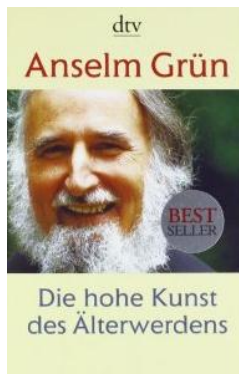


## Herzlich willkommen ...

Meine bisher jüngste Klientin zählte 22 Lenze. Der älteste ist gerade einmal 72 Jahre. Für das Thema Coaching ist also niemand zu alt. Das, was wirklich zählt, ist die Einstellung zu sich selbst und zu unserem „Sosein“ in jedem Augenblick. Linda Gray, Sie kennen sie wahrscheinlich alle aus der US-amerikanischen Kultserie „Dallas“, hat dazu einmal gesagt: „Das wichtigste ist, niemals mit dem Wachsen aufzuhören. Man kann es immer. Jede Zeit und jedes Alter ist richtig. Niemand erzählt einer Rose, wann sie zu blühen hat.“ Dieses Zitat ist Grund genug, mich in dieser Ausgabe dem Älterwerden und den damit verbundenen Aufgaben zu widmen – etwas provokant, aber absolut wertfrei und am Ende hoffentlich versöhnend. – Geben Sie diese Ausgabe gerne an Interessierte weiter. Haben Sie aber einmal keine Lust mehr, dieses Blatt zu lesen, schicken Sie mir einfach eine kurze Nachricht. Dann drücke ich die Löschtaste!

Herzlichst Ihre Karin Warncke

## Tipp aus der Bücherkiste



„Zum Leben in der ersten Lebenshälfte gehören das Kämpfen und das Ringen. Im Alter dagegen geht es darum, Altes und unseren äußeren Wert in der Welt loszulassen, um zu erfahren, dass unser wahrer Wert darin besteht, einfach nur Mensch zu sein, damit Andere zu uns kommen, um bei uns auszuruhen oder weisen Rat zu suchen. Aber wer wird schon gerne älter? Wohl keiner, und deshalb wird das Nachdenken über das Alter oft verdrängt.“ *Benediktinermönch Anselm Grün* ermutigt dazu, sich bewusst damit auseinanderzusetzen. Einfühlsam schildert er die Herausforderungen des Älterwerdens – Annehmen, Loslassen, Aussöhnen – und zeigt die darin liegenden Chancen auf: „wer lernt, die jetzt spürbaren Grenzen zu akzeptieren, der kann für sich selbst auch ganz neue Tugenden erlernen wie Dankbarkeit oder Geduld, Sanftmut oder Gelassenheit. Wer sich darin übt, loszulassen, wird neu beschenkt.“

*Anselm Grün: Die hohe Kunst des Älterwerdens 8,90 € [D]*

## Avatare im Einsatz gegen den (spirituellen) Pflegenotstand?

Dient „Avatar“, einer der erfolgreichsten Kinofilme aller Zeiten, den Forschern nun als Steilvorlage im Kampf gegen den Pflegenotstand? In James Camerons Mammut-Filmprojekt steuern Menschen ihre Ersatzkörper über das Gehirn. Sind diese ferngesteuerten Seelen bloß einer platten Science-Fiction-Idee entsprungen oder ist das künstliche Pflegepersonal realistische Zukunftsmusik für Krankenzimmer und Pflegeheime? **K**unststoffe mit ihren Weichmachern und die sich stetig weiter entwickelnde audiovisuelle Kommunikationstechnik lassen diese Vision wahrscheinlich schon in naher Zukunft Realität werden. Doch wie steht es um die Interaktion von Mensch und Maschine? Geht das überhaupt? Wie unmenschlich, könnte man aus heutiger Perspektive sagen. Doch beinhaltet der Einsatz von Avataren zwangsläufig auch mangelnde Fürsorge und lieblose Behandlung mit deren körperlichen und psychischen Begleitererscheinungen? - Oder können Avatare mit ihren Nutzern vielleicht schon bald in natürlicher Spra-

che kommunizieren und sie liebevoll in den Arm nehmen, wofür dem Pflegepersonal heute kaum noch Zeit übrig bleibt? Weitergesponnen wäre sogar die Entwicklung einer Avatar-Software denkbar, mit der die Persönlichkeit des menschlichen Stellvertreters individuell auf die zu betreuende Person mit ihren „Macken“ abgestimmt werden könnte. **S**pätestens seit dem Nobelpreisträger Konrad Lorenz wissen wir, das artfremde Lebewesen aufeinander konditioniert werden können: Das erste Wesen, das Küken nach dem Schlüpfen sahen, war der Verhaltensforscher Lorenz. Die Grauganskinder hielten ihn für ihre Mutter und liefen ihm nach, in späteren Versuchen einem Miniroboter. Ist dieses Phänomen auf den Menschen übertragbar? Meines Erachtens ja. Ist es nicht denkbar, dass Kinder, die mit der virtuellen Welt groß geworden und die damit aufwachsen sind, dass Oma im Pflegeheim von Avataren betreut wird, es nicht unmenschlich, sondern ganz normal finden? Und wie steht es mit den Alten von morgen? Viel-

leicht fällt es ihnen ganz leicht, ihre Gefühle auf einen Avatar zu projizieren?

Aus spiritueller Sicht könnte man meinen „Avatare, wie grausam“. So etwas sei doch nicht Schöpfers Wille. Ist das wirklich so? Oder eröffnen Avatare die Chance, Menschen auf ihrem Weg zurück in die göttliche Einheit zu begleiten? Und hier wären wir schon wieder beim „Planet of Plastics“, auf den wir gerade zusteuern. Eine Menge Plastik mit seinen Weichmachern würde gebraucht, um einen Avatar lebensecht nachzubauen und funktionstüchtig zu machen. Nachweislich kann der Kontakt mit Kunststoff und seinen Weichmachern und Ausdünstungen die Produktion der menschlichen Geschlechtshormone jedoch empfindlich stören. Wir erinnern uns an die weiblichen Meeresschnecken, denen Penisse wachsen, weil zu viel Plastikmüll in den Weiten der Ozeane schwimmt. Im schlimmsten Fall entwickeln wir uns zu geschlechtslosen We-

sen. Schrecklich könne man denken, doch die Umkehr in unserer alternden Gesellschaft bezieht sich nicht nur auf ein neues Lebensmuster, sondern auch auf die eigene Geschlechterrolle. Es gilt von der Polarität der Geschlechter zur fließenden Identität zu kommen. Die Mystiker nennen dies die chymische Hochzeit, wenn weibliche und männliche Persönlichkeitsanteile sich in Harmonie aufeinander zubewegen. Kann der Avatar aus Kunststoff in dieser spirituellen Angelegenheit unter Umständen auch zum biochemisch-kommunikativen Helfer werden, wenn es auf der seelischen Ebene nicht klappen will? Oder ist alles ganz anders? Treibt der liebe Gott im Zeitalter des Wassermannes nur seinen Schabernack mit uns und buchstäblich in die Illusion? Ist es wie mit unserem Bewusstsein während eines Kinofilms? Wir vergessen die Wirklichkeit, tauchen in die scheinbare Realität der Darbietung und steigen erst nach der Vorstellung wieder aus. ...

(Karin Warncke)

### Was Liebe für 4 bis 8-jährige bedeutet – Befragung SOS-Kinderdorf

**Rebecca (8)** „Als meine Großmutter Arthrose bekam, konnte sie sich nicht mehr vornüber beugen u. ihre Zehennägel lackieren. So hat das dann immer mein Großvater für sie gemacht, obwohl seine Hände auch Arthrose hatten.“

**Billy (4)** „Wenn jemand dich liebt, sagt er deinen Namen irgendwie anders. Du weißt einfach, dass dein Name in ihrem Mund sicher ist.“

**Karl (5)** „Wenn ein Mädchen Parfüm auflegt und ein Junge Rasierwasser, und sie gehen aus und riechen einander.“

**Chrissy (6)** „Wenn dir jemand ganz viel von seinen Pommes Frites abgibt, ohne welche zurückhaben zu wollen.“

**Terri (4)** „Liebe ist, was dich lächeln lässt, wenn du müde bist.“

**Danny (7)** „Wenn meine Mami Kaffee für meinen Papi macht und ein Schlückchen probiert, bevor sie ihn ihm gibt, um sicher zu sein, ob er auch schmeckt.“

**Bobby (7)** „Liebe ist das, was mit dir im Raum ist an Weihnachten, wenn du aufhörst, Geschenke auszupacken und lauschst.“

**Emily (8)** „Wenn du immer küsst. Dann, wenn du genug vom Küssen hast, willst du immer noch zusammen sein und du sprichst mehr. Meine Mami und mein Papi sind so. Sie sehen eklig aus, wenn sie sich küssen.“

**Thommy (6 J.)** „Liebe ist wie eine kleine alte Frau und ein kleiner alter Mann, die immer noch Freunde sind, obwohl sie sich schon so gut kennen.“

**Cindy (8)** „Während meiner Klavieraufführung, war ich auf der Bühne und hatte Angst. Ich sah all die Menschen an, die mich anschauten und ich sah meinen Papi winken und lächeln. Er war der Einzige, der das machte. Ich hatte keine Angst mehr.“

**Lauren (4)** „Ich weiß, dass meine große Schwester mich liebt, weil sie mir alle ihre alten Kleider gibt und losgehen muss, um neue zu kaufen.“

**Karen (7)** „Wenn du jemanden liebst, gehen deine Wimpern rauf und runter und kleine Sternchen kommen aus dir heraus.“

### Das Netzwerk „Singende Krankenhäuser e. V. ...

... engagiert sich für die internationale Verbreitung heilsamer und gesundheitsfördernder Singangebote in Krankenhäusern und andern Gesundheitseinrichtungen, z. B. im Ginsterhof in Rosengarten. – Im „Canto“-Kreis in Buxtehude

treffen sich Menschen jeden Alters einmal im Monat aus purer Freude am Singen von kurzen, eingängigen Mantras um die „eigenen Stimme“ neu zu entdecken. [www.cantokreise.de](http://www.cantokreise.de)