

Wienke Zitzlaff



SAPPHO>>>
Frauenwohnstiftung
Gemeinnützige Stiftung des privaten Rechts
Erbfolge weiblich

Gedanken über das Altwerden

Diesen Text schrieb ich vor dem Herbst 1998, um mit meinen Schwestern bei SAFIA darüber zu reden - über uns zu reden.

Was ist Alter?

Als ich jung war, wußte ich genau, was Alter ist, ich beobachtete und begegnete auch alten Frauen. So baute ich mit Mitte 30 mit meinem Ehemann einen Einfamilienbungalow, damit ich im Alter keine Treppen zu steigen brauche.

Als ich älter wurde, stellte ich fest, daß ich nichts übers Alter weiß - darüber möchte ich gleich ausführlicher reden. Übrigens wohne ich heute - 30 Jahre später - im SAPPHO-Lesbenwohnprojekt in der Stadt - im 4. Stock, ohne Fahrstuhl ! -

Alter ist eine immer länger werdende Vergangenheit. Das Zeitgefühl ändert sich. Wenn ich heute "neulich" sage, ertappe ich mich, daß ich vor 10 Jahren meine "Lesben überall" der Beiträge Feministischer Theorie und Praxis erschien für mich neulich - die Redakteurin sagt: vor 10 Jahren. Gestern ist vor 20 Jahren. Vor 50 Jahren war ich schon erwachsen - und die 50 Jahre jüngeren sind heute auch erwachsen.

Es geht um den Umgang mit dieser Vergangenheit, sich Zeit zum Besinnen zu nehmen, sich von vielem zu trennen und zu prüfen, was noch wichtig ist.

Dabei geht es um ein Innen - mein Erleben - und ein Außen: Zu unserer Geschichte gehört reale Erfahrung mit Faschismus und Krieg, Entstehung und Aufbau der BRD und der DDR, die Befreiungsbewegungen in den Kolonien, Frauenbewegung, Lesbenbewegung, Stadtguerilla in der BRD, Kampf gegen die Isolationsfolter, um nur einiges zu nennen, wo wir

uns unterschiedlich eingemischt haben und was uns geprägt hat. In welchem Außen wollen wir heute noch präsent sein?

Altwerden ist Veränderung und/oder Verwandlung in allen Lebensbereichen.

Auch Veränderung meines Körpers: Alle können sehen, daß ich alt bin. Mein Körper braucht besondere Pflege. Die meisten von uns versuchen, ihren Körper im Gleichgewicht zu halten, weniger durch Ärzte, mehr mit Hilfe von Heilpraktikerinnen. Doch diese körperliche Veränderung ist nicht gleichzusetzen mit Krankheit.

Meine Zukunft ist abhängig vom Heute. Mein eigenes Handeln ist nicht so zukunftsorientiert wie früher, aber ich blende die Zukunft nicht aus.

Und: ich bereite mich auf mein Weggehen vor.

Ich werde alt

Altwerden und Sterben sind für mich kein Synonym. Meine Eltern starben früh, ich lebte meine Kinderzeit im Krieg. Das Gefühl, daß dies mein letzter Lebenstag oder meine letzte Lebenszeit ist, hat mich oft begleitet und die Intensität meines Lebens verstärkt.

Gleichzeitig wollte ich immer hundert werden. Dies wohl auch heute noch. Bis ich fünfzig wurde leitete mich der Gedanke: Ich habe immer noch mehr Leben vor mir als hinter mir. Als ich 50 wurde, war mir klar, nun ist die Hälfte vorbei - die Lebenszeit wird immer kürzer: jetzt bin ich und werde ich alt.

Mit 50 war ich pensioniert, meine Töchter waren volljährig - wie erwachsen, das müssen sie selbst entscheiden. Ich war anerkannt und bekannt. Überall, wo ich sagte, ich werde alt, kam das Stereotyp: Du doch nicht! Sie wollten mich nicht lassen!

Ich aber wollte es genau wissen. Ich ging 2 Monate nach Italien, davon einen auf eine Sprachschule. Im leichten Sommerkleid kam ich am ersten Schultag da an. Dort saßen mehrheitlich frische Abiturientinnen und Abiturienten. Ich habe in den vier Wochen niemanden von meinem bisherigen Leben auch nur irgendetwas erzählt - so nach dem Motto,

daß Alte ja wohl gern von gestern reden und so wollte ich nicht sein. Ich wollte wissen, was ich und sie machen ohne dieses Wissen über mich - ich wußte ja auch nichts über sie. Ich ging mit ihnen zum ersten Mal in meinem Leben in eine Disco - und stellte mich sicher sehr blöde an, weil ich die Disco auch blöde fand. Es entwickelten sich zwischen den jungen Frauen und mir - die Jungens interessierten mich schon gar nicht - ich sie sicher auch nicht - ferienähnliche Beziehungen. Am letzten Tag gingen wir zusammen Eis essen, plauderten vergnügt und sie sagten zu mir: Wir haben uns nie vorstellen können, daß wir gern mit einer alten Frau zusammen sind. Mit Dir wars schön.

Jetzt hatte ich die Wahrheit: Natürlich bin ich alt - dies das eine. Das andere: Auch wenn sie meine ganze Geschichte, die mir ja auch einiges Selbstbewußtsein gibt, nicht kennen, finden sie es wert, Zeit mit mir zu verbringen: Sie mochten mich, die Alte - ohne den Zusatz: Du hast Dich aber jung gehalten!

3 Jahre später - ich nahm am Wendo-Kurs für Frauen im Alter von 20, 30 Jahren und etwas mehr, teil - ich 55. Beim Aufwärmtraining stach mich der Hafer: Ich sprang zum ersten Mal in meinem Leben über eine Hürde - und schaffte es. Oh war ich stolz. Ich bin überhaupt keine Sportlerin. Ich sprang noch mal - mein Glück wuchs - und schließlich ein drittes Mal: Ich blieb mit einem Fuß hängen und brach mir das linke Fußgelenk in unzählige Stücke. Krankenhaus, Reha-Klinik, zu Hause: Meine jungen Freundinnen verwöhnten mich, wie ich es noch nie erlebt hatte. Sie verwöhnten mich - so sagten sie es - weil ich nun Zeit für sie hatte. Es war wunderschön. Die anderen Frauen im Krankenhaus fanden: So viele Töchter können Sie doch gar nicht haben.

Als Alte war ich anerkannt. Nur habe ich damals noch nicht begriffen, was das hieß: Sie genossen Zeit und Muße mit mir Alten - ich selbst gestand mir ohne Krankheit diese Zeit und Muße noch nicht zu.

Wo aber waren die anderen alten Lesben? Ich brauchte sie, um herauszufinden, was an meinen Veränderungen altersspezifisch ist, was mein Eigensinn. Ich brauchte sie, um mit ihnen über mein altes Leben und mein neues Leben, meinen Herbst und Winter zu reden: Wie dieses Leben gestalten, wie von der Vergangenheit Abschied nehmen?

Auf der Suche fand ich SAFIA. Zum ersten Mal in meinem Leben traf ich Lesben, die älter waren als ich und sich zeigten: ich war 56!

Wir sind inzwischen verschiedene Generationen, d.h. Erfahrungen in unterschiedlicher geschichtlicher Zeit, in der wir uns eingemischt haben, unterschiedliches Erleben.

Heißt 60 oder gar schon 70 oder 80 sein was anderes als 40 sein? Mir liegt daran, den Unterschied zu thematisieren.

Für mich galt: Mit 40 fing nochmal mein Leben an, die Jahre zwischen 50 und 60 waren die mühsamsten meines Lebens, mit 60 hatte ich einige Schritte gemacht, die mir das Leben lebenswerter machen.

Die Zeit nach meinem 60. Geburtstag war wie ein Erntefest: einerseits die Ernte meines Lebens, andererseits der Übergang in meinen letzten Lebensabschnitt. Wie lang wird er sein? Ich hatte Lust zum Übergang. Einige Jahre konnte ich davon zehren. Doch dann geht es darum, das neue Leben zu gestalten - im Widerspruch zwischen gestern, heute und morgen.

Aus meiner Sicht ist Altwerden für die 40-jährigen Zukunft, für mich ist es Gegenwart.

Unterschiede

Die Unterschiede zwischen uns Alten und den Jungen sind vor allen Dingen inhaltlicher Art.

Einige Beispiele:

Ich höre ausgezeichnet - der Ohrenarzt hat es mir bestätigt! - wenn alle Nebengeräusche ausgeschaltet sind. Ich kann konzentriert Diskussionen folgen, wenn ich einen guten Sitzplatz habe. Zuweilen komme ich in Gruppendiskussionen wo alles durcheinander geht und den besten Platz die Schnellsten haben. Ich stehe oder hocke dann eine Weile und gehe - ich denke (ich bin noch im Faschismus in die Schule gegangen): gelobt sei, was hart macht - das Recht den Stärkeren.

Manchmal fordern wir Alten aber auch selbstbewußt und eigenwillig unseren Platz. Dann greifen uns jüngere als Mütter oder Königinnen an. Dazu für mich dies: Ich will keine Mutter mehr sein. Die Diskussion, wie weit wir butch/femme, wie weit Mütter/Töchter sind, gab es in unseren feministischen Zusammenhängen schon vor Jahren. Ich sah die Diskussion als Chance und Bewußtwerden, wie sehr patriarchale Strukturen in unsere feministischen Lebenszusammenhänge eindringen, daß sie zu reflektieren sind. Mutter-Sein kann ein Lebensabschnitt sein. Nämlich Kinder zu versorgen, die noch nicht erwachsen sind. Ich verwöhne gern: aber nicht mehr als Mutter, sondern als Freundin. Von Kindern erwarte ich keine Gegenleistung, für einen Teil ihres Lebens bin ich in dem Sinne verantwortlich, daß ich mich für ihr Leben entschieden habe und sie unterstützen will, sich in diesem Leben, auf ihre Art, zurechtzufinden. Das gilt für keine andere: Ich erwarte von meinen Freundinnen Gegenleistungen. Und wenn sie aus irgendeinem Grund nicht können, wende ich mich ihnen schwesterlich zu, aber nicht mütterlich.

Folglich weigere ich mich, Jüngere als Töchter wahrzunehmen oder anzunehmen.

Ich erwarte weder von meinen tatsächlichen Töchtern, für die ich lange Mutter war, noch von irgendeiner von den Jungen, daß sie mich im Alter versorgen. Ich wünsche mir, daß sich unter uns Freundschaften entwickeln, daß wir uns gegenseitig unterstützen, wenn wir Hilfe brauchen: Was übrigens keineswegs nur ein Problem des Alterns ist! Behinderung und Krankheit fordern unsere Freundinnen schon viel früher heraus, sich dem Bild von Jugendlichkeit: stark, charmant, zäh wie ein 35-jähriger Mann, zu entziehen.

Wir sichtbaren alten Lesben sind überall noch eine Minderheit. Das hat sicher damit zu tun, daß meine Generation zu den versteckten Lesben gehört und viele noch versteckt leben. Innerhalb SAFIAS haben wir über 60-jährigen gemeinsam ein Treffen für alle organisiert. Es hat uns total gut getan, uns aufeinander zu beziehen. Denn zuweilen gilt: Wir haben gerade zu tun, uns in der Menge zurechtzufinden und nicht in Zugzwang zu geraten, daß wir nicht so peppig sind wie Ihr einerseits, andererseits aber auch nicht als komische Alte eingeordnet zu werden. Manchmal allerdings bin ich lieber ne komische oder garstige Alte, als daß ich irgendeinen Wunsch an die Mutter oder gar Großmutter erfülle. Oder gar als Hilfebedürftige eingestuft zu werden, die nicht mehr ernstgenommen sondern ggf. bevormundet wird.

Für mich ist es völlig spannend, zuzugucken, zuzuhören, auch mitzudiskutieren, wie jüngere lesbisches Leben organisieren. Was mir aber gar nicht paßt, ist, wenn sie ihr Wissen und ihre Erfahrung ungefragt auf Alte übertragen. Genauso falsch ist es, wenn ich meine Erfahrungen zur unüberprüften Meßlatte ihnen gegenüber mache.

Und, offen gesagt: ich wünsche mir von den Jüngeren, daß sie auch neugierig auf uns sind.

Ein anderes Beispiel: Die Mehrheit von uns über 60-jährigen war ihr Leben lang berufstätig. Frauenbezogen zu leben hieß, den Lebensunterhalt selbst zu verdienen. Meine erste Liebe lebte ich 1954, als ich noch in der Ausbildung war, ganz klammheimlich, niemand durfte es wissen! Dennoch habe ich 1959 geheiratet. Bin dem mainstream erlegen, wie ich inzwischen weiß: Eine junge Lesbe - zu jung für SAFIA - arbeitete "Zur verordneten Norm der 50er Jahre": nämlich Ehe und Familie sind in Deutschland nach 1945 so hoch gehalten worden, wie noch nie.

Die heiratsfreudigsten Jahrgänge waren die ab 1931 und jünger - und da gehöre ich zu. Aber ich gab trotz meiner Ehe meinen Beruf nicht auf, trotz zwei Kindern. Heute habe ich eine gute Rente. Natürlich ist es ein großes Glück, nicht mehr für den Lebensunterhalt arbeiten zu müssen. Ich genieße das sehr.

Viele von Euch jüngeren haben sich in den 70er Jahren entschieden, sich durch Arbeit in den Institutionen nicht korrumpieren zu lassen, sondern Frauenprojekte aufzubauen. Da habe ich viel von Euch gelernt.

Inzwischen lebe ich selbst in einem SAPPHO Projekt, in dem viel von meiner Rente steckt. In diesem Projekt sind mehrere Wohnungen.

Ein anderes Beispiel: Einige Jüngere haben eine Energie, die ich bewundere und die mich irritiert: ich komme gar nicht mit. Ich setze mich dann leicht unter Zugzwang und möchte mithalten. Ich weiß, daß es nicht geht. Sehe ich/ seht Ihr dieses Nichtgehen als Defizit?

Ich habe sehr mit mir arbeiten müssen, dies nicht als Defizit sondern als eine qualitative Veränderung zu begreifen. Damit habe ich meine eigene Energie erst wieder freigesetzt, so

daß einige behaupten, ich wäre ja noch jung. Doch das ist falsch. Ich ertappe mich, daß mir meine Energie, für das, was ich will, nicht reicht: Ich will mehr. Doch das Problem hatte ich mein Leben lang. Ein wichtiger Lernprozeß der letzten Jahre war, daß ich andere Prioritäten setzen mußte und wollte. Alles lassen, was mir nicht wirklich wichtig ist. was andere mindestens genauso gut können, und mich auf das konzentrieren, was für mich wichtig ist.

Ich möchte bis zum letzten Tag meines Lebens - bis zum letzten Atemzug - für mich selbst verantwortlich sein.

Mit diesem Wunsch kann ich mich unter ungeheuren Leistungsdruck bringen.

Der herkömmliche Gedanke, die gesellschaftliche Vorstellung ist, daß ich dann bitte auch alles alleine kann: Meine Kartoffeln schälen, meine Fenster putzen, meine Medikamente ordnen usw.

Die Wahrheit aber ist, daß ich diese "Ich-kann-alles"-Vorstellung, die mich in meiner Jugend/meinem jungen Erwachsensein sehr bestimmt haben, aufgeben muß - in Frage stellen muß. Seinerzeit - und ich sage bewußt "seiner Zeit" (50er/60er Jahre) habe ich mich aus der Forderung, eine Frau, d.h. eine männerorientierte Frau zu sein, herausgearbeitet. Überall da, wo ich den Wunsch verspürte, hier wäre es schön, männlichen Schutz, männliche Hilfe zu haben, wies ich diesen Wunsch zurück. Das hieß konkret, daß ich alle diese Aufgaben übernahm, d.h. ich integrierte seine Aufgaben in mein Leben. Ich war berufstätig, verdiente also meinen Lebensunterhalt selbst, baute, finanzierte selbst ein Haus, erzog meine Kinder ohne männliche Hilfe - erlebte seine Eingriffe als Eingriffe in ihre und meine Selbständigkeit.

Altwerden aber heißt, spätestens jetzt diese "Ich-kann-alles"-Ansprüche in Frage zu stellen. Die Wahrheit ist, ich möchte sie überhaupt in Frage stellen. Das heißt aber nicht, die Verantwortung für mich selbst in Frage zu stellen, um sie ggf. aufzugeben.

Altwerden bedeutet für mich aus heutiger Sicht: Veränderung, Verwandlung. Veränderung, gegen die ich mich durchaus wehrte. Sie als Verwandlung selbst verantwortlich anzunehmen wird zur Herausforderung, zur Aufgabe, die ich annehme.

Altwerden im Spiegel der Anderen

Ich erlebte, wie ich schon sagte, daß Freundinnen, Kolleginnen, Genossinnen nicht akzeptieren wollten, daß ich mich auf Altwerden einstellte. Du bist doch nicht alt, so lebendig, wie Du bist.

Das heißt, sie setzen Altwerden gleich, mit langsamen Sterben, mit Verlust an Lebendigkeit.

Auf das gesellschaftliche Bild in Reklame, Zeitschriften, Fernsehen, daß auch Alte noch jung sind, möchte ich nicht eingehen. Dieses Bild ist davon bestimmt, daß auch die Alten noch Konsumentinnen/Käuferinnen sind: für Reisen usw.. So las ich dieser Tage, daß ein Privatsender, der sich ja von Werbeeinnahmen finanziert, eine Sendung für Alte abgesetzt hat. Die Einschaltquote war zwar hoch, d.h. viele Alte müssen sie gern gesehen haben, aber die Produkte, für die während der Sendung geworben wurde, wurden nicht besser verkauft.

Im Alltag erlebe ich inzwischen, daß ich als alte Frau wahrgenommen werde, die bedauert wird: Lebt Ihr Mann noch, kümmern sich die Kinder um Sie - also ich wieder mit einem Frauenbild konfrontiert werde, das ich nicht leben wollte und nicht leben will. Oder ich bin Teil des Rentnerinnen-Berges, der die Jugend belastet. Wollt Ihr Alten ewig leben? Dann teilt Euch untereinander die Rente auf, aber belastet uns nicht.

Begegnungen mit Migrantinnen und Migranten

Übrigens: Von Migrantinnen, Migranten-Kindern und auch - Männern erfahre ich deutlichen Respekt. Sie bieten mir einen Platz in der Straßenbahn an, rabaukige Jungen im Schwimmbad nehmen auf mich Rücksicht, dem schwarzen Lebensgefährten meiner Tochter fiel es schwer, mich zu duzen: Sie sind doch eine alte Frau, da habe ich doch Achtung und Respekt. Er wechselte mal mit Du und mal mit Sie.

(Ich will hier nicht auf das Problem eingehen, daß ein konsequentes Du von ihm hätte ja auch bedeuten können, daß ich die Mutteraufgaben wieder zugewiesen bekomme.)

Ich muß Euch gestehen, daß ich diesen Respekt, diese Wertschätzung im Alltag sehr genieße und nicht abwehre. Und so entwickelt sich zuweilen ein persönlicher Kontakt - mindestens im Moment, manchmal auch auf Dauer.

Wenn Du selbstbestimmt leben willst, mußt Du auch alles alleine machen! Ich möchte aber noch im außen mitmischen.

Dieses "Ich-kann-alles" meines zweiten Lebensdrittels hatte auch etwas Berauschendes. Nur: Heute will ich es so nicht mehr.

Rückwirkend denke ich, wie schon beschrieben, daß dies damals eine Not-Wendigkeit war. Aber gerade die Frauenbewegung hat sich erarbeitet, daß wir nicht alles alleine können müssen, daß wir gemeinsam stark sind, wenn wir uns aufeinander beziehen.

Gleichzeitig hat aber auch die Frauenbewegung thematisiert, daß frau alles alleine machen soll, nicht andere für sich arbeiten lassen darf, z.B. die Hausarbeit nicht aus der Hand geben darf. Nur für Männer sollte sie nicht mehr arbeiten. Aber das ist ja für Lesben selbstverständlich. Doch da gerate ich ziemlich unter Druck: Wenn ich meinen ganzen Haushalt ohne Hilfe machen muß, dann habe ich für nichts anderes mehr Zeit. Ich möchte aber noch im Außen mitmischen.

Was heißt das?

Zum Beispiel: Ich bin Mitgründerin der Stiftung SAPPHO-Frauenwohnstift, einer gemeinnützigen (!) Stiftung von Lesben für Lesben. Soweit wir wissen, die erste Lesbenstiftung in Europa. Ich arbeite im Vorstand der Stiftung.

Auch lebe ich in einem SAPPHO-Wohnprojekt mit 5 unterschiedlich großen Wohnungen in Hannover. Ich wohne in meiner Wohnung alleine, 2 Lesben (41 und 26) leben mit Bastian (13) als WG in 2 Wohnungen. 2 weitere Wohnungen werden irgendwann frei.¹

Ich will die Verantwortung für mich nicht abgeben, wohl aber die Verantwortung für die Verwaltung des Hauses, meine Wohnungen. Innerhalb des Projektes teilen wir alle Arbeiten untereinander auf.

Ich arbeite im Feministischen Institut für Frauenbildung -FIFF- in Hannover mit, weil mir die Gruppe, ihre Inhalte wichtig sind, die gemeinsamen Diskussionen, die Veranstaltungen, die daraus erwachsen.

Genauso geht es mir mit dem Internationalen Frauen-Kultur-Treff "La Rosa". Da ist mein wichtiges Anliegen, nicht nur mit weißen deutschen Lesben zusammenzusein, sondern konkret mit Migrantinnen den Alltag zu leben.

In beiden Gruppen weigere ich mich, mich noch um die Finanzierung und die Werbung zu kümmern: Dies geht den Jüngeren alles leichter von der Hand, auch wenn sie unter alltäglichem Streß stehen, ihren Lebensunterhalt zu verdienen. Außerdem bin ich in dem Bereich mit SAPPHO ausgelastet.

Und schließlich setze ich mich ein, wo immer ich kann, für die Freilassung der politischen Gefangenen ein. Wir haben eine gemeinsame Geschichte - ich will noch erleben, daß sie frei sind.

Ich bin zwar zäh und ausdauernd, aber ich brauche längere Pausen, um meine Kraft wieder zu sammeln. Und diese Pausen muß ich mir vor mir selber erkämpfen und in Anspruch nehmen, wenn ich Kraft und Energie für die gemeinsame Arbeit haben will.

Ich koche gerne, koche auch täglich für mich alleine. Wenn eine mich besucht, das kommt häufig vor, freut sie sich, daß ich gekocht habe - und kocht die nächste Mahlzeit für uns beide. Oder wir kochen gemeinsam.

Für eine große Gruppe habe ich lange genug gekocht: für die Familie, für die Kinder, später für die WG. Heute koche ich nur noch für andere, wenn sie auch für mich kochen. Sonst ist es mir zu viel Arbeit.

Das Putzen gebe ich aus der Hand. Ich liebe es nicht und es fällt mir schwer. Evelyn kommt seit über 4 Jahren. Sie ist eine junge Lesbe, sie braucht Geld, das sie sich eigentlich nicht mit Putzen verdienen möchte. Dennoch sagte sie, als ich sie fragte: bei Dir mache ich es. Wenn

sie kommt, koche ich für uns beide, ich probiere gerne neue Rezepte aus. Wir reden über alles, was uns wichtig ist. Dann putzt sie und ich zahle. Wenn ich länger nicht da bin, hat sie auch keine Lust, in meiner Wohnung zu sein. Ich fehle ihr dann, sagt sie.

Hierzu fand ich einen Ausspruch einer alten Mapuche, einer weisen Indianerin. Sie sagte zu ihrem Sohn: "Ich bin zu schwach für die Hausarbeit, wenn Du doch heiraten würdest." Sie gesteht sich zu, daß sie zu schwach für die Hausarbeit wird. Sollen wir nun alles alleine machen, weil wir diesen Heirats-Rat nicht geben wollen?

Die Forderung der Frauenbewegung, daß keine eine andere für sich arbeiten lassen darf, finde ich richtig. Nur: Haben wir schon eine Alternative gefunden zum Rat der Mapuche?

Was tue ich mit der gewonnenen Zeit?

Zunächst mal meine Langsamkeit genießen.

Zum Beispiel in Ruhe an meinen Text sitzen, den ich mit Euch bereden will. Mein Thema ist: Altwerden.

Ich merke beim Schreiben, daß ich Euch alle Äußerlichkeiten beschreibe, daß ich Euch zeige, woraus ich mich zurückziehe. Was im Inneren in mir vorgeht, darüber rede ich lieber im kleinen Kreis. Zum Beispiel, daß ich dünnhäutiger werde - darauf war ich nicht gefaßt - , daß mir vieles noch mehr unter die Haut geht als früher. Weshalb diese Haut auch besondere Pflege braucht. Daß ich manchmal in meine Höhle zurückkrieche, weil ich das Elend - und auch manche Eurer Schmerzen - gerade nicht verkraften kann. Daß mich zuweilen eine Traurigkeit packt - Psychologen sprechen von Altersdepression, nur wenige begreifen, was in uns vorgeht - aber ist's nicht auch, daß ich mehr Traurigkeit zulasse als früher, daß sie ihren Raum braucht? Daß ich zuweilen in einem Raum lebe, der nicht hier ist. Meine Phantasien lebe ich zuweilen mit Kindern.

Die Entdeckung der Langsamkeit

“Guck mal die Alte, wie umständlich sie ist!” Oder: “Guck mal wie umständlich sie ist - sie ist ja auch alt.” Ich gehe bei glattem Wetter oder wenn ich mich schwach fühle mit dem Stock. Er gibt mir Sicherheit. Viele trauen sich nicht, den Stock zu nehmen, weil er ein Merkmal von Alter ist. Ich habe mich für den Stock entschieden.

Welcher Norm liegt dieser Beurteilung zu Grunde?

Ich selbst habe mein Langsamer-Werden als einen Vorteil meines Alterns entdeckt.

Als ich jung war, war mein Anspruch schnell im Denken zu sein, schnell im Handeln, schnell im Kombinieren, Analysieren, Zusammenführen, möglichst schnell im Entscheiden. Heute brauche ich eine Nacht zum Überschlafen.

Von 1949 - ich wurde 18 - bis 1981 arbeitete ich erst für Behinderte, dann später, mit Behinderten. Von ihnen lernte ich, daß sie einen anderen Zeitrhythmus leben - und viele von ihnen als behindert ausgesondert werden, weil sie in der genormten/verordneten Zeit nicht funktionieren.

Ich hatte die Macht und den Auftrag, sie an die Zeitnorm heranzuführen. Was hinderte mich, dies zu tun?

Ich nutzte meine Macht, ihnen ihre Zeit zu lassen - und meine eigene Zeitnorm in Frage zu stellen.

Ich lernte viel von ihnen.

Als die DDR sich auflöste, mokierten sich die Westdeutschen, daß die DDRler so langsam arbeiten, keinen Zeitdruck kannten, na und so weiter. Ich erschrak, daß viele DDRler diese Kritik annahmen.

Inzwischen sperre ich mich gegen jeden Zeitdruck, der immer wieder entsteht. Ich fordere, in allen Arbeits- und Lebenszusammenhängen mehr Langsamkeit und Ruhe ein. Ich bestehe darauf, daß ich alles nachvollziehen, verstehen, einsehen kann, um verantwortlich dabeisein zu können. In unserer internationalen Frauengruppen genießen die Migrantinnen dies zuweilen. Sie brauchen genauso Zeit, um unser Sprechen, unser Denken, unsere Vorstellungen nachvollziehen zu können - und meine endliche Einsicht, was für eine Qualität, Lebensqualität es ist, alles langsam zu machen, bringt uns einander näher.

Das Gedächtnis

Der Vorwurf, dem wir uns oft aussetzen und dem wir ausgesetzt werden, ist das nachlassende Gedächtnis.

Wir müssen darüber nachdenken, was davon real ist. Unser Gedächtnis bezieht sich auf Vergangenheit - und auf die Gegenwart.

In Zeiten großer Einsamkeit - natürlich kennt die jede von uns - behält mein Gedächtnis nichts. Von den politischen Gefangenen aus der Isolationshaft weiß ich, daß genau dies ein großes Problem in der Isolation ist. Und: Wieviel alte Menschen sind isoliert!

Wichtig ist, zu verhindern, daß unser kollektives Gedächtnis verloren geht; unsere Erfahrungen in der Geschichte, was wir mit diesen Erfahrungen heute machen. Unser Gedächtnis erinnert anders als das öffentliche Gedächtnis, die herrschende Geschichtsinterpretation. Andererseits vermischt auch unser Gedächtnis Wunsch und Wirklichkeit.

Für manche Menschen sind die Verletzungen der Vergangenheit so schwer, daß sie nicht vergessen können. Ich erlebte das in einem jüdischen Altersheim: die Erinnerungen an die KZ-Folter waren/sind bei diesen Frauen und Männern so tief, daß sie sich nicht mehr für Neues öffnen konnten. Wie leicht wird ihnen der Stempel aufgedrückt: verwirrt.

Ihnen zu begegnen, ist auch Teil unserer kollektiven Geschichte.

Positive Erinnerungen sind kraftspendend.

Wenn mein Gedächtnis nichts behält, organisiere ich mir Gedächtnishilfen in Sinn-Zusammenhängen. Vor allen Dingen aber brauche ich Freundinnen, mit denen ich reden kann - mit denen ich auch über unsere Vergangenheit reden kann, sie ordnen: Was brauche ich noch, von was sollte ich mich trennen? Aus meiner Sicht ist unser Gedächtnis vor allem von gemeinsamer Kommunikation abhängig. In diesem Prozeß versinken Teile der Vergangenheit und ich bin offen, Neues aufzunehmen, Neues zu lernen. Aber alles sehr langsam, genau prüfend, genau zuhörend. Ich frage auch viel. Außerdem gibt es für mich einen Zusammenhang zwischen Zeitdruck und Vergeßlichkeit. Jüngere Lesben, die unter Zeitdruck stehen, sind oft vergeßlich: Ihr Gedächtnis läßt sie im Stich.

Ich sage oft: Laß mir Zeit, dann fällt es mir wieder ein.

Leben - Sterben - Tod

Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft

Ich sagte: zum Altwerden gehört, daß die Vergangenheit immer länger wird. Ich könnte weiter in der Vergangenheit leben, von ihr zehren.

Mitte / Ende 50 überprüfte ich meine Vergangenheit: Was will ich halten für heute und für morgen, wovon will ich mich trennen? Ich fühlte mich wie ein Backfisch: Nicht Fisch, nicht Fleisch, nicht Kind, nicht Erwachsen, bzw. zwischen jung bleiben wollen und alt werden. Spannend einerseits, bodenlos andererseits. Altwerden - ein Schritt ins Leere? An welcher Alten wollte ich mich orientieren?

Die SAFIAS verzauberten mich - ich kam zu jedem Treffen und redete mit allen über alles - möglichst im Halbdunkel oder beim Feuer. Ein Glas Wein dabei tat auch gut. Für mich war das Reden wie in meiner Pubertät: ich klärte viel Gestern, begriff mein Heute und bekam wieder Kraft, Energie und Lust auf Zukunft.

Meine Freundinnen erklärten mir später, daß diese Zeit wohl mein zweiter Saturn-Return war. Ich verstehe eigentlich nichts davon, denke aber, daß sie recht haben können.

Jedenfalls war es eine Lebenskrise zwischen Gestern und Morgen.

Ich konnte mich von vielem Vergangenen verabschieden: ein Stück meines gelebten Lebens zu Grabe tragen, begreifen, daß ein Stück meines Lebens zu Ende ist. Dies betrauern wie eine Freundin, die gegangen ist.

Ich muß mich auch von Freundinnen verabschieden, die nicht mehr hier mit uns leben. Und dieses Abschiednehmen wird immer mehr, je älter wir werden.

Bitter ist, daß selbst im Alter noch alte Freundschaften zerbrechen können. Andererseits gelingt es aber auch, zerbrochene Freundschaften wieder lebendig werden zu lassen. Alten Streit mit Altersweisheit aufzuarbeiten.

Und doch bedeutet Altwerden auch, daß Tod und Sterben täglich näherkommen, aber dieser Gedanke, dieses Wissen ist mir, wie ich schon sagte, seit meiner Kindheit vertraut. Je älter ich werde, so bedeutsamer wird dieses Wissen natürlich - natürlich, weil für mich naturgegeben vorgegeben ist, daß das Leben ungefähr hundert Jahre währt - jedenfalls in unserer Kultur.

Ich will damit sagen, daß Tod und Sterben aus meiner Sicht uns alle in gleicher Weise angeht, gleichgültig wie alt wir sind: ich erlebe allerdings, daß meine älteren Freundinnen sich noch intensiver damit befassen, als meine jüngeren. Wir reden dann gemeinsam viel darüber.

Dies das Eine, das Andere:

Ich bin sehr neugierig auf Neues, dennoch bin ich sehr vorsichtig - manchmal zu vorsichtig - das, was andere, in der Regel jüngere, mir erzählen in meine Denkkategorien einzuordnen, weil ich ihnen/Euch damit nicht gerecht werde. Ich erlebe es so, daß sich da zwei Welten begegnen.

Ich erlebe, daß andere schon alles für mich wissen, meine Worte, mein Verhalten in ihr System einordnen, es, gut mit mir meinend, mich beginnen zu bevormunden.

Manchmal werde ich dann giftig und weise diese Ansprüche zurück. Wenn es mir gutgeht, zeige ich dann lustvoll die unwürdige Alte.

Meist allerdings laufe ich davon.

Einerseits bin ich dabei, wegzugehen, mich zu verabschieden. Andererseits will ich noch hier sein, ich lebe schon immer sehr im Hier - ich möchte noch dabeisein, in dieser Welt noch mitmischen - tue ich ja auch.

Ein klein wenig wollte ich Euch zeigen
daß zuweilen
zwischen Leben und Sterben
eine lange Zeitspanne ist

das ist alt-Werden.

Eine Zeit zwischen der Ernte
die Ernte genießen
neue Kraft schöpfen aus der Ernte
lustvoll Hier-Sein
und dennoch: langsam weggehen.

1) Anmerkung: Wir erwarten von allen Mitbewohnerinnen, daß sie sich verantwortlich am Projekt beteiligen. Jede muß lernen, sich im entscheidenden Moment nicht an die Besitzerin zu wenden, sondern selbst verantwortlich zu handeln. Jede behandelt das Projekt wie ihr Eigentum. Die Rechte der Bewohnerinnen ergeben sich aus ihrem Engagement im Projekt und nicht über Eigentum. Übrigens ein sehr schwieriger Lernprozeß! Weil alle am Projekt mitarbeiten, haben alle Eigentümerinnen sich verpflichtet, daß die Wohnungen spätestens mit ihrem Tod in die Stiftung übergehen. Das haben wir testamentarisch festgelegt und auch mit unseren Kindern notariell ausgehandelt. Unser Anliegen ist, den bürgerlichen, blutsgebundenen Erbesetzen etwas entgegenzusetzen. Nach dem Grundsatz: Die Häuser denen, die drin wohnen, die sie erhalten und pflegen. (Zitzlaff 1998, S. 25 ff.)

Literatur:

ZITZLAFF, Wienke, ARON, Birgit, Sappho - ein Lesbenwohnprojekt in der Großstadt, IHRSINN 17/98

SAPPHO-Frauenwohnstift, Ein Leitfaden

Kontaktadresse c/o Marie Luise Austmeyer, Rathausstr. 2, 33602 Bielefeld

Bestellungen gegen Übersendung von DM 8,-- (Schutzgebühr DM5,-- und Porto DM 3,--)

Wienke Zitzlaff,

Geboren 1931. Wichtig in meinem Leben war und ist, z.B. meine Arbeit seit 1949 für und mit Behinderten für gemeinsame Erziehung und gemeinsamen Unterricht gegen die Politik minderwertigen und unwerten Lebens. Seit Mitte der 50er Jahre unsere Arbeit gegen die Isolation an Politischen Gefangenen, später gegen die Isolationsfolter: Heute fordern wir ihre Freilassung.

Mitbegründerin der SAPPHO-Frauenwohn-Stiftung - Stiftung von Lesben für Lesben.