

## Schilling, Ruhestand?

### Description

Otto Schilling, Ruhestand? Von wegen ...  
Ideen und Chancen, Verlag Neue Stadt (München), 2018

Der Autor dieses Ratgebers ist Theologe und Sozialpädagoge und seit einigen Jahren selbst im Ruhestand. So kann er sowohl aus seinen privaten Erfahrungen als auch aus seiner beruflichen Tätigkeit aus erster Hand Denkanstöße, Informationen und praktische Tipps für den Ruhestand geben. Das Buch ist ein Impulsgeber und Arbeitsinstrument. Für den Autor ist dabei wichtig, eigene Wege zu suchen und Um- und Irrwege zuzulassen. Das Beschäftigen mit den Themen durchkreuzte Pläne, altersgerechte Wohnung etc. wird belohnt.

Dabei beginnt er sein Buch mit der schwierigen Phase der Einübung in den neuen Lebensabschnitt. Am Anfang steht der konkrete Abschied in den Ruhestand, die gehaltvolle und positive Verabschiedung aus dem Beruf. Aber der Ruhestand ist dann fast immer anders als gedacht. Der Autor beschreibt dann auch verschiedene Abschiedsrituale wie das Schreiben eines Briefes an sich selber.

Im Kapitel „Endlich leben“ geht es um die Herausforderungen und Fragen, die sich beim Eintritt in den Ruhestand stellen. Der Autor beschreibt dabei das Abfallen der Bürde der Verantwortung, aber auch die vielen Ideen für bisher Vernachlässigtes und nicht Gelebtes. Er listet 100 Möglichkeiten von A – Z, eine Fülle von Aktivitäten im Ruhestand, auf; auch im Ehrenamt. ... Partnerschaft



beschreibt er Herausforderungen und Chancen wie neue Rituale.

Bei allen Ideen spart der Autor nicht Themen wie die Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des Lebens und den begangenen und neuen Fehlern nicht aus. Um neues Umsetzen zu können, gibt es ein eigenes Kapitel zu offenen Baustellen, insbesondere Beziehungen sowie die Versöhnung mit sich, seinem Körper und der eigenen Geschichte. Weiterhin gibt der Autor praktische Tipps zu praktischen Themen wie Testament, Finanzen oder Wohnen im Alter.



Im letzten Kapitel „Zeit für beides“ geht es um das „Und“. Das heißt für den Autor Zeit für sich und etwas für andere tun, Gesundheitsbewusst und lustvoll Leben, Engagement und Selbstsorge, Spontan und strukturiert. Der Ruhestand lädt ein, die Augen zu öffnen für die Wunder der Welt und des Lebens wie für tiefere Fragen und ein gläubiges Vertrauen.

Am Ende finden sich noch Literaturhinweise und Internetadressen. Das Buch liefert dankenswerterweise keine fertigen Antworten oder Checklisten, sondern es bietet Möglichkeiten und Impulse. Diese dienen zur Reflektion insbesondere des eigenen Lebens, um überhaupt den Ruhestand gestalten zu können. Das macht es Lesenswert.

Jürgen Döllmann

**Category**

1. Aktuelles
2. Buchbesprechungen

**Date Created**

6. Mai 2019

**Author**

doellmann-3854