

Rogate – Frauentreffen

2008

**„... und jedem Alter wohnt ein
Anfang inne“**

Materialmappe



**Kirchliche Frauenarbeit
der Ev.-Luth. Landeskirche Sachsens**

Vorwort

„... und jedem Alter wohnt ein Anfang inne“,

so haben wir vom Vorbereitungsteam das Thema genannt. Vorgegangen waren viele Überlegungen und Diskussionen über das Älterwerden und unsere Erfahrungen damit in unserem Kreis von Frauen zwischen 40 und 75 Jahren. Wir alle sind Betroffene, die Jüngeren eher geprägt durch das Begleiten der Eltern und dem Wissen, selbst nicht mehr wirklich jung zu sein, die Älteren auch durch die eigenen Erfahrungen mit dem Mehr an Lebensjahren und den Erfahrungen von Verwandten und Bekannten. Immer wieder waren wir in der Gefahr, uns in zu vielen Gedanken und Ideen zu verheddern, denn das Älterwerden ist so ein weites Feld. Es beginnt mit der nicht abschließend zu klärenden Frage, wann denn das Älterwerden beginnt (mit der Geburt; mit dem Auszug der Kinder; mit dem Renteneintritt???) und endet mit der Frage, wann denn jemand nun wirklich alt (wenn man krank wird; wenn das Leben keinen Spaß mehr macht; wenn man den 80.Geburtstag schon gefeiert hat???). Ehrlich, wir wissen es auch nicht so genau. Aber wir waren und sind überzeugt davon, dass es wichtig ist, sich immer wieder mit diesem Thema zu beschäftigen und auseinanderzusetzen. Dabei wollten wir „Älterwerden“ weder rosarot malen, wohl wissend, dass es viele gute Seiten daran gibt, noch schwarz malen, auch wissend, wie schwer manches Leben werden kann. Den Konsens unserer Diskussionen haben wir in wenigen Worten zusammengefasst:

„Immer wieder ist ein Anfang möglich. Gib dich nicht vorschnell auf. Bleibe offen für Neues. Gib Dir Zeit und habe mit Dir Geduld. Lerne loszulassen und dadurch freier zu werden, in jedem Lebensalter.“

Wie schon gesagt, das Thema ist vielfältig. Zu dem Frauentreffen können nur einige Aspekte bedacht werden. Zur Vor- oder Weiterarbeit empfehlen wir Ihnen die noch immer aktuelle Arbeitshilfe zum Weitergeben „In Würde alt werden“ vom April 1994. In dieser finden Sie Vorschläge für einen Frauenabend sowie Geschichten, Gedichte und weiterführende Gedanken. Auch eine Literaturliste ist beigelegt. Zum Psalm 71 finden Sie eine ausführliche Andacht in der Arbeitshilfe zum Weitergeben „Herausforderung Leben“ vom Oktober 2007.

So laden wir Sie auch dieses Jahr dazu ein, kreativ und phantasievoll diesen Gottesdienstvorschlag passend für Ihr Frauentreffen umzusetzen.

Für die Vorbereitung wünschen wir Ihnen Freude, viele gute Ideen und ein gelungenes Miteinander

Das Rogateteam 2008:

Ulrike Adam, Dresden	Maria Menz, Zschorlau
Maria Bartels, Affalter	Irmhild Vesper, Heidersdorf
Bettina Dörfel, Dresden	Ursula Weißpflog, Freiberg
Sabine Schmerschneider, Dresden	

Inhaltsverzeichnis:

1. Gottesdienstablauf	Seite	2
2. Gottesdienstentwurf	Seite	3
3. Materialteil – Ergänzungen zum Entwurf	Seite	11
Raumgestaltung, Alternative Texte, Kollektenzweck		
4. Theologische Überlegungen zu Psalm 71	Seite	15
5. Beobachtungen zum Thema „Altern“	Seite	17
6. Literaturempfehlung und Zitatensammlung	Seite	19
7. Liedblatt (beim Versand per Mail wegen zu hoher Datenmenge nicht angehängt)		

Gottesdienstablauf

1. Eingang
2. Musik zum Beginn und Begrüßung
3. Eingangsworte
4. Lied EG 447 oder EG 501
5. Eingangsgebet
6. Vorstellung der Gemeinden
7. Kanon „Du verwandelst meine Trauer in Freude“
8. Anspiel
9. Kanon „Du verwandelst meine Trauer in Freude“
oder instrumentale Musik
10. Lesung Psalm 71
11. Verkündigung Teil I - Predigt
12. Lied EG 380 „Ja, ich will Euch tragen“
13. Verkündigung Teil II – Lebenszeugnis
14. Glaubensbekenntnis
15. Ansage zur Kollekte
16. Lied EG 361 oder „Meine engen Grenzen“
17. Gebet/Vaterunser/Segen
18. Musik zum Ausgang und Einladung zum nachfolgenden Programm

Gottesdienstentwurf

[Dieser Vorschlag zum Gottesdienst enthält zwei Anspiele und einen Vorschlag zum Austausch in „Murmelgruppen“ während des Gottesdienstes. Da die Frauentreffen sehr unterschiedlich verlaufen bitten wir Sie, entsprechend der örtlichen Erfordernisse und Möglichkeiten die Elemente auszuwählen, die für Ihre Veranstaltung passend sind und den Entwurf entsprechend abzuändern.]

1. Eingang

(Raumgestaltungsvorschläge siehe Materialteil)

2. Musik zum Beginn

Orgelvorspiel nach Vorschlag der Organistin/des Organisten oder andere Möglichkeiten.

Begrüßung

(Ortspfarrer/-pfarrerin)

3. Eingangsworte

(Moderatorin)

Vielleicht haben Sie Folgendes auch schon erlebt: Sie fahren zum Klassentreffen und staunen beim Anblick der anderen, wie alt die geworden sind. Vielen fällt das zum ersten Mal auf, wenn sie gerade mal Mitte dreißig sind. Mit Mitte vierzig, spätestens aber Mitte fünfzig überlegt man dann schon mal, wie das wohl alles werden wird „im Alter“, besonders dann, wenn Eltern oder andere, die einem nahestehen, gebrechlich werden. Wie wird es mir gehen später? Wie lange werde ich meinen Ruhestand genießen können? Wann kommen die bösen Tage, von denen wir sagen, sie gefallen uns nicht? Kann ich etwas tun? Muss ich etwas tun im Blick auf mein Altern? Kann ich es gestalten oder werde ich es nur erleiden? Wie viel Zeit bleibt mir noch? All diese Fragen rücken Jahr für Jahr näher an uns heran. Heute, zu unserem Frauentreffen, soll kein großes Aufheben um das Älterwerden gemacht werden. Vielmehr wollen wir dazu einladen, auf die anstehenden Fragen ehrliche und hoffentlich auch überraschende Antworten zu finden.

Und so halten wir miteinander Gottesdienst.
Gottes Barmherzigkeit und Güte hat noch kein Ende.
Um uns daran zu erinnern,
um das zu feiern,
sind wir hier zusammengekommen.
Auf diese Hilfe hoffen wir jeden Tag und jede Nacht. Amen

4. Lied EG 447, 1, 3,6+7 „Lobet den Herren“ oder EG 501 „Wie lieblich ist der Maien“

(In manchen Kirchenbezirken nimmt der zuständige Superintendent oder Superintendentin am Frauentreffen teil und hält ein Grußwort. An dieser Stelle könnte es in den Ablauf eingefügt werden.)

5. Eingangsgebet

(Moderatorin oder PfarrerIn)

Gott, du weißt, wie sehr wir am Leben hängen und wahres Leben suchen.
Du kennst uns, seit wir von unseren Müttern geboren sind, siehst,
wie wir leben und uns verändern. Hilf uns,
dass wir uns nicht fürchten vor unseren Veränderungen,
sondern neugierig bleiben auf uns selbst.
Wir bitten dich, sei der Ort unserer Geborgenheit
werde spürbar für uns in deiner Nähe
jetzt und alle Tage. Amen

6. Vorstellung der Gemeinden

(Bezirksleiterin der Frauenarbeit)

In vielen Regionen ist es üblich, dass die Frauen aus den unterschiedlichen Gemeinden sich vorstellen und einander grüßen. Teilweise ist es auch üblich, dass auch die zuvor in den Frauenkreisen gesammelte Rogatekollekte mit nach vorn gebracht. Wenn dies der Fall ist, muss an dieser Stelle schon etwas zum Kollektenzweck gesagt werden.

In diesem Jahr sollen die Frauen gebeten werden, einen Zweig mit Knospen oder frischen Blättern mitzubringen, welcher im Altarraum in eine große Vase gesteckt werden. Und dazu sollte möglichst ein Spruch gesucht werden, welcher „Anfang, Hoffnung, Neubeginn“ beschreibt.

Auch die Frauen, welche unvorbereitet kommen, sollen unverkrampft einbezogen werden. Legen Sie bitte einige Zweige (und vielleicht einige Spruchkarten) in Reserve und laden Sie ausdrücklich alle ein, sich zu zeigen und zu sagen, woher sie kommen.

Dies ist auch eine Möglichkeit für die Regionen, in welchen das traditionelle Vorstellen nicht mehr gehandhabt wird: Fragen Sie doch einfach, aus welchen Orten und Gemeinden Frauen angereist sind und stecken Sie für jeden Ort einen Zweig in eine Vase. Es ist immer interessant zu wissen, woher die Frauen gekommen sind.

7. Kanon „Du verwandelst meine Trauer in Freude,
du verwandelst meine Ängste in Mut.
Du verwandelst meine Sorgen in Zuversicht.
Guter Gott, Du verwandelst mich.“

[siehe Liedblatt, aus Arbeitshilfe zum Weitergeben, Juli 1997, Seite 28]

8. Anspiel „Jungbrunnen“

[Hinweis: Im Vorbereitungsteam konnte keine Einigung zur Verwendung dieser Geschichte erzielt werden. Der Einsatz ist, wie bei den anderen Elementen, freigestellt.]

Ein – Frau - Stück

*Frau (egal welches Alter), angezogen zur Märchenerzählerin: langes weites Kleid, ggf. Kaftan, vielleicht großen Schal. Wenn möglich voluminösen Sessel, wenn vorhanden altmodisch mit „Ohren“ ...Fußbank (alternativ: im Stehen lesen)
großes Buch – als Märchenbuch erkennbar machen - aus dem vorgelesen wird
Lebendig, ggf. gestikulieren und die Sätze mit Gesten unterstreichen*

(nachdenklicher Tonfall) Heute will ich Ihnen was aus meinem Märchenbuch vorlesen.

(im Buch blätternd) Ich habe eines, da werden die Frauen wieder jung! Hören Sie doch mal:

In einem Dorf gab es jede Menge Paare. Jung hatten sie geheiratet.

Nun ist es so vorgesehen, dass alles Lebendige älter wird und älter und älter.

Gebrechen stellten sich ein. Falten zierten die Gesichter, sogar den Hals. Die Haare wurden dünner und weiß. Manche gingen sogar am Stock.

„Kein schöner Anblick“, dachten die Männer. „Wären sie nur wieder jung und frisch und knackig.“ Dann könnten sie wieder strahlen neben ihren Männern und attraktiv und flott aussehen.

Außerdem könnten sie dann wieder die ganze Hausarbeit, den Garten und vielleicht sogar die Tiere wieder allein versorgen.

Dann hatte einer der Männer in der Stadt zu tun. Da..., ein Plakat:

„Jungbrunnen – jetzt – nur für kurze Zeit! – Rufen Sie an!“

Da hauen wieder mal welche ziemlich auf den Putz, dachte der Mann.
Da will doch wieder jemand Leute über den Tisch ziehen. Das gibt es doch nicht!

Doch der Mann überlegt nicht lange. Er wählt die angegebene Nummer.

„Jungbrunnen! ... Was kann ich für Sie tun?“

„Es geht um Ihr Angebot?“

„Das Angebot gilt nur für Frauen!“

„So? Aber das ist schon recht. ICH will, dass meine Frau wieder jung wird.
Was muss ich tun?“

„Sie müssen Ihre Frau nur hier her bringen. Tun sie es bald. “

Der Mann ließ sich noch Ort und Uhrzeit sagen und eilte so schnell er konnte in sein Dorf zurück. Am Stammtisch beratschlagten die Männer, was zu tun sei.
Die einen sagten, das ist alles Quatsch.
Andere glaubten nicht, dass das für jedes Gebrechen gilt. Endlich gingen sie nach Hause mit dem Plan, Ihre Frauen zu überreden, zum Brunnen zu gehen.
Zunächst sollte die älteste und gebrechlichste der Frauen gehen.

Ihr Mann brachte sie zum Jungbrunnen. Sie zeterte und geiferte.
Und, ...oh Wunder, tatsächlich:
Die uralte Frau kam frisch und ohne Gehhilfe aus dem Brunnen. Sie war gesund und munter. Sie säuselte und trällerte. Schnell verbreitete sich die Sache im ganzen Dorf.

Sie können sich denken, wie schnell die anderen Männer ihre Frauen zum Brunnen brachten. Ja, die Frauen konnten es selber nicht erwarten.

Bald waren alle Frauen aus dem Dorf im Jungbrunnen gewesen und wieder fit und gesund, wie am Tage ihrer Hochzeit.
Die Frauen holten ihre besten Kleider aus dem Schrank.
Sie kämmten sich die Haare anders, putzten sich heraus.
Hatten Ideen, machten vieles Neu.
Ihre Lebenserfahrung hatten sie wunderbarer Weise behalten.

Doch bei den Männern wollte keine rechte Freude aufkommen.
Sie hatten nun junge attraktive Frauen – und sie selbst...?
Sie blieben alt!
Die Männer wurden unruhig.

Langsam dämmerte es Ihnen, dass das wohl keine so gute Idee gewesen ist, die Frauen zu verjüngen. Ständig hatten sie hier eine Idee und dort was zu richten, wollten bald hier hin, bald da hin.

Am Ende blieb ihnen nichts anderes übrig, als zusammen mit ihren Frauen die vielen neuen Gedanken und Ideen umzusetzen.
Schon bald wünschten Sie sich, dass ihre Frauen wieder so alt wie vorher wären.

(klappt das Buch zu, wendet sich zum Publikum, bedeutungsvolle Pause)

Was sagen sie dazu? Wäre das toll? Würden Sie hinein steigen in diesen Brunnen? Ist das ein Traum? Oder nur eine alberne, unrealistische Geschichte?

„Sie kämmten sich die Haare anders, putzten sich heraus. Hatten Ideen, machten vieles Neu.“ Geht das nicht auch ohne Jungbrunnen und in jedem Alter?

[An dieser Stelle ein Vorschlag, vor allem für die Rogatetreffen, bei denen die Vorstellung der Gemeinden keine längere Zeit in Anspruch nimmt: Nach dem Ende der Geschichte spricht die Moderatorin die Frauen an und lädt zu einem kurzen Austausch über das Märchen in den Bänken ein, z.B. mit der Frage: „Was ist denn Ihre Meinung zu der Geschichte?“]

9. Kanon „Du verwandelst meine Trauer in Freude“ oder instrumentale Musik

10. Lesung Psalm 71 (Gemeindefrau, PfarrerIn oder Moderatorin) (weitere Übersetzungen zur Auswahl im Materialteil)

- 1 HERR, ich traue auf dich, lass mich nimmermehr zuschanden werden.
- 2 Errette mich durch deine Gerechtigkeit und hilf mir heraus,
neige deine Ohren zu mir und hilf mir!
- 3 Sei mir ein starker Hort, zu dem ich immer fliehen kann, der du zugesagt hast,
mir zu helfen; denn du bist mein Fels und meine Burg.
- 5 Denn du bist meine Zuversicht, HERR, mein Gott,
meine Hoffnung von meiner Jugend an.
- 18 Auch im Alter, Gott, verlass mich nicht, und wenn ich grau werde, bis ich deine
Macht verkündige Kindeskindern und deine Kraft allen, die noch kommen sollen
- 20 Du lässt mich erfahren viele und große Angst und machst mich wieder lebendig.
- 21 Du machst mich sehr groß und tröstest mich wieder.
- 23 So will auch ich dir danken mit Saitenspiel für deine Treue,
mein Gott; ich will dir zur Harfe lobsingeln.

11. Verkündigung Teil I (Moderatorin)

Alter ist ja immer eine relative Größe. Meine Großmutter zum Beispiel war in meinen Augen immer eine alte Frau. Als ich sie kennen lernte war sie 56 Jahre, als sie starb 86. Für Kinder bin ich auch schon eine alte Frau. Wenn ich selbst an mein Lebensalter denke, wundere ich mich über diese Zahl und ein Teil in mir weigert sich wider besseres Wissen zu glauben, dass diese Angabe stimmt.

Altern ist eine große Herausforderung und manchmal ist alt werden sehr hart. So viele Sorgen, so viele Ängste, manchmal auch Schmerzen. Da gibt es vieles, was man nicht schönreden kann. Wenn die eigenen Eltern gebrechlich werden und man sich dann auch endgültig von ihnen verabschieden muss, wird vielen neu bewusst, dass wir selbst auch nur vorübergehend hier auf der Erde sind. Auch diese Erfahrung ist nicht leicht zu tragen und verarbeiten.

Altern ist vielschichtig, facettenreich und manchmal auch spannend. Was begleitet uns, wenn wir älter werden? Was kann uns helfen, die Herausforderung anzunehmen? Was kann denn tragen helfen, Hoffnung wecken, uns den Blick weiten? Was haben Sie beispielsweise gedacht, als Sie das Thema der diesjährigen Frauentreffen erfahren haben: „... und jedem Alter wohnt ein Anfang inne“? Glauben Sie das? Oder fragen

sie eher: „Wie soll das gehen? Wie soll es einen neuen Anfang geben, wenn man eine Greisin ist?“ So wie Nikodemus fragte als er Jesus begegnete; „Wie kann ein Mensch von neuem geboren werden, wenn er ein Greis ist?“ Und Jesus sagt: „Es geht, weil Gott die Welt über alles liebt.“ Neu anfangen ist in jedem Lebensalter möglich bezeugt die Bibel. Auch im Psalm 71 finden wir diesen Impuls.

In den Versen des Psalms wird deutlich, dass der Beter, die Beterin Lebenserfahrung und Glaubenserfahrung hat. Schon in jungen Jahren hat da ein Mensch erlebt, dass Gott eingreifen kann, Hoffnung schenkt und Sicherheit der bedrängten Seele bietet. Diese Erfahrung wiederholte sich sogar im Laufe des Lebens. Das heißt aber auch, dass es in den Jugendjahren nicht nur schöne und unbeschwerte Erlebnisse gab. In weiteren Versen, welche nicht in der Lesung vorkamen, ist von Feinden und Tyrannen die Rede. Aber Gott war ein Ort, der Sicherheit und Geborgenheit bieten konnte. Und weil es diese Erfahrungen gibt, wendet sich der Beter/die Beterin jetzt neu mit der Bitte an Gott, „auch im Alter, Gott, verlass mich nicht, und wenn ich grau werde“. Der Mensch, der hier betet, ist besorgt. Wie wird das denn mal, wenn ich älter werde? Wie wird das mal, wenn mein Rücken schon jetzt Beschwerden macht? Vielleicht wird mein eigener Körper zum Feind und Tyrannen. Vielleicht werde ich gar nicht selbständig leben können bis zuletzt. Der Beter/die Beterin des Psalms beschwört Gott geradezu, auch in Zukunft Hilfe zu sein oder dann erst recht eine Zuflucht.

Es ist wichtig, sich immer wieder an gute Erfahrungen zu erinnern, so wie es im Psalm geschieht. Nicht nur erinnern soll man sich, sagen die Psychologen, sondern auch davon erzählen. Ruhig auch mehrfach. Denn wenn wir das tun, wachen auch die guten Gefühle wieder in uns auf und beflügeln uns. Also, leisten Sie es sich ruhig, schöne Geschichten von früher immer wieder zu erzählen, selbst wenn die anderen sie schon kennen. Das hilft den Alltag zu meistern.

Sich erinnern kann auch bewusst machen, was man schon alles geleistet und bewältigt hat im Leben. So viel Erfahrung ist da, ein reicher Schatz, darauf können wir doch bauen, wenn wir älter werden. „Im Altern entsteht ein Potential aus einer Mischung von Geprüftheit, Erfahrung, Vorsicht und Mut“, schreibt der Sozialphilosoph Leopold Rosenmayr. Verschiedene Lebenskrisen und schwierige Situationen sind schon durchgestanden. Man kennt sich inzwischen schon recht gut. Dingen, die einen früher schnell aus der Bahn zu werfen drohten, kann man viel gelassener gegenüberstehen. Das alles ist sehr viel wert und hilft uns mit dem zurechtzukommen, was an neuen Lebensaufgaben auf uns zukommt. Und wenn man dann noch Gott vertrauen kann und nicht alles aus eigener Kraft bewältigen muss, hat man eine wesentliche zusätzliche Hilfe.

Wichtig ist auch, die Sorgen, die einen bewegen, auszusprechen, gegenüber anderen Menschen und vor Gott. Im Psalm geschieht dies. Manche sagen im Blick auf das Älterwerden „Ich will da gar nicht drüber nachdenken“. Damit drückt man die Ängste ins Unbewusste der eigenen Seele und sie wirken dort weiter ohne dass wir das wollen. Und manche vermeidet dadurch auch, rechtzeitig für den Fall der Fälle vorzusorgen, was dann zu einer schweren Last für die Kinder und Verwandten werden kann. So schwer diese Fragen auch sind, es ist eine Erleichterung, wenn sie geklärt sind.

Im Psalm finden wir aber noch ganz andere Impulse, die schnell übersehen und überhört werden. Da ist von Plänen die Rede, von Aktivitäten, von neuem Anfang. Was will ich noch tun? Was ist mir künftig wichtig? Im Psalm ist es der Wunsch, die Lebens- und Glaubenserfahrungen an die nachfolgende Generation weiterzugeben. Die werden vielleicht nicht immer begeistert zuhören und sich nicht nach den Ratschlägen richten. Aber irgendetwas bleibt oft hängen. In Gesprächen unter Erwachsenen kann man immer wieder Sätze hören, die mit den Worten beginnen: „Meine Oma hat immer gesagt, ...“, oder „Wir hatten früher eine Nachbarin, von der habe ich gelernt, ...“

Aber man kann sich auch ganz andere, eher simple oder etwas verrückte Dinge vornehmen. Sich vielleicht doch noch eine Spülmaschine anschaffen, weil die Feinmotorik nicht mehr so gut mitspielt und die Sammeltassen jetzt wirklich nicht mehr geschont werden müssen.

Und ein Letztes finden wir im Psalm, das Wiederanknüpfen an Dinge, die Freude gemacht haben: Ich fange wieder an Harfe zu spielen und zu singen steht da als Letz-

tes. Es wird vielleicht nicht mehr zur Konzertreife reichen, aber zur eigenen Freude auf jeden Fall.

Was könnten Sie denn wiederbeleben?

Was vielleicht endlich anpacken oder ausprobieren?

Jetzt ist die Zeit dafür, es zu tun. Denn: jedem Alter wohnt ein Anfang inne. Amen

12. Lied EG 380 „Ja, ich will Euch tragen“

13. Verkündigung Teil II – Lebenszeugnis

(Gemeindefrauen)

Zwei Frauen, ca. 60 Jahre, treffen sich

1. Frau Oh, schön Dich nach so langer Zeit zu treffen. Wie geht es Dir? Arbeitest Du noch?
2. Frau Ja, aber ich fühle mich oft sehr überfordert. Der Zeitdruck ist schlimm. Da fehlt dann für alles Private einfach die Kraft. Hoffentlich schaffe ich so noch die letzten Arbeitsjahre. Ich sehne mich schon jetzt nach dem Ruhestand, dann will ich nur noch mein eigenes Leben leben.
1. Frau Stell Dir das nicht so leicht vor. Ich habe meine Arbeit verloren. Du weißt ja, dass mein Mann nicht mehr lebt. Da fragt doch kaum jemand nach dir. Manchmal vergehen mir die Tage wie im Schnecken tempo. Meine Kinder sind nun auch weit weg. Mit denen kann ich höchstens mal telefonieren. Das ist für die viel zu aufwendig, sich auf den Weg zu machen. Du bist dann wie das fünfte Rad am Wagen, bei allen.

Eine dritte Frau ist während des Gesprächs zu den beiden hinzugekommen.

3. Frau Das kommt mir alles sehr bekannt vor, wenn ich Ihnen hier zuhöre. Ich kenne das auch, das Alleinsein und Zeiten der Ängste. Es ist schon einschneidend, gewohntes hinter sich zu lassen, wie die Berufstätigkeit. Wissen Sie, Sie tragen aber auch nicht mehr die viele Verantwortung. Mir macht jetzt vieles gar keinen Druck mehr so wie in jüngeren Jahren. Da habe ich doch kürzlich wieder meinen „Auftritt“ im Kindergarten gehabt.
2. Frau: Auftritt?
3. Frau: Ja, ich gehe in den Kindergarten Märchen erzählen.
1. Frau: In Ihrem Alter? Strengt Sie das nicht an?
3. Frau: Das ist herrlich. Die Augen der Kinder. Das sollten Sie sehen. Da lerne ich immer ein Märchen auswendig und dann geht's los. Mit Lesebrille und Schaltuch. Das fasziniert die Kinder und ich kann sie von Anfang an fesseln. Und ich habe gleich mein Gedächtnistraining.
1. Frau: Wahrscheinlich muss man sich aufraffen und selbst auf den Weg machen. Da muss ich eben erst noch was für mich finden. Manchmal habe ich ja auch schon gedacht, es müsste was sein, wo ich mir auch was Schönes dabei erfülle.

3. Frau: Klar, sonst geht es nicht. Es soll Spaß machen und einen selbst bereichern. Ich habe gelernt, offen zu bleiben für Neues. Das kann ja auch der Besuch bei der Nachbarin oder bei einem kranken Menschen sein. Da kann man richtig was tun und helfen.
Auch wenn die Kräfte nachgelassen haben und manches schwerer fällt: Ich fühle mich nicht wertlos. Ich weiß, dass ich noch nicht die letzte Etappe erreicht habe und dass ich noch von manchem Abschied nehmen muss, aber bis zuletzt wird immer wieder etwas Neues auf mich warten. Ich möchte Ihnen Mut machen für einen Neubeginn. Kein Mensch ist wertlos und es lohnt sich, zu leben."
2. Frau: Ich danke Ihnen für das, was Sie gesagt haben.
1. Frau: Auch mich hat es bewegt und ich werde darüber nachdenken.

Die Frauen verabschieden sich und gehen ab.

14. Glaubensbekenntnis

(PfarrerIn oder Moderatorin)

Gott, lebendige und formende Kraft
Du rufst uns ins Leben
Jeden Tag neu
Von Anbeginn an
An Dich glauben wir

Jesus, gottbegnadeter Mensch
Du teilst unser Leben
Freude und Lachen
Fragen und Angst
Bis zum Letzten
Durch Dich vertrauen wir

Geist, befreiender, tiefer Atem
Du erhältst unser Leben
Beflügelst die Schritte
Drängst uns zum Leben
Alle Tage neu
Auf Dich hoffen wir. Amen

15. Ansage zur Kollekte:

(Moderatorin)

Die Kirchliche Frauenarbeit braucht Ihre Spende. Vielfältig sind ihre Angebote und Vorhaben für Frauen verschiedenen Alters. Diese könnten so nicht aufrechterhalten werden, gäbe es die Rogatekollekte nicht, um die herzlich gebeten wird.

Ein Teil der Kollekte soll als Sonderzweck HelpAge Deutschland e.V. zur Verfügung gestellt werden. Sie unterstützen alte Menschen in den Entwicklungsländern, besonders auch die Großmütter in Afrika, welche ihre verwaisten Enkel aufziehen müssen, da die Eltern an AIDS gestorben sind. Diese Großmütter sind die "ungekrönten Heldinnen des Kontinents". Ihnen wird eine monatliche Grundrente von 3,30€ für sich und 1,30€ für jedes zu versorgende Enkelkind zur Verfügung gestellt. Schon diese für uns unvorstellbar kleinen Summen helfen ihnen zu überleben. Über die kleine Rente wird auch die Leistung der Großmütter anerkannt, ihr Selbstwertgefühl und ihre Anerkennung durch die Dorfgemeinschaft haben immens zugenommen. Dieses Projekt möchten wir Ihnen neben der Arbeit der Frauenarbeit ans Herz legen.

16. Kollektenlied

EG 361 Befiehl du Deine Wege

Oder „Meine engen Grenzen“ (siehe Liedblatt)

17. Gebet/Vaterunser/Segen

(Moderatorin, Gemeindefrau, PfarrerIn)

(alternative Gebete und Texte im Materialteil)

Gott, du begleitest uns durch unser gesamtes Leben.
So viel Freude und Bewahrung hast Du uns geschenkt,
durch so viel Schmerz und Verzweiflung uns hindurchgeholfen.
Das ermutigt uns, uns auch heute wieder dir anzuvertrauen
und um Beistand und Trost zu bitten für alle,
die unter der Last der Jahre leiden,
weil die Kraft und die Selbständigkeit abnimmt,
weil die Familie sich zerstritten hat,
weil vertraute Menschen gestorben sind,
weil die Rente so klein ist,
weil niemand sagen kann, wie es weiter geht.
Manche Wege werden schwer, sehr schwer im Alter.
Mancher Glaube wird schwach unter den Zweifeln.
Und doch bist und bleibst Du da.
Gib uns die Kraft, uns immer wieder neu mit unserem Leben zu versöhnen,
wecke in uns immer wieder Neugier und Widerstand,
damit wir in jedem Lebensalter Neues wagen
und offen bleiben für Überraschungen, die Du für uns bereit hast.

Gemeinsam bitten wir,
Vater unser ...

Gott, deinen Segen wollen wir spüren;
dort wo wir leben,
da wo wir zu arbeiten haben,
da wo wir lieben
da wo wir loslassen
und wo wir aufstehen.
Segne, was aufbricht in uns.
Segne, was wachsen will in uns,
segne die Tage und die Nächte. Amen

18. Musik zum Ausgang und Einladung zum nachfolgenden Programm

Materialteil

Zu 1. Raumgestaltung

In den Gottesdienstraum können auch einfache Mobile mit Frauenportraits verschiedener Zeiten und Lebensalter aufgehängt werden. Dazu pro Mobile 3-4 runde Pappscheiben schneiden, mit Strick miteinander verbinden, Bilder aufkleben und aufhängen. Auch Zitate zum Thema sind möglich. Eine Liste mit Zitaten ist beigelegt. Benötigen Sie die Zitate als A4-Kopiervorlagen, können Sie diese in der Geschäftsstelle abrufen (Tel.: 0351/4923381; Mail frauenarbeit.sachsen@evlks.de). Auch eine kopierfähige Sammlung Bilderrätsel (11 Seiten A4) zum Thema „Alter“ können Sie dort erhalten. Auch diese können zur Gestaltung des Raumes oder des Nachmittags genutzt werden.

Zu 10. Weitere Übersetzungen des Psalms 71 (ausgewählte Verse):

Elberfelder Übersetzung

- 1 Bei dir, HERR, habe ich mich geborgen. Lass mich niemals beschämt werden!
2 In deiner Gerechtigkeit rette mich und befreie mich! Neige dein Ohr zu mir und hilf mir.
3 Sei mir ein Fels zur Wohnung, zu dem ich immer kommen kann! Du hast geboten, mich zu retten. Denn mein Fels und meine Burg bist du.
5 Meine Hoffnung bist du, Herr; HERR, meine Zuversicht von meiner Jugend an.
18 Und auch bis zum Alter und bis zum Greisentum verlass mich nicht, Gott, bis ich verkündige deinen Arm der künftigen Generation, allen, die da kommen werden, deine Macht
20a Der du uns viele und unheilvolle Nöte hast sehen lassen, du wirst uns wieder beleben.
21 Du wirst meine Größe mehren und dich wenden und mich trösten.
23 Dann will auch ich dich preisen mit der Harfe, preisen deine Treue, mein Gott!

Bibel in gerechter Sprache

- 1 Bei dir, Lebendige, habe ich mich geborgen, lass mich nicht für immer scheitern.
2 Mit deiner Gerechtigkeit rette mich und lass mich entkommen, neige dein Ohr mir zu und befreie mich.
3 Sei mir ein schützender Fels, zu dem ich immerzu kommen kann. Du hast versprochen, mich zu befreien, ja, mein Fels, meine Bergfeste bist du.
5 Ja, du bist meine Hoffnung, göttliche Herrscherin, Lebendige, meine Sicherheit, von meiner Jugend an.
18 Auch bis zum Alter, bis zum grauen Haar, verlass mich nicht, Gott – bis ich der nächsten Generation von deinem Arm erzähle, allen Kommenden von deiner Stärke.
20 Du hast uns Bedrängnisse sehen lassen – zahlreich und unheilvoll. Kehr um, belebe uns wieder.
21 Du wirst mich groß machen, dich wenden, mich trösten.
23 Meine Lippen brechen in Jubel aus, ja, ich musiziere für dich, meine Kehle, die du befreit hast.

Zu 15. Gebet als Alternative

Gebet für das Älterwerden

O Herr,
du weißt besser als ich, dass ich von Tag zu Tag älter werden - und eines Tages alt.
O Herr, bewahre mich vor der Einbildung,
bei jeder Gelegenheit und zu jedem Thema
etwas sagen zu müssen.
Erlöse mich von der großen Leidenschaft,
die Angelegenheiten anderer ordnen zu wollen.
Lehre mich, nachdenklich - aber nicht grüblerisch,
hilfreich - aber nicht diktatorisch zu sein.
Bewahre mich vor der Aufzählung endloser
Einzelheiten und verleihe mir Schwingen,
zur Pointe zu gelangen.
Lehre mich schweigen über meine Krankheiten
und Beschwerden.
Sie nehmen zu,
und die Lust, sie zu beschreiben,
wächst von Jahr zu Jahr.
Ich wage nicht, die Gabe zu erleben,
mir die Krankheitsschilderungen anderer
mit Freude anzuhören, aber lehre mich,
sie geduldig zu ertragen.
Lehre mich die wunderbare Weisheit,
dass ich mich irren kann.
Erhalte mich so liebenswert wie möglich.
Lehre mich, an anderen Menschen unerwartete
Talente zu entdecken, und verleihe mir, o Herr,
die schöne Gabe, sie auch zu erwähnen.

Teresa von Avila (1515 – 1582)

Weitere Texte zur Gestaltung bei Bedarf:

Irischer Segen (Auszug)

Nimm den Ratschluss deiner Jahre mit Freundlichkeit an.
Und gib deine Jugend mit Anmut zurück,
wenn sie endet.
Pflege die Kräfte deines Gemüts,
damit es dich schützen kann,
wenn Unglück dich trifft,
aber überfordere dich nicht
durch Wunschträume.

Nimm jede Stunde als Geschenk

„Manchmal fürchtest du
zu alt dafür zu sein,
um noch etwas Neues zu beginnen.
Wäge in Ruhe ab,
ob es für Dich und die Erfüllung

deines Lebens wichtig ist,
das zu probieren, was dich
derzeit umtreibt und bewegt.
Die leisen Stimmen deiner Seele
werden dir die Gewissheit schenken,
ob es dir genügt, wie sich dein Leben
gegenwärtig gestaltet,
oder ob du einen neuen Aufbruch
wagen willst.“

Christa Spilling-Nöker

STUFEN

Wie jede Blüte welkt
und jede Jugend dem Alter weicht,
blüht jede Lebensstufe,
blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
in and're, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft zu leben.
Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
an keinem wie an einer Heimat hängen,
der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten!
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
und traulich eingewohnt,
so droht Erschlaffen!
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
mag lähmender Gewohnheit sich entrafen.
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
uns neuen Räumen jung entgegen senden:
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden.
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!

Hermann Hesse

Sehr passend zum Thema ist auch die Erzählung „**Die unwürdige Greisin**“ von Bertold Brecht. Diese Geschichte braucht ca. 10 Minuten Vorlesezeit und könnte im Nachmittagsprogramm gelesen werden oder zu einem Frauenabend zum Thema. Bei Bedarf erhalten Sie den Text über die Geschäftsstelle.

Informationen zum Sonderzweck der Kollekte

Die vergessenen Großmütter in Tansania

„Sie sind die stillen Helden. Sie sind arm, sie sind alt, sie leben mit dem unerträglichen Schmerz ihre eigenen, erwachsenen Kinder zu Grabe getragen zu haben, sie sind müde, sie sind hungrig, aber gleichzeitig sind sie das wahre, das tapfere Herz Afrikas im Kampf gegen die tödliche Krankheit. Und keine Regierung und niemand in der internationalen Gemeinschaft beachtet sie.“ Mit diesen Worten beschrieb Stephen Lewis, AIDS-Sonderbeauftragter der Vereinten Nationen, die Situation der Großmütter in Afrika.

In Tansania gibt es weder eine staatliche Altersversorgung noch eine andere Form von Renten. Armut prägt das Leben eines Großteils der Senioren. Die HIV/AIDS-Rate liegt bei etwa 10 Prozent. Dies hat zu einer weiteren Verarmung geführt. Für die Pflege der Erkrankten, die überwiegend von den alten Frauen übernommen wird, für Medikamente und Arztkosten und vor allem für die Beerdigungskosten müssen die letzten Besitztümer verkauft werden. Besonders ältere Frauen leiden unter großer Not. Beim Tod ihrer Ehemänner schließt traditionelles Recht sie oftmals vom Erbe aus. Etwa eine Million Kinder haben ein Elternteil durch AIDS verloren. Zwei Drittel der Waisen lebt in Haushalten, die von Menschen über 55 Jahren geführt werden, zumeist bei der Großmutter.

Das Projekt KwaWazee – eine Grundrente für Großmütter und ihre Enkel

Nshamba ist ein Dorf im tansanischen Bergland in der Nähe des Victoria-Sees. Die Rate der HIV-positiven Menschen ist hier höher als im Landesdurchschnitt. Von Jahr zu Jahr steigt die Zahl der Toten und damit auch der AIDS-Waisen. Der Großteil der Waisen lebt bei den Großeltern. Bis Ende der 90er Jahre war dies anders, als Großfamilie und Gemeinschaft noch in der Lage waren, die Waisenkinder mit zu versorgen – so wie es die Tradition verlangt. Inzwischen sind es zu viele Waisen und mangels staatlicher Fürsorge wird die Verantwortung an die direkten Angehörigen gegeben, insbesondere die Großmütter. Ihnen soll mit dem Projekt Kwa Wazee eine Hilfe gegeben werden. Jede der 500 bis 700 Großmütter soll eine monatliche „Grundrente“ von umgerechnet 3,30 € erhalten. Für jedes mitversorgte, verwaiste Enkelkind werden 1,30 € zusätzlich zur Verfügung gestellt.

Erste Erfahrungen sind ermutigend. Obwohl die Renten sehr bescheiden sind, wirken sie sich auf die Lebensqualität der alten Menschen und der betreuten Waisen unmittelbar aus: „Zuerst das Essen! Wir kaufen Mais und Trockenfisch. Wenn etwas übrig bleibt, kaufen wir Seife oder Streichhölzer. Oder wir sparen, um dann Sandalen oder Kleidung für die Kinder zu kaufen.“ Das hilft den Großmüttern und den Kindern. „Die Kinder sind jetzt gewaschen und haben ordentliche Kleidung. Wir können durch's Dorf gehen, ohne uns für unsere Armut zu schämen. Meine Enkel sind stolz auf mich – und ich auf sie.“ Auch der Schulbesuch kann durch die regelmäßigen Einkünfte gesichert werden.

Der Verlust der eigenen Kinder und die Vorurteile, die immer noch mit AIDS verbunden sind, isoliert viele Großeltern. Sie fühlen sich allein gelassen und leiden unter Schuldgefühlen. KwaWazee greift auch diese Gefühle und Konflikte auf und bietet Informationen und Gesprächskreise an. „Wir lernen, über Probleme mit unseren Enkeln zu reden. Probleme, die wir früher nicht hatten.“ So müssen auch die Großeltern auf ihre alten Tage noch mal lernen.

Als entwicklungspolitisches Hilfswerk fordert HelpAge Deutschland die sozialen, wirtschaftlichen und kulturellen Rechte alter Menschen ein. Mehr Informationen zur Lage alter Menschen, der demographischen Entwicklung der nächsten Jahre sowie zu unseren Zielsetzungen, Projektkriterien, Arbeits- und Förderschwerpunkten unter www.helpage.de.

Theologische Überlegungen zu Psalm 71

1. Der Rahmen

Der Psalm 71 ist das Gebetslied eines alten Menschen. Er enthält Klagen und Bitte, Vertrauensbekenntnisse, Lob und Lobgelübde und Situationsschilderungen. Viele seiner Formulierungen lassen sich auch in anderen Psalmen finden. Vermutlich ist er aus individuellen Zeugnissen verschiedener Menschen entstanden und nach der Rückkehr aus dem Exil in Babylon zu einem Gemeindegebet zusammengestellt worden.

2. Die Textstruktur

Liest man dem Psalm als Ganzes, kann er erst einmal ermüdend wirken. Vieles wiederholt sich. Schaut man genauer den Aufbau an, so kann man eine Art spiralförmigen Aufbau erkennen. Immer wieder bringt der Beter, die Beterin die Themen des eigenen Lebens, in dem Gott eine wichtige Rolle spielte, zur Sprache.

Vertrauensverhältnis zu Gott	Vers 1
Gottes Gerechtigkeit und Macht	Vers 2
Vertrauensverhältnis zu Gott	Vers 3
Angst vor Feinden und Bitte um Schutz	Vers 4
Vertrauensverhältnis zu Gott	Vers 5
Erinnerung an Gott in der Kindheit und Jugend	Vers 6
Angst vor Feinden und Bitte um Schutz	Vers 7
Lob und Lobgelübde	Vers 8
Situation im Alter und Bitte um Begleitung	Vers 9
Angst vor Feinden und Bitte um Schutz	Vers 10 – 13
Lob und Lobgelübde	Vers 14
Gottes Gerechtigkeit und Macht	Vers 15 – 16
Erinnerung an Gott in der Kindheit und Jugend	Vers 17
Situation im Alter und Bitte um Begleitung	Vers 18
Gottes Gerechtigkeit und Macht	Vers 19
Todes- und Auferstehungserfahrung	Vers 20
Situation im Alter und Bitte um Begleitung	Vers 21
Lob und Lobgelübde	Vers 22 - 24

3. Vielfältige Gotteserfahrungen

Den Psalm durchzieht die wiederholte Selbstvergewisserung erlebter guter Begleitung Gottes und die daraus resultierende Freude bzw. das Lob Gottes.

[Das wiederholte Erzählen von Geschichten von „früher“ hat psychologisch gesehen nichts damit zu tun, dass Menschen vergessen haben, dass sie diese Geschichte bereits erzählten. Beim Erzählen stellen sich die positiven Gefühle von damals wieder ein. Es ist ein Geschenk, dass wir beim Erzählen immer und immer wieder über Erinnerungen die damit verbundenen schönen Gefühle erneut hervorrufen können. Ähnliches geschieht, wenn wir Lieder aus Junge-Gemeinde-Zeiten singen, die wir inhaltlich gar nicht mehr so überzeugend finden, aber die die Gefühle aus dieser spannenden Zeit erneut wecken. Dieses Phänomen betrifft nicht ältere Menschen, sondern alle Altersgruppen.]

Im Psalm stecken überraschend vielfältige Bilder, die die gemachten Gotteserfahrungen beschreiben. Er ist geradezu eine „Schatzkiste“. Gott wurde erfahren als:

JHWH, der ‚ich bin für dich da‘	Vers 1; 5
Vertrauensperson	Vers 1
Handelnde Gerechtigkeit*	Vers 2; 15; 19; 24
Hörender /Hörende	Vers 2
Hort und Burg	Vers 3
Fels	Vers 3
Helfer / HelferIn	Vers 4
Zuversicht und Hoffnung	Vers 5; 7

Hebamme	Vers 6
Wohltäter / Wohltäterin	Vers 15
Lehrer / Lehrerin	Vers 17
Wundertäter /Wundertäterin	Vers 17; 19
Retter / Retterin	Vers 20
Tröster / Trösterin	Vers 21
Heiliger Israels	Vers 22

* Das verwendete hebräische Wort, welches mit „Gerechtigkeit“ übersetzt ist, meint stetes eine Handlung, ein Tun und keine abstrakte Größe, keinen Zustand.

Es sind helle, einladende Gottesbilder. Fast alle wenden sich gegen Erfahrungen, welche mit Angst verbunden waren. Am häufigsten wird die handelnde Gerechtigkeit benannt. So wie Gott in der zentralsten Erfahrung des Volkes die Not in der Sklaverei in Ägypten sah und handelte, also. Gerechtigkeit für sein Volk herstellte, so sieht er weiterhin das persönliche Elend und die Not und steht dafür ein. Dazu gehört auch, dass er die (meine) Tränen sieht, die (meine) Angst erkennt, die (meine) Stimme hört und (mich) nicht untergehen lässt, wie es der Psalm beschreibt. Darin liegt sehr viel Erfahrung von vertrauensvoller Zuwendung, die gerade auch älter werdende Menschen mit Sorgen und Ängsten brauchen und sie ermutigt. Gottes Gerechtigkeit steht gegen meine Verlorenheit.

4. Die im Psalm beschriebenen Nöte

Zu schaffen machen dem Beter / der Beterin die Ängste vor dem Alter und dem Verlassen der Kräfte und die nicht näher beschriebenen Feinde. Letztere werden beschrieben als Ungerechtigkeit und Tyrannei = Diskriminierung und Unterdrückung und als Gerede, Lästereien. Es kann dabei auch an innere Stimmen, Ängste, Alpträume, Hirngespinnste etc. gedacht werden. Trotz aller im Leben gemachten Erfahrungen mit Gottes Zuwendung ist die Angst davor, auch von Gott verlassen zu werden, so groß, dass Gott geradezu beschworen wird, nahe und als Helfer erfahrbar zu bleiben.

Glaubenserfahrungen der Vergangenheit tragen in der Gegenwart und können Vertrauen in die und Hoffnung für die Zukunft bewahren. Aber sie sind erschütterbar. Sie müssen und können in jeder Lebensphase neu gemacht werden.

5. Neuer Ausblick

Der Beter / die Beterin bleibt mit seinen Ängsten und Nöten im Gespräch mit seiner „Vertrauensperson“ Gott. Im ersten Teil des Psalms ist ein starkes emotionales Hin und Her zwischen Angst und Zuversicht, zu dem auch unverzichtbar die geäußerten Aggressionen gehören, ablesbar. Im zweiten Teil des Psalms weichen die Feinde zurück und die Zuversicht wird stärker. Pläne werden gemacht (Kindern und Kindeskindern von den Lebenserfahrungen berichten) und Passivität wird überwunden (musizieren und singen), eine Zukunftsperspektive entsteht, Erleichterung und Befreiung werden spürbar.

Aber der Psalm endet nicht mit: jetzt ist alles gut. Diejenigen oder dasjenige, welches Unheil und Unglück verursachen, werden zwar als beschämt und gescheitert beschrieben, aber sie sind noch da, existieren weiter, bleiben als Realität bestehen.

Für die Frauentreffen Rogate 2008 sollte der Blick auf die wiederholte Vergewisserung des Glaubens auf Grund eigener Erfahrungen gelenkt werden, auf das Zulassen und Aussprechen der Ängste und besonders auf die Entdeckung einer Zukunftsperspektive. Entsprechend wurde die vorgeschlagene Versauswahl getroffen.

Bettina Dörfel

Altergerechte Bibelauslegung – brauchen wir das?

Ja, denke ich. Und so komme ich zu diesem „Ja“:

1. Meine persönlichen Beobachtungen

Ich bin jetzt in einem Lebensalter, für den der Begriff „mittlere Generation“ gebraucht wird. Ehrlich gesagt, kann ich mit diesem Begriff und diesen Einteilungen nichts anfangen. Wirklich „jung“ bin ich nicht mehr, das ist schon klar, „alt“ bin ich auch noch nicht, will ich auch nicht sein, aber „mittel“ fühlt sich irgendwie nach nichts an. Und in nicht wenigen Jahren kann ich Urlaubsreisen „50 +“ buchen, das Synonym für Seniorenreisen, wenn es Reiseveranstalter nicht so genau schreiben wollen. Es fällt mir schwer, mich auf dieses Privileg zu freuen.

Die Fragen nach dem Älterwerden sind stark in meinen Blick geraten durch die schwere Erkrankung und den Tod meines Vaters und all die Fragen und Sorgen, die dies für meine pflegende Mutter und die gesamte Familie mit sich brachte. Auch mein Leben ist begrenzt, ich muss mich damit auseinandersetzen. Die Fragen um das Ende des Lebens sind jetzt sehr nah gekommen, viel näher als beim Tod der Großeltern. Sie werden wohl jetzt als Lebensthema für mich bleiben. Wie ich diese beantworten, diese Aufgabe bewältigen werde, kann ich noch nicht abschätzen. Werde ich mich verändern? Was wird sich überhaupt verändern? Was kann ich steuern und beeinflussen? Wie wird es mir mit den Dingen gehen, die es mir schwer machen werden, alt zu werden? Wird sich mein Glaube verändern? Werde ich ihn verlieren?

Dass Verkündigung und Lebensalter nicht nur im Blick auf Kinder und Jugendliche eine Rolle spielt, habe ich vor mehr als zehn Jahren erstmals erlebt. Während eines Aufenthaltes in Stuttgart besuchte ich einen Gottesdienst, zu dem Jörg Zink predigte. Dessen Texte hatten mich immer wieder berührt. Seine Predigt dagegen erreichte mich nicht, was mich irritierte. Mit meiner Mutter sprach ich damals über dieses Erlebnis und sie sagte spontan zu mir: „Das ist doch für uns, was er sagt. Er predigt für unsere Generation.“ Jörg Zink hatte das Alter nicht thematisiert, aber seine Lebenserfahrung und seinen Horizont deutlich einfließen lassen. Beides hatte ich, zu einer anderen Generation gehörend, natürlich nicht und konnte seine Worte nicht als für mich wertvoll hören.

Als ich nach meiner Ausbildung in die erste Gemeinde kam, in der ein großer Seniorenkreis bestand, pflegte der Pfarrer, wie andere auch, immer von seinem dankbarsten Kreis zu sprechen. Während andere Kreise als interessiert oder uninteressiert, als gesprächsfreudig oder zurückhalten bezeichnet werden, fällt bei Seniorenkreisen oft das Stichwort „dankbar“. Was für eine Sicht auf diese Gruppe steht dahinter? Welcher Mythos verschleiert da vielleicht den Blick auf die Bedürfnisse und Ansprüche von Menschen, die eine Generation älter sind als die agierenden Mitarbeiter? In der Regel werden derartige Zusammenkünfte inhaltlich ohne Mitgestaltung bzw. Mitbestimmung der Teilnehmenden gestaltet, die trotzdem immer dankbar sind, oder die ihre Enttäuschung, ihren Unmut etc. nicht äußern, weil die Vorerwartung „Dankbarkeit“ so dominant ist. Im Allgemeinen ist nämlich nicht wahrnehmbar, dass Seniorinnen flächendeckend unkritisch und genügsam werden. Protest gegen diese latente Entmündigung äußert sich vielleicht in der Weigerung auch „Hochbetagter“, am Seniorenkreis teilzunehmen, die z.B. eine 84-jährige in die Worte fasste: „So alt bin ich noch nicht!“

2. Könnten wir in der Kirche, besonders wir Frauen, nicht einen Schritt weiter sein,

die wir frauenbewusst und frauengerecht Kreise und Themen gestalten und die Bibel mit Frauenblick lesen? Müssten wir nicht einen großen Schritt weiter sein, wenn wir erfahrungsbezogen die Bibel auslegen? Ja, die Frauen wurden sichtbar gemacht in der Bibel, in der Kirchengeschichte, in ihrer Kirche und die Mechanismen der immer wieder geschehenden Ausgrenzung ebenso. Doch das Thema „Alter“, „die ältere Frau“ ist selten oder gar nicht zu finden.

Beispiele:

- Im Fernkurs „Feministische Theologie“ ist das Stichwort „Alter“ nicht zu finden. Auch im „Wörterbuch der feministischen Theologie“ nicht.
- Das wissenschaftlich und feministisch orientierte Buch „Frauenkörper – Frauenwelten“ umfasst 700 Seiten und endet beim Thema „Wechseljahre“. Dass es ein lohnendes „danach“ gibt, wird gerade mal angedeutet. (Für die Lebenszeit einer Frau zwischen Wechseljahren und Vergreisung ist überhaupt wenig an Literatur zu finden, so als gäbe es diesen Lebensabschnitt nicht.)
- Wir beklagen in der Kirche den Jugendlichkeitswahn der Gesellschaft und sagen: „Mit diesem Kreis erreichen wir nur noch alte Frauen.“ Dabei ist der Gebrauch des Wörtchen „nur“ das Fragwürdige. Es sind ganz viele, die da erreicht werden. Und die Bevölkerungsentwicklung sagt: Sie werden immer mehr.
- Bei der Suche nach einem guten, passenden Sonderzweck für die Kollekte der Frauentreffen zum Thema „Alter“ bzw. „ältere Frauen“ wurde es schwer, ein passendes Projekt zu finden. Dass viel für Kinder, Jugendliche und Familien getan wird, ist für mich selbstverständlich. Dass ich bei den bekannten kirchlichen Hilfsorganisationen kein Projekt fand, was ausdrücklich ältere Menschen unterstützte, fand ich nicht selbstverständlich.

Mehr Beispiele ließen sich finden, deshalb behaupte ich: Wir sind keinen Schritt weiter als die Gesellschaft, in der wir leben. Wir haben hoffentlich gute Ansätze, die wir ausbauen können. Denn beim Thema „Älterwerden“ geht es immer auch um die eigene, persönliche Zukunft. Für die guten Ansätze lassen sich auch genügend Beispiele finden. Spannend zum Beispiel das Referat „Seniorenarbeit der Zukunft“ von Heike Baehrens auf der Homepage der Landesarbeitsgemeinschaft evangelischer Seniorinnen und Senioren in Württemberg.

Wichtig und wegweisend war mir auch das entdeckte:

3. Konzept der „gerontologischen Bibelauslegung“.

Dies meint z.B., dass es auch wichtig ist, darauf zu achten, in welchem Lebensalter die biblischen Personen sind, für welches Lebensalter ein biblischer Text ggf. spricht. Es wird auch konzentriert nach Texten gesucht, die vom Altern handeln. Entwickelt wurde dieser Ansatz von Ursula Schmitt-Pridik, welche angeregt durch feministische Auslegung (Exegese) der Bibeltexte eine altersgerechte Bibelauslegung entwickelte. Denn, „Es gibt kein ‚altersloses‘ Menschsein. Altern geschieht in jedem Augenblick, auch wenn es uns oft nicht bewusst ist. Altern erfordert einen ständigen Prozess der Anpassung an die veränderte Lebenssituation.“ In diesem Prozess stellen sich die Fragen nach dem Warum, Wozu und Wohin des Lebens immer wieder neu und brauchen auch immer wieder eine Antwort. Dies wurde bisher oft vernachlässigt.

„Das Lebensalter ist bisher *keine* Kategorie der Bibelauslegung, weder in der historisch-kritischen Exegese noch in der feministischen Theologie, noch in der Religionspädagogik, noch in der Homiletik (Predigtlehre), d.h. nicht, dass es nicht einzelne Überlegungen zum Thema *Alter* gäbe: Die gibt es, aber eher zufällig als systematisch.“ Bisher ist es nicht üblich im Blick auf die biblischen Texte zu fragen: Schreibt hier ein junger Mensch oder ein älterer Mensch. Macht das etwa keinen Unterschied? Und bekommt die Begegnung zwischen Jesus und Nikodemus im Johannesevangelium nicht eine noch größere Dimension, wenn man wahrnimmt, dass Nikodemus nach der Neugeburt eines alten, eines greisen Menschen fragt?

Es lohnt sich einfach immer wieder, genauer hinzusehen und hinzuhören auf die Texte der Bibel, auf die Älteren und Jüngeren in unseren Gemeinden und auch auf das, was wir selbst tun und denken. Es gibt noch viel zu entdecken.

Bettina Dörfel

Literaturempfehlung:

Alle hier aufgeführten Bücher können Sie in der Bibliothek des Landeskirchenamtes ausleihen.

Bibliothek des Ev.-Luth. Landeskirchenamtes Sachsens
Lukasstr. 6, 01069 Dresden, Telefon: 0351 4692-360 E-Mail: bibliothek@evlks.de

Signatur: PH 742
Leopold Rosenmayr

Schöpferisch Altern - Eine Philosophie des Lebens

Den Ertrag jahrzehntelanger Forschung und eines langen Lebens hat der Autor in diesem Band zusammengetragen. Als renommierter Sozialgerontologe präsentiert er den Stand der Wissenschaft, als gealterter Mensch die Erfahrung eines langen Lebens. Entstanden ist ein einzigartiges Werk. Es lädt ein zur Reflexion über das Alter und zum eigenen schöpferischen Altern. Dazu sind wissenschaftliche Daten ebenso wie philosophische Entwürfe zur Änderung individueller und sozialer Verhaltensweisen nötig.

Signatur: PT 1648
Christa Gäbler-Kaindl

Frauenmorgen - Aufbrüche in eine christliche Alterskultur

In den christlichen Kirchen ist vom Alter und von alten Menschen eher zurückhaltend die Rede, gleichwohl finden sich zum Älterwerden in der Bibel vielfältige **Weisungen, Ermunterungen** und lebensdienliche Aussagen. Der "Frauenmorgen" setzt sich mit ihnen auseinander, konfrontiert sie mit Erfahrungen von Frauen und fragt nach ihrer Aktualität **und** Umsetzbarkeit. Was dabei zum Vorschein kommt, sind Impulse, Pläne, auch Regeln und Anleitungen, die Einstellungen und Verhalten im Alter positiv beeinflussen und steuern können. Dieser schöpferische Weg des Fragens und Suchens wird als Entdecken einer christlichen Alterskultur verstanden. Das Buch erweitert mit dem Aspekt der Religion die öffentliche Debatte um eine neue Alterskultur.

Signatur: Pr.Th.1531
Schmitt-Pridik, Ursula

Hoffnungsvolles Altern Gerontologische Bibelauslegung

Angeregt durch feministische Exegese und auf ihrem Hintergrund entwickelt Ursula Schmitt-Pridik eine altersrelevante Bibelauslegung für das höhere Lebensalter. Dabei werden Alterserfahrungen in unserer deutschen Altersgesellschaft und biblische Alterstexte in einen Dialog miteinander gebracht. Die Zielperspektive ist ein hoffnungsvolles Alter(n).

Signatur: PT 1797
Prof. Dr. Martina Blasberg-Kuhnke, Dr. Andreas Wittrahm

Altern in Freiheit und Würde - Handbuch christliche Altenarbeit

Wir leben in einer alternden Welt. Immer mehr Menschen erreichen ein hohes Lebensalter – diese Tatsache stellt den Einzelnen, die Gesellschaft und auch die Kirchen vor große Herausforderungen. Dieses Handbuch bietet einen umfassenden Überblick über die Leitlinien und Ziele einer christlich orientierten Altenarbeit. Einer Analyse der praxisrelevanten Probleme werden konkrete Handlungsmöglichkeiten gegenübergestellt. Die Beiträge der Fachleute aus Theologie, Gerontologie und Altenarbeit zeigen Wege auf, um heutigen Menschen ein Altern in Freiheit und Würde zu ermöglichen.

Einige Themenfelder: • Seniorenbildung • Wohnen und gepflegt werden • Notlagen und Einsamkeit • Altenseelsorge • Altersdemenz und Behinderungen • Menschenwürdiges Sterben

Zitatensammlung zur Raumgestaltung

Bei Bedarf erhalten Sie diese Zitate als A4-Kopiervorlage in der Geschäftsstelle.

Ich bin in meiner Jugend mit alten Leuten umgegangen und gehe in meinem Alter mit jungen um. Das ist die Weise, wie der Mensch möglichst behaglich durch die Welt kommen mag.

Wilhelm Raabe

Nicht müde werden, sondern dem Wunder
leise - wie einem Vogel die Hand hinhalten.

Hilde Domin

Alte Menschen sind ja nicht alle gleich, wahrscheinlich sind sie das sogar noch weniger als irgendeine andere Altersgruppe: denn ihr langes Leben hat sie zu Individualisten gemacht. Eines unserer augenblicklichen Probleme ist, dass die Gesellschaft sich weigert, das zu verstehen, und alle alten Leuten als 'gleich' behandelt.

Lily Pincus

Man bleibt jung, solange man noch lernen, neue Gewohnheiten annehmen und einen Widerspruch ertragen kann.

Marie von Ebner-Eschenbach

In vielen alten Menschen schlummern Schätze. Du musst sie zu entdecken wissen.
Habe Zeit für alte Menschen!

Es wird zu viel über sie gesprochen, über ihre Rente, über ihre Wohnung, über ihre kleinen und großen Leiden, aber es wird zu wenig mit ihnen gesprochen.

Phil Bosmans

Alte Leute sind junge Menschen, die zufällig vor dir älter wurden.

Günther Baruschke

Ein herrlich Ding, wenn man nicht verlernt hat, was anfangen heißt.

Martin Buber

Altern heißt, sich über sich selbst klar werden.

Simone de Beauvoir

Ich bin nicht die alte, weise Frau, die erhaben über dem Leben steht. Ich riskiere, ich fordere heraus, ich will mittendrin stehen. Ja, das Leben ist für mich eine großartige Reise - und ganz bestimmt kein Wartesaal. Jede Zeit ist meine Zeit.

Lotti Huber

Ich bin stolz auf die Falten. Sie sind das Leben in meinem Gesicht.

Brigitte Bardot

Jede Lebensphase bietet die Möglichkeit, neu anzufangen.

Rita Süßmuth

Mit zunehmendem Alter wird man nicht klug - man weiß nur besser, dass es die anderen auch nicht sind.

Gabriel Laub