



Horizonte

2024 • IMPULSE FÜR DIE ÄLTERE GENERATION

VerWandelt



Wandlungen –
Ein Reifungsauftrag
Seite 8



Die VerWandlung der
Lebenden durch den
Tod hindurch
Seite 10



„... achtsam mitgehen mit deinem Gott“	4
Wandlungen – Ein Reifungsauftrag	8
Die VerWandlung der Lebenden durch den Tod hindurch	11
Alter-Nativ (Die Demografie-Tanne steht auf dem Kopf.)	14
VerWandelt durch Krankheit	16
VerWandelt in der Trauer	17
Berufliche VerWandlungen	18
VerWandelt in den Ruhestand	20
VerWandlung in der Natur	21
VerWandelt euch! Redet mit uns Älteren!	22
VerWandelte Möbel	23
Verwandelt werden ... Bausteine für einen Seniorennachmittag	24
Literatur Aus der ZK-Fachkommission Best practice	26
Angebote 2024	28

IMPRESSUM

Bildungswerk der Evangelisch-methodistischen Kirche

Fachkommission Ältere Generationen
 Verantwortlich für den Inhalt: Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki, 70563 Stuttgart
 Redaktion: Ulrike Burkhardt-Kibitzki; Christine Carlsen-Gann, 75365 Calw
 Layout & Satz: Daniel Schmidt, 74392 Freudental, ds@orthografik.de | Druck: saxoprint.de
 Herstellung und Vertrieb: Bildungswerk der Evangelisch-methodistischen Kirche,
 Giebelstraße 16, 70499 Stuttgart, Telefon 0711 86006-90, Fax 0711 86006-99, www.emk-bildung.de
 Bildnachweise: AdobeStock; pixabay.com; private Fotos

**ANSPRECHPERSONEN
FÜR DIE ARBEIT
MIT ÄLTEREN GENERATIONEN**

Zentralkonferenz
 Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki
 Schopflocher Straße 16A
 70563 Stuttgart
 Telefon 0711 27374061 oder
 0711 8600696 (Bildungswerk)
 ulrike.burkhardt-kibitzki@emk.de

Norddeutsche Konferenz
 Pastorin Ruthild Steinert
 Friedensweg 2
 27777 Ganderkesee-Bookholzberg
 Telefon 04223 3052
 ruthild.steinert@emk.de

Süddeutsche Konferenz
 Pastor Jürgen Hofmann
 Kapellenstraße 15
 72622 Nürtingen
 Telefon 07022 8160
 juergen.hofmann@emk.de

Ostdeutsche Konferenz
 Pastorin i.R. Andrea Petzold
 Rosa-Menzer-Straße 2
 01309 Dresden
 Telefon 0351 31234677
 andrea.petzold@emk.de

Referentin im Bildungswerk
 Ulrike Burkhardt-Kibitzki
 Giebelstraße 16
 70499 Stuttgart
 Telefon 0711 8600696
 ulrike.burkhardt-kibitzki@emk.de

Informationen,
 Anmeldemöglichkeit,
 Materialien, Links:
www.emk-seniorenarbeit.de

**Wir freuen uns über Spenden
für Horizonte oder die
Seniorenarbeit der EmK allgemein.**
 Kontoverbindung
 EmK Bildungswerk Stuttgart
 IBAN: DE83 5206 0410 0000 4103 73
 BIC: GENODEF1EK1
 Verwendungszweck:
 „EmK Seniorenarbeit Horizonte“



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

vom ersten Lebenstag bis zum letzten Atemzug ist unser Leben ein Prozess des Wandels. Manchmal bringt der Wandel erhebende Errungenschaften mit sich. Wir lernen laufen und sprechen. Wir machen Schul-, Berufs- und Studienabschlüsse. Wir übersiedeln und entscheiden uns für einen Lebenspartner. Ein einschneidender Wandel ist auch der Eintritt in den Ruhestand, dem andere zunehmend schmerzhaftere Veränderungen folgen. Unser Alltag aber besteht aus vielen kleinen Veränderungen, die wir manchmal ängstlich seufzend und dann wieder hochwillkommen gestalten oder einfach hinnehmen. Zum äußeren Wandel gesellt sich immer auch der innere. Wir meinen, dieselben über die Jahre geblieben zu sein und merken, dass das nur die halbe Wahrheit ist. Nicht nur äußerlich sind wir sichtbar älter geworden. Auch unsere Gefühle und Empfindungen, unsere Einstellungen und Überzeugungen sind in den Jahren nicht statisch geblieben. Manchmal leisten wir Widerstand, doch oft passen wir uns den wechselnden Aufgaben an, die uns das Leben stellt. Und hin und wieder beschleunigen wir Veränderungen aktiv, weil wir Glück und Sinn schmerzlich vermissen. Welche Spuren Anpassung, Widerstand und sehnsüchtig herbeigeführte Wandlungen hinterlassen, sehen und verstehen wir meist erst im Rückblick. Nicht nur persönlich, sondern auch gesellschaftlich und kirchlich nehmen wir ausgeprägte Transformationsprozesse wahr. Ob wir den Wandel in all unseren Lebensbezügen offen begrüßen oder uns zunehmend verbittert zurückziehen hat letztlich Einfluss auf unsere Lebensfreude und Tatkraft. Liebevoller Selbstbefragung hilft, uns immer wieder neu zu verorten im Fluss der Zeit. Reifungen bergen selige Erfüllung und doch auch Abschiedsschmerz.

In der aktuellen Ausgabe von HORIZONTE finden Sie ganz unterschiedliche Zugänge zum Lebens-Wandel. Unsere Autorinnen und Autoren schreiben sehr persönlich von Erlebnissen und Erfahrungen, die sie verWandelt haben. Und wo sie selbst dazu beitragen, dass sich Situationen verWandeln. Am Ende unserer Tage steht die unerschütterliche Hoffnung, die der Apostel Paulus in seinem ersten Brief an die Korinther so formuliert: „Wir werden verwandelt werden“. (1. Korinther 15,52)

Mein herzlicher Dank richtet sich an alle Autorinnen und Autoren, die durch Honorarverzicht ermöglichen, HORIZONTE kostenfrei vertreiben zu können. Wenn Sie mögen und Ihnen das Heft gefällt, können Sie gerne der Arbeit mit Älteren Generationen innerhalb der Evangelisch-methodistischen Kirche eine Spende zukommen lassen. Die Kontoverbindung finden Sie auf Seite 2. Natürlich können Sie weitere Exemplare von HORIZONTE beim Bildungswerk bestellen. Die Adresse finden Sie ebenfalls auf Seite 2.

Mit herzlichen Grüßen, auch im Namen der Fachkommission,

Ulrike Burkhardt-Kibitzki
 Pastorin, ZK-Sekretärin Ältere Generationen





„... achtsam mitgehen mit deinem Gott“ (Micha 6,8)

Ein Mann, der Herrn K. lange nicht gesehen hatte, begrüßte ihn mit den Worten: "Sie haben sich gar nicht verändert." "Oh!" sagte Herr K. und erlebte (aus: Bertold Brecht, Geschichten vom Herrn Keuner).

Meist empfinden wir es als Kompliment, wenn uns jemand sagt: Sie haben sich gar nicht verändert. Wir sind noch kenntlich. Aber es könnte auch bedeuten: Wir haben uns nicht entwickelt. Sich verändert haben kann bedeuten, dass wir alt geworden sind, aber auch, dass wir die Möglichkeiten ausgeschöpft haben, die Gott uns gegeben hat.

Ein Kennzeichen der Bibel ist, dass sie von realen Menschen berichtet. Selbst die größten Helden sind Menschen mit Stärken und Schwächen. Zeigt sich an ihnen auch etwas von der Notwendigkeit und dem Geschenk von Veränderung und Reifung?

Als erste fiel mir dazu **Hagar** ein. Als ausländische Sklavin wird sie als eine Art Leihmutter benutzt. Sie sieht darin wohl eine Chance, muss sich aber dann die Demütigungen Saras gefallen lassen. Die Begegnung mit dem Gott, „der sie sieht“, gibt ihr die Kraft, sich dem zu stellen, nur um Jahre später erneut erleben

zu müssen, dass sie mit ihrem Sohn, der als Erbe ausgedient hat, in die Wüste geschickt wird. Aber dort erfährt sie erneut Gottes Hilfe, die ihr die Kraft gibt, als selbständige alleinerziehende Mutter ihrem Sohn eine Zukunft zu geben.

All das wirft kein gutes Licht auf **Abraham** und **Sara**. Sie sind dem Ruf Gottes, in ein fremdes Land zu gehen, gefolgt, ziehen als Migranten unbeständig hin und her und halten doch an der Verheißung Gottes fest. Aber auch ihr Weg geht durch Höhen und Tiefen. Abraham verleugnet seine Frau, um sich selbst zu schützen, Saras Verhalten gegenüber Hagar ist wenig vorbildlich und sie kann nur ungläubig lachen, als ihr im hohen Alter noch ein Sohn verheißt wird. Und doch bewährt sich Abrahams Vertrauen in der Bereitschaft, selbst seinen Sohn zu opfern – für uns schwer zu verstehen, für die biblische Erzählung aber Zeichen dafür, wie tief Abrahams Vertrauen gereift ist.

Sehr bewegt ist auch der Weg seines Enkels **Jakob**. Mutters Liebling, die ihm durch einen Betrug zum Erstgeburtssegens verhilft, wird auf der Flucht durch die Begegnung mit Gott so gestärkt, dass er all die



WANDLUNGSGESCHICHTEN IN DER BIBEL

Herausforderungen, die ihm in der Fremde begegnen, erfolgreich besteht und er reich gesegnet nach Hause zurückkehrt. Aber da begegnet ihm Gott als Feind, der ihn angreift. Doch schon geschlagen klammert er sich an ihm fest, bis der ihn segnet. Aus dem Betrüger Jakob ist Israel, der Mann Gottes, geworden.

Fast noch dramatischer ist der Weg seines Sohnes **Josef**. Der Liebling seines Vaters, der seine Brüder durch seine Arroganz zur Weißglut bringt, wird als Sklave nach Ägypten verkauft, macht dort Karriere, landet aber durch eine Intrige wieder im Gefängnis. Aber mit Gottes Hilfe wird er nicht nur frei, sondern wird zum Großwesir des Landes, der seiner von Hungersnot bedrohten Familie Asyl gewährt und seinen Brüdern verzeiht.

Auch die Karriere des **Mose** ist durch ein steiles Auf und Ab gekennzeichnet. Als Findelkind am ägyptischen Hof aufgezogen, verspielt er alles, weil er einen ägyptischen Aufseher, der einen jüdischen Zwangsarbeiter schlug, tötet, kann aber fliehen und wird Schafhirte in der Wüste. Dort erreicht ihn Gottes Ruf, der ihn trotz einer Sprachbehinderung zu seinem Sprecher

und zum Führer des Volks macht. Er verhandelt mit dem Pharao, führt das Volk in die Freiheit, empfängt das Gesetz am Sinai, muss erleben, wie oft das Volk untreu wird und tritt immer wieder neu als Fürbitter für es ein. Aber da auch er einmal versagt (4. Mose 20,12f), darf er nicht in das verheißene Land ziehen. Er stirbt auf dem Berg Nebo, wo ihm Gott dieses Land und seine Fülle zeigt.

Gern wüssten wir mehr über Moses Schwester **Mirjam**, die seinen Weg von Anfang an begleitet: als beherzte große Schwester, die der ägyptischen Prinzessin sagt, wer das gefundene Baby versorgen könnte, als Prophetin, die nach dem Durchzug durch das Meer Gottes Lob singt, als kritische Stimme, die es mit ihrem Bruder Aaron wagt, Mose zu kritisieren (4. Mose 12). Sie (warum nur sie?) wird deshalb aussätzig, aber durch das Gebet Moses wieder geheilt. Wie wichtig sie bleibt, zeigt sich darin, dass von ihrem Tod und Begräbnis bei Kadesch ausdrücklich berichtet wird (4. Mose 20,1).

Einen anderen Weg ist **Ruth** gegangen. Sie heiratet in ihrer moabitischen Heimat einen Wirtschaftsflücht-

ling aus Israel und zieht nach dessen Tod mit ihrer Schwiegermutter in deren Heimat, wendet sich deren Gott zu, schlägt sich mit Ährenlesen durch und wird, nachdem sie durch einen gewagten Schritt einen reichen Verwandten dazu gebracht hat, sie zu heiraten, zur Stammutter der königlichen Dynastie.

Ihr Urenkel ist König **David**. Sein Lebensweg ist von großen Verwerfungen gekennzeichnet. Der jüngste unter vielen Brüdern, Schafhirte, wird zum Kriegshelden, Musiktherapeuten des schwermütigen Königs, zum besten Freund von dessen Sohn, fällt in Ungnade und wird zum Söldnerhauptmann, dann aber zum König, verzeichnet glänzende Siege, verstrickt sich in Ehebruch und Mord, muss gegen die Rebellion einer seiner Söhne kämpfen und stirbt doch alt und hoch verehrt als Vorbild eines frommen Herrschers.

Gegenbild ist sein Vorgänger **Saul**; charismatischer Führer des Volkes, glänzender Feldherr, aber mit einer eigenwilligen Auslegung des Willens Gottes, was ihn in eine Psychose treibt. Schwer verwundet stirbt er in einer verlorenen Schlacht von eigener Hand.

Blicken wir ins Neue Testament, so finden wir wenig ausgeführte Lebensläufe. Fast am meisten wissen wir von **Petrus**. Er lässt sich von Jesus aus dem Fischerboot heraus in seine Gefolgschaft berufen, wird zum ersten Bekenner Jesu, aber versagt trotz aller Treueschwüre, verleugnet Jesus und wird von ihm dennoch in eine Leitungsaufgabe berufen, die er bis zu seinem Märtyrertod ausübt.

Man könnte neben ihm **Marta** stellen, über die wir freilich nur wenig wissen. Galt für sie zunächst, dass eine Frau in die Küche gehört, statt Jesus zuzuhören, treffen wir sie später im intensiven Gespräch mit Jesus. Zunächst macht sie ihm heftige Vorwürfe, weil er nicht rechtzeitig kam, um ihren Bruder zu retten. Dann aber wagt auch sie den Schritt, ihn als Messias zu bekennen.

Gegenbild zu Petrus ist **Judas**. Er kam aus dem Kreis der Zeloten, der jüdischen Freiheitskämpfer, zu Jesus, setzte große Hoffnung auf ihn und lieferte ihn dennoch an die jüdischen Behörden aus – aber, wie man aus seiner Reaktion auf das Todesurteil schließen muss, wohl deshalb, weil er ihn endlich zum Handeln zwingen wollte. Verzweifelt über das Scheitern seines Versuchs nimmt er sich das Leben.

Den Kontrast dazu bildet der Weg des **Paulus**. Als junger Mann war er ein entschlossener Verfolger der Christen, weil sie einen gekreuzigten Messias verkündeten, für ihn eine Gotteslästerung! Von der Erscheinung des Auferstandenen überwunden, wird er

zum entschiedensten Verkündiger des Gekreuzigten – nicht nur unter den Juden, sondern auch für die vorher verachteten Heiden. Er blieb seiner Überzeugung treu, bis zum Tod als Märtyrer; aber er konnte sich in mancher Hinsicht auch korrigieren: Seine heftige Polemik gegen ungläubige Juden (1. Thessalonicher 2) wird zur Vision der Hoffnung für sie (Römer 11), seine Überzeugung, Jesu Wiederkunft zu erleben, wird zur Gewissheit, durch den Tod hindurch bei ihm zu sein.

Ich breche ab, obwohl man noch manche Person nennen könnte. Als ich begann, diesen Artikel zu konzipieren, dachte ich, ich könnte bestimmte Typen herausarbeiten, in die man die verschiedenen Lebensläufe einordnen könnte. Das hat sich mir nicht ergeben. Jeder Weg ist ein Original. Aber es gibt doch gemeinsame Merkmale. Da gibt es Menschen, die eine ent-

scheidende Lebenswende erlebt haben; bei anderen ist der Weg mit Gott eher kontinuierlich verlaufen. Manche gehen durch tiefe Krisen, andere verändern sich Schritt für Schritt. Und es gibt auch ein tragisches Scheitern auf dem Weg mit Gott. Aber über niemand ist das letzte Wort gesprochen. Bei manchen können wir in allen Veränderungen das „achtsame Mitgehen mit Gott“ (Micha 6,8) verfolgen und den Wandel als Weg des Reifens erkennen. Bei anderen bleibt das offen – wie im richtigen Leben!



DER AUTOR
Bischof i.R. Dr. Walter Klaiber
Tübingen

WANDLUNGSGESCHICHTEN IN DER BIBEL



Manche gehen durch tiefe Krisen,
andere verändern sich Schritt für Schritt.
Und es gibt auch ein tragisches Scheitern
auf dem Weg mit Gott. Aber über niemand
ist das letzte Wort gesprochen.

Wandlungen

EIN REIFUNGSAUFTRAG

Bleib, wie du bist.“ Mit diesen Worten verabschiedete mich meine Klassenlehrerin beim Überreichen meines Abschlusszeugnisses. Heute – mehr als 40 Jahre später – denke ich schmunzelnd an diese Begebenheit. Die Vorstellung, ein Mensch könne so bleiben, wie er ist, kommt mir ziemlich grotesk und wenig wünschenswert vor.

Wie waren Sie mit 18? Wie war es bestellt um Ihre Fähigkeit, Krisen zu bewältigen? Konnten Sie Autoritäten gelassen begegnen, ohne sich einschüchtern zu lassen oder heftig zu rebellieren? Konnten Sie uneindeutige Situationen aushalten und darin Abwägungen treffen? Sich in die Sichtweisen anderer Menschen hineinversetzen? Oder hatten Sie für Ihre Mitmenschen blitzschnell eine Einschätzung (unentschieden, spießig, langweilig ...) parat? Wie gingen Sie mit ungeliebten Eigenschaften und Wesenszügen um, die Sie an sich selbst entdeckten?

Und wie würden Sie heute diese Fragen beantworten? Sind Sie sich gleichgeblieben oder haben Sie sich gewandelt? Ich gehe davon aus und wünsche es Ihnen sehr, dass Sie Erfahrungen gemacht haben, an denen Sie wachsen konnten. Erfahrungen, die Ihnen einen Zugewinn an Fähigkeiten, Souveränität, Kompetenzen und Gottvertrauen gebracht haben. Allerdings darf man nicht verschweigen, dass das auch seinen Preis hat. Wir bezahlen mit Verlusten von Unbefangenheit, Unversehrtheit, Elan oder Träumen. Wir wandeln uns und werden verwandelt. Manchmal können wir uns die Richtung der Entwicklung aussuchen. Wenn wir uns gezielt mit Themen und Inhalten beschäftigen. Oft genug jedoch werden wir verwickelt in etwas, das wir nicht gewählt haben – und müssen uns dann gezwungenermaßen entwickeln. So, als würde uns die Frage gestellt:

„Was machst du aus diesen Lebensumständen? Wie gehst du damit um?“

Erfahrungen aus dem Klinikalltag

In meiner Tätigkeit als Klinikseelsorgerin wird das Thema „Wie komme ich mit der Veränderung meiner Lebensumstände zurecht?“ häufig angesprochen. Zumal diese Frage in diesem Kontext alles andere als erwünscht oder erfreulich ist. Veränderungen als Anlass zur Wandlung oder als Reifungsauftrag zu begreifen, steht meist erst am Ende eines mühsamen Prozesses. Am Beginn dominieren Enttäuschung, Ärger oder die Klage.

„Warum ausgerechnet ich?“ – „So habe ich mir meinen Lebensabend nicht vorgestellt!“ – „Ich habe immer gesund gelebt, anderen geholfen, mich an Gottes Gebote gehalten ...“

Solche Sätze – verzweifelt oder vorwurfsvoll vorgebracht – zeigen: Hier steht ein Mensch vor den Bruchstücken seines Weltbildes. Das Leben funktioniert nicht mehr so, wie es bisher angenommen und vermittelt wurde. Brüchig wird oft auch das Selbstbild, zum Beispiel wenn eine Erkrankung mit dem Verlust von Fähigkeiten einhergeht. Und wenn dann noch Einschränkungen beruflicher oder persönlicher Art folgen. Brüchig wird häufig auch das Bild von Gott. Marion Muller-Collard hat eine solche Erfahrung in ihrem sehr anrührenden Buch beschrieben. Es heißt: „Als mir das Licht unerträglich wurde“. In einer Lebenskrise wurde ihr bewusst, dass Gottes unermessliche Größe, seine überbordende Lebendigkeit reduziert worden war auf eine Art Vertrag: „Ich halte mich an Gottes Gebote. Und er führt mich möglichst unbeschadet durch das Leben.“

Wie kann, wie soll es weitergehen, wenn das Bisherige nicht mehr passt? Da heißt es sortieren: Was hat

sich als zuverlässig und tragfähig erwiesen? Und was ist nicht mehr stimmig? Als nächstes gilt es herauszufinden, was besser geeignet, der Situation angemessener ist. Ich erlebe, dass Patienten ihre Prioritäten anders setzen. Manche sagen: „Ich weiß jetzt, was mir wirklich wichtig ist.“ Sie richten den Blick auf die noch vorhandenen Möglichkeiten. Was vorher als selbstverständlich angesehen wurde, wird nun bewusster wahrgenommen und geschätzt. So kann man die Lage als Reifungsauftrag annehmen, statt stecken zu bleiben in der Klage über das, was nicht mehr geht.

Und noch einen Schritt weitergedacht: Nicht nur Kräfte, Fähigkeiten und Gesundheit sind endlich; das Leben insgesamt ist vergänglich. Das ist nun nicht gerade eine neue Erkenntnis. Tagtäglich werden wir damit konfrontiert – ob in den Nachrichten und Naturfilmen oder in Krimis und Thrillern. Zu jeder Zeit zogen und ziehen auch Szenarien über die Vergänglichkeit der Welt insgesamt Menschen in ihren Bann. Mir scheint, dass Menschen vom Thema „Vergänglichkeit“ angezogen werden. Jedoch wird es üblicherweise auf Ebenen verhandelt, die einen „Sicherheitsabstand“ ermöglichen.

Etwas völlig anderes ist es, wenn ein Mensch sich der eigenen Vergänglichkeit stellen muss. Wenn das theoretisch Gewusste eine existenzielle Bedeutung bekommt. Die Auseinandersetzung damit ist ein spezieller Reifungsauftrag. Auch hier werden wir nicht gefragt, ob uns diese Aufgabe gelegen kommt oder zum richtigen Zeitpunkt. Eine hilfreiche Voraussetzung dafür ist eine

gewisse „Routine“ mit Wandlungen. Wenn man schon öfter die Frage beantwortet hat: „Was machst du aus diesen Lebensumständen? Wie gehst du damit um?“ Hilfreich ist ebenfalls, wenn die Bilanz im Rückblick einigermaßen positiv ausfällt: dankbar, zufrieden oder immerhin versöhnt. Nicht zuletzt kann auch der Glaube dazu ermutigen, sich dem Gedanken an die eigene Vergänglichkeit zu stellen. Indem der Glaube die Vergänglichkeit im Horizont Gottes betrachtet. Im 1. Korinther 15, 53f heißt es:

Was jetzt vergänglich ist, ist dazu bestimmt, das Kleid der Unvergänglichkeit anzuziehen; was jetzt sterblich ist, muss das Kleid der Unsterblichkeit anziehen. Und wenn das geschieht – wenn das Vergängliche mit Unvergänglichkeit bekleidet wird und das Sterbliche mit Unsterblichkeit –, dann geht die Aussage in Erfüllung, die in der Schrift steht: »Der Tod ist auf der ganzen Linie besiegt!«

Sicher: manchmal wünscht man sich, es möge alles so bleiben wie es ist. Aber so ist das Leben nicht. Wandeln und verwandelt werden, Entwicklung und Reifung, auf Veränderungen Antworten finden und Vergänglichkeit aushalten – das gehört zum Leben dazu. In all dem können wir uns Gott anvertrauen, den wir den Lebendigen nennen.



DIE AUTORIN
Ulrike Förster
Klinikseelsorgerin
Krankenhaus Bethanien Plauen
Zeisigwaldkliniken Bethanien Chemnitz

Hier steht ein Mensch vor den Bruchstücken seines Weltbildes. Das Leben funktioniert nicht mehr so, wie es bisher angenommen und vermittelt wurde.

Brüchig wird oft auch das Selbstbild, zum Beispiel wenn eine Erkrankung mit dem Verlust von Fähigkeiten einhergeht.

Die VerWandlung der Lebenden durch den Tod hindurch

ERFAHRUNGEN AUS 15 JAHREN SEELSORGE IN DER ALTENHILFE

Das wird nichts mehr mit mir.“ Frau H. sieht mich mit großen Augen an. Sie ist vor einem Vierteljahr in unsere Senioreneinrichtung gezogen, weil es zu Hause allein nicht mehr ging. Im Heim ist sie rund um die Uhr gut aufgehoben. Es ist nicht mein erster Besuch bei ihr. Kurz nach dem Einzug war sie voller Tatendrang, freute sich auf die zahlreichen Beschäftigungsangebote, über die Spaziermöglichkeiten durch die tolle Lage des Hauses. Jetzt erkenne ich sie kaum wieder. Sie verlässt selten ihr Zimmer und lehnt Angebote mit den Worten „Ich will meine Ruhe.“ ab. Die Tochter beklagt sich: „Aber sie hat doch immer ihre Zeitung gelesen und jetzt schaut sie nicht mal fern.“ Frau H. macht sich wohl auf ihren letzten Weg. Meine Erfahrung ist, dass Menschen dann das ‚Äußere‘ nicht mehr so interessiert. Es scheint, als würden die Menschen wieder zu sich und ihrer inneren Mitte zurückkehren.

Wenn ich Frau H. besuche, freut sie sich. Wir sprechen über ihr Leben – die Höhen und die Tiefen und ich kann viel Dankbarkeit spüren. Wir sprechen auch über ihr Sterben und den Tod. Nein, sie habe keine Angst vor dem Tod, versichert sie mir. „Das gehört so und dann ist eben Schluss.“ Aber das Sterben fürchtet sie. Ob dann jemand bei ihr sein könne? Ich versichere ihr, dass sowohl ihre Familie da sein kann, als auch wir vom Haus versuchen, dies möglich zu machen. Schließlich wissen wir, dass dieses letzte Loslassen für die meisten Menschen schwer ist. – Gehen wir auch deshalb schon vorher zu unserem Inneren zurück, damit es leichter ist? – Dann fragt sie mich: „Glauben Sie an ein Leben nach dem Tod?“ Das sind die Momente, in denen ich besonders dankbar für meinen Glauben bin, denn aus vollem Herzen kann ich sagen: „Ja, ganz fest. Ich glaube an ein Leben nach dem Tod. Ich glaube daran, dass wir uns alle wiedersehen. Ich weiß nicht, wie genau das sein kann. Aber ich glaube es.“ Frau H.'s Gesichtsausdruck schwankt zwischen Zweifel und Hoffnung und ich meine, ihre Gedanken lesen zu können: „Wenn die das so fest behauptet, vielleicht ist da dann doch was dran...“ Laut sagt sie: „Sie gläubigen Menschen haben es da eben gut, da ist Sterben einfacher.“ Ja, in meiner Zeit als Gemeindepastorin habe ich Menschen in Glaubensgewissheit ruhig auf das Sterben zugehen sehen. Doch aus meinen letzten Sterbebegleitungen fallen mir mehrere ganz fromme Frauen ein, deren Sterben auch mit Angst besetzt war. Ich weiß nicht, was sie in ihrem Konfirmandenunterricht zur Zeit des Nationalsozialismus über ‚jüngstes Gericht‘ oder ‚Höllenfeuer‘ gelernt haben. Aber auf den letzten Lebensmetern mussten sie offensichtlich ihren Verfehlungen nochmal ins Auge schauen oder die Angst vor einer ‚Bestrafung‘ machte sie unruhig. Diese Frauen zu begleiten, hat mich viel Kraft gekostet. Dabei habe ich mich gefragt, ob wir uns im Leben zu wenig mit dem Thema Vergebung beschäftigen. Christus ist doch für unsere Sünde gestorben – warum ist es dann am Ende oft so schwer? Und ich frage mich, ob wir in Friedenszeiten Geborene und Lebende anders sterben werden. Fest steht: jedes Sterben ist anders. Es gibt keine Katalogisierung – auch nicht in Glaubende und andere. Wer will auch wem ins Herz schauen? Und es gibt Menschen, die bis zum Schluss nicht über das Unvermeidliche reden oder sich damit beschäftigen wollen. Sie stolpern sozusagen in den Übergang hinein. Meine tiefste Überzeugung ist, dass *der Tod die letzte große Anfechtung in unserem Leben sein wird.*

Dennoch gehen nach meiner Erfahrung sehr viele Menschen ruhig und friedlich in diese Verwandlung. Mich fasziniert immer wieder der Gesichtsausdruck eines verstorbenen Menschen. Für die Angehörigen sieht der vertraute Mensch oft fremd aus. Ich sehe meist glatte Haut, Ruhe und Frieden. Und wenn das so mit unserer ‚Hülle‘ ist, könnte das nicht auch ein Ausdruck der Verwandlung unseres ICHs sein?

Neben meinem tiefen Glauben und der Hoffnung auf Auferstehung (ohne die ich diese Arbeit nicht schon über so viele Jahre machen könnte), sind mir Bilder zu

Transformation sehr hilfreich. Da ist natürlich zunächst das Bild vom Weizenkorn. Jesus hat das zwar auf sich bezogen, aber mir geben junge, hellgrüne, kräftige Weizenkeimlinge Mut und Hoffnung: Ja, das Korn muss in die Erde (und damit sterben), damit aus ihm etwas Großes werden kann.

Die Verwandlung hin zum Schmetterling

Mein Lieblingsbild für die Verwandlung des Menschen ist das vom Schmetterling. Der entsteht aus einer Raupe. Und die hat – wie wir Menschen auch – ein Problem: Sie weiß nicht, was aus ihr einmal wird. Sie kann nur den Zeitraum bis zur Verpuppung überblicken und dieses Ende hält sie für den Tod. Was dann folgt, bleibt für die Raupe, genauso wie für uns so lange ein Geheimnis, bis wir es selbst erleben: auf wundersame Weise wird aus der trägen Raupe ein leichter Schmetterling. Der Raupe sind Flügel gewachsen, sie hat eine neue Dimension hinzugewonnen. Dieses Bild nährt meinen Glauben, dass wir in und nach unserem Tod eine weitere Dimension erleben. Der Tod ist dann nicht mehr das Letzte. Wie sich die Raupe in den starren und unansehnlichen Kokon verpuppt, aus dem danach der Schmetterling schlüpft, ist auch unser Sterben nichts weiter als ein Übergang in ein verwandeltes Leben. Ich weiß, dass diese Metamorphose nicht in der Bibel zu finden ist, aber in der Senioreneinrichtung habe ich eher mit Menschen zu tun, die dem Glauben fernstehen. Von daher bemühe ich zur Umschreibung meines Glaubens gern Bilder aus der Natur – wie Jesus eben auch. Mit diesem Bild der Verwandlung habe ich nur gute Erfahrungen gemacht.

Meine Beobachtung ist sowieso, dass Menschen erst nach der ‚Ewigkeit‘ fragen, wenn sie direkt durch den eigenen Tod oder den eines nahen Menschen betroffen sind. Wir leben in unseren Breitengraden heute auf so hohem Niveau, dass wir den Tod lange verdrängen können. In früheren Zeiten war das anders. Das Leben war beschwerlich, mühsam, voller Leid und Qual. Durch

Kriege und Krankheiten war die Sterblichkeit immer präsent. Deshalb gab es viel Sehnen nach dem DANACH. Unsere Erwartung an die Ewigkeit verblasst angesichts unserer Lebensqualität. Im Gegenteil, wir versuchen mit Medizin und Technik unseren Tod hinauszuzögern, weil wir nach dem Tod keine Steigerung erwarten. Der Grund unseres christlichen Glaubens liegt aber in der Auferstehung der Toten. Weil Christus nicht im Grab geblieben ist, haben auch wir eine berechtigte Hoffnung. Genaue Beschreibungen zu dem, was danach kommt, finden wir in der Bibel nicht. Nur mehrere Aussagen Jesu wie die aus dem Johannesevangelium „Amen, amen, ich sage euch: Wer mein Wort hört und dem glaubt, der mich gesandt hat, hat das ewige Leben; er kommt nicht ins Gericht, sondern ist aus dem Tod ins Leben hinübergewandert.“ (5, 24)

Frau H. steht seit Tagen nicht mehr aus ihrem Bett auf. Soodft ich kann, sehe ich nach ihr, auch wenn es nur wenige Minuten sind. Bei den letzten Besuchen fragt sie mich immer wieder nach meinem Glauben an ein Leben nach dem Tod. Fast scheint es mir, als gäbe meine Überzeugung ihr Kraft für ihren Übergang. Aber sie halluziniert auch „Da steht mein Koffer. Ich muss nach Hause.“ Ich wünsche ihr eine gute Reise und verabschiede mich wie immer: „Auf Wiedersehen“.



DIE AUTORIN
Birgit Fahnert
Pastorin und Seelsorgerin
AGAPLESION BETHANIE
HAVELGARTEN, Berlin



Höhenblick-Freizeiten

Aus unserem Programm:

Seelsorge-Basiskurs (Kompaktwoche)

12.04. - 19.04.2024

mit Andreas und Martina Stenzel und Team
(Arbeitsgemeinschaft seelsorglicher Berater)

Ankerplatzfreizeit für Frauen und Männer

12.04. - 19.04.2024

Thema: Jona - wenn alles anders kommt als gedacht
mit Pastor Jens Bärenfeld

Frauenseminar des Frauenwerkes der EmK

09.05. - 12.05.2024

mit Anke Heinz, Pastorin Raphaela Swadosch
und einem Team des Frauenwerkes

Singfreizeit

22.05. - 26.05.2024

mit Diakon i.R. Helmut Werner und Gerhard Schedler

Natur- und Erholungstage

10.06. - 16.06.2024

mit Pastor Jens Bärenfeld, Kornelia Krause
und Harald Keller

*Jetzt unser Jahresprogramm
anfordern!*

HAUS HÖHENBLICK

35619 Braunfels, Friederike-Fliedner-Str. 9
Telefon: 0 64 42 / 93 70

E-Mail: email@hoehenblick.de
Internet: www.hoehenblick.de



Bleibend etwas Gutes tun

Die gemeinnützige Bethanien Diakonissen-Stiftung setzt das diakonische Engagement der beiden Diakoniewerke Bethanien (Frankfurt) und Bethesda (Wuppertal) fort. Als die ersten Diakonissen vor 150 Jahren ihren Dienst aufnahmen, trugen sie die Werke der Barmherzigkeit besonders auch zu denen, die sonst ohne Hilfe geblieben wären. So standen seit den Anfängen von Bethanien und Bethesda die Versorgung und die Seelsorge für kranke und alte Menschen im Vordergrund.

Aus dem gleichen Motiv heraus erreicht die Hilfe der Stiftung heute auch Kinder und mit ihnen deren Familien - in Kitas und in Kinder- und Jugendzentren. Die Stiftung bietet Unterstützung für Suchtkranke und begleitet Eltern und Familien in der Trauer um Kinder, die vor, während oder nach der Geburt verstorben sind: Sternenkinder.

Die Angebote der Bethanien Diakonissen-Stiftung sind durch den christlichen Glauben inspiriert und stehen allen Menschen offen, unabhängig von deren Geschlecht, Religion oder Herkunft.

Für viele Dienste, die die Stiftung leistet, stehen in der Gesellschaft keine oder nicht ausreichende finanzielle Mittel zur Verfügung. Die Stiftung bringt sich hier mit ihrer eigenen finanziellen Kraft ein und mit dem, was Menschen ihr zuwenden. Wer der Bethanien Diakonissen-Stiftung finanziell hilft, versetzt sie in die Lage, mehr des Guten zu tun. Das geschieht sehr wirksam, denn die Arbeit der Stiftung ist gut organisiert, sie geschieht vernetzt und auf einem hohen fachlichen Niveau.

Für viele Projekte kann eine Erbschaft oder ein Vermächtnis Grundlage sein, um mehr des Guten zu tun.

Eine Testamentsspende ermöglicht es, über die eigene Lebenszeit hinaus das zu fördern, was einem sehr am Herzen liegt.

Wenn Sie Fragen zu den Themen Testament, Erbschaft und Vermächtnis haben, beraten wir Sie gern darüber, wie Sie die Bethanien Diakonissen-Stiftung bedenken können.

Vielen Dank für Ihr Interesse.

Bethanien Diakonissen-Stiftung

Dielmannstraße 26
60599 Frankfurt am Main
Telefon: 069 959 323 70 - 0
E-Mail: spenden@bethanien-stiftung.de
www.bethanien-stiftung.de

Spendenkonto

Bethanien Diakonissen-Stiftung
Evangelische Bank eG
IBAN: DE90 5206 0410 0004 0040 00



Alter-Nativ

Alter!“ ruft eine jugendliche Stimme hinter mir. Ich fühle ich angesprochen und drehe mich um. Aber der junge Mann schaut nur gebannt auf sein Smartphone. Ich war nicht gemeint.

„Alt“, das heißt „nicht neu“. Gestrig, abgenutzt und hinter dem MHD*. Alle wollen es werden und keiner will es sein. Und „altern“, das Verb dazu, zieht uns hinein in die Themen von Vergänglichkeit und Tod. Nun sind wir, so belegen es die Hochrechnungen für die Zukunft, eine alternde Gesellschaft. Die Wissenschaft, in unserem Fall die Bevölkerungswissenschaft, genannt Demografie, hat das gemessen. Fakt. Schön, wenn wieder mal etwas belastbar feststeht: Alle sehen wir alt aus, Kirche und Gemeinden inklusive. Aber nicht nur sie. Auch meine Ärzte, meine drei Schwestern, mein Hibiskus im Wohnzimmer, der Straßenbelag vor meiner Tür und ich: Wir werden immer älter. Was denn auch sonst. So war das schon immer. Und das wird auch nicht mehr anders, es sei denn, wir sind ins Himmlische Jerusalem eingezogen. Da wird es anders. Neu.

Freilich können nichtgezeugte Kinder, wenn sie einmal groß sind, ihrerseits keine Kinder zeugen. Je weniger Geburten, desto weniger Geburten. Deshalb steht die Demografie-Tanne auf dem Kopf. Aber vergessen wir nicht, sie steht auch auf dem Kopf, weil es seit 60 Jahren die Pille gibt. Bedenken wir, wenn wir uns immer wieder gern so schaurig schön an unserem scheinbaren

Die Demografie-Tanne steht auf dem Kopf.

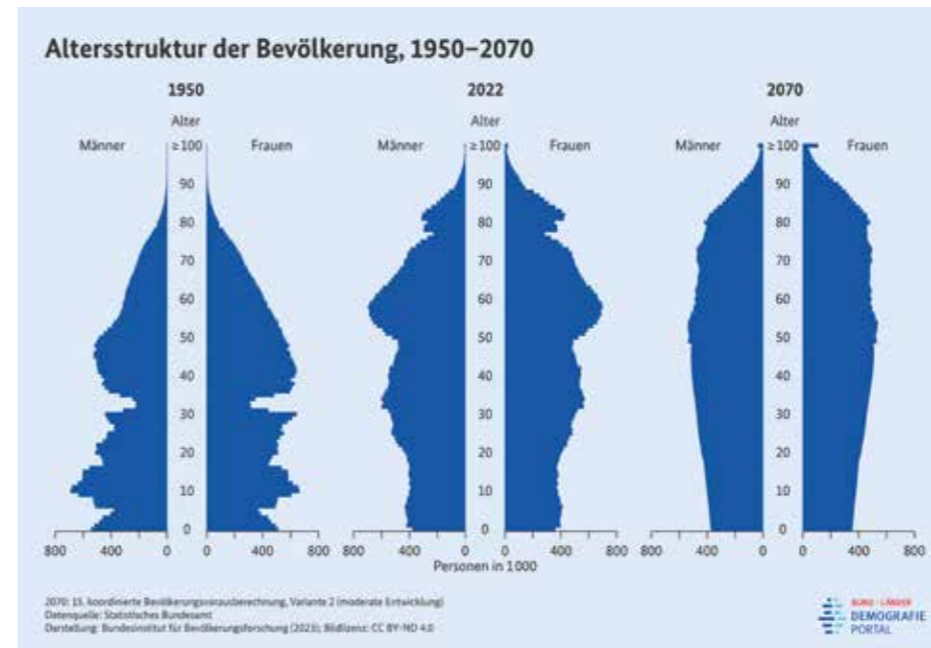
Natürlich schauern wir etwas, wenn wir lesen, dass in 40 Jahren jeder dritte Bürger über 65 Jahre alt sein wird. Aber das ist erst im Jahr 2064. Und wir, die wir jetzt gerade noch diesen Text über das Altern lesen, werden dann schon nicht mehr unter den Lebenden weilen. Und wenn doch, dann haben wir andere Sorgen: Rücken, Augen, Gedächtnis. Oder auch nicht, wer weiß wie hoch dann die Lebenserwartung sein wird. Und wie viele meiner Körperteile künstlich.

Von Brandstiftern zur Feuerwehr werden

Alt aussehen hat auch was. Etwas, was die Jugend nicht hat: Lachfältchen und Krähenfüße. Dauerbrenner statt

Ungemach laben: Angesichts des anderen Fakts, dass sich in den zehn Jahren zwischen 1964 und 1974 die Geburtenrate in Deutschland halbiert (!) hat, geht es uns derzeit bestens. Und ist es nicht auch schön, dass Frauen nicht mehr im Durchschnitt 10 Kinder bekommen, wie das in Deutschland vor 120 Jahren Fakt war. Das waren damals finsterste Zeiten für die Mütter und goldene für die Institutionen. Nicht nur die SPD, auch die Kirchen, ja explizit die Freikirchen sprossen damals massenhaft aus dem Boden der Geschichte, besser: entwachsen ihren kinderreichen Familien. Mussten doch zwei treue Methodisten nur 5 ihrer 10 Kinder weiterhin bei der Stange halten und hatten damit allein schon die Zahl der Gläubigen mehr als verdoppelt.

DIE AUSWIRKUNGEN DES DEMOGRAFISCHEN WANDELS AUF KIRCHE UND GEMEINDEN



Strohfeuer, treues wöchentliches Dasein statt einmaliger Projekte, langfristige Zusagen statt spontaner Absagen. Bis Vierzig gehört man zu den Brandstiftern, danach wechselt man zur Feuerwehr. Und die Brandstifter waren, verglichen mit den Feuerwehrleuten, schon immer in der Unterzahl.

Freilich, fürs Kinderkriegen brauchen wir sie, die Jungen. Und sie machen den Job. In den letzten zehn Jahren ist die Geburtenrate in Deutschland gestiegen. Das muss man auch mal sagen. Leider sterben die Alten noch zu viel und noch zu früh, sodass wir dann doch insgesamt weniger werden. Und zur Demografie gehört auch diese Wahrheit: Die vielen Kinder verdanken wir denen, die von anderswo zu uns gekommen sind, um zu bleiben.

Heißt also für die Kirche was? Die, die heute da sind, werden überwiegend noch lange da sein. Die, die zu uns kommen, heißen wir willkommen. Und ihre Kinder. Trotzdem: Vorsicht mit den schönen Familiengottesdiensten. Nie gab es mehr Singles als heute. Man kann auch ohne Kinder glücklich sein.

Jeden Mittwoch Chorstunde, Bibelstunde, Bastelkreis wird nicht mehr lange gehen. Überhaupt spielt Zeit keine Rolle mehr, bei der gestiegenen Lebenserwartung. So viele Jahre hintendran: da haben wir doch heute die Zeit, von der wir immer behaupten, sie nicht zu haben. Also nicht mehr über Gottesdienstanzfangzeiten streiten. Mit der Lebenserwartung wird irgendwie auch der Sonntag länger. Seniorenkreise gehören ausdifferenziert: 55Plus und 80Plus. Die jüngeren sind die neue „Lämmergruppe“. Auch Geld spielt künftig keine Rolle. Wenn es so bleibt wie bisher, sind die Rentner die mit dem stabilsten Einkommen. Selbst wenn der Beitrag sinkt, fließt er länger. Wer regelmäßig gut bekommt, kann regelmäßig gut geben. Natürlich müssen wir weiter lamentieren, nur vielleicht etwas leiser.

Was also soll werden? Alles, was man heute schon sieht. Plus die, die nach wie vor geboren werden.

Wenn wir fragen, wie Kirche und Gemeinde im demografischen Wandel aussehen, fragen wir theologisch danach, wie es um den Leib Christi bestellt ist. Ein Leib und viele Glieder: Altgewordene mit faltiger Haut? Künstliche auch? Mit Oberschenkelhalsbruch? Die Fixierung auf die Jugend hat uns festgelegt, abgeschaut von den gesellschaftlichen Trends. Der alte Leib Christi, warum nicht? Tradition. Gelebtes Leben. Erfahrung.

Rituale. 2.000 Jahre alt ist er. Substanz und Relevanz sind nicht altersabhängig. Christus ist immer noch die Klammer, der Nukleus, das Gewicht, das gravitatisch die Verschiedenen bindet und verbindet. Die Althergebrachten und die Neudazugekommenen, die Babyboomer und die Jugend, die einfach nicht macht, was wir meinen, was sie machen sollte. Es war nie anders. Warum sollte es nicht so bleiben? Weniger werden wir sein, immer weniger. Auch das: Nichts Neues. Für unsere Kirche seit dem letzten Geburtenabfall 1964 jährlich unumkehrbare Erfahrung.

Weniger Methodisten heißt: von allem Weniger. Und zugleich: alles anders als bisher. Heißt nicht: weniger wert, weniger wichtig, weniger Segen. Aber anders Segen. Das Weniger der Christenheit hat zu 50% mit der Demografie zu tun. Die andere Hälfte ist die geschrumpfte Anschlussfähigkeit an die Menschen der jeweiligen Gegenwart. Hier probieren wir viel mit wenig Erfolg. Das aber ist ganz unabhängig vom Alter. Das Verbleibende ist dadurch besonders kostbar. Das Wenige ist nicht Nichts, auch wenn es uns zu wenig ist.

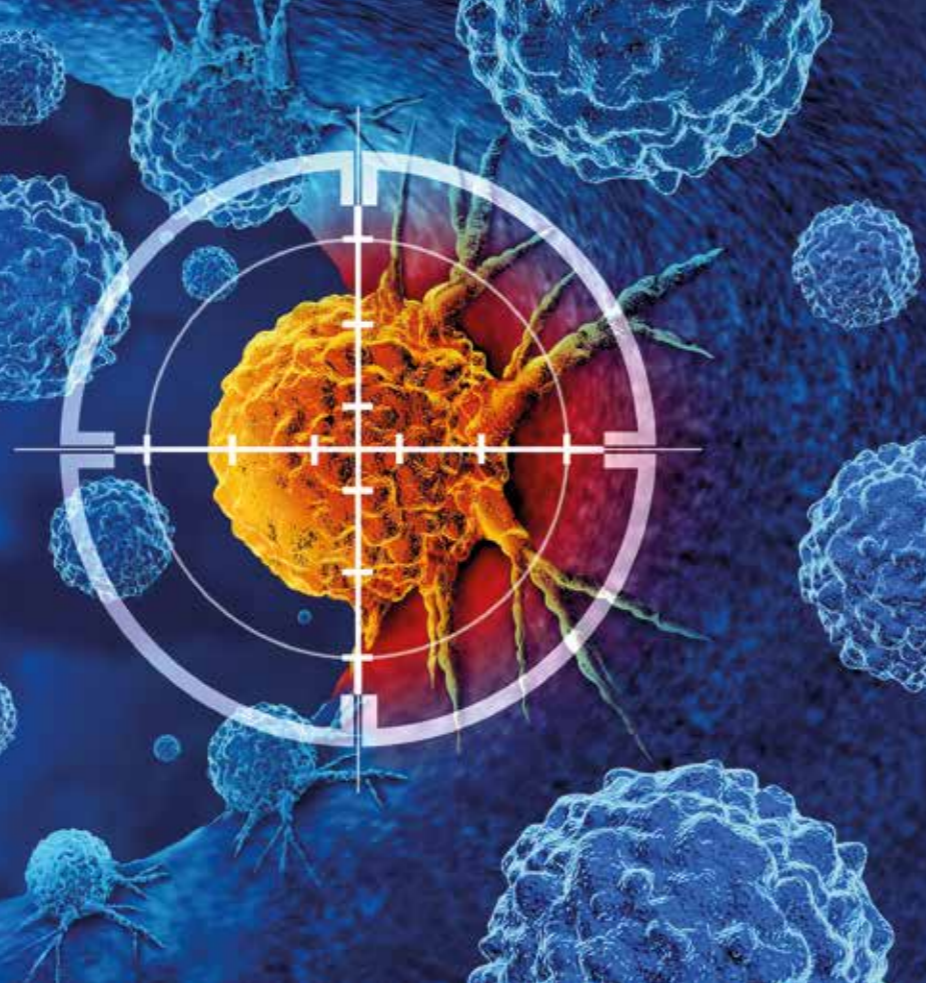
Schluss mit den Zahlen und dem Zählen. Der Leib ist lebendig, zeitlos irgendwie, nicht alt, nicht jung, ewig. Das ist die Deutung des christlichen Glaubens durch die Jahrhunderte hindurch. Immer wieder wird da etwas geboren, trotz und fernab unserer Prognosen. Natives Christentum. Warten wir mal ab. Wir werden noch was erleben.

* Mindesthaltbarkeitsdatum



DER AUTOR
Christhard Rüdiger
Pastor
Chemnitz

VerWandelt durch Krankheit



Schon als Kind faszinierte mich die Geschichte von Petrus' „Wandeln“ auf dem Wasser. Unglaublich, dieser starke Glaube des Petrus, der sogar die Schwerkraft aushebelt.

Die Freunde Jesu sind bei einem Seesturm in der Nacht auf dem See Genezareth unterwegs. Sie zittern vor Angst, bis ihnen Jesus auf dem Wasser entgegenkommt und sie beruhigt. „Ich bin's; fürchtet euch nicht!“ ruft er ihnen zu.

Petrus geht in der Dunkelheit mutig auf Jesus zu, das Wasser ist unter ihm. Erst als er merkt, dass der Wind an ihm zerrt und die Wellen um ihn her schlagen und er möglicherweise fallen und sinken könnte, da ergreift ihn die Panik. „Herr, hilf mir“, schreit er in seiner Angst.

Als ich den Halt verlor ...

Diese Erfahrung des Sinkens in Untiefen, des Abstürzens – diese Erfahrung habe ich machen müssen, als mir der Arzt einen Krebs mitten in meinem Gesicht diagnostizierte. Der Krebs hatte Zeit gehabt zu wachsen, denn ich hatte ihn zuvor als lästigen Pickel abgetan und in dieser Zeit viel gearbeitet. Als die Diagnose feststand, musste ich innehalten. Alles, was ich bis dahin festhielt, fiel mir aus den Händen.

Es stellte sich ein Gefühl vom Stürzen, vom Sinken ein. Ich fiel und fiel in diesen Tagen und hatte keine Kontrolle mehr über das, was geschah und was dann kam. Mein Weg führte über viele Operationen (bis heute), über Chemotherapie und verschiedene Formen von

Bestrahlung; es war ein harter Weg. Ein hoher Preis, um zu mir selbst zu kommen.

Und es waren viele kleine Schritte auf dem Weg der Veränderung; einen Teil meines Gesichtes habe ich verloren. Wenn mir einer zuvor gesagt hätte, welche Wellenberge und Wassermassen mir die Luft zum Atmen nehmen würden, hätte ich den Weg bis heute sicher nicht geschafft.

Im Nachhinein kann ich sagen, dass ich gehalten wurde bei jedem Schritt, der gegangen werden musste. Obwohl ich böse war auf Gott; weil ich dachte, dass er mich im Stich gelassen hat. Aber so war es nicht; mitten auf dem Wellengang, im Sturm des sich Auflösens von allen Sicherheiten war dennoch einer da, der mir jeden Tag zuraunte: Ich bin's! Ich bin da! Fürchte dich nicht! Hab nur den nächsten Schritt vor Augen! Das Wasser trägt dich!

Diese Erfahrung hatte ich schon als kleines Mädchen gemacht, als mir mein Vater das Schwimmen beibrachte; diese so elementare körperliche und seelische Erfahrung habe ich heute noch in mir und sie hilft noch immer.



DIE AUTORIN
Heike Schulze-Wegener
Pfarrerin für Altenpflegeheimseelsorge
Kirchenkreis Marburg-Kirchhain

Im November 2018 ist Bärbel von ihrer unheilbaren Krankheit erlöst worden. 58 Jahre befreundet, verliebt, verlobt, verheiratet; beschenkt mit Tochter, Schwiegersohn, 2 Enkeltöchtern, erlebten wir sieben Umzüge und räumliche Neubeginne – auch handfeste Krisen. Zuletzt spürten wir unsere Liebe wieder wundervoll blühen, sprachen einander zu: „Ich liebe dich!“ – „Ich hab dich lieb“ – das war zu wenig!

Nun ist Bärbel daheim. Ich konnte in der Klinik zuletzt mit ihr allein sein, Psalmen des Vertrauens vorlesen, Hand halten. Mein geflüstertes Gebet hat mich aber überfordert: „Mach End, o Herr, mach Ende mit aller dieser Not!“

Bärbel ist erlöst! Davon war ich überzeugt – und stürzte doch in Depressionen und tägliches ‚Morgengrauen‘.

Therapeutische Begleitung deckte ein frühkindliches Nähe-Verlust-Trauma auf, das nun neu Energie entfalte. Der vier Monate alte Reiner hatte für lange Zeit die Mutter ins Krankenhaus ‚verloren‘: Verlust von Nähe, Berührung, Brust, Milch, Wärme, Geruch, Stimme. Zu erkennen, dass sich in Bärbels Sterben diese Verlusterfahrung vergegenwärtigte und wiederholte, blieb aber lang ohne erlösende Auswirkung auf Selbstzweifel, Versagensängste und das Gefühl, in der Fremde zu leben – gesteigert noch durch die Distanz in der Corona-Zeit.

Es dauerte über vier Jahre, bis sich leise durchzusetzen begann, was ich bei Hanns Dieter Hüsch gelesen hatte – wundervoller ‚Zufall‘ im Buch von Martin Buchholz „Was machen wir hinterher?“:

Psalm 126: Was macht dass ich so fröhlich bin / In meinem kleinen Reich / Ich sing und tanze her und hin / Vom Kindbett bis zur Leich ...

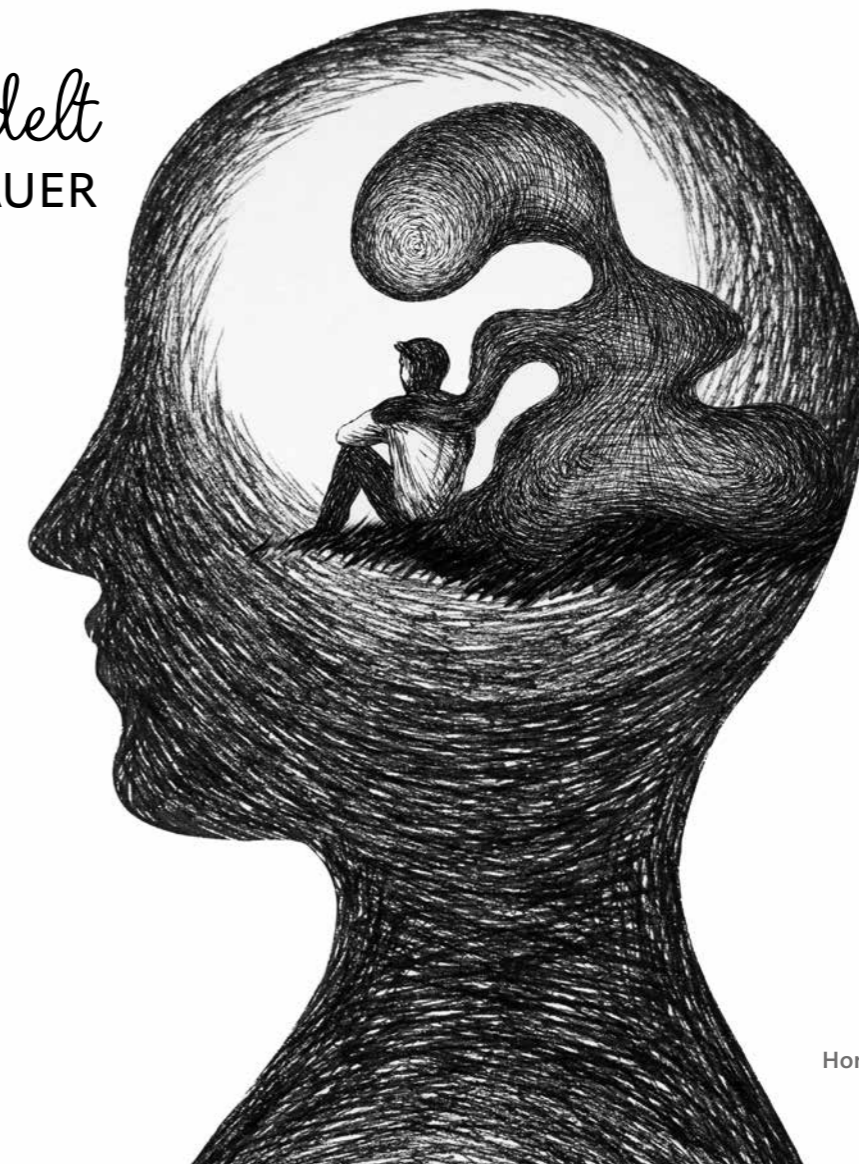
Ich bin / vergnügt / erlöst / befreit / Gott nahm in seine Hände / Meine Zeit.

Unser Vater im Himmel wandelt Enge in neuen Raum – vielgestaltig! Psalm 126 hat er in Christus bestätigt, auch mir. Ich erlebte gewandelte Perspektiven: Geburt, frühkindlicher Mutter-Verlust, Liebe zu dem besonderen Menschen, ihr sie erlösendes, mich stürzendes Sterben, nach und nach Dankbarkeit für gemeinsam gestaltetes Leben; nun zusammengeführt und verheiratet mit Mechthild – in zwei Lebensräumen: Lebenslang gewandelte Perspektive.



DER AUTOR
Reiner Kohlhammer
Pastor i.R.
Linsengericht

VerWandelt IN DER TRAUER



Berufliche VerWandlungen

Liebe Gertraud Kramer, seit einigen Jahren bist du im Ruhestand. Aber wie waren deine Anfänge? Was hast du gelernt – und war das dein Wunsch? Gab es einen Auslöser dafür?

Von Beruf bin ich Sozialarbeiterin. Das war eine Fügung, die ich nicht so geplant hatte. Ich besuchte das Gymnasium, schon in der 10. Klasse hatte ich keine Lust mehr auf den weiteren Schulbesuch in dieser Schulform. Es gab drei Richtungen für die Oberstufe, Mathematik, Sprachen oder das sogenannte „Puddingabitur“, das war der hauswirtschaftliche Zweig. Alles nichts für mich. Meine Freundin plante einen Wechsel zur Fachoberschule für Soziales in Emden, das war eine willkommene Lösung auch für mein Schulproblem.

Du kommst ja aus der verhältnismäßig kleinen ostfriesischen Stadt Leer. War es damals eher ungewöhnlich für junge Frauen, auswärts zu studieren? Und wie hast du dich in deiner Unistadt gefühlt?

Nach dem Fachabitur wurde in Emden die Fachhochschule eröffnet, sodass ich nahtlos das Studium für Sozialarbeit/Sozialpädagogik beginnen und zu Hause wohnen bleiben konnte. Die 25 km bis zur Hochschule bin ich gependelt.

Schon zu meiner Zeit war es doch sehr verbreitet, dass Frauen zumindest eine Ausbildung machten, auch ein Studium war kein Problem. Meine Eltern wollten auch immer, dass ich studiere und haben mich unterstützt.

In gewisser Weise bist du ja immer deinem Beruf treu geblieben – aber du hast ihn in sehr vielen verschiedenen Bereichen ausgefüllt. Erzähl mal.

Nach dem Studium habe ich mein Anerkennungsjahr in Aurich im Gesundheitsamt absolviert. Das war eine ganz neue Welt für mich. Ich war für einen Bezirk im Landkreis zuständig, ich war die einzige Sozialarbeiterin und musste auch für das Jugendamt Stellungnahmen erstellen. Das waren Bereiche, von denen ich noch nie etwas gehört hatte. Zum Beispiel Jugendgerichtshilfe, das heißt, die straffällig gewordenen Jugendlichen zu Hause aufsuchen, das soziale Umfeld besser kennenlernen, die näheren Umstände der Straftat erfragen und dann eine Prognose für die Zukunft abgeben. Ich war damals mit 22 Jahren noch sehr jung, kaum älter als die Jugendlichen. Und nun musste ich auf einmal bei Gerichtsverhandlungen meinen Bericht vortragen und Fragen des Richters beantworten, das war schon aufregend.

Ich habe mich dann nach zwei Jahren Gesundheitsamt bei der Diakonie in Leer beworben für die Kirchenkreissozialarbeit. Diese Arbeit habe ich 41 Jahre mit viel Freude gemacht

und immer verschiedene Schwerpunkte gesetzt. Zunächst war es die Arbeit mit Suchtkranken und vor allem auch mit den Familien, dann die Beratung für Mütter, die eine Müttergenesungskur brauchten. In den 1990er Jahren bekamen wir ein neues Gesetz für Schwangerschaftsabbruch, die betroffenen Frauen brauchten eine Beratung in einer anerkannten Beratungsstelle. Ich habe dann dafür die Ausbildung in Berlin gemacht und ab dann diese Beratungen angeboten, verbunden auch mit Hilfsangeboten für schwangere Frauen in schwierigen Verhältnissen.

Als mein Arbeitskollege überraschend mit 50 Jahren verstarb, habe ich mit weiteren fünf Wochenstunden auch die Schuldnerberatung übernommen.

Darüber hinaus hast du ja auch mit Familie immer weitergearbeitet, was zum Beispiel in Gemeinden damals nicht alle richtig fanden. Wie hast du dein Privatleben und die sogenannte Doppelbelastung gemanagt?

Ich habe bis zu meinem 50. Lebensjahr immer nur halbtags gearbeitet, bis die Schuldnerberatung mit fünf Stunden dazu kam. Als die Kinder klein waren, hatte ich eine „Kinderfrau“, die zu uns ins Haus kam und die Kinder betreute. Dann hatte und habe ich eine wunderbare Freundin, die nur drei Häuser von uns entfernt wohnte und Kinder im gleichen Alter hatte, sie hat mich unendlich oft unterstützt. Ohne sie hätte ich es sehr viel schwerer gehabt. Krippe, Ganztagschule, Nachmittagsbetreuung – das gab es damals in unserer Kleinstadt noch nicht.

Hast du in den letzten Jahren deiner Berufstätigkeit gemerkt, dass es schwerer/mühsamer wurde? Oder hast du schweren Herzens von dieser Arbeit Abschied genommen?

Ja, ich habe schweren Herzens Abschied genommen und konnte mir gar nicht vorstellen, wie ein Leben ohne die Arbeit mit Menschen gelingen könnte. Um mir den Übergang ins Rentnerdasein zu erleichtern, habe ich meine Wochenstunden für ein knappes Jahr auf zehn Stunden reduziert und habe meine Nachfolgerin eingearbeitet. Und ich habe schon in dieser Phase eine ehrenamtliche Arbeit in einem Flüchtlingscafé begonnen. Als ich dann letztendlich den Schlüssel abgegeben und meinen Schreibtisch ausgeräumt hatte, war es auf einmal gar nicht mehr schwer. Die Arbeit mit den Flüchtlingen ist so vielseitig und auch anstrengend, dass ich meine Arbeit in der Diakonie nicht vermisse.



DIE INTERVIEWERIN
Ruthild Steinert
Pastorin
Bookholzberg

Anzeige



Ihr Urlaub im Schwarzwald

Willkommen im Hotel Teuchelwald!

Ihr Ort für Urlaub, Freizeiten und Familienfeiern



Hotel Teuchelwald
Telefon 07441 532 0
rezeption@hotel-teuchelwald.de
www.hotel-teuchelwald.de



**MARTHA
MARIA**

Unternehmen Menschlichkeit

... Ich bin heute davon überzeugt,
dass ich nur auf diesem Weg
die Freiheit – und nicht nur die
von Büchern – gewinnen konnte ...

VerWandelt IN DEN RUHESTAND

So hatte ich mir das nicht vorgestellt. Ausgerechnet am Ende meiner aktiven Dienstzeit als Pastor sollte ich es noch einmal eilig haben. Mit viel Aufsehen wurde ich aus der Arztpraxis die Treppe hinuntergetragen und in den Notarzwagen verfrachtet. Dann ging es mit viel Tempo und Blaulicht ins Krankenhaus. Dieses Ereignis drei Monate vor meinem offiziellen Abschied sollte schon der endgültige sein.

Heute, zweieinhalb Jahre danach, bin ich fast schon dankbar für diese Schützenhilfe von oben. Vermutlich hätte ich ohne sie den „Übergang“ in den Ruhestand nicht geschafft. Jedenfalls war die Lektion, die mir meine Erkrankung erteilte, nachhaltig. Ich sollte Loslassen lernen. Und das ging so: Meine Liebe zu Büchern ist groß, so groß, dass ich im Lauf meines Lebens einen fast unüberschaubaren Schatz an Büchern sammelte. Ein Freund charakterisierte unser Wohnen nach einem Besuch bei uns einmal als „Leben in der Bibliothek“. Diese Bibliothek war nun gefährdet, je näher mein Ruhestand rückte. Denn wir, meine Frau und ich, mussten uns drastisch verkleinern. Der Auszug aus der Dienstwohnung bedeutete für uns eine Halbierung unseres Haurats. Und Bücher hatten keinen Platz mehr in

einer bezahlbaren Wohnung. Bis auf einen kleinen Rest würde ich sie alle drangeben müssen. Das war unvorstellbar. Ich hatte keine Ahnung, wie mir das gelingen könnte. Bis ich nach meinem Ausflug an die Todesgrenze wieder ins Leben zurückgekehrt war und eine Leichtigkeit empfand, wie ich sie bisher nicht gekannt hatte. Alles war von mir abgefallen. Ich brauchte keine Bücher mehr. Ich hatte ja das Leben!

Loslassen ist normalerweise ein durchaus schmerzlicher Prozess. Er ist mir erspart geblieben. Zwar hätte ich auf den mir zugemuteten Weg auch verzichten können. Doch bin ich heute davon überzeugt, dass ich nur auf diesem Weg die Freiheit – und nicht nur die von Büchern – gewinnen konnte, die für meinen Ruhestand nötig war. Jetzt genieße ich sie und bin dankbar.



DER AUTOR
Stefan Herb
Pastor i.R.
Stuttgart



VerWandlung in der Natur

Ich seh etwas, was du nicht siehst und das ist ...?“ Sicher kennen Sie dieses Ratespiel, das man ohne Vorbereitung und Aufwand immer und überall spielen kann – vorausgesetzt, es sind mindestens zwei Personen. Dabei kommt es vor allem darauf an, genau hinzuschauen. Oft sind es ganz alltägliche Dinge, die uns sonst gar nicht besonders auffallen.

Genauso ging es mir, als ich mich näher mit dem Thema „VerWandelt“ – speziell im Garten beziehungsweise unserer Gärtnerei – beschäftigt habe. Da ist auch so vieles selbstverständlich und natürlich mit Arbeit verbunden, aber beim bewussteren Hinsehen gibt es so unendlich viel zum Staunen. Angefangen bei den meist kleinen und unscheinbaren Samen, aus denen die verschiedensten Pflanzen in wunderbaren Farben und Formen wachsen und sich wirklich „verwandeln“ und Freude bereiten.

Sogar bei Saatkartoffeln können wir eine „Verwandlung“ erleben: nicht nur, dass sie sich vermehren – sie bringen auch manchmal die wunderlichsten Formen hervor. Oder die Laubbäume im Kreislauf der verschiedenen Jahreszeiten – für mich immer wieder ein Wunder der Verwandlung, wie nach dem Winter aus scheinbar totem Holz neues Grün sprießt, zum Teil Blüten hervorbrechen und Früchte reifen, die Blätter ihre wunderschöne bunte Herbstfärbung annehmen, um dann wieder abzufallen und den Baum kahl zurückzulassen. Und diese abgefallenen, verrottenden Blätter dienen dem

Baum wieder als Dünger und Nahrung, aus denen er neue Kraft zieht ... einfach zum Staunen.

Natürlich braucht es an manchen Stellen auch unser Mittun: Boden vorbereiten, aussäen, düngen, gießen, jäten, ernten. Aber dass etwas wächst und wie (oder wie es sich wunderbar verwandelt), das liegt nicht in unserer Hand – und das macht mich demütig und dankbar. Ein altes Lied (EmK-GB 113) drückt diese Erfahrung für mich treffend aus: „Wir pflügen und wir streuen den Samen auf das Land, doch Wachstum und Gedeihen steht in des Himmels Hand ... Alle gute Gabe kommt her von Gott dem Herrn. Drum dankt ihm, dankt ...“. Ja, das will ich mir immer wieder neu bewusst machen.



DIE AUTORIN
Maria Wolf
Mitarbeiterin
in einer Gärtnerei
Kirchberg/Sachsen



VerWandelt euch!
**Redet mit
 uns Älteren!**

Irgendwann, wenn sich die Zahl der Lebensjahre stetig nach oben schraubt, stellt sich einem die Frage: Wann ist man alt? Ob man „alt“ ist, hängt nach meinen Beobachtungen nur zum Teil von irgendeiner körperlichen Verfassung ab. Man ist dann alt, wenn andere es von einem sagen: Der oder die ist jetzt wirklich alt. Das Besondere an diesem Satz liegt nicht nur in seinem Inhalt, sondern darin, dass er *über* jemanden gesagt wird.

Das Alter ist dadurch gekennzeichnet, dass überwiegend über eine Person geredet wird. Das geht nach dem Motto: Ich wollte nur mal nachfragen. Man hatte Kontakt zu einem alten Menschen und war wegen einer Kleinigkeit in seinem Verhalten irritiert. Die Person hat mir etwas erzählt, was sie mir schon mehrfach erzählt hatte oder eine andere Ungereimtheit. Dann greift man vielleicht zum Telefon und ruft beim Sohn, bei der Tochter oder Schwiegertochter an und fragt nach. Und damit setzt eine Entwicklung ein, die unaufhörlich immer mehr an Fahrt aufnehmen wird: Man redet über dich, über dich und deine Beschwerden, ob du vielleicht vergesslich geworden bist, ob du noch selber klarkommst, ob man dich noch alleine in der Wohnung lassen kann. Spätestens, wenn das passiert, bist du wirklich alt. Ohne dass du darum gebeten hast und vielleicht sogar ohne dass du es bemerkst, stehst du unter Beobachtung durch dein soziales Umfeld. Die Fürsorglichkeit deiner Umgebung, die besondere Aufmerksamkeit, die dir zuteil wird, hat eine Kehrseite. Sie geht einher mit einer schleichenden Ex-Kommunikation. Altsein bedeutet, dass man ins Gerede kommt.

Da läuft etwas und du bekommst es nicht mit. „Ja, stimmt, neulich beim Einkaufen ...“ Die Welt der anderen und deine Welt sind nicht mehr deckungsgleich. Manche werden dadurch verunsichert, misstrauisch – typi-

sche Verhaltensweisen des Alters, sagt man. Nur dass es dafür keine physischen oder hirnorganischen Ursachen gibt. Die Ursachen dafür liegen im Sozialverhalten der Umgebung und in der Art, wie sie mit den Alten redet oder nicht redet.

Diese Entwicklung sollte im Sinne eines respektvollen Umgangs mit alten Menschen in Familie und Gemeinde möglichst lange hinausgezögert werden. Es ist allemal besser, einem alten Menschen nach der Kirche zu sagen: „Du hast einen Fleck auf der Hose“, als dass drei zusammenstehen und sagen: „Hast du es auch gesehen, XY hatte heute einen Fleck auf der Hose.“ Ersteres mag zunächst beschämend wirken, aber es gibt der Person die Möglichkeit, etwas zu ändern und die Hose waschen zu lassen. Letzteres ist viel schlimmer, weil es schleichend wirkt wie ein Gift, das das Miteinander zerstört.

Daher der Appell an alle, die sich noch für jung und fit halten: Redet mit den Alten. Sagt uns, wo wir nicht mehr alles auf die Reihe kriegen. Wir halten das aus – weit besser auf jeden Fall, als wenn ihr *über* uns redet. Und denkt bitte daran, dass wir trotz unseres Alters nicht ganz doof sind. Wir spüren es nämlich, wenn ihr uns ausgrenzt aus euren Gesprächen über uns. Das Alter hat seine eigenen Schwierigkeiten, aber lasst uns nicht auch noch einen vorzeitigen kommunikativen Tod sterben.



DER AUTOR
Reinhard Wick
 Pastor i.R.
 Albertshofen

Vor vier Jahren erfüllte sich für VINCENT KLEIN sein Wunschtraum, er eröffnete einen Laden mit Werkstatt für Vintage-Möbel

Als ausgebildeter und versierter Tischler und studierter Designer wagte er den Sprung in die Selbstständigkeit und konnte nun beide Ausbildungen miteinander verbinden. Er wollte jedoch keine neuen Möbel bauen und verkaufen, sondern nachhaltig und sparsam vorhandene Möbel und Hölzer wieder neu einsetzen. In der Nähe von Belgien lebend, fand er dort und in den Niederlanden eine Fülle von Möbeln vor allem aus den Vierziger- bis Siebzigerjahren, die ihren Besitzern nicht mehr gefielen.

Bei ihm wurden sie jedoch nicht sorgfältig und teuer restauriert, sondern das Nötige repariert und gangbar gemacht. Wenn nicht dringend nötig, wurde die Oberfläche einfach angeschliffen und nicht abgelaut (wieder ein Punkt fürs Ökosystem). Und dann bekamen Schränke, Tische und Kommoden den sogenannten Vintage-Look oder auch Shabby-Look. Verschiedene passende und sich ergänzende Kreide-Farben werden aufgetragen und zeigen deutlich: Dieses Möbel ist wiederhergestellt, es hat schon ein längeres Leben hinter sich und die jetzigen Besitzer halten ein altes Stück in Ehren. Es ist vielleicht nicht mehr modisch up-to-date, aber die Verarbeitung und das Material sollen gewürdigt werden. So bekommen alte Stücke oft gerade bei jüngeren Leuten ein neues Leben mit einer besonderen Patina. Eine Musiktruhe wird zur geliebten Wickelkommode, der Kleiderschrank zum offenen Esszimmerbuffet. Und das für einen Preis, den auch jüngere Menschen bezahlen können.



DIE AUTORIN
Ruthild Steinert
 Pastorin
 Bookholzberg



VerWandelte
MÖBEL



BAUSTEINE FÜR EINEN SENIORENNACHMITTAG



DIE AUTORIN
Andrea Petzold
Pastorin i.R.
Dresden

Dekoration

Schmetterlinge – Fotos, Servietten oder gebastelt als Erinnerungsgeschenk
Blumen – je nach Jahreszeit Zwiebel- oder Knollengewächse (Krokusse, Dahlien, Amaryllis)

Lieder

Wohl denen, die da wandeln, EmK-GB 420
Meine engen Grenzen, EmK-GB 328
Aus der Zwiebel wird die Blume, EmK-GB 661
Wo ein Mensch Vertrauen gibt, EmK-GB 572
Alles muss klein beginnen, EmK-GB 576
Du verandelst meine Trauer, Singt von Hoffnung 95

Einstieg

Wort-Spiele

In Kleingruppen oder in der gesamten Runde
Worte finden

- in denen der Wortstamm „wandel“ vorkommt.
z. B. abwandeln, lustwandeln, Strukturwandel, Wandelröschen
- Synonyme
z. B. schlendern, verändern, transformieren
- die das Gegenteil beschreiben
z. B. stehen bleiben, beharren, festhalten

Naturbeobachtungen

- Mit einem Memory aus Fotos oder Materialien Zwiebeln und Samen den entsprechenden Blumen zuzuordnen.
- Youtube-Video zeigen: von der Raupe zum Schmetterling

Körperübungen

- Mit verschiedenen Anweisungen durch den Raum gehen und die jeweiligen Aspekte der Körperhaltung, der Blickrichtung und der Aufmerksamkeit erkunden:
z.B. eilen, wandern, wandeln
- Die Verwandlung von Enge in Weite, Schwere in Leichtigkeit, Trauer in Freude darstellen und nachfühlen.

Erfahrungen

- Was hat sich in den letzten 10 Jahren im Seniorenkreis positiv oder negativ gewandelt?
- Einzelne Bereiche aus diesem Heft exemplarisch herausgreifen und durch eigene Erlebnisse ergänzen.

Persönliches Nachdenken

Über welche Aussage freue ich mich mehr: „Du hast dich ja überhaupt nicht verändert!“ oder „Dich erkennt man ja gar nicht mehr wieder!“

- Welche Weichenstellung meines Lebens hat zu einer Verwandlung geführt?
- Gibt es ein Ereignis, das in meinem Leben ein Davor und Danach markiert?
- Welcher Wandel bereitet mir Sorge?
- In welchen Bereichen erhoffe ich eine Wandlung?
- Was behindert Veränderung?
- Was hilft in Zeiten des Wandels?
- Wer oder was verwandelt mich?
- Wer oder was wird durch mich verwandelt?

Thematischer Impuls

wandeln

Das Wort verwendet man nur noch selten. Das mag auch daran liegen, dass wir zügig und zielgerichtet von A nach B unterwegs sind. Wir wollen pünktlich starten und schnell ankommen. Wer sich da für die Gangart des Wandels entscheidet, nimmt sich bewusst Zeit. Das Unterwegssein erhält eine eigene Qualität. Beim Wandeln wendet man sich immer wieder um, schlendert hin und her und gewinnt dabei neue Eindrücke und Einsichten. Manche großen Eingangsbereiche von Bahnhöfen oder Kureinrichtungen tragen den Namen „Wandelhalle“ und laden so zum Flanieren, Begegnen und Entschleunigen ein.

- Wann und wo bin ich das letzte Mal bewusst „gewandelt“?

verwandeln

Kinder verwandeln sich gern. Dafür benötigen sie gar nicht viel. Mit den entsprechenden Kopfbedeckungen,

Tüchern oder Schuhen werden sie im Nu zu Prinzessinnen, Piraten oder anderen Helden. Die Träume von Schönheit, Klugheit oder Stärke lassen sich auf diese Weise leicht verwirklichen. Für Kinder ist es ein Spiel, bei dem sie Rollen und Verhaltensweisen nachahmen und erlernen. Doch die Träume bleiben, genauso wie die Versuche, sich durch äußere Veränderungen eine neue Lebensweise anzueignen.

- In welche Helden habe ich mich in meiner Kindheit gern verwandelt?

sich verwandeln

Aus der Zwiebel wird die Blume, aus der Raupe ein Schmetterling. Da geschieht grundlegende Veränderung. Sie ist so wesentlich, dass es schwerfällt, beim Betrachten einer prächtigen lila Blüte an die graue Knolle in der Erde zu denken oder bei der Leichtigkeit des farbenprächtigen Falters an eine Raupe. Und doch gehört beides zusammen. Das eine ist nicht ohne das andere möglich.

- Welche Verwandlung halte ich für nicht möglich und erhoffe sie trotzdem?

sich verwandeln lassen

Wenn die Blumenzwiebel nicht in Berührung mit Erde kommt, bleibt sie so wie sie ist, ja im Laufe der Zeit verkümmert und vertrocknet sie. Sie bringt keine Blüte, keine Frucht hervor. Doch wenn sie in die Erde kommt, geschieht Verwandlung. Trotz aller wissenschaftlichen Erklärungen bleibt dies ein Geheimnis, das immer wieder neu ins Staunen führt. Solches Werden und Wachsen wird zum Bild für das Leben. Auch Glaube, Liebe und Hoffnung reifen und wandeln sich. Dazu braucht es Vertrauen in Gottes heilsames Wirken und die Bereitschaft, geschehen zu lassen.

- In welchen Situationen fällt es mir leicht, Gott in meinem Leben wirken zu lassen?

Biblischer Impuls zu Johannes 2,1-11

Am Anfang seines Evangeliums erzählt Johannes von einem besonderen Fest. Eine Hochzeit wird gefeiert. Zwei Menschen schließen den Bund fürs Leben, besiegeln ihre Liebe und planen ihre gemeinsame Zukunft. Die Freude darüber wollen sie mit anderen teilen. Doch mittendrin ereignet sich, was wohl oft die Sorge der Gastgeber ist: Es reicht nicht. In diesem Fall ist es der Wein, der ausgeht. Sollen wirklich Mangel und Beschämung das Fest überschatten?

Wie oft behindern solche Sorgen das Leben. Es könnte nicht reichen – meine Kraft, meine Ideen, meine Liebe. Ich genüge nicht – den Erwartungen, Vorstellungen und Ansprüchen.

Beim Hochzeitsfest ist auch die Mutter Jesu dabei. Maria, die die Gepflogenheiten der Familie offensichtlich gut kennt, sieht das Problem. Sie posaunt es nicht hinaus und verstärkt die Beschämung, sondern eröffnet Wege, die Situation zu verändern. Sie traut ihrem Sohn zu, dass er handelt und eingreift, dass er den Weg zur Freude kennt. Sie wirkt im Hintergrund. Sie bereitet vor. Sie vertraut. Sie tut das, was in ihren Möglichkeiten liegt, nicht mehr, aber eben auch nicht weniger.

Und Jesus? Seine Stunde ist noch nicht gekommen. Sie erfüllt sich später – in Kreuz und Auferstehung. Aber der Weg dorthin beginnt für Johannes hier, beim Fest des Lebens. Hier bricht das Reich Gottes an.

Da stehen sechs steinerne Krüge. Sie haben mit der Feier direkt gar nichts zu tun. Es sind Vorratsbehälter für Wasser zur Reinigung. Man füllt dort also nicht einmal Trinkwasser hinein. Man braucht sie jetzt nicht. Es scheint so überflüssig zu sein, ausgerechnet diese Krüge mit Wasser zu befüllen. Aber es wird getan.

Und Jesus verwandelt

- Vorratsbehälter in Gefäße für kostbaren Inhalt
- Mangel in Fülle
- Sorge in Staunen
- Nützlich in Begeisterung
- Wasser in Wein
- Zeit in Ewigkeit.

Dabei verwandelt sich auch Jesus selbst. Er tritt aus der Verborgenheit heraus und wagt es, auf Gottes Möglichkeiten zu vertrauen. Aus dem Gast wird unversehens der Gastgeber. Und die Hochzeit eines Paares in Kana wird zum Zeichen für den Bund, den Gott mit seiner Welt schließt.

Diese Einladung zum Leben aus der Fülle der Liebe Gottes meint auch uns. Sie gilt im grauen Alltag und in den besonderen Festzeiten. Bedrückende Situationen, unscheinbare Gegebenheiten und mangelhafte Voraussetzungen wandeln sich zu Gelegenheiten für Gottes heilsames Wirken. Er füllt des Lebens Mangel aus mit dem, was ewig steht.

Abschluss

Gebet

Gemeinsames Lesen des Liedtextes

„Meine engen Grenzen“.

In ähnlicher Form können eigene Bitten formuliert werden: Meine ..., wandle sie in ... Herr, erbarme dich

Segen

Gott weite unser Herz und mache uns den Kopf frei.

Gott fülle uns die Hände und schenke uns Boden unter den Füßen.

Gott segne uns, bewahre uns diese eine Welt.



Im vertrauten Kreis durch das Kirchenjahr

Dieser Praxisbegleiter lädt dazu ein, das Kirchenjahr gemeinsam mit Seniorinnen und Senioren (wieder) zu entdecken und zu erleben. Von Advent bis Allerheiligen können die Senior:innen sich mit den zentralen Festen und Bräuchen des Kirchenjahrs befassen, wesentliche Glaubens- und Lebensthemen aufgreifen und so ohne viel Zutun miteinander ins Gespräch kommen. Die anregenden Praxisentwürfe für Nachmittage können ohne großen Aufwand im Stuhlkreis durchgeführt werden. Ergänzendes Downloadmaterial unterstützt bei einer reibungslosen Umsetzung. Mit den Themen und Feiertagen: - Advent - Weihnachten - Ostern - Erntedank - Allerheiligen/Allerseelen - Sankt Martin

Andrea Erkert, Neukirchener Verlagshaus, 2023, 160 Seiten, kartoniert, ISBN 978-3-7615-6941-2, € 20,00



Verwandelt in Gottes Nähe

Sie sehnen sich danach, Gott zu erfahren und in seiner Nähe verwandelt zu werden, damit immer mehr Wesenszüge von Jesus in Ihrem Charakter sichtbar werden? Anders-Petter Sjödin nimmt uns mit auf eine spannende und herausfordernde Reise in die echte, praktizierte Nachfolge Jesu. Sein leidenschaftlicher Ruf, sich von Gott formen zu lassen, schöpft aus bewährten geistlichen Übungen, aus persönlichen Erfahrungen, vor allem aber immer wieder aus dem Leben von Jesus. Sjödin schreibt unterhaltsam und persönlich mit vielen praktischen Beispielen und konkreten Vorschlägen.

Anders-Petter Sjödin, Neufeld Verlag, 2012, 352 Seiten, gebunden, ISBN 978-3-86256-021-9, € 17,90



Im Wandel wachsen

Leben ist - von seinem Beginn bis zum Ende - Wandlung und Prozess. Da gibt es Bruchstellen und Konflikte, Ängste oder Hoffnungen. Schon mit der Entscheidung für einen bestimmten beruflichen Lebensweg ändert sich vieles. Mit der Geburt eines Kindes endet eine Phase, und es beginnt Neues. Beziehungen ändern sich oder gehen zu Ende. Ob eine schwere Krankheit auf die Probe stellt oder Krisen im Umfeld, ob Lebensmitte oder Lebensende: Leben im Wandel stellt Anforderungen. Wir können sie annehmen und gestalten. Herausforderungen sind der Weg zu neuer Lebendigkeit. Anselm Grün stärkt die Zuversicht jedes Einzelnen auch in schwierigen Situationen, inspiriert zu Eigenständigkeit und innerer Stärke.

Anselm Grün, Verlag Herder, 2022, 208 Seiten, gebunden, ISBN 978-3-451-00788-0, € 20,00



Lebensspuren

„Verstehen kann man das Leben nur rückwärts“, sagt Søren Kierkegaard, „leben muss man es vorwärts“. Aus der bewussten Erinnerung, z. B. an das, was man alles schon geschafft hat, lassen sich Ideen und Kräfte gewinnen, mit denen das "Vorwärts-Leben" gut gelingt. Diese 64 Erzählkarten helfen dabei, sich gezielt zu Themen der Kindheit, der Jugend, an Gründerzeiten und Reifejahre zu erinnern. Zu jeder Lebensphase gibt es zwölf Fragekarten, z. B.: „Welche Gedichte habe ich gelernt?“, „Wo stehe ich in der Geschwisterreihe?“, „Wer waren meine Idole?“ oder „Welches Geschenk habe ich nie vergessen?“ Die Karten eignen sich für Biografische Schreibwerkstätten, für Erzählcafés, für die Biografiearbeit und zum Einsatz durch pflegende Familienangehörige. Mit methodischem Begleitheft.

10,5 x 14,8, DIN A6, 64 Karten, beidseitig bedruckt, auf festem 300g-Karton, Farbfotos, inkl. 20-seitigem methodischem Begleitheft, in farbiger Stülp-schachtel, plastikfrei verpackt mit OVP-Siegel, Verlag: Don Bosco, € 18,00

Aus der ZK-Fachkommission

Lokalpastorin **Sabine Wenner**, Stuttgart, war von 2019 bis 2023 als Vertreterin der EmK-Diakoniewerke in der Fachkommission tätig. Mit ihren frischen Impulsen und ihrem besonderen Blick auf die Belange von pflegebedürftigen Menschen hat sie die Kommissionsarbeit bereichert und unterstützt. Nun wendet sie sich neuen Beauftragungen zu. Wir wünschen Sabine Wenner für ihre zukünftigen Aufgaben weiter Beharrlichkeit und Einsatzfreude und danken ihr von Herzen für ihr Engagement. UBK

Neu im Team ist **Bertram Neumann**. Der 44-jährige Vater zweier Kinder ist Einrichtungsleiter des Seniorenzentrums Martha-Maria in Nürnberg. Eine Vielzahl von Angeboten gehört zu seinem Verantwortungsbereich: Vollstationäre Plätze mit gerontopsychiatrischem Bereich, Wohnungen mit Betreuungsmöglichkeit, Tagespflege, Seniorenwohnanlage und eine Diakoniestation. Die ZK-Fachkommission wird mit Bertram Neumanns Mitarbeit hohe Expertise und eine notwendige Perspektive auf die Bedarfe höheraltriger und pflegebedürftiger Menschen bekommen. Sie gehören genauso wie die vitalen älteren Erwachsenen zum Auftrag kirchlichen Handelns. UBK



ZK-Fachkommission (v.l.n.r.): Ulrike Burkhardt-Kibitzki (ZK), Andrea Petzold (OJK), Ruthild Steinert (NJK), Jürgen Hofmann (SJK), Sabine Wenner (Diakonie)

Best practice

Seit zwei Jahrzehnten haben sich in vielen EmK-Gemeinden alle Varianten von gemeinsamem Essen als Angebot für die Nachbarschaft und überhaupt für den öffentlichen Raum etabliert. Was mit „Mittagessen für alle“ anfang, fächerte sich im Lauf der Jahre in immer mehr Formate auf. Ob das ein Trauerkaffee ist oder ein spezielles Mittagessen am fein gedeckten Tisch ausschließlich für Senioren und Seniorinnen oder aber ein wöchentliches Angebot für die ganze Stadt und alle Generationen, bei dem durchschnittlich 100 Personen verköstigt werden. Vom „Café Aue“, das jeden Donnerstag und Sonntag köstliche selbstgebackene Kuchen und Torten anbietet (Karlsruhe-Durlach) bis hin zum Mittagstisch „Iss mit!“ (Marbach/Neckar), zu dem die ganze Nachbarschaft eingeladen ist, findet sich für jeden Geschmack und Gusto etwas Passendes. Doch Einkaufen, Schnibbeln, Kochen, Backen, Servieren, Abwaschen, Putzen und noch vieles mehr geschieht ja nicht von selbst. Dass

ohne ältere Ehrenamtliche diese durchaus aufwändigen, weil regelmäßigen und verpflichtenden Veranstaltungen nicht stattfinden könnten, ist ganz offensichtlich. Und viele der regelmäßigen Gäste sind Ältere, weil gemeinsames Essen in der Kirche die Einsamkeit lindert und das Portemonnaie schont. Oft ganz unspektakulär, aber umso nachhaltiger zeigen diese sozialdiakonischen Angebote, wie wichtig, ja geradezu unverzichtbar Christenmenschen in die Öffentlichkeit hineinwirken können und ein positives Bild von Kirche vermitteln. Ältere haben daran entscheidenden Anteil! UBK

Anzeige

Norbert Rose Fremd und doch *vertraut*



Demenziell Erkrankte verstehen und im Glauben begleiten

Eine Demenz-Erkrankung verursacht Unsicherheit und Ängste. Sowohl bei Betroffenen als auch bei Angehörigen. Der erste Teil des Buches enthält Informationen über Hintergründe und das Krankheitsbild, sowie bewährte Hilfen für den Umgang mit dem Betroffenen. Der zweite Teil beschäftigt sich mit den Auswirkungen einer Demenz auf den Glauben. Außerdem gibt es wertvolle Andachten zu allen Liedern der separat erhältlichen Begleit-CD. Der Autor Norbert Rose ist Pastor, verfügt über medizinisches Fachwissen und engagiert sich seit vielen Jahren in der Begleitung von Demenzerkrankten und in der Beratung ihrer Angehörigen.

Gebunden | 224 Seiten
Best.-Nr.: 817.008 | 15,00 €*

Lars Peter (Prod.)

Vertraut - Lieder, die mein Herz berühren

Musik für Menschen mit Demenz

Musik für an Demenz erkrankten Menschen. Chor-Aufnahmen bekannter christlicher Lieder und Choräle in bewusst tieferer Tonlage. Vertraute Texte und Melodien ermöglichen ein positives Erleben und Erinnern. Passend zu den Andachten aus dem Buch ‚Fremd und doch vertraut‘.

Audio-CD | 31 Minuten
Best.-Nr.: 940.065
16,00 €*



*Alle Preise zzgl. Versandkosten 4,50 €, ab 29 € versandkostenfrei.

MEHR ZUM THEMA »DEMENTZ« GIBTS BEI

blessings4you

Blessings 4 you GmbH | Motorstraße 36 | 70499 Stuttgart
Tel 0711-830000 | Fax 0711-8300050 | info@blessings4you.de | www.blessings4you.de

ANGEBOTE 2024

Seniorenarbeit NJK

Weser-Ems-Treffen

Termin: Donnerstag, 13. Juni 2024
Ort: Friedenskirche Bookholzberg
Leitung und Anmeldung:
Pastorin Ruthild Steinert und Team
Friedensweg 2, 27777 Ganderkesee-Bookholzberg
Telefon: 04223 3052

Norddeutsche Jährliche Konferenz

22. – 26. Mai 2024 in Bremen-Vegesack

Seniorenarbeit OJK

Seniorenfreizeit

Termin: 26. August – 01. September 2024
Ort: Begegnungs- und Bildungsstätte Schwarzenhof
Leitung: Pastorin i.R. Andrea Petzold und Team
Im Spätsommer sind Menschen ab 60 Jahren zu einer Urlaubswoche eingeladen. Gebetszeiten, biblische Impulse, gemeinsame Ausflüge und Wanderungen, aber auch Freiräume zur persönlichen Gestaltung prägen die Zeit. Wir wollen Kraft tanken, zur Ruhe kommen, Gemeinschaft und Natur genießen.
Preise je nach Zimmerkategorie von 360 € bis 525 € pro Person, 100 € Seminargebühr
Anmeldung: info@schwarzenhof.de
www.schwarzenhof.de

Freizeit 50 plus

Termin: 06. – 11. August 2024
Ort: Christusbruderschaft Selbitz
Leitung: Pastorin i.R. Andrea Petzold, Sr. Margret Braun
Gemeinsam mit der Christusbruderschaft laden wir herzlich zu einer Urlaubswoche nach Selbitz ein. Wir nehmen teil an den Gebetszeiten, erleben wertvolle Begegnungen, lassen uns inspirieren von biblischen Texten und haben Zeit für Ruhe und Entspannung. Bei Ausflügen und Wanderungen entdecken wir Oberfranken. Neben der vorzüglichen Küche sorgen das schöne Grundstück und die altersgerechte Ausstattung für sehr gute Rahmenbedingungen.
Preise je nach Zimmerkategorie von 290 € bis 395 €, 120 € Kursgebühr
Anmeldung: gaestehaus@christusbruderschaft.de
www.christusbruderschaft.de

Ostdeutsche Jährliche Konferenz

06. – 09. Juni 2024 in Aue



Seniorenarbeit SJK

Seminar:

„Den Übergang in den Ruhestand gestalten“

Referent:in: Pfarrerehepaar Walter und Hanna Wilhelm, Basel

Termin: 26. – 28. April 2024

Ort: BBZ Stuttgart-Giebel

Leitung: Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki

Pastor Jürgen Hofmann

Anmeldung: bildungswerk@emk.de

Telefon: 0711 86006-91

Impulstag für Ältere Generationen:

„Wenn der Glaube in die Jahre kommt – Spiritualität im Alter“

Referent: Bischof i.R. Dr. Walter Klaiber, Tübingen

Termin: Samstag, 16. November 2024

Ort: EmK Pliezhausen, Esslinger Str. 24, 72124 Pliezhausen

Leitung: Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki,

Pastor Jürgen Hofmann

Anmeldung: bildungswerk@emk.de

Telefon: 0711 86006-91

Süddeutsche Jährliche Konferenz

12. – 16. Juni 2024 Bruchsal/Heilbronn

Changeprozess in der SJK

www.emk-sjk-change.de

Zoommeeting: „Der Change und wir Älteren“

Termin: Dienstag, 14. Mai 2024

Für alle, die Gesprächsbedarf haben und sich austauschen wollen über die anstehenden umfassenden Veränderungen in der EmK-SJK und darüber hinaus.

Leitung: Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki

Anmeldung: bildungswerk@emk.de

Zum Vormerken: 14. Deutscher Seniorentag 2025 Mannheim | 02. – 04. April 2025

Der Deutsche Seniorentag ist die wichtigste Veranstaltung in Deutschland zum Älterwerden. Er ist die Plattform für Austausch, Information und Vernetzung zu allen Themen rund ums Alter. Das bundesweit beachtete Forum wird von Politik, Verbänden und Gesellschaft zur Diskussion von aktuellen Fragen der Seniorenarbeit und Seniorenpolitik genutzt.

