

# ein Leben lang. WACHSEN

Magazin für Ehrenamtliche und Hauptamtliche in der Seniorenpastoral der österreichischen Diözesen und der Diözese Bozen-Brixen

Jahr 18 Ausgabe 35 2023/1



Berichte aus den Diözesen

Aus der Praxis – Für die Praxis

**JENSEITS DER NÜTZLICHKEIT**

## VORWORT

### Grüß Gott!

Arbeit und Leistung, Nützlichkeit und Produktivität bestimmen unsere Gesellschaft – wir müssen immer für etwas gut sein. Wenn wir nicht funktionieren, werden wir schnell zur Last, ist eine weit verbreitete Meinung.

Wie fühlen sich Menschen, die sehr alt, vielleicht pflegebedürftig und auf Hilfe angewiesen sind? Ist man da am Abstellgleis – also jenseits des Nutzens für die Gesellschaft?

Was steht jenseits der Nützlichkeit? Vielleicht stehen da Lebenserfahrung, Schönheit, Zeit haben, Dasein. Diese Vielfalt der Hochaltrigkeit dürfen wir in unserer Arbeit der Seniorenpastoral in den Diözesen begleiten.

Wir freuen uns schon auf unsere jährliche Tagung der ARGE Altenpastoral. Diesmal treffen wir uns am 14. und 15. Juni 2023 in Brixen und entführen Sie in die heilsame und stärkende Kraft von Humor. Nähere Informationen finden Sie in der Zeitung!

Es ist nicht unser Ziel, das hohe Alter durch die rosarote Brille zu sehen und es zu romantisieren. Wir sehen die Belastungen, die Schmerzen und die Herausforderungen. Trotzdem dürfen wir darüber hinaus nicht den Blick auf das Jenseits der Nützlichkeit verlieren, das auch sehr bunt und vielfältig ist.

Danke, dass Sie zu Hause, in Ihrer Pfarre, im ehrenamtlichen Engagement im Pflegeheim diesen doppelten Blick auf das Jenseits der Nützlichkeit mit uns tragen

Ihr Team der ARGE Altenpastoral

#### Impressum:

Medieninhaber u. Herausgeber: ARGE Altenpastoral  
Stephansplatz 6/6/622-623; A-1010 Wien  
T: 01 51552 3335  
E: seniorenpastoral@edw.or.at  
Redaktion: FB Seniorenpastoral der ED Wien, Beatrix Auer, M.Ed.  
Grafik & Layout: Mag. Hanspeter Lang | Umsetzung: Michael Zutz  
Druck: Hannes Schmitz Druckerei buttons4you e.U., 1200 Wien  
Offenlegung laut Mediengesetz: „Wachsen ein Leben lang“ ist ein Kommunikationsorgan der ARGE Altenpastoral. Es erscheint halbjährlich mit einer Auflage von derzeit 4200 Stück.



Beatrix Auer, M.Ed., Erzdiözese Wien



Gabriele Fahrafellner, Diözese St. Pölten



Mag. Gerhard Häfele, Diözese Feldkirch



Mag.ª Judith Höhndorf, Diözese Gurk



Mag. Matthias Hohla MAS, Erzdiözese Salzburg



Florian Krizaj, Diözese Graz-Seckau



Mag. Otto Feldbaumer



Dipl. PAss. Evelyne Leitner,  
Diözese Eisenstadt



Lena Hrazdil MEd.,  
Diözese Eisenstadt



Mag.ª Carmen Rolle, Diözese Linz



Dr. Mag. Josef Torggler, Diözese Bozen-Brixen



Dipl. theol. Rudolf Wiesmann, Diözese Innsbruck

# Ein 100-Jähriger blickt zurück: „Mit Gottes Hilfe alles geschafft“

Johann Alois Auer aus Strengen in Tirol ist 100 Jahre alt. Ein Hochaltriger?

Er selbst meint dazu: „Alt fühle ich mich nicht, bestenfalls achtzig, weil ich gesund und munter bin. Nur mit den Knien habe ich Probleme. Längere Strecken gehen ist mir nicht mehr möglich.“

Auf die Frage, ob er ein Geheimrezept habe, um 100 zu werden, meinte er: „Ich habe solide gelebt – fast immer. Und ich bin immer tätig gewesen. Skifahren war auch ein Hobby von mir. Und gelesen habe ich mein Leben lang gerne.“

„Hannaslois“, wie ihn die meisten nennen, wirkt lebendig und interessiert. Ein humorvoller Schmäh kommt ihm gerne über die Lippen.



Foto: Rudolf Witzmann

Ereignisreich war sein Leben. Er war das älteste von 3 Kindern. Von seiner Kindheit sagt er: „Die ersten sieben Jahren waren die glücklichsten.“ Da er schon als Kind Interesse an Bildung hatte, finanzierte ihm der Vater einen Abschluss in der Hauptschule, den er mit Vorzug schaffte. Über drei Jahrzehnte war er als Sekretär, teils als Amtsleiter im Gemeindeamt Strengen tätig. Auch die Funktion als Chronist hatte er 30 Jahre lang inne.

Auch von schwierigen Zeiten und Schicksalsschlägen blieb er nicht verschont. 1929 fiel das Elternhaus einem Großbrand zum Opfer. Wenige Jahre später musste die Familie das wiederaufgebaute Haus versteigern.



Foto: Pixabay

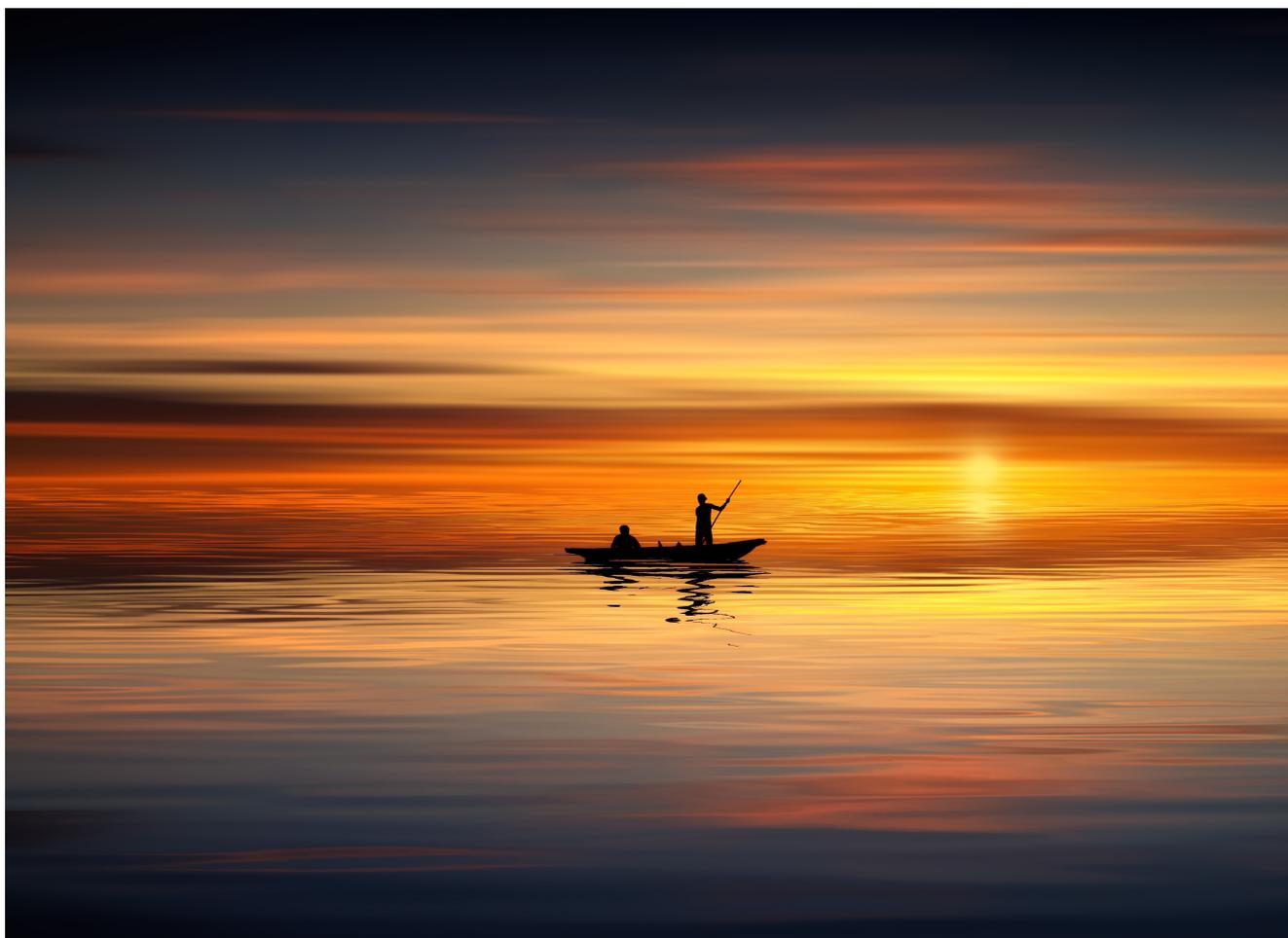


Foto: pixabay.de

Mit 19 Jahren wurde er zum Kriegsdienst eingezogen. „Einige Male bin ich nur knapp dem Tod entkommen.“ In der Ukraine wurde er von einer Handgranate getroffen. Die Splitter drangen überall in seinen Rücken ein. Noch heute befindet sich ein Splitter in der Lunge. Neben seiner Verwundung plagte ihn auf dem beschwerlichen Heimweg, der ihm schließlich mit Hilfe anderer gelang, auch der Hunger. Die Dankbarkeit gegenüber dem „Herrgott“ ist groß, den Krieg überlebt zu haben.

Es folgten einige glücklichen Jahre mit seiner geliebten Ehefrau Ida sowie zwei eigenen Kindern und einem Stiefsohn in dem neu erbauten Haus im Ortsteil Steigsiedlung. Gemeinsame Reisen mit seiner Frau führten ihn bis Florida. Bald trübten erneute Schicksalsschläge sein Leben. Mit 28 Jahren kam der Stiefsohn bei einem Verkehrsunfall ums Leben. Und 1996 wurde seine Ida von einem Auto erfasst und jäh aus dem Leben gerissen.

Doch Hannaslois ließ sich nicht unterkriegen. Er lernte,

mit dem Kochbuch seiner Frau zu kochen und sich selbst zu versorgen. Auch fröhliche Zeiten folgten wieder, vor allem beim Seniorenbund Strengen, wo er die „schöne Gemeinschaft“ genoss, vor allem beim Kartenspielen, seiner großen Leidenschaft. Auch organisierte er immer wieder gerne Ausflugsfahrten zu verschiedenen Orten.

Neunzigjährig übersiedelte er ins Betreute Wohnen in die Nachbargemeinde Grins. Hier fühle er sich zufrieden und glücklich. Besonders schätzt er die gute Gemeinschaft mit anderen Kollegen im Haus, mit denen er sich täglich trifft, meistens zum Kartenspielen oder auf einen „Ratsch“. Ob er auch etwas vermisse? Dazu meint er: „Gerne würde ich noch reisen, das geht aber nicht mehr.“

Auf die Frage, was er sich für die weitere Lebenszeit wünscht, meint Hannaslois: „Gesundheit, das ist das Wichtigste. Und dass die Kollegen noch länger leben – zum Kartenspielen. Dafür kann ich den Herrgott nur bitten.“

## Hedwig Zingl (92) Mesnerin in Niklasdorf in der Steiermark.

Wenn man jemanden fragt, wer da so zur Pfarre Niklasdorf alles dazugehört, würden wohl vielen Niklasdorferinnen und Niklasdorfer die Mesnerin Hedwig Zingl als erstes einfallen. Sie lebt seit Mitte der 60er Jahre in Niklasdorf. Dort ist sie zuerst als Pfarrhaushälterin, aber später noch in vielen weiteren Bereichen in und um die Pfarre im Einsatz. Seit 50 Jahren, mit der Weihe der neuen Kirche, sind es gleich zwei Kirchen, um die sich Hedwig kümmert. Auch nach der Pensionierung hat sie viele Tätigkeiten weiter im Ehrenamt übernommen. Vor ihrer Zeit in der Pfarre Niklasdorf hat Hedwig als Caritas Familienhelferin gearbeitet. Damals wurde man als Familienhelferin oft einfach Schwester genannt. Ein Bezeichnung die Hedwig seit längeren versucht den Leuten wieder auszureden, denn sie war ja eigentlich nie „Schwester Hedwig“. Doch das ist oft gar nicht so einfach, wenn sich die Leute einmal an einen Rufnamen gewöhnt haben.

Vor zwei Jahren hat Hedwig ihrer Pfarrgemeinde und auch dem Pfarrer gesagt, dass sie dann gerne, wenn sie 91 Jahre alt ist, von ihren Aufgaben etwas abgeben möchte. Die Kraft ist nicht mehr so da. Ich habe in diesen Tagen mit ihr gesprochen, wie es ihr heute geht, wie ihr das Vorhaben gelungen ist und wie die Pfarre reagiert hat.

Sie ist froh, dass sie sich gut selbst versorgen kann, mit einer Hilfe beim Putzen. Einkaufen, kochen usw. kann sie selbst. Weitere Strecken gehen, ist aber kaum mehr möglich. Wobei sich Hedwig eine Reichweite über Niklasdorf hinaus erhält. Zumindest kürzere Strecken bis Bruck und Leoben fährt sie mit ihrem Auto. Das muss sie nächste Woche auch wieder einmal zum Service bringen.

Die Ankündigung vor zwei Jahren wird wie geplant umgesetzt. Sowohl Leute vom neuen Pfarrgemeinderat, als auch andere in der Pfarre übernehmen nach und nach ihre Dienste. Das Kreuz am Aschermittwoch verhüllen zwei der Männer. Für den Blumenschmuck schult sie eine engagierte Frau in der Pfarre ein und so geht es Stück für Stück. Doch die Kirchentüren sperrt Hedwig allerdings nach wie vor selbst in der Früh auf und am Abend wieder zu. - “Weil ich halt am nächsten wohn.”

Im Ort sei derzeit nicht viel los, aber immerhin findet der Faschingsumzug dieses Jahr wieder statt.

Im Sommer wird es auch wieder das Sommerlager in Tragöß für Kinder aus Niklasdorf geben. Dort steht das Ferienheim Niklasdorf, welches von der Pfarre aus entstanden ist und heute von einem regionalen Verein getragen wird. Dieses Kinder- und Jugendlager hat Hedwig auch viele Jahre mit ihrer Arbeit unterstützt und geprägt.

Hedwig Zingl wünscht sich von der Kirche, dass diese ihren Auftrag Gemeinschaft zu stiften wieder mehr in den Blick nimmt und umsetzt.



Foto: Erzdiozese Wien | Stephan Schönlamb

## Paul Springer ist seit Juli 2022 Zivildienstler im Caritas Seniorenwohnhaus Karl Borromäus Linz

Nützlichkeit – ich denke an den Sozialstaat: alle zahlen ein, tragen etwas bei, dass alle ein gutes Leben führen können. Die Mehrleistung der vielen trägt dazu bei, dass alle, die Hilfe brauchen, etwa nach einem Unfall mit bleibenden Schäden oder bei einer chronischen Krankheit, auch Hilfe bekommen. Kurz: Die Mehrleistung der vielen trägt einzelne.

Das gilt auch für das Alter: In der Pension genießen es viele, um die Welt zu reisen. Später, vielleicht im Altenheim, schaut die Sache noch einmal anders aus: Das kostet einiges, die Betroffenen den Großteil ihres Einkommens, den Rest unser Sozialsystem.

Es ist schön zu sehen, wie sich manche auch hier im Heim ein schönes Leben machen. Eine unserer Bewohnerinnen zum Beispiel, die redet viel mit den anderen Menschen und macht das Beste aus ihrer Situation. Sie hilft mit, wo sie kann, etwa beim Tischdecken, und fühlt sich einfach wohl. Ich hoffe, ich kann das auch einmal so – von ihr kann ich was lernen.

Ich selbst profitiere von der Dankbarkeit der Menschen. Auch wenn sie positiv reagieren auf Angebote oder wenn man versucht, ihnen Freude zu machen. Das tut mir selber gut.

Manche zeigen keine Dankbarkeit, warum auch immer. Ich weiß zu wenig von ihnen und möchte das nicht bewerten. Manchmal regt es mich auf, aber ich kann ihnen nicht böse sein. Lieber konzentriere ich mich auf die positiven Dinge.

Vielen ist es bewusst: Das Altenheim ist die Endstation. Es geht langsam abwärts, und wenn die Leute länger im Krankenhaus waren, kommen sie oft in einem sehr schlechten Zustand zurück.



Foto: privat

Manche nehmen das an, andere geben sich innerlich auf. Es ist ja auch ein Schlag, wenn man von zu Hause weg muss und für alles Hilfe braucht. Da ist es verständlich zu fragen: Wann ist es endlich vorbei?

Und trotzdem nutzen viele die Angebote hier im Haus: Veranstaltungen und Aktivitäten.

Das ist oft richtig schön. Zu Weihnachten haben zwei Pflegende gemeinsam mit einem pensionierten Kollegen ein Krippenspiel aufgeführt. Es war schön, die Freude und das Strahlen in den Gesichtern der Bewohner:innen zu sehen. Da war wieder etwas von dem Zauber, den Weihnachten in der Kindheit hatte.

So ein fast kindliches Strahlen beobachte ich immer wieder. Das ist das Schöne am Alter: Die Leute finden zu dem kindlichen Zauber zurück, besonders bei Veranstaltungen, die mit Herz und Leidenschaft gestaltet werden. Ein Kind denkt nicht nach über Nützlichkeit. Es hat eine schöne Zeit in dem Moment, der gerade ist!



Foto: Martina Platen, KBW Steiermark

# Gedanken über das Alter(n)

Wenn man 84 Jahre alt wird, blickt man schon auf eine lange Lebenszeit zurück.

Dieser Blick kann auf verschiedene Weise getrübt werden. So, dass die Vergangenheit verklärt wird. Alles war früher schöner, besser...

Oder, alles war nur schlecht. Ich konnte meine Lebensziele nicht verwirklichen; viele Wünsche blieben unerfüllt...

Beide Einstellungen führen zur Unzufriedenheit und damit zur Beeinträchtigung der Lebensfreude. Auch die gegenwärtige Situation kann dazu beitragen.

Das Älterwerden bringt nun einmal Einschränkungen: Man sieht und hört nicht mehr so gut – und hat man früher bei einer Wanderung in drei Stunden das Ziel erreicht, muss man nun mehr einplanen. Wenn man überhaupt noch längere Strecken zu gehen vermag.

Diese, und andere Einschränkungen, verleiten zu jammern: „Das kann ich nicht mehr und das kann ich nicht mehr“ Statt zu sagen: „Das kann ich noch!“ In der Regel ist oft mehr, als wir uns noch zutrauen.

Es gilt, uns die Lebensfreude auch im Alter nicht nehmen zu lassen.



Foto: Camma

## Was kann man dafür tun?

In Bewegung bleiben! Es muss nicht gleich ein Fitnesscenter sein, tägliche Spaziergänge, möglichst in der freien Natur, genügen.

Sich für Vieles interessieren und Neues lernen!

Von Astronomie bis Zoologie, es gibt viele spannende Themen – und die jeweilige Literatur dazu. Fällt das Lesen nicht mehr so leicht, kann man auf Bücher in Grossdruck oder auf Hörbücher zurückgreifen.

Freundschaften pflegen und mit Anderen in Austausch bleiben! Sich für die Mitmenschen und deren Leben interessieren. Nöte wahrnehmen und für Abhilfe sorgen. Wenn möglich, ein Ehrenamt übernehmen.

Den Humor und das Lachen nicht verlieren!

Wer über sich selbst lachen kann, hat immer Gründe und bewahrt sich davor, sich zu wichtig zu nehmen

Loslassen können!

Wer zu viel an dem hängt, was man im Leben gesammelt hat, kann unfrei werden. Die Freiheit ist eines unserer höchsten Güter. Bewahren wir sie uns. Einmal müssen wir auch das irdische Leben loslassen.

Unsere Einstellung zum Tod soll vom Vertrauen in die Liebe Gottes geprägt sein.

Glauben wir an das Wort Jesu „Im Hause meines Vaters gibt es viele Wohnungen, ich gehe hin euch eine zu bereiten.“

Unser letztes Ziel ist bei Gott zu sein. Bei ihm, der unser Leben mit Seiner großen Liebe begleitet hat.

Ein Alter mit diesem Gottvertrauen, in Gesundheit und Gelassenheit und mit viel innerer Freude, wünscht

*Herbert Vosicky (Jahrgang 1939)*

## Aus der Diözese Linz

### Abschied in die Pension

Ich freue mich, dass ich fast 24 Jahre als Fachreferent in der Diözese Linz die Altenpastoral mitgestalten konnte.



Viele haben dazu beigetragen, dass es eine reiche Ernte wurde. Ich denke an die vielen Ehrenamtlichen in der pfarrlichen Altenpastoral und in der AH-Seelsorge, die Großartiges zuwege gebracht haben zum Wohl der alten Menschen. Ein großes Danke gilt meinen hauptamtlichen Kolleg:innen, die die AH-Seelsorge, besonders auch in der Pandemie, zu einem besonderen Begegnungsort werden ließen. Das Zusammenspiel in der ARGE Altenpastoral Österreichs und Südtirols hat mir die Arbeit als Referent sehr erleichtert. Und vor allem war und ist es eine Gruppe von lieben Menschen mit einer klaren Vision: Das Alter ist etwas Eigenes und Großes, unvergleichlich mit anderen Lebensaltern und somit eine Entdeckungsreise wert. Danke für dieses wunderbare Miteinander, auch mit dem deutschen Kollegen Dr. Peter Bromkamp.

Die röm.kath Kirche hat sich zu Beginn der 70iger Jahre, noch unter dem frischen Einfluss des II.Vatikanums, als prophetisch erwiesen und in allen Diözesen Fachstellen für Altenpastoral eingerichtet. Dieser prophetische Dienst der Kirche am Menschen und an der Gesellschaft würde ihr auch heute wieder auf die Sprünge helfen.

*Rupert Aschauer*

Deine KollegInnen von der ARGE wünschen dir Gottes Segen für deinen neuen Lebensabschnitt.



## Erzdiözese Wien

### Bewegte Kopfnüsse

Jeden zweiten Montag um 9 Uhr treffen sich rund 20 Teilnehmerinnen zu der Zoom Veranstaltung „Bewegte Kopfnüsse“. In einer Viertelstunde starten wir bewegt in die Woche – es gibt Bewegung für Körper und Geist. Auch Impulse zum Nachdenken sind immer dabei.

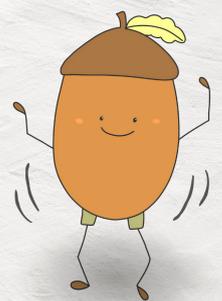
Lima Trainerinnen, Seniorenrundenleiterinnen und Interessierte aus der Erzdiözese Wien und aus dem Lungau freuen sich über neue TeilnehmerInnen aus ganz Österreich. Dazu können Sie diesen QR Code jeweils am Montag um 9 Uhr scannen und sind direkt bei den bewegten Kopfnüssen bzw. an den anderen Montagen bei den Lebenskunst- Interviews dabei.



Vielleicht sind sie ja neugierig geworden und möchten schon einmal vorab etwas daheim ausprobieren:

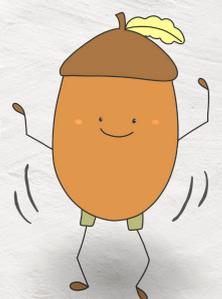
### Bewegte Kopfnüsse

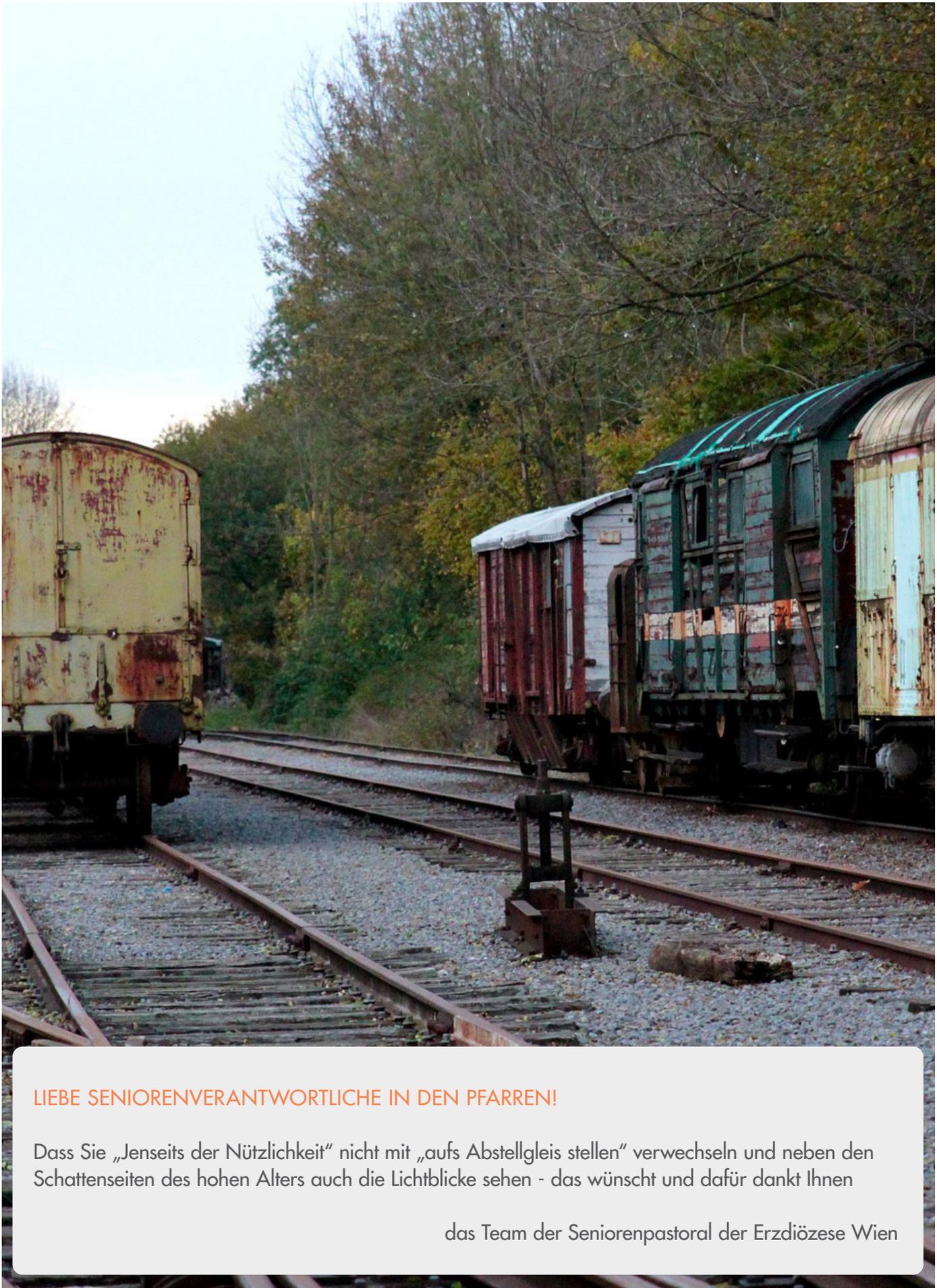
Kreisen Sie mit den Handgelenken, nach rechts, nach links, gegengleich. Lassen Sie dabei den Blick im Raum schweifen und versuchen Sie fünf rote Dinge zu finden!



### Bewegte Kopfnüsse

Zeichnen Sie im Sitzen oder im Stehen (eventuell am Sessel anhalten) einmal mit dem rechten, dann mit dem linken Fuß einen Achter in die Luft. In welchen Worten kommt die Silbe „acht“ vor?





## LIEBE SENIORENVERANTWORTLICHE IN DEN PFARREN!

Dass Sie „Jenseits der Nützlichkeit“ nicht mit „aufs Abstellgleis stellen“ verwechseln und neben den Schattenseiten des hohen Alters auch die Lichtblicke sehen - das wünscht und dafür dankt Ihnen

das Team der Seniorenpastoral der Erzdiözese Wien

# Aktiv und engagiert ins hohe Alter

Unsere Bibliotheksrundens gibt es schon einige Jahre. Durch die Coronapandemie haben sich auch unsere Turnprojekte zerschlagen bzw. wurden immer nur kurzfristig wieder aufgenommen. Ich habe deshalb eine Wandergruppe gegründet, wo wir dann jeden Freitag vormittags 2 1/2 Stunden wandern. Bei diesen Wanderungen entstand die Idee einen Märchenwald bei uns in Manhartsbrunn zu gestalten. Jeder der Seniorinnen und Senioren war gleich mit Feuer und Flamme dabei. Jetzt musste einmal geklärt werden, wem aller Wald gehört. Es sind 12 Waldbesitzer beteiligt und ich habe jeden einzelnen persönlich aufgesucht und befragt. Als ich die Zustimmung hatte, begann für uns die schöne und interessante Zeit des Bastelns. Während dieser Zeit stellte sich heraus, wo bei jedem Einzelnen die Begabungen liegen. Es war recht lustig und wir hatten alle viel Spaß dabei. Die Männer unserer Gruppe haben fleißig bei den Arbeiten im Wald bzw. beim Aufstellen der einzelnen Stationen geholfen. Insgesamt haben wir momentan 26 Märchen, viele bemalte Steine, Waldhexen, Elfen,

Zwerge und vor allem auch Sprüche auf Holzschildern, die wir mit dem Brennstab eingebrannt haben. Das hat so ungefähr 1 1/2 Jahre gedauert und am 22.05.2022 hatten wir dann die feierliche Eröffnung. Pfarrer Lawrence Ogunbanwo hat eine Maiandacht bei unserer Lourdesgrotte (die auch innerhalb des Märchenwaldes liegt) gehalten und nachher den Märchenwald gesegnet. Die anschließende Agape wurde auch von uns Senioren vorbereitet und finanziert. Im Sommer gab es noch ein Ferienspiel mit Kindern aus unserer Großgemeinde. Wir haben Märchen vorgelesen und danach mussten die Kinder die in kleinen Marmeladegläsern versteckten Fragen suchen und beantworten. Es gab ein paar kleine Preise von uns gesponsert und ein Picknick direkt im Wald. Die Kinder hatten große Freude. So ist unser Projekt nicht nur für unsere Senioren ein Spaß, sondern auch generationenübergreifend.

Wir sind jetzt schon wieder dran noch mehrere Märchenstationen zu basteln. Im März werden wir unseren Märchenwald wieder öffnen, da wir die Stationen mit Müllsäcken abgedeckt und für den Winter vorbereitet haben.

*Gabi Wernhart, Manhartsbrunn*



Foto: privat

## Interviewserie „Lebenskunst für Jung und Alt“



Foto: Julian Weninger

Was bedeutet der Begriff Lebenskunst für Sie? Was würden Sie speziell jüngeren Menschen in Punkto Lebenskunst mitgeben? Gibt es ein Symbol, einen Text, einen Gegenstand, irgendetwas, das Ihr Lebensmotto ganz besonders ausdrückt? Das sind einige der Fragen, die wir unseren InterviewpartnerInnen alle 2 Wochen stellen. So unterschiedlich unsere „Lebenskünstler“ sind, so faszinierend abwechslungsreich, stets bereichernd und ehrlich authentisch sind ihre Antworten:

... „die Bälle des Lebens zu jonglieren, sie manchmal auch hinunter fallen zu lassen und sie dann wieder aufzuheben“ , „nicht immer nur ein glückliches, sondern ein erfülltes Leben zu führen“, das Leben mit seinen Widrigkeiten und Erschwernisse anzunehmen und sich selbst zu Nutze zu machen“, „Lebenskunst auch als Überstehen zu sehen, dass die Dunkelheit nicht ewig währt“, „in allem das Positive zu sehen und allem das Gute abzugewinnen“, „die Lebensfreude nicht zu verlieren und das Glas statt halbleer, halbvoll zu sehen“, „mit Gottvertrauen in die Zukunft zu blicken“, „wenn man eine graue, dunkle Zeit hat, das Licht herein zu lassen, dann erstrahlt sie wieder“, „seid neugierig und bleibt es, haltet fest an euren Visionen“, ... das sind nur Auszüge der viele verschiedenen Antworten.

Wenn Sie neugierig geworden sind, können Sie sich die Lebenskunst-Interviews auf unserer Homepage ansehen



unter <https://www.erzdioezese-wien.at/pages/inst/14428099> oder unter diesem QR Code. Wenn Sie eine/n Lebenskünstler/in für uns kennen, oder Sie selber eine/r sein möchten, die/der vor den Vorhang tritt, melden Sie sich bitte bei Frau Mag. Marion Ruzicka-Stingl unter der Mailadresse [m.ruzicka@edw.or.at](mailto:m.ruzicka@edw.or.at)

Denn wir alle, jede und jeder von uns, sind Lebenskünstler.

## Neue Modulreihe für ehrenamtliche Mitarbeiter

Eine neue Grundausbildung für seelsorgliche Begleitung von ehrenamtlichen Mitarbeitern in Senioren- und Pflegehäusern und jene, die im pfarrlichen Besuchsdienst tätig sein möchten, startete zum 2. Mal im Herbst 2022. Der Gesprächs- & Begegnungskompetenzkurs bietet in 4 Modulen eine kompakte Aus- und Weiterbildung für all jene, die schon Besuchsdienste machen bzw. diese machen möchten. Eine Teilnehmerin des Kurses haben wir gebeten, ihre Eindrücke und Erfahrungen für uns aufzuschreiben.

Mein Name ist Monika Paulus, geboren bin ich 1943. Besuche im Pensionistenheim mache ich seit September 2021 mit einem Team. Ich wurde gefragt, ob ich diesen Kurs für Besuchsdienst machen möchte. Na ja, Neues zu erfahren, zu lernen, ist immer gut.

Gleich am ersten Kurstag wurden wir beim Haustor sehr freundlich begrüßt und in den 6. Stock, wo sich die Seminarräumlichkeiten befinden, mitgenommen. Ich war überrascht, doch so viele Menschen zu sehen. Wir waren 13 Frauen und ein Mann, eine fröhliche,



## Erzdiözese Wien

offene, herzliche Gruppe und wurden von einem eben- solchen und kompetenten Team geführt.

Einiges aus meinen früheren Kursen war schon verblasst, kam wieder zum Strahlen. Im Besuchsdienst komme ich mit den Bewohnern, aber auch mit den Angehörigen und dem Personal in Berührung. Um uns das bewusst zu machen, halfen uns zum Beispiel: Spielsituationen, Texte mit verschiedenen Rollen und Gespräche aus- zuprobieren, auch Erfahrungen der Teilnehmerinnen wurden miteingebracht. Der Bibliolog war auch eine sehr intensive Einheit. Wir erlebten aktives Zuhören und wie gut uns dieses tut. Das ist mir aus dem Kurs ganz wichtig geworden - bei der Person zu sein und ihr zuzuhören, um gute Worte zu finden. Angehörige sind oft verunsichert, traurig, hilflos, da ist mein Dienst oft „Notwendend“.

Zum Abschluss des Kurses gab es ehrliche Rückmel- dungen, aus denen ich entnehmen konnte, es war ein gutes, fruchtbares Miteinander, Hilfe für unseren Dienst, aber auch für uns selbst. Ein neues, vertieftes Leben.

Danke, für diese Möglichkeit! *Monika Paulus*

## Ein herzliches Grüß Gott!



*Foto: privat*

Mein Name ist Andrea Coulon. Ich bin 50 Jahre alt, lebe mit meinem Mann und unserer Tochter im Bezirk Mödling und liebe es zu singen.

Seit Jänner 2023 darf ich das Team der Seniorenpastoral hauptamtlich verstärken.

Als Referentin für „Café Zeitreise in der Pfarre“ bin ich die Ansprechperson rund um die Angebote, Organi- sation, Aufbau, Know-how und Fragen aller Art zum Café Zeitreise.

Außerdem bin ich Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und arbeite freiberuflich als Pflege- beraterin und Fachreferentin.

## Die LIMA-Gruppe von Alt-Ottakring im Parlament

**Am 3. Februar besuchte unsere LIMA- Gruppe und 5 Familienrundenmitglieder unser neu renoviertes Parlament**



Ich bin sehr dankbar, dass ich schon seit 2019 als Aktivgruppenleiterin in Mödling Teil der großen „Café Zeitreise-Familie“ sein darf.

Das Café Zeitreise ist ein Treffpunkt für Menschen mit Vergesslichkeit oder einer diagnostizierten Demenzer- krankung und deren Zu- bzw. Angehörigen.

Mit einem Team von freiwillig ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen starten wir mit einer gemeinsamen Jause und teilen uns danach in zwei Gruppen auf.

Die Angehörigengruppe tauscht sich mit einer erfah- renen Moderator\*in aus, während zeitgleich die anderen Gäste und das Team in der Aktivgruppe einen bunten Nachmittag mit einem abwechslungs- reichen Programm für Geist und Körper verbringen. Ein Teil davon ist das gemeinsame Singen und macht allen sehr viel Spaß!

## **Bundesarbeitskonferenz Altenpastoral der Deutschen Bischofskonferenz**

**17. bis 19. Jänner 2023**

in Cloppenburg  
Katholische Akademie Stapelfeld

### **Zusammenfassung**

Prof. Dr. Jan Loffeld - seit 2017 Professor für Pastoraltheologie an der Katholischen Hochschule in Mainz; 2018 folgte die Habilitation an der Universität Erfurt. Seit März 2019 ist er Professor für Praktische Theologie und Leiter des „Department of Practical Theology an der Religious Studies“ an der Tilburg University School of Catholic Theology in Utrecht. – hielt einen Vortrag über Zoom zu „Quo vadis Seniorenpastoral“

Prof. Dr. Jan Loffeld kommt zu den Erkenntnissen, dass sich die Wichtigkeit der Religion verringert hat, auch für die 80+. Für viele Menschen ist der Sakramentenempfang nur mehr die Befriedigung eines Ritualbedürfnisses.

Die Säkularisierungskurve geht ziemlich steil nach oben, egal was die Kirche tut.

Prof. Loffeld unterscheidet zwischen den Somewheres, das sind die Dagebliebenen, die „alte Mittelklasse“, die Menschen, die eher orts- und heimatbezogen leben, die wenige Wohnortveränderungen im Laufe ihres Lebens vollzogen haben, die eher eine lineare Berufsbiographie aufweisen, sowie weniger Fremdsprachenkompetenz.

Und den Anywheres, die „neue Mittelklasse“, die ortsungebunden und wohnortflexibel leben, die gut vernetzt sind, mehrsprachig und multimobil leben und die Gewinner und Bewohner der digitalen Globalisierung sind.

Es stellt sich die Frage, in wie weit die Kirche mit den Anywheres noch Kontakt haben wird, wenn sie älter sind?

Prof. Loffeld stellt einige Thesen auf:

Die Seniorenpastoral wird künftig eine Pastoral für die Babyboomer (etwa 1965-1979) sein, denn das ist die letzte, noch einigermaßen umfassend kirchlich-(kritisch) sozialisierten Generation.

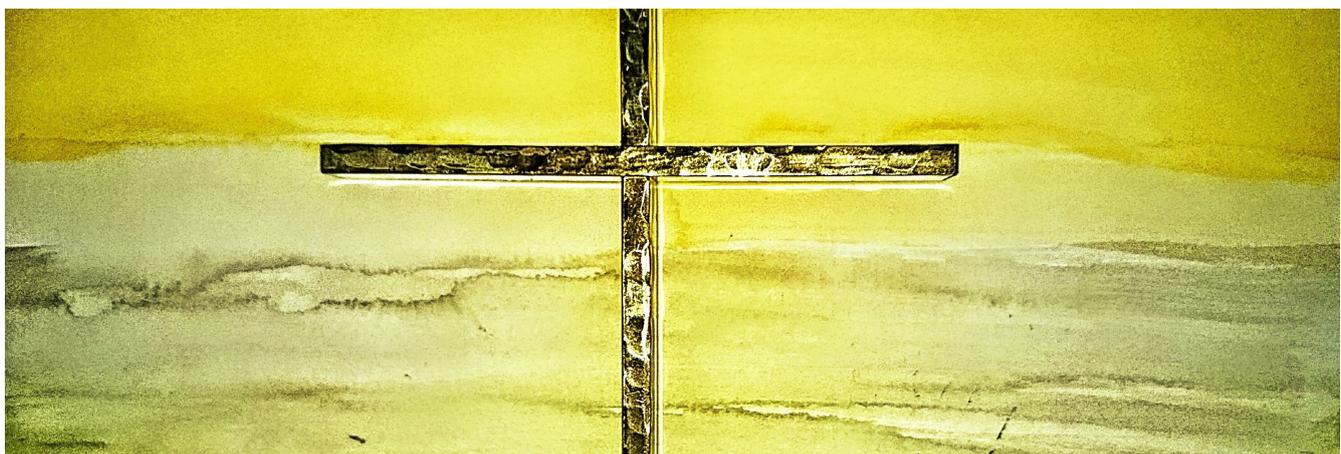
Es könnten gut Ansätze einer intergenerationellen Katechese greifen.

Langfristig wird sich auch die Frage um das Thema „Diversität“ stellen.

Es wird auch für die Seniorenarbeit immer wichtiger, rechtzeitig zu agieren und nicht erst zu reagieren. Wir müssen uns an und mit der jeweiligen Zielgruppe für die weitere Arbeit orientieren.

Bei unseren Aktivitäten sollten wir uns überlegen, dass wir anders und Anderes anfangen, die Kirche leerräumen und neu einräumen. Der Gottesfrage sollten wir uns immer wieder neu stellen, interkonfessionell und interreligiös.

*Angelika Widrich*



*Foto: Pixabay*

## **Tagung der Arbeitsgemeinschaft Altenpastoral Österreich und Bozen-Brixen**

Humor ist viel mehr als Entertainment, Humor ist eine Lebenseinstellung! Es ist Beziehungstifter. Lachen öffnet Türen, nimmt Ängste, erzeugt Sympathien und ermöglicht überraschend neue Lösungsansätze. Humor ist eine effektive Handlungsmethode, die zielgerichtet und bewusst eingesetzt werden kann.

**14. Juni, 15.00 Uhr, bis 15. Juni 2023, 18.30 Uhr**  
**Cusanus Akademie, Seminarplatz 2, I-39042 Brixen**

Referent: **Mag. Werner Gruber**, Spiel- und Theaterpädagoge,  
Sozialwissenschaftler, Sozialarbeiter im Raphael Hospiz

### **Mittwoch, 14. Juni 2023**

15.00 bis 18.30 Uhr: Seminar  
20.00 Uhr: Vorstellung: „Seniorentheater. Überholspur.“

### **Donnerstag, 15. Juni 2023**

09.00 bis 12.30 Uhr: Seminar  
15.00 Uhr: Führung durch den Dom, die bischöfliche Hofburg und  
das Diözesanmuseum von Brixen  
17.30 Uhr: Hl. Messe mit Diözesanbischof Dr. Ivo Muser

Teilnahmebeitrag: € 50,-

### **Anmeldung bis 5. Juni 2023 bei:**

Gabriele Strauss, Tarviser Straße 30, 9020 Klagenfurt  
E: gabriele.strauss@kath-kirche-kaernten.at  
T: 0463/5877-2128 oder 0676/8772-2128



Bild: Erzdiözese Wien/ Stephan Schönlaub



## Fürchte dich nicht, ich habe dich beim Namen gerufen

Segensfeier zum Beginn eines neuen  
Lebensabschnittes (Abschied vom Arbeitsplatz,  
Pensionierung, Umzug)

### Vorbereiten

Statements für die Eröffnung; Salböl

### Eröffnung

Wir haben uns zusammengefunden zu einer Segensfeier für alle, die einen neuen Lebensabschnitt beginnen. Was bewegt jemanden, der einen neuen Lebensabschnitt beginnt?

Wir hören die Gedanken der Betroffenen:

Was sie und uns bewegt: Neugierde und Ängste, Gedanken des Neuaufbruches und Zukunftssorgen, Erleichterung und Bedenken legen wir in die Hände Jesu und rufen zu ihm

### Christus-Rufe

Herr Jesus Christus,  
du begleitest unser Leben: Herr, erbarme dich.  
du berufst uns immer zu Neuem:  
Christus, erbarme dich.  
du bist bei uns alle Tage: Herr, erbarme dich.

### Gebet

Herr, unser Gott! Für ... beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Sie sehen ihm mit Erwartung, aber auch mit Unsicherheit entgegen. Darum sind wir hier zusammengekommen, um uns an deinem Wort zu orientieren und durch deinen Segen stärken zu lassen. Mit dir können wir voll Vertrauen und Zuversicht in die Zukunft schauen. Sei uns nahe, heute und alle Tage und in alle Ewigkeit. Amen.

### Lesung

Fürchte dich nicht, denn ich habe dich ausgelöst, ich habe dich beim Namen gerufen, du gehörst mir. Wenn du durchs Wasser schreitest, bin ich bei dir, wenn durch Ströme, dann reißen sie dich nicht fort. Wenn du durchs Feuer gehst, wirst du nicht versengt, keine Flamme wird dich verbrennen. Denn ich, der Herr, bin dein Gott, ich, der Heilige Israels, bin dein Retter. Denn jeden, der nach meinem Namen benannt ist, habe ich zu meiner Ehre erschaffen, geformt und gemacht. (Jes 43,1b-3a.7)

## Für die Praxis

### Meditation

Du kennst mich, Herr,  
und rufst mich beim Namen.  
Genau das ist es,  
was ich erst lernen muss zu verstehen.

Du hast mich zu etwas berufen,  
wozu du keinen anderen berufen hast.  
Deinen Ruf möchte ich ernst nehmen,  
obwohl ich ihn oft nicht durchschaue.

Ich habe einen Platz  
in deinem Plan mit den Menschen  
den kein anderer hat.  
Lass mich diesen Platz einnehmen.

Lass mich erkennen,  
was du jetzt von mir möchtest  
und nicht müde werden,  
es auch zu tun.

### Salbung

In der Bibel ist die Salbung mit Öl ein Zeichen für die  
Einsetzung eines Menschen in eine (neue) Funktion,  
sowie die Zusage Gottes, ihm auch die erforderlichen  
Kräfte dazu zu geben. In diesem Sinne lade ich ... ein,  
sich salben zu lassen:

N.N., es stärke Gott, der dich nach seinem Bilde  
erschaffen hat. Es begleite dich Jesus, der Sohn Gottes,  
der weiß, was wir im Leben brauchen und es ermutige  
dich der Heilige Geist, der

Immer da ist, wenn Neues auf uns zukommt.

### Fürbitten

Herr, unser Gott! Im Vertrauen darauf, dass du für  
uns da bist, bitten wir dich jetzt:

Für ... und alle, die einen neuen Lebensabschnitt  
beginnen: Segne und begleite sie!

Für alle, die ihr Leben umstellen und sich neu orien-  
tieren müssen:

Für alle, die keinen Lebensmut mehr haben und sich  
vor der Zukunft fürchten:

Für alle, die jetzt nach Sinn und Wert suchen:

Für alle, die nach neuen Aufgaben und Verantwort-  
lichkeiten Ausschau halten:

Für alle, die neue Pläne verwirklichen wollen:

Für alle, denen die Pensionierung eines Angehörigen  
eine Umstellung auch für ihr eigenes Leben bedeutet:

Herr unser Gott, für diese alle und für ihre Anliegen  
bitten wir dich. Du bist ja unser Vater, der weiß, was  
wir brauchen. Dir vertrauen wir - heute und alle Tage  
und in alle Ewigkeit.

### Vater unser

Zum Vater, der weiß was wir uns wünschen und was  
wir brauchen, wollen wir beten, wie Jesus uns zu  
beten gelehrt hat:

### Gebet

Guter Gott! Wir blicken auf alles, was war: auf die  
schönen und schweren Erfahrungen, auf Zeiten des  
Glücks und auf dunkle Wegstrecken. Lass uns voller  
Hoffnung und Zuversicht auf den Weg schauen, der  
vor uns liegt, und ihn mit dir gehen. Darum bitten wir  
durch Christus, unseren Herrn. Amen.

### Segensbitte

Gott, der euch seit eurem ersten Lebenstag begleitet,  
lasse euch erkennen, wie nahe er auch jetzt ist. Er  
sei bei euch in der Zeit, die vor euch liegt, in ihren  
schönen, wie in schweren Stunden und schenke euch  
Wachstum im Glauben, in der Hoffnung und in der  
Liebe.

So seid gesegnet im Namen des Vaters...

### Liedvorschläge

GL 365: „Meine Hoffnung und meine Freude“  
GL 405: „Nun danket alle Gott“  
GL 414: „Herr, unser Herr, wie bist du zugegen“  
GL 892: „Meine Seele ist stille in dir“  
GL 896: „Mit dir geh ich alle meine Wege“  
GL 899: „Herr, du bist mein Trost, mein Licht“  
GL 921: „Gott, du bist Anfang und Ende“  
GL 927: „Wer glaubt, ist nie allein“

# Gedanken einer alten Wurzel

Lieber Gott! Ich muss mit dir reden! Was ich gerade erlebt habe, gibt mir zu denken. Ich weiß, ich bin alt. Aber das! Meinen Stamm konnten sie brauchen. Mich aber haben sie einfach liegen lassen. Ich bin für sie nur wertlos, nur Abfall...

## Nöte

Sie haben mich einfach liegen lassen, wollen mit mir nichts zu tun haben. Ich bin nichts wert, bringe keinen Gewinn. Herr, schau wenigstens du auf mich und auf alle anderen, denen es auch so geht: alle, die schwach sind; alle, die unter den Vorgaben anderer zerbrechen; allen, die zu müde sind um sich noch zu behaupten; alle, die ihre Grenzen erleben.

Besteht das Leben nur aus Gesundheit, Geld, attraktivem Aussehen, Macht? Meine Erfahrung ist, dass dies alles zerrinnt, dass das Leben auch andere Seiten hat: sich zurücknehmen müssen, mit Menschen leben, die man sich nicht ausgesucht hat, anderen Raum geben. Möchten die Menschen, dass mit ihnen auch einmal so umgegangen wird, wie sie mit mir umgegangen sind? Wer aber nimmt schon eine alte Wurzel ernst!

## Bitte

*Herr, ich halte dir meine Arme entgegen. Hör wenigstens du mich! Nimm wenigstens du mich ernst! Gib, dass die Menschen ihren Irrtum einsehen und verstehen, dass das Leben viele Seiten hat, angenehme und andere!*

## Interesse

Während ich da liege, sind Kinder vorbeigekommen. Sie sind stehen geblieben und haben mich lange angeschaut. Ich glaube, sie haben sich wirklich Gedanken über mich gemacht. Wenn es die Kinder nicht gäbe, wer würde sich zu mir setzen und mir etwas erzählen? Wer würde mir zuhören? Wer fände mich interessant? Wer würde mich etwas fragen? Früher habe ich mich zu den Kindern gesetzt, habe ihnen Geschichten erzählt, mit ihnen gebetet und gewartet, bis sie eingeschlafen sind.

Mir kommt vor, die Kinder sind den Menschen auch nicht so viel wert. Dauernd höre ich, dass es zu wenige Kinder gibt. Da kann ich ein Erlebnis nicht vergessen: Einmal sind ein Mann und eine Frau vor meinem Stamm stehen geblieben und haben gestritten. Ihr Kind war nicht geplant und sollte weg. Die Kinder sind im Weg, die Alten sind im Weg. Dabei wird von beiden so viel erwartet! Die Kinder sollen einmal Die Alten könnten doch noch.



Foto: Pixabay

## Für die Praxis

Bitte

*Herr, es ist gut, dass du den Kindern die Gabe schenkst, Schlimmes schnell wieder zu vergessen und den Alten die Gewissheit, dass sie auch etwas geleitet haben. Ob die Zeiten früher einfacher waren, mag ich nicht beurteilen. Doch gib, dass die Menschen aus ihnen lernen.*

### Botschaften

Mein Gott, wer legt fest, was schön ist und was nicht? Bin ich schön? Die vielen Jahre haben meine Arme ganz verbogen. Als ich jung war, wollte ich sie ganz gerade in die Erde wachsen lassen. Dann bin ich auf einen Stein gestoßen. Ich wollte nicht nachgeben, doch der Stein war stärker. Daraus habe ich gelernt: Schwierigkeiten kann man nicht immer mit Gewalt ausräumen. Oft kommt man mit Phantasie und Geduld weiter. Manchmal auch über Umwege. Mit den Steinen habe ich mich arrangiert. Statt zu versuchen, sie auf die Seite zu schieben, umklammere ich sie. Davon profitieren wir beide. Die Steine können bleiben wo sie sind und geben mir Halt. Soviel Halt, dass ich meinen Stamm tragen konnte.

Meine Arme haben dadurch eigenartige Formen angenommen. Sind sie deswegen hässlich? Manche sagen sogar, ich sei eine schöne Wurzel! Gebogene Arme können aber noch mehr. In ihnen sammelt sich Erde. Darin kann eine Blume wachsen oder ein Käfer wohnen.

Bitte

*Herr, ich bitte dich für die Alten. Sie sollen nicht behaupten, ihre Wege sind die einzig richtigen! Ich bitte dich für die Jungen, dass sie neue, eigene Wege suchen, dass sie sich von Steinen, die im Weg liegen, nicht abschrecken lassen, dass sie die kleinen Dinge, die das Leben lebenswert machen, achten und schätzen. Sag du ihnen, dass das gut ist. Mir glauben sie ja doch nicht.*

### Erfahrungen

Herr, sie haben mir meinen Stamm genommen. Viele Jahre habe ich ihn gehalten. Wir waren miteinander verwachsen. Bei jedem Wetter habe ich ihm Halt gegeben. Dafür hat er mir erzählt was er von seiner Höhe aus sieht: den Himmel, die Vögel, die Berge, die Sonne. Wir haben auch von der Härte eines langen Winters gesprochen. Du weißt, dass wir gerade da zusammen

gehalten haben. Jetzt haben sie uns getrennt...

Wissen die Menschen nicht mehr, wie kostbar es ist miteinander zu leben? Sie reden von Liebe und von Treue, doch schon bei kleinen Problemen gehen sie auseinander. Sie reden von Gemeinschaft, doch wenn sie keine Vorteile mehr bringt, gehen sie sich aus dem Weg. Manchmal dachte ich mir auch, dass das Leben ohne Stamm einfacher sei. Ich bräuchte nicht teilen, nicht nachgeben, mich um niemanden kümmern. Doch ich hätte ohne ihn nicht leben können. Nur miteinander waren wir ein Baum.

Träume

Gott, ich träume davon, mit meinen Erfahrungen zu helfen, auf Dinge aufmerksam zu machen, die oft übersehen werden. Ich möchte zum Nachdenken anregen über das Leben mit seinen vielen Seiten und darüber, dass diese zusammen gehören. Mit wem kann ich darüber sprechen, wenn nicht mit dir?

Die Alten haben den Jungen

immer etwas voraus:

Ihr Alter, ihre Erfahrung.

Die Jungen haben den Alten

immer etwas voraus: Ihre Jugend, ihre Kraft.

Dank für die Alten mit ihren Erfahrungen, ohne die wir nicht sein könnten.

Dank für die Jungen mit ihren Fragen, ohne die die Alten nicht sein könnten.

Alle, die Jungen und die Alten mögen ihren Platz finden und ihn ausfüllen.

Und ich auch.

(Hanns Sauter)

## Buchtipps



**Karl Rahner**  
**Alt werden  
und lebendig bleiben**  
**Ostfildern**  
**(Grünewald-Verlag) 2021**

Altwerden und Alt sein - zumindest jene Jahre, von denen es in der Bibel heißt „ich mag sie nicht“ (Koh 12,1) - gilt meist als Lebensphase, die kommt und in Kauf genommen werden muss. Der Jesuit Karl Rahner, der 1984 im 80. Lebensjahr verstorben ist, hat sich immer wieder einmal mit der spirituellen Seite des Älterwerdens beschäftigt und dazu auch etliche Schriften verfasst. Einige charakteristische Auszüge aus diesen Texten sind hier zusammengestellt. Sie sind mittlerweile 40 Jahre und älter - stammen also aus einer Zeit, in der das Alter(n) noch weithin als „Vorbereitung auf den Tod“ verstanden wurde. Umso mehr fällt auf, dass Rahner - der immer weiter denkende Theologe - sich auch hier von allgemeinen Denkmustern absetzt. Bei aller Zeitgebundenheit seiner Terminologie denkt er an Aufgaben und Chancen des Alters, die sich nicht in einem „ergebenen Sterben“ erschöpfen, sondern den Glauben im Alter verlebendigen. Zudem stellt er eine Sicht des christlichen Sterbens heraus, das „Mitsterben mit Christus“ (S. 59), die bereits Paulus entwickelt, aber so präsent ist wie sie sein könnte (Röm 6, 5-11). „Altwerden ist eine wirklich ernste Sache“ - so Karl Rahner; sich darüber Gedanken zu machen ohne gleich in ein Loch zu geraten - dazu sind seine Überlegungen hilfreich.



**Peter Dyckhoff**  
**Älter werden mit Zuversicht**  
**Freiburg**  
**(Herder-Verlag) 2022**

Das jüngste Buch des bekannten Priesters, geistlichen Begleiters und Autors gliedert sich in drei Teile. Im ersten Teil „Älterwerden annehmen und gestalten“ vertritt Dyckhoff die Meinung, beim Älterwerden geht es darum, Gott immer ähnlicher zu werden. Auf die Frage: „Wie geht denn das?“, die sich automatisch stellt, antwortet er mit einer Reihe von Beispielen aus seiner seelsorgerlichen Erfahrung und zeigt an Hand dieser sowohl gelingende Wege, aber auch Hindernisse auf. Ausgehend davon formuliert er im Anschluss zahlreiche, der Wirklichkeit des Lebens entsprechende und für jeden nachvollziehbare Impulse, die anregen, diesen Lebensabschnitt zu-

versichtlicher und mit einem Blick nach vorne zu gestalten. Der zweite Teil ist überschrieben mit „Alter und Unsterblichkeit“. Dyckhoff versteht das ganze Leben und mit ihm das Alter als einen Aufbruch mit dem Ziel, auf Gott als „den Älteren“ hin zu wachsen. Während sich der Körper verändert - altert - und einmal vergeht, ist die Seele des Menschen immer dieselbe. Sie bringt letztlich den Menschen zu Gott, bei dem er ein Leben erfährt, das den Alterungsprozess überschritten hat und nur aus Erfüllung besteht. Dieses Leben zu beschreiben, fehlen uns zwar die Worte, doch das Wissen darum - zusammen mit einem Gebet der Hingabe - nimmt die Angst vor dem Sterben. Im dritten Teil „Darstellung des Herrn“ geht es um das Zeugnis des greisen Simeon

(Lk 2). Neben einigen Erläuterungen zu dessen Gebet „Nun entlässt du, Herr, deinen Diener“ betrachtet Dyckhoff das vielschichtige bekannte Gemälde von Rembrandt „Simeon mit dem Christuskind“, das auch das Umschlagmotiv des Buches ist.

**Fazit:** Ein schönes zudem in einer leserfreundlichen Schrift gehaltenes Buch, das man nicht einfach so herunterliest, sondern immer wieder einmal zur Hand nimmt - als älterwerdender Mensch, der sich Gedanken um seine Zukunft macht, als hilfreiche Lektüre für den/die geistliche(n) Begleiter(in) oder Seelsorger(in) in der Seniorenpastoral oder als Ideengeber sowohl im Beratungsgespräch oder zur Gottesdienstgestaltung. Besonders die im zweiten Teil enthaltenen Gedanken zum - wie es gewöhnlich genannt wird - „ewigen Leben“ sind eine Bereicherung. Sich damit zu beschäftigen bedeutet sowohl eine Entlastung, als auch eine Motivation zu Glauben, Vertrauen und Zuversicht.

---

Sie tragen Frucht noch im Alter  
und bleiben voll Saft und Frische.

Ps 92,15

---