe, die noch ungeboren
im Herzen der Welt ruhen.

Inhalt

Einleitung **11**

1. Älter werden und Altsein **29**
Wie fühlen wir uns als Ältere? 31
Die alte Weise 39
Was können wir im Alter beitragen? 54

2. Weibliches Wissen und weibliche Kraft **63**
Was ist das - weiblich? 64
Es fehlt. Über Verlust, Verwundung und Heilung 84
Warum brauchen wir die Rückkehr des Weiblichen? 97
Weibliche Fähigkeiten im Licht der Großmutterschaft 103

3. Generationen. Aufgaben und Geschenke **113**
Erinnern – Unsere Haltung zur Vergangenheit 121
Sorgen und hegen – Unsere Haltung zur Zukunft 138
Behüten – Unsere Haltung zur Erde 146

4. Großmutter sein. Eine Reise **161**
Die Großmutter-Freundschaftsbänke 165
Die Großmutter-Gespräche 168
Die Beziehung 171

Das Weibliche leben 185
Sein 189
Sein lassen 194
Präsenz 199
Raum 202
Nähren 207
Humor 211
Magie und Geheimnis 216
Geschichten 221
Spielen 230
Jugendliche Enkelkinder 236

Über die Generationen 246
Die Drei-Generationen-Beziehung 249
Geschenke der Enkelkinder 264
Die eigenen Großmütter 270
Fallen und Herausforderungen 279

Über den Horizont 288
Weitergeben 288
Die Erde lieben 297
Bangen und hoffen 304

5. Licht säen 323
Licht 327
Liebe 335
Freiheit 342
Verantwortung 351
Noch einmal das Weibliche 358
Die Seele nähren 362
Beten und Segnen 368
Tod und Leben 377
Mitwirken, doch nicht bewirken 392

6. Ermutigung 399

Einleitung

Da ist ein breites Floß, gebaut aus alten Holzplanken, es schwimmt auf einem Fluss, dessen Ufer ich nicht sehen kann. Weit und breit nur das fließende Wasser. Auf dem Floß sitzen Kinder, vielleicht zwei Dutzend an der Zahl, vielleicht mehr. Kinder verschiedenen Alters und völlig unterschiedlichen Aussehens. Sie scheinen gänzlich eingewoben in ihre eigene Gegenwart, und zugleich wirken sie in der Atmosphäre, die sie umgibt, irgendwie zeitlos.

Das Bild tauchte aus dem Nichts auf, es erschien vor einigen Jahren, als ich mich soeben zur Meditation gesetzt hatte – ein Bild vor meinem inneren Auge. Mit ihm kam eine Klarheit, und gleichzeitig war da ein Wissen. Wir kennen das von gewissen Momenten in unserem Leben, in einem ganz hellen, wachen Augenblick, oder in Träumen, und manchmal kommt es in der Meditation: Da ist ein unmittelbares, spontanes Wissen, das nicht die Folge von Gedankengängen oder Lernübungen ist, sondern mit einem Mal einfach da ist, wie ein Blitz klar und hell. Wir *wissen* dann einfach. Ein solcher Blitz durchfuhr mich in jenem Augenblick, als ich das Floß sah: Ich wusste, dies sind meine Nachkommen, viele Generationen. Sehr gern gab ich mich der Vorstellung hin, dass es sich um meine persönlichen Nachfahren handelt, und da ich zu diesem

Zeitpunkt noch keine Enkelkinder hatte, erfüllte dieser Wink mich mit Vorfreude und mit einem tiefen Gefühl der Verbundenheit. Es war deutlich für mich, dass es sich um mehrere, vielleicht um viele Generationen von Kindern handelte, und ich fühlte Dankbarkeit. Dem Leben selbst gegenüber, dass es so weitergehen würde und auch dafür, dass ich, gewissermaßen symbolhaft, meine Nachfahren für einen Augenblick „sehen" durfte.

Dieses lebendige Bild wirkte nach. Es ließ mich nicht mehr los. Mit jedem Mal, mit dem ich darin eintauchte, wurde mein Blick weiter. Es wurde unpersönlicher. Zunehmend wurde weniger wichtig, ob es tatsächlich *meine* Nachfahren sind, meine biologischen Nachkommen, die in diesem Bild auftauchten. Viel tiefer noch berührte mich mit der Zeit die Einsicht, dass es sich universal um *unsere* Nachfahren handelt, und wie bedeutend das ist.

Mir war ein wichtiger Aspekt des Lebens gezeigt worden, der zuvor vergleichsweise wenig Raum in meinem Bewusstsein eingenommen hatte: die Zukunft, und wie wir mit ihr verbunden sind. Das Leben verbindet uns nicht nur auf der gegenwärtigen Ebene gleichsam horizontal miteinander, sondern auch über die Zeiten hinweg. Die Zukunft ist weit mehr als eine gedankliche Projektion in einer linearen Richtung. In gewisser Weise ist alles gleichzeitig da und es ist gleichzeitig verbunden. Wir sind nicht nur verwoben mit dem, was uns gegenwärtig umgibt, und mit dem, was war, sondern auch mit allem, was da kommen wird.

Nun, warum ein Floß? Ein Floß auf einem breiten, mächtigen Fluss ohne sichtbares Ufer? Ich weiß es nicht, bis heute nicht. Ein Floß mag uns an Schiffbrüchige denken lassen, an Menschen, die gerettet werden müssen. Im Bild wirkten die Kinder jedoch weder verzweifelt noch ängstlich, noch erschienen sie rettungsbedürftig. Eher vermittelten sie einen Ausdruck reinen Seins. Und das Floß wirkte tragend, solide. Möglicherweise war es lediglich ein Bild für etwas Ursprüngliches, Einfaches. Es erinnerte mich an Bilder von Flößen indigener Völker auf Urwaldflüssen wie beispielsweise im

Amazonas-Gebiet. Und der Fluss ist ein Bild für das Leben. Bei allen Deutungsmöglichkeiten fühlte ich irgendwann, dass ein Interpretieren oder Verstehen gar nicht mehr nötig ist. Der Eindruck war tief und ist seitdem geblieben. Ob Rettung oder nicht, ich wusste, dass ich etwas damit zu tun hatte und dass ich es nicht mehr ignorieren konnte.

Von da an begann ich, viel mehr auf das Wunder der Generationen zu schauen. Wie sind wir mit der Vergangenheit verbunden, wie mit der Zukunft? Welche Geschichten erzählen wir uns darüber? Wie leben wir diese Geschichten? Fließt allein nur das Bewusstsein davon, dass wir Nachfahren sind, dass wir von den Vorangegangenen erben, in unsere Werte und Beziehungen ein? Oder wie weit sind wir auch dafür wach, dass wir zugleich Vorfahren sind, und wie weit bestimmt das unsere Beziehungen zu anderen Menschen, zu den Tieren und Pflanzen, zu unserem Leben auf dieser Erde?

Was können wir beitragen zu dem Leben, das sich auf dieser Erde entfalten wird, lange Zeit nachdem wir hier mit unserem leiblichen Körper unterwegs waren, gelacht, geweint, uns umarmt und uns gestritten haben, gesät und geerntet, Bäume gepflanzt und gefällt, am Morgen die Sonne und in der Nacht die Sterne begrüßt haben?

Können wir auf eine Weise in die Zukunft wirken, die nicht nur durch die Folgen des Raubbaus an unserem Planeten gekennzeichnet ist, dieser Zerstörung, an der wir, ob wir es wollten oder nicht, beteiligt waren und noch immer sind? Von dieser Lebensweise wissen wir, dass sie in unübersehbarem Ausmaß in die Zukunft fortwirken wird, auch wenn die Vorstellung unbehaglich ist und wir den Gedanken daran gern verdrängen. Obwohl es wichtig ist, die Auswirkungen unseres wenig nachhaltigen Lebensstils für die zukünftigen Generationen bewusst zu haben und unsere Lebensgewohnheiten so schnell wie möglich zu ändern, gibt es noch eine weitere Spur, die hier bedeutsam ist. Sie hat mit einer inneren Kraft zu tun. Die wenig beachtete Frage ist: Gibt es auch eine andere Saat,

die wir dem Boden des gegenwärtigen Lebens anvertrauen können und die irgendwann in einer späteren Welt zum Wohlergehen allen Lebens aufgehen könnte? Eine Art Lichtsaat meine ich.

Ich näherte mich der Thematik auf einer persönlichen und einer eher unpersönlichen Ebene. Beide Ebenen durchdringen einander, sie sind nicht wirklich zu trennen.

Zuerst ist da die Frage: Welche Dimension hat dieses Zukunftsthema in unserem individuellen Leben? Da ich Kinder habe, ist mir das Thema auf einer persönlichen Ebene nah. Für alle Eltern taucht, wenn die Kinder langsam erwachsen werden, am Rand des Bewusstseins die Möglichkeit der Großelternschaft auf. Häufig, wenn wir an der Schwelle zum Älterwerden oder gar zum Alter stehen, erscheint dann das Potenzial einer ganz neuen Rolle im Leben. Neue Aufgaben, neue Freuden, vielleicht neue Sorgen. Auch für diejenigen, die keine leiblichen Kinder haben, oder für die leibliche Enkelkinder nicht wahrscheinlich sind, blitzt nicht selten eine bisher unbekannte Aufmerksamkeit für die übernächste Generation auf. Und dann wandern die Gedanken auch zurück zu den eigenen Ahnen und Ahninnen. Was haben sie mir mitgegeben, was lebt in mir weiter, wie bin ich über sie mit dieser Erde verbunden, mit diesem Land, mit dem Land, auf dem sie lebten?

Befasse ich mich mit den Beziehungen zwischen Generationen auf der nicht-persönlichen Ebene, so gerät die gegenwärtige Situation unserer Welt in den Fokus. Was für eine Welt werden wir, die Älteren, den Jungen hinterlassen? Was für eine Last, aber auch was für eine kreative Aufgabe liegt nun bei der jungen Generation, dieser gebrochenen Welt dabei zu helfen, zu heilen und sich umzuwandeln? Gibt es etwas, das auch wir Älteren noch zu dieser Heilung beitragen können, zu einer Zukunft, in der das Leben wieder singen kann, in der wir wieder in Liebe und Fürsorge für die Erde und untereinander verbunden sein können? Das wird wahrscheinlich weit in der Zukunft sein, nach einer Zeit des schmerzhaften Um-

bruches, in dessen Wirren unsere direkten Nachkommen ein für sie hinreichend gutes Leben werden finden müssen. Können wir also auch für die Zeiten dieses Übergangs, dieses Tumultes, in dem die alte Geschichte nicht mehr trägt und die neue noch nicht geboren ist, etwas beitragen? Können wir eine Saat weitergeben, die unsere Nachfahren selbst wiederum für eine ferne Zukunft säen können?

Tatkraft und neue Ideen sind von den Jüngeren und Jungen gefragt, und viele ergreifen sie. Ethische Verantwortung bedeutet in dieser Zeit mehr denn je, Liebe in Taten umzusetzen, ethische Werte ins Handeln zu bringen. Doch für die Älteren, die nicht mehr hauptsächlich aktiv in den Aufbau und die aktive Gestaltung des Lebens eingebunden sind, die nicht mehr die Energie zum tatkräftigen Aktionismus haben, welche Aufgaben gibt es für sie? Tatsächlich stellt sich mir die Frage mehr und mehr: Was ist die innere, die geistige oder spirituelle Aufgabe von uns Älteren, wo können wir einbringen, was uns auf unserem eigenen Weg gegeben und in uns entwickelt wurde? Wie ist unsere Verbindung zur Zukunft, an der wir äußerlich nicht mehr gleichermaßen aktiv wie die jüngeren Generationen mitgestalten? Wo eigentlich befinden wir uns zwischen Vergangenheit und Zukunft, zwischen denen, die vor uns waren und jenen, die nach uns kommen werden? Bei dieser Frage spielt auch eine Rolle, dass die Älteren dieser gegenwärtigen Zeit und auch ihre Vorfahren die Welt so mitgestaltet haben, wie wir sie jetzt vorfinden.

Worum geht es im Einzelnen? Zur Orientierung möchte ich einen kurzen Leitfaden über den Aufbau des Buches und die Zusammenhänge seiner Elemente skizzieren:

Zunächst, was macht das Wesen einer Großmutter aus? Um uns dem Kern unseres Anliegens zu nähern, werden wir die grundlegenden und essenziellen Merkmale betrachten: das Alter, die Weiblichkeit und die Beziehung im Generationengefüge. Jedem dieser drei Themen ist ein Kapitel gewidmet.

Auf der Basis dieser Elemente widmen wir uns all den Fragen, die im Orbit unseres Themas auftauchen. Was für ein Gefühl haben wir für den Faden, der Generationen verbindet, über unsere gegenwärtige Generation hinaus? Was können wir weitergeben, was erneuern? Welche Traditionen möchten wir fortführen, welche Zyklen würden wir gern durchbrechen? Welche Bedeutung geben wir Großmütter dem zeitgleichen Leben mit unseren Enkelkindern? Welche Geschichten können wir erzählen und wie leben wir diese Geschichten? Haben wir Zugang zu Wissen und Weisheit unserer Vorfahren, die wir in der Kette der Generationenfolge weitergeben können?

Und wie steht es um unsere allerältesten Vorfahren, um unsere Erde, das Land, das Wasser? Können wir denen, die nach uns kommen, Möglichkeiten anbieten, unsere Beziehung mit ihnen zu heilen: mit all dem, was uns Leben gibt? In einer Zeit, in der die Menschheit sich von der Natur entfernt und getrennt hat – können wir auch als Ältere und insbesondere als Großmütter zu einem kollektiven Erwachen beitragen, zu einer fundamentalen Erneuerung in fernerer Zukunft, die unsere gebrochene Welt so verzweifelt braucht?

Hinweise geben uns die persönlichen Erfahrungen von Großmüttern, die sich entlang einzelner Themenbereiche im folgenden vierten Kapitel mitteilen werden. Wenn auch sicherlich nicht alle Aspekte in ihrer Vollständigkeit eingefangen wurden, so habe ich doch versucht, vielfältige Lebensbereiche aufzufächern. Dieses Kapitel ist das Kernstück: das Leben und Sein als Großmutter. Die Erfahrungen, die Möglichkeiten, die Schwierigkeiten und vor allem die Bedeutung. Nicht nur im Sinne einer menschlichen und sozialen Kraft, sondern Bedeutung in ihrer spirituellen Dimension.

Wie wir einen Samen des Lichts legen können, wie das Großmuttersein gleichbedeutend mit einem lebendigen spirituellen Leben im Alter und Älterwerden sein kann, damit beschäftigen wir uns im fünften Kapitel. Die meisten spirituellen Ratgeber und modernen

Schriften über das spirituelle Leben richten sich an jüngere Menschen. Bei Mitte Fünfzig etwa scheint es eine magische Grenze zu geben. Als sei jenseits davon sowieso Hopfen und Malz verloren. Selbstverständlich ist das nicht so. Auch diese Thematik hatte mich bewegt, und natürlich ist sie untrennbar verwoben mit dem Motiv einer Saat, die mit Liebe für die Zukunft gepflanzt wird. Auch allen vorhergehenden Themen unterliegt diese Ausrichtung, und vielleicht hören Sie es wie einen leisen Glockenton hinter jeder Betrachtung. Nicht jede:r mag dem den Begriff des Spirituellen oder der Mystik verleihen wollen, doch für alle interessierten Leser:innen trifft dieses Leitmotiv, nennen wir es spirituell oder nicht, ihre Sehnsucht nach Sinnhaftigkeit im Leben. Wir alle sind mit dem inneren Bedürfnis, uns für etwas Größeres zu öffnen – größer und höher, als wir selbst es sind – geboren worden.

Danach zu leben, als Großmutter, das braucht keine Technik, kein Vorwissen, keine speziellen Fähigkeiten. Es ist einfach. Dazu möchte ich, nachdem wir die verschiedenen Fäden aufgegriffen und eingeknüpft haben, im letzten Kapitel einmal mehr ermutigen.

Sie werden bemerkt haben: Bei diesem Buch handelt es sich nicht um einen praktischen Ratgeber. Was Sie hier nicht finden werden, sind traditionelle Koch- und Backrezepte aus Omas Küche, Ratschläge zu bewährten Hausmitteln und auch nicht das Verherrlichen tradierter Werte. Es wird auch nicht darum gehen, die Generationen zu vergleichen, sie in Kategorien aufzuteilen oder gar gegeneinander auszuspielen. Und ebenso wenig geht es um das Bedürfnis, Spuren zu hinterlassen. Die Frage, wie möchte ich erinnert werden, wie kann ich sein und was tun, damit ich in guter Erinnerung bleibe, interessiert uns nicht, mehr noch, sie würde das Anliegen dieses Buches durchkreuzen.

Wir bewegen uns in einer Landschaft, die eine ganz persönliche Färbung haben kann, als Großmütter von Enkelkindern in der

Familie, und zugleich hat sie auch eine unpersönliche Dimension. Wir müssen keine leiblichen Großmütter oder Mütter sein, um ein Gespür dafür zu entwickeln, dass wir Ahninnen sind. Die Stimme der Ahnin kann in uns allen erklingen, ganz gleich ob wir physisch Großmütter sind, es irgendwann einmal werden, oder dies auf einer vielleicht unpersönlicheren Ebene leben. Jenseits des Persönlichen stellt sich die Frage, was es kollektiv für uns bedeuten könnte, wenn wir die Beziehungen zwischen den Generationen mehr wertschätzten und in dieser Verbundenheit die Werte wieder lebten, die notwendig sind für eine Heilung unseres Planeten und der ihm innewohnenden Lebensgemeinschaft. Konkreter und anschaulicher wird unsere Beschäftigung damit, wenn wir unsere persönlichen Erzählungen einweben. Deshalb freue ich mich sehr darüber, dass einige Großmütter sich bereit erklärten, mit mir Gespräche zu führen, die ich aufzeichnen und in Teilen hier einfügen durfte. Ihre lebendige Erfahrung ist inspirierend. Es werden Großmütter zu Wort kommen, die uns auf ihre je individuelle Weise die besondere Verbindung und die einzigartige Liebe zwischen ihnen und ihren Enkelkindern nahebringen. In das Muster dieser Generationenbeziehung weben sie die Farben persönlicher Einzigartigkeit und bringen sie durch ihre sehr menschlichen Erfahrungen zum Leuchten.

Für mich persönlich entspringt die Idee zu diesem Buch, ebenso wie die Leidenschaft, mit der ich mich in einem langen Prozess immer weiter darauf einließ, nicht zuletzt auch meiner innigen Liebe zu meinen Enkelkindern. Großmutter zu sein hat eine umwerfend neue, überraschende Qualität in mein Leben gebracht, die ich zuvor gar nicht erahnen konnte. In Gesprächen mit anderen Großmüttern wurde mir dies unmittelbar gespiegelt; die Freude, über die Enkelkinder zu sprechen, glich dem Glück und der Verliebtheit, als wir junge Mütter neu geborener Kinder waren, aber sie hatte noch eine andere, eine neue Dimension: eine Herzenswärme, die alles einschließt, wie ein Duft, der alle gleichermaßen betört, die an

ihm vorübergehen. Wenn man sich die Frage stellt, was es bedeutet, Mensch zu sein, dann ist diese Wärme eine Antwort darauf. Ich bin überzeugt, dass es noch viele Frauen gibt, die ähnlich fühlen, ebenso Großväter, und etliche andere, welche die Liebe über Generationen und die Suche nach der Verantwortung teilen, ohne leibliche Großeltern zu sein.

...