

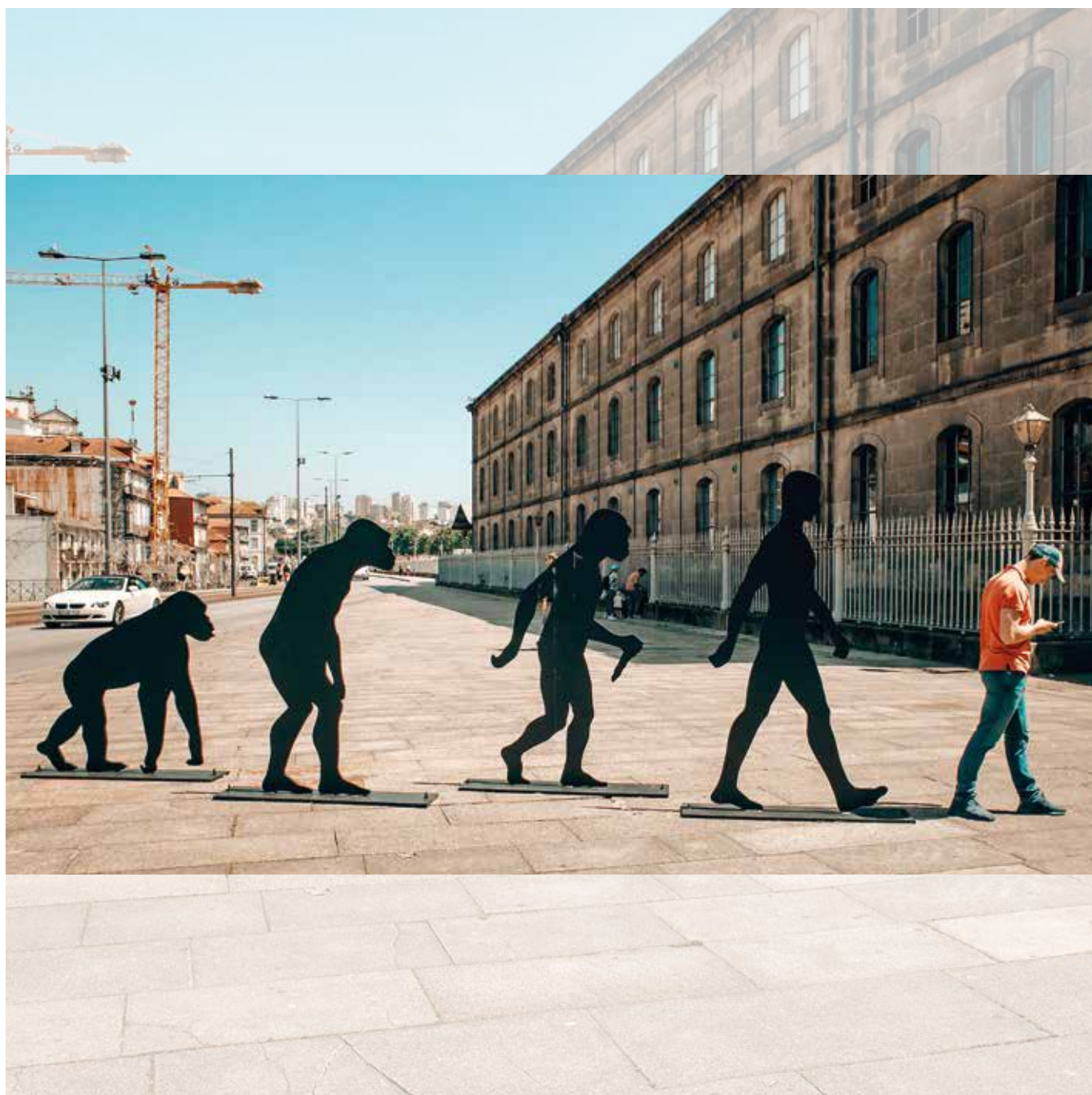
MITTEILUNGEN

2021/1

Herausgegeben vom FORUM älterwerden
der Erzdiözese Freiburg e.V.



Veränderungen



Tun wir was!

Veränderungen geschehen. Aber sie geschehen meist nicht von allein. Die wichtigsten Veränderungen, die uns Menschen betreffen, sind auch „menschengemacht“.

„Am Ende entscheiden diejenigen über Veränderung, die am längsten am Ball geblieben sind. Manchmal dauert es Jahre, einen Stein mit kleinen Schlägen zu brechen, aber irgendwann ist es so weit.“ So schreiben es zwei politisch aktive junge Erwachsene, die in ihrem Buch *#TunWirWas – Wie unsere Generation die Politik erobert* (von Vincent-Immanuel Herr und Martin Speer, Bonn 2019, hier S. 122) motivieren wollen, etwas zu tun, egal wie groß oder klein der eigene Einfluss ist.

Veränderungen können und wollen wir gestalten.
Danke für Ihren Einsatz, Danke für Ihre Motivation,
Danke für Ihr Durchhalten.

Viel Freude bei dieser Ausgabe der Mitteilungen wünscht Ihnen

das Redaktionsteam:

*Anette Kempf, Alfred Laffter, Theresa Betten,
Johannes Braun*

Bitte an die Verantwortlichen der pfarrlichen Seniorenarbeit

Um die Mitteilungen und andere Informationen an Sie versenden zu können, tun wir unser Bestes, unsere Adressenliste aktuell zu halten.

Dafür sind wir stets auf Ihre Mithilfe angewiesen und bitten darum, uns weiterhin zeitnah über die Veränderung von verantwortlichen Ansprechpartner*innen zu informieren. Damit nichts untergeht, bitten wir um schriftliche Mitteilung bei Niederlegung oder Aufnahme einer Aufgabe (auch im Team)

- per E-Mail an forumaelterwerden@seelsorgeamt-freiburg.de oder
- per Post an FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V., Okenstraße 15, 79108 Freiburg!

Herzlichen Dank!

Ihr Team aus der Geschäftsstelle des FORUM
älterwerden

HINTERGRUNDINFORMATIONEN

Auf die Dosis kommt es an ... – Geschichte zum Thema „Veränderungen“	4
Zukunft der Kirche – Zukunftsforschung, Zukunftsgestaltung, Zukunftskirche	5
„...dann ist Alter nochmal ein Start-up-Unternehmen!“ – Interview mit Greta Silver	8
Vom Schiff, das sich Kirche nennt – über Kurswechsel und Manöver, Schiffbrüche und den Synodalen Weg	13
„Mein Gott* diskriminiert nicht. Meine Kirche schon.“	15
Ein neuer Thesenanschlag – was nun? Gedanken zu Maria 2.0	17

PRAXIS

Engagierte für den Diözesanvorstand gesucht!	19
Storch Kalle – oder: „Der Spion, der aus der Kälte kam“	20
Maria und die Gerechtigkeit – Maiandacht	22
Eine Friedhofsbank erzählt	26

LEBENSQUALITÄT IM ALTER

Altern als lebenslanger Veränderungsprozess	29
---	----

ALTENHEIMSEELSORGE

Rituale an Übergängen – Veränderungen (im Pflegeheim) gestalten	31
---	----

AFRIDUNGA UND KHB

Neue Chancen für das Waisenhaus in Port Victoria – Der Förderverein Afridunga engagiert sich seit 2010 in Kenia	34
Arbeit für die Schwächsten – Sozialdienst des Caritas Baby Hospitals unter erschwerten Bedingungen	36

INFORMATIONEN UND MATERIALIEN

Inklusion an vielen Orten – auch in der Kirche	38
Materialien für die Seniorenarbeit	38
Termine	39
Impressum	40

Liebe Leserinnen und Leser,

glauben Sie mir, es fällt in der Corona-Zeit nicht leicht, Ihnen das neue Thema unserer Mitteilungen mit der Überschrift „Veränderungen“ schmackhaft zu machen. Die weltweite Pandemie zwingt derzeit die Erdengemeinschaft in einem bisher nie gekannten Ausmaß zu tiefgreifenden globalen Veränderungen, die vielerorts reale Angst und existentielle Sorgen bereiten. Noch nie hat dieser Erdball in seiner Geschichte solch eine tiefgreifende globale Entschleunigung erfahren.

Dass Veränderungen bei gutem Verlauf zu Fortschritt, sozialer Gerechtigkeit und Frieden führen können, lehrt uns die Geschichte, wenn Sie sich biografisch erinnern – nicht selten auch in unserem persönlichen Leben. Zeitgleich mit den überaus tiefgreifenden, durch die Pandemie verursachten Veränderungen läuft aber unser persönliches Leben weiter. Viele bedrückt die aktuelle Situation. Angst vor Krankheit, Einsamkeit etc. sind ganz reale und neue Anfeindungen in unserem bisherigen Lebenszyklus.

Manche Veränderungen bieten aber auch positive Überraschungen und Zugewinn wie z.B. spontane Nachbarschaftshilfen, digitale Kommunikation, Wertschätzung der Dinge des persönlichen Bedarfs etc.

Wichtige Veränderungen stehen zweifelsfrei dringlich an wie z.B. beim Klimaschutz, Schaffung sozialer Gerechtigkeit – im kirchlichen Bereich bei den Themen Ökumene, Frauenordination, Zölibat etc. Viele solcher Kernthemen müssen trotz Pandemie weiterhin im Blickfeld unserer Aufmerksamkeit und Bemühungen bleiben und bearbeitet werden.

Einiges wird und muss sich auf diesem Planeten ändern.

Auch wir als einfache Glieder und Mitgestalter dieser Weltgemeinschaft, unserer Heimat und unserer Kirche müssen stets Aufbruch mutig und zuversichtlich wagen, um schützenswerte und wertvolle Strukturen zu erhalten.



Einige Themen werden in unserer Neuausgabe der Mitteilungen aufgegriffen. Seien Sie interessiert und helfen Sie wie bisher mit, durch neue Ideen Veränderung mitzugestalten.

Wir vom FORUM älterwerden können bei all den zahlreichen Veränderungen oftmals nur „kleine Brötchen backen“. Aber was bemerkte meine in vielerlei Hinsicht vorbildliche und kluge Schwiegermutter an vielen Stellen: „Auch kleine Brötchen können satt machen.“

Um Krisen zu lösen und Veränderungen zu schaffen braucht es Mut und im besonderen Maße Besinnung auf den Geist Gottes. Möge der Segen Gottes uns dabei begleiten.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.

Ulrike Kütscher

Ulrike Kütscher

Vorsitzende des FORUM **älter**werden
der Erzdiözese Freiburg e.V.

Auf die Dosis kommt es an ...

Geschichte zum Thema „Veränderungen“

Mein Vorwort habe ich mit einem ernsten Bezug auf die COVID-19-Pandemie begonnen. Eigentlich muss es aber mein Anliegen sein, Sie zu unserem Titelthema „Veränderungen“ positiv einzustimmen. Um das zu erreichen, erzähle ich Ihnen nun eine meiner Lieblingsgeschichten, die sich auch mit dem Thema auseinandersetzt, wenn auch verknüpft mit einem bemerkenswerten kritischen Hinweis.

Eine attraktive Frau, 55 Jahre alt, muss sich einem operativen Routine-Eingriff unterziehen, sagen wir einer Gallenoperation. „Ein Klacks“, meint der behandelnde Chirurg im Vorgespräch am Vorabend der Operation.

Der Eingriff verläuft anfänglich routiniert problemlos. Dann aber tritt eine Komplikation ein. Plötzlich und unerwartet. Der Narkosearzt kommt ins Schwitzen, der Blutdruck fällt, der Operateur bekommt fluchend die Blutung nicht unter Kontrolle, die Situation eskaliert. Die Patientin muss auf dem OP-Tisch wiederbelebt werden, da zwischenzeitlich ein Herzstillstand aufgetreten ist.

Im gleichen Augenblick kommt die Patientin in den Himmel. Jetzt steht sie schnaubend und wütend vor der Himmelspforte, stampft mit den Füßen und besteht darauf, sofort den „Chef“ zu sprechen. Verängstigt flüstert Petrus einem Engel zu, sofort den Herrgott zu verständigen und ihn zur Hilfe zu holen.

Tatsächlich, der Herrgott höchstpersönlich erscheint sogleich und ehe er etwas sagen kann, wettet die gerade verstorbene Frau weiter los: „Hören Sie mal, alter Mann. Ich bin gerade 55 Jahre alt, mitten im prallen Leben und soll nun ruckzuck von diesem Planeten abtreten?! Die durchschnittliche Lebenser-

wartung einer Frau beträgt 83,6 Jahre. Ich frage Sie: Geht's noch?“

Der Herrgott lässt sich das große Himmelsbuch reichen, überfliegt bestätigend die Daten und wiegt verständnisvoll sein Haupt. „Freunde“, sagt er, „das ist wirklich hart,“ und beschließt, der Frau noch weitere 30 Lebensjahre auf der Erde zu schenken. Und flugs, im gleichen Moment gelingt im OP-Saal die Wiederbelebung. Nach wenigen Tagen verlässt die Frau das Krankenhaus und nach drei Wochen die Rehaklinik. Es ist wie ein Wunder.

Die Frau beschließt nun, ihr bisheriges Leben grundlegend zu ändern.

Sie entsorgt den kompletten Inhalt ihrer Kleiderschränke, die Schuhe fliegen in die Tonne. Bei einer Shoppingtour kleidet sie sich von Kopf bis Fuß neu ein. Bei einem Schönheitschirurgen lässt sie ihre Falten glätten und weitere Problemzonen beheben. Zu guter Letzt gönnt sie sich einen finanziell groß angelegten Friseurbesuch mit Stilberatung, Schneiden und Färben der Haare. Die Prozedur ist langwierig und anstrengend. Nach dem Bezahlen verlässt sie in Gedanken versunken, erschöpft aber auch zufrieden mit komplett neuer Haarpracht den Friseursalon.

Keine Minute später – beim Überqueren der Straße – wird sie von einem Laster überfahren. Sie ist auf der Stelle tot.

Im gleichen Moment fährt sie wieder in den Himmel hinauf – den Weg kennt sie ja. Jetzt hört man von weitem ihren erzürnten Radau. Petrus lässt sofort wieder den Chef rufen. Wieder die gleiche Szene: Bevor der Herrgott etwas sagen konnte, wettet die Dame: „Hören Sie mal genau zu, alter Mann. Sie haben ihren Laden hier oben nicht im Griff. Vor kurzem trafen wir uns schon mal an gleicher Stelle – damals OP, jetzt LKW – und Sie haben mir damals nochmals weitere 30 Lebensjahre auf der Erde fest versprochen.“



HINTERGRUNDINFORMATIONEN

Der Herrgott ist sichtlich irritiert, lässt sich erneut das große Himmelsbuch bringen, blättert, liest und wiegt bedenklich sein Haupt. Endlich antwortet er mit einem langgezogenen Seufzer: „Ja, Sie haben Recht, ich hatte Ihnen 30 weitere Jahre versprochen, aber“ – und es ist ein wirklich langgezogenes göttliches Aber – „ich muss jetzt meine Mannschaft hier oben im Himmel in Schutz nehmen. Sie haben sich mit Ihrem äußeren Erscheinungsbild so grundlegend verändert, dass meine Gesandten Sie auf der Erde nicht wiedererkennen konnten.“

Warum habe ich Ihnen die Geschichte erzählt?

Einmal würde mich, wie gesagt, ein Schmunzeln in Ihrem Gesicht freuen. Zum anderen hoffe ich sehr, dass die Pandemie uns und diesen Erdball nicht so tiefgreifend verändert, dass man die zahlreichen Werte, diesen wunderbaren Planeten und die Menschen nicht mehr wiedererkennen kann. Aber ein „Weiter so“ wie bis vor dem Ausbruch der Pandemie wird es nicht geben. Haben Sie auch dieses „innere“ Gefühl und diese Auffassung?

Ulrike Kütscher

Zukunft der Kirche

Zukunfts-Forschung – Zukunfts-Gestaltung – Zukunfts-Kirche

Eine Menge von Überschriften, aber alle beginnen mit dem Wort „Zukunft“: Zukunft kann verunsichern oder ängstlich machen – aber auch Hoffnung mit sich bringen! Was heißt Zukunft? Bleibt alles so, wie es ist oder müssen wir Veränderungen, Anpassungen, Verbesserungen, Optimierungen vornehmen – und hinnehmen?

Zukunfts-Forschung: Zukunftsbilder können helfen, zu gestalten

Die *Zukunftsforschung*¹ ist eine wissenschaftliche Disziplin. Zukunftsforscher*innen setzen sich mit der Erforschung der Zukunft auseinander. Dabei geht es nicht um reine Spekulation oder um eine genaue Vorhersage der Zukunft. Reine Spekulation würde nicht weiterhelfen und eine Vorhersage kann niemand treffen (in einem modernen Gottesbild nicht einmal der liebe Gott im Himmel). Die Zukunft bleibt – egal wie

wahrscheinlich etwas nach heutigem Kenntnisstand eintreffen mag – offen. Sie kann nicht vorhergesagt werden. Das Wahrscheinliche ist *möglich*, aber es könnte auch etwas Anderes geschehen. Hundertprozentige Gewissheit gibt es nicht.

Trotzdem: Wer für die Zukunft etwas entscheidet, hat zumindest unbewusst eine bestimmte Vorstellung von der Zukunft.

In der Zukunftsforschung geht es darum, dass unbewusste Vorstellungen zu wahrscheinlichen, möglichen oder wünschenswerten Zukunftsbildern werden. Es gibt viele verschiedene Zukunftsbilder, die denkbar sind und daher wird es zwar in Zukunft tatsächlich nur eine Zukunft geben – aber vom heutigen Standpunkt aus betrachtet verschiedene Möglichkeiten, also eine Vielzahl an „möglichen Zukünften“, die eintreten könnten.

- Wahrscheinliche Zukunftsbilder bauen besonders stark auf Vergangenheit und Gegenwart auf – Zeiten also, von denen wir viel wissen. Wissenschaftliche Zukunftsforschung nimmt eine möglichst breite Basis an Wissen und Daten aus Vergangenheit



und Gegenwart zur Hand, um daraus möglichst konkrete Zukunftsbilder zu konstruieren.

- Mögliche andere Zukunftsbilder bestehen daneben und könnten ebenfalls eintreffen; Möglichkeiten gibt es sehr viele, denn der „Möglichkeitsraum“ der Zukunft ist sehr groß. Er reicht auch bis hin zu Dingen und Zuständen, die wir noch gar nicht kennen. Für gute Zukunftsforschung ist es aber wichtig, dass der Möglichkeitsraum groß gehalten wird – und nicht künstlich aufgrund von etwaigen moralischen Werten, (unbewussten) Tabuisierungen, überbetonten Sachzwängen oder möglichen irritierenden Entwicklungen klein gehalten wird. Das würde zu Entmutigung führen, zu einem „Das ist halt so und wird auch so bleiben“ ...
- Wünschenswerte oder wünschbare Zukunftsbilder verschaffen uns einen positiven Blick auf die Zukunft – ohne dass sie unwahrscheinlich sein müssen. Solche Zukunftsbilder können dann dabei helfen, sich z.B. nach den eigenen oder doch eher gemeinwohlorientierten Interessen zu entscheiden.

Wenn wir heute, im Jahr 2021 auf das Jahr 2050 schauen, dann werden wir andere Zukunftsbilder im Kopf haben als Menschen im Jahr 1971. Wer in den 1960er Jahren im Schulunterricht einen Aufsatz mit dem Titel *Die Welt im Jahr 2000* schreiben sollte hat wahrscheinlich eher an Privat-Flugzeuge in jeder Garage als an Computer in jedem Arbeitszimmer gedacht.

Zukunftsbilder können nie die ganze Zukunft erfassen. Es geht um einen bestimmten Zeithorizont (z.B. Wie sieht es in 50 Jahren aus?) und um ein bestimmtes (Sach-)Gebiet (z.B. Wie sieht die Familie in 50 Jahren aus?). Vom heutigen Standpunkt aus können ganz verschiedene Zukunftsbilder bezogen auf ein und dieselbe Frage entworfen werden: ein Zukunftsbild, das besonders wahrscheinlich ist, viele Zukunftsbilder, die *möglich* sind; und auch Zukunftsbilder, die wünschenswert sind – in denen also eine positive Hoffnung – von wem auch immer – erfüllt wird. Ob ein Zukunftsbild positiv oder negativ bewertet wird, das hängt letztlich an jeder*m Einzelnen!

Zukunfts-Gestaltung

Auch in Bezug auf die Zukunft – oder besser die heute denkbaren „Zukünfte“ – der Kirche ist das so. In der Erzdiözese Freiburg sind die Zukunftsbilder über Kirche in manchen Köpfen eher von Unsicherheit, vielleicht auch von Pessimismus geprägt. Vielleicht liegt das an Frust über vertane Kommunikations-Chancen? Seit Dezember 2020 jedenfalls wurde das Projekt Kirchenentwicklung 2030 unter ein neues Vorzeichen gestellt. Beteiligung soll nun größer geschrieben werden – und damit dem Wunsch vieler Christ*innen Rechnung tragen, wirklich mitgestalten zu können/dürfen. Menschen möchten nämlich gern die Zukunft gestalten, nicht nur jüngere Menschen, sondern auch älter werdende Menschen.

Menschen möchten Zukunft gestalten. Wir können nicht wissen, wie die Zukunft wird, aber wir können es begründet vermuten. Die Begründung für diese Vermutung ist besonders interessant und zeigt sehr viel von dem Menschen, der ein Zukunftsbild entwirft. Welche Lebenseinstellungen, welche Werte und Haltungen, welcher Glaube und welche Interessen und Wünsche, Vorstellungen und sogar Vorurteile legt jemand unbewusst in ihr*sein Zukunftsbild? Wissenschaftliche Zukunftsforschung versucht solche persönlichen, wirtschaftlichen und auch normativen Interessen offenzulegen. Vielleicht hilft uns das auch bei der Mitgestaltung von Kirchenentwicklung 2030!

Zukunfts-Kirche: Was hat Kirchenentwicklung 2030 mit einem Baum voller Vögel zu tun? – Eine Anekdote aus der Organisationsentwicklung

Zukunft ist für die meisten Menschen gefühlt nah und beschäftigt sie (fast) tagtäglich – für andere bleibt sie aber stets in weiter Ferne. Zukunft wird immer Veränderungen mit sich bringen, sonst hätten wir uns aus der Vergangenheit nicht weiterentwickelt. Dieses *Weiterentwickeln* wird auch die weitere Zukunft prägen. Zukunftsveränderungen sind wie *Umorganisationen*. Bei der Umorganisation eines großen Unternehmens wurde der verantwortliche Manager gefragt: „Warum machen sie diese Organisationsveränderung?“ Seine Antwort war: „Betrachten Sie das Ganze mal als ei-

HINTERGRUNDINFORMATIONEN

nen Baum – voll mit Blättern und Früchten, überall sitzen Vögel in großer Vielzahl und bester Zufriedenheit. Vögel unterschiedlicher Qualität und Verantwortung: Goldfasane, Geier, Adler, aber auch Amsel, Drossel, Fink und Star. Alle sind zufrieden und hoffen, nicht gestört zu werden ... Da! Plötzlich ein Schuss und Donner! Die Zukunft ruft! Alle fliegen verschreckt auf und flattern unsicher umher. Dann: Sie beruhigen sich und setzen sich wieder in den Baum.“ Die nächste Frage an den Manager war: „Und was geschieht jetzt?“ Seine Antwort „Ja, alle sind wieder da, aber es sitzt keiner mehr an seinem alten Platz.“

Zukunft heißt, wir müssen Veränderungen einleiten und mitgestalten. Die Zukunft wird für viele Menschen neue Aufgaben und Plätze bringen. Sollten wir die Zukunft, wie sie durch das Projekt „Kirchenentwicklung 2030“ gestaltet werden soll, nicht positiv betrachten? Viele Berichte in den letzten Monaten über dieses Projekt und überhaupt kirchliche Strukturveränderungen sind eher negativ: Es fallen Aussagen wie: „Die Kirche ist zu weit weg“, „Menschen sind von Kirche entfremdet“, „Die Kirche ist von der Lebenswelt der Menschen entfremdet“, „Die Kirche ist zu groß“, „Kirche steht nur für die Macht der Kleriker“, „Die Kirche hört uns nicht mehr“, „Kirche ist nicht mehr unsere Heimat“.

Sehen wir es doch mal auf eine andere Art und Weise:

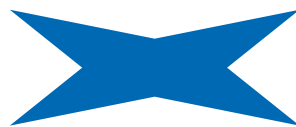
Kirche sind doch wir *alle!* Wir alle, die dazu gehören wollen! Wir alle, die in der Kirche Engagement zeigen. Auf welchem Ast oder mit welcher Aufgabe wir auch immer mitgestalten – Die Kirche und konkret bei uns in der Erzdiözese Freiburg die „Kirchenentwicklung 2030“ insbesondere in ihrem neuen Rahmen ist angewiesen auf unser aller Mitmachen. Die Zukunft der Kirche birgt sehr viel Positives. Die bisherige Struktur wird und muss durch neue Strukturen ersetzt werden. In diesen neuen Strukturen wird die Stellung der Ehrenamtlichen viel mehr auf eigenverantwortliches Engagement aufgebaut sein. Eine „Pastoral der Ermöglichung“ mit viel Bestärkung (engl. *empowerment*) wird zu einem neuen positiven Miteinander führen – egal auf welchem Ast jemand sitzt.

Vieles im Hinblick auf die Zukunft der/unserer Kirche können wir heute nur erahnen, gehen wir aber mit einer positiven Einstellung an diese Erneuerungen, dann werden wir auch ein positives Ziel erreichen.

Wir finden und *gestalten* unsere Heimat in der Kirche. Wir nutzen unseren Einfluss und unsere Möglichkeiten, um die Umgestaltung der Kirche positiv mit zu gestalten.

Das ist dann Zukunft und Veränderung für Kirche im Jahr 2030 und hoffentlich darüber hinaus.

Alfred R. Laffter und Johannes Braun



¹ Wertvolle Anregungen zu den Aussagen zum Thema Zukunftsforschung gab das Büchlein Standards und Gütekriterien der Zukunftsforschung. Ein Pocketguide für Praktiker und Studierende, herausgegeben von Lars Gerhold, Dirk Holtmannspötter, Christian Neuhaus, Elmar Schüll, Beate Schulz-Montag, Karlheinz Steinmüller und Axel Zweck, Berlin 2017, v.a. S. 8–15.

„... dann ist Alter nochmal ein Start-up-Unternehmen!“

Interview mit Greta Silver zum Thema Veränderungen

Ein paar Minuten Vorgespräch, bei dem wir aber direkt im Thema waren.

Dann mein Zeitbudget: anderthalb bis zwei Stunden, worauf Greta Silver sagt: „So viel Zeit habe ich nicht, ich dachte, wir machen das in einer halben Stunde, denn in einer Stunde habe ich den nächsten Termin.“ Wir haben also eine viel gefragte und terminlich gut ausgebuchte Frau jenseits der 70 für ein Interview gewonnen. Warum sie so viel gefragt und ausgebucht ist, erfahren Sie natürlich über ihren YouTube-Kanal „Greta Silver – zu jung fürs Alter“, in ihren Büchern, auf ihrer Website www.greta-silver.de – aber als allererstes hier in unseren MITTEILUNGEN!

Johannes Braun

Ich habe dein Buch „Wie Brausepulver auf der Zunge. Glückliche sein ist keine Frage des Alters“ gelesen. Greta, Du bist Influencerin, Model, du hast ganz viel in deinem Leben erlebt, hast total viel getan und gemacht und es kommt in deinem Buch auch rüber, wer du so bist „als Mensch“. Für die Leser*innen unserer MITTEILUNGEN bitte ich dich nun zum Einstieg: Kannst Du bitte in wenigen Sätzen eine Antwort auf die Frage formulieren: „Wer bist Du, Greta?“

Greta Silver

Heute bin ich mit meinen 72 jemand, der in der Blütezeit seines Lebens steht; der ganz viel gelernt hat im Leben – und zwar dann am meisten, wenn es am dollsten wehgetan hat. Und daraus habe ich mir Handwerkszeug basteln müssen, wie ich mit alten Verletzungen umgehe, wie ich Ängste loswerde und diese ganzen Themen.

Heute bin ich Mutmacherin geworden für ein aktives Alter. Denn die Zeit von 60 bis 90 ist genau so lang wie die von 30 bis 60! Und diese Zeit absitzen zu wollen und trotzdem die gleiche Intensität leben zu können, wie wir das mit 30 so toll fanden, das wird nicht gelingen. Wenn ich das aber möchte, dann ist Alter nochmal ein Start-up-Unternehmen.

Und ich bin – wenn andere in Rente gehen, mit 66 – da bin ich ins Netz gegangen, habe einen YouTube-Kanal aufgemacht. Ich bin Podcasterin, ich stehe auf der Bühne als Rednerin, ich bin mittlerweile Autorin von zwei Spiegel-Bestsellern. Ich bin Markenbotschafterin für die Wirtschaft geworden, das war gar nicht auf meinem Schirm. Dort in der Wirtschaft se-

hen die plötzlich: Meine Güte, das Alter ist also doch noch für mehr zu haben als für Gummistrümpfe und für Magnesium – und das heißt: Ich Sorge für ein neues Bild des Alters. Und da habe ich mir früher mal gedacht, es wäre toll, wenn ich das deutschlandweit schaffen würde. Mittlerweile möchte ich das weltweit schaffen. Denn weltweit hat Alter einen Ruf, der ist einfach nicht mehr akzeptabel!

Vielen Dank für diese beeindruckende Antwort. Du hast gerade die Zeit zwischen 30 und 60 Jahren mit der zwischen 60 und 90 Jahren verglichen. Dazu passt meine nächste Frage an Dich: Welche drei Veränderungen von deinem 30jährigen bis hin zu deinem jetzigen Ich findest du am wichtigsten?

Die erste Veränderung war tatsächlich im Alter von 30 Jahren: Zu verstehen, dass ich für mein Glück selber zuständig bin. Denn ich war in dem Alter so, dass ich dachte: „Wenn mein Chef netter und mein Partner liebevoller wäre, dann werde ich glücklich.“ Aber: Die begriffen das nicht, ich musste selbst die Verantwortung übernehmen und konnte auch keinem mehr die Schuld in die Schuhe schieben. Ich begriff: Es ist Freiheit. Freiheit, alleine die Verantwortung zu übernehmen. Und das war ein Schlüsselerlebnis bei mir. An die zweite Stelle würde ich jetzt setzen: Unser Haupthebel, wie wir unser Leben beeinflussen können, sind unsere Gedanken. Vielleicht auch sogar der alleinige Hebel. Denn unsere Gedanken sind die Ursachen für die Handlungen und die Handlungen füllen das Leben – und so weiter, das kennen wir. Und zu verstehen, dass wir nicht das denken müssen, was

HINTERGRUNDINFORMATIONEN



da im Oberstübchen los ist, sondern dass wir selbst da Chef werden müssen. Dafür lassen sich auch verschiedene Argumente ins Feld führen: Erstens, dass die Hirnforschung heute messen und fotografieren kann, was wir eigentlich immer schon wussten; Henry Ford hat damals gesagt: „Egal, was du denkst, du wirst Recht behalten“ – die Hirnforschung sagt heute: „Dein Gehirn wird alles tun, damit du Recht behältst“. Sprich: Wenn du denkst, das Alter wird schrecklich, wird dein Gehirn dir all das zeigen, das zu diesem Bild passt; das wird deine Handlungen beeinflussen und so weiter. Zweitens: Ein persönliches Erlebnis bei mir mit – in der Tat – 30 Jahren war: Mein Mann und ich hatten beschlossen, als ich 27 war, jetzt wäre Zeit für Kinder. Das klappte drei Jahre nicht. Wir überlegten: „Könnten wir ein Kind genau so lieben, wenn wir es adoptieren?“ Das haben wir mit vollem Herzen mit „Ja!“ beantwortet – und im nächsten Monat war ich schwanger. Und dieser Schreck – Glück, ja, wegen der Schwangerschaft – aber dieser Schreck: „Hab ich mit meinen Gedanken körperliche Abläufe bestimmt?“ – das machte mir klar, ich muss Chef im Oberstübchen werden, das geht nicht anders. Und

da zu wissen, man kann sehr viel tun. Das wäre der zweite Punkt.

Und der dritte ist im Moment: Man kann alte Verletzungen loswerden. Auch neue Verletzungen. Und zwar, das Einzige, wie das geht, ist: Verzeihen! Das deutsche Wort muss aufpoliert werden. Es heißt nicht „klein begeben und ich hab's nicht besser gekonnt“, sondern es heißt: Die Handlung und der Täter, die bleiben so schlimm, wie sie vorher waren, aber ich werde frei. Und das, so erscheint mir, sind die knackigsten Punkte, die ich heute nennen kann.

Vielen Dank für diese Antwort! Vor dem Hintergrund dieser drei genannten Veränderungen bei dir, muss ich sagen: Veränderung ist ja gar nicht so was leichtes. Veränderung hat für viele Menschen mit Ängsten, mit Trauer- und Abschiedsarbeit zu tun. Und als ich dein Buch gelesen habe, habe ich gedacht: Du bist schon echt hart positiv eingestellt. So positiv, dass es mir manchmal schon zu viel war. Wenn man an Menschen denkt, die richtig an Verletzungen zu knabbern haben und die diese nicht loswerden oder loswerden können – da habe ich mich gefragt: „Liegt das jetzt an denen, müssten die einfach nur positiver sein?“ Oder was sagst du zu Menschen, die tiefsitzende Ängste und arge Schwierigkeiten mit Veränderungen haben, die vielleicht grundsätzlich eher zu der melancholischen Seite der Bevölkerung zählen. Hast du Kontakt zu solchen Menschen? Wie gehst du damit um?

Mein letzter Film auf YouTube heißt „Wenn das Leben vor die Wand fährt“¹. Da frage ich z.B. auch: „Wenn ein Mensch stirbt aus dem engen Umfeld, was tut man dann?“ Trauer und Leid gehören zu unserem Leben dazu, und Angst auch – alles sind unsere Gefühle und dürfen sein. Nur ist die Frage, und das ist bei jedem anders: Wie lange dürfen die sein? Und lähmen sie uns? Und dann sage ich: **Mir** hat es geholfen, einen Schritt weiterzugehen und zu sagen: „Ja, das Ereignis gehört jetzt zu meinem Leben dazu“ – es also erstmal anzunehmen. Der Verstand wusste es immer. Das bedeutet aber nicht, dass ich das emotional aufgenommen habe. Einmal „Ja!“ dazu zu sagen: „ja, es gehört zu meinem Leben dazu.“ Und auch zu wissen: Es gibt kein Leben ohne, es gibt kein Leben ohne. Und dann vorsichtig zu erkennen – da gehe ich auch in dem Film sehr vorsichtig mit um (hat eine super Resonanz dieser Film) – zu sehen was hilft:

Routine hilft, das kann auch der Kirchgang sein. Sich vorsichtig wieder ins Leben wagen und – das kann man aber niemandem sagen, der direkt erschüttert ist von dem was ist – aber: Im Nachhinein, zurückblickend habe ich für mich erkannt, dass das Leben auch in diesen Situationen Geschenke für mich hatte. Ich habe da was lernen dürfen. Dann habe ich das aber mal jemandem gesagt, von dem ich glaubte, dass dieser schwere Verlust schon so lange genug zurücklag, und er sprang auf und sagte: „Ich würde darauf pfeifen auf diese Geschenke, wenn ich nur meine Mutter wiederhätte“.

Wir haben nicht die Wahl. Das ist nicht unsere Frage. Aber wenn das Leben uns da etwas zeigt, was wir wahrnehmen können (wie liebevoll zum Beispiel mein Umfeld mit mir umgegangen ist und so etwas); und da auch mal dankbar für zu sein. Dankbarkeit wird vielleicht ein erster Schritt sein. Dankbarkeit für das, was ich habe, trotzdem noch habe in meinem Leben. Das wieder zu sehen; am Anfang sieht man ja nur das Schwarze, nur das Schlimme, Schlimme, was passiert ist. In meinem Film nehme ich auch noch mit hinein: Jobverlust. Da erkennen wir sicherlich als erstes, dass wir hinterher manchmal denken: „Mein Gott, was bin ich froh, dass ich da weg bin, ich habe ja jetzt was viel tollereres bekommen.“ Da akzeptiert man das schon als erstes. Aber auch bei andern Sachen. Mein Vater starb früh, wie du in meinem Buch gelesen hast – und da bin ich damals schlagartig erwachsen geworden in der Form von, ich habe Verantwortung übernommen, sogar ein Stück weit für Mutti.

Ich würde mir nie zutrauen, Menschen mit Depressionen was zu sagen, weil das für mich eine Krankheit ist, da gehört ein Arzt dran. Also: Ich kann immer nur von *meinen* Erlebnissen berichten und nie gibt es ein Falsch oder Richtig, das gibt es nicht im Leben in meinen Augen. Und wenn man da, so wie ich, mit ganz viel Gottvertrauen ins Leben gehen kann, ist das enorm hilfreich.

Danke für diese Erläuterung, ich glaube, ich kann nun besser mit deiner positiven Einstellung zum Leben umgehen. Nun bist du nicht die einzige Person, die in einem Alter ist, das vor dreißig oder vierzig Jahren noch so richtig zum alten Eisen gezählt wurde, und die in der Öffentlichkeit da ist. Ich bin ja zum Beispiel großer Helge-Schneider-Fan und der ist inzwischen auch immerhin 65 Jahre alt geworden; Iris Berben wurde zu

Ihrem 70. Geburtstag häufig porträtiert; der Altbundeskanzler Helmut Schmidt war ja fast 100 und ständig in den Medien... Hat das aus deiner Sicht schon etwas mit einer veränderten Wahrnehmung von Alter und Altern in unserer Gesellschaft zu tun? Würdest du sagen, da hat sich was verändert? Und wenn ja: was hat sich verändert?

Ich bin natürlich sehr einseitig gepolt, indem ich genau auf die Menschen treffe, die alle „Hurra!“ schreien und genauso unterwegs sind wie ich. Und da erkenne ich auch diese rollende Welle. Ich erkläre es mir so: Ich bin 1948 geboren, das heißt drei Jahre nach Kriegsende und zwei Jahre vorm deutschen Wirtschaftswunder. Ich komme aber vom Land und habe somit weder die Wohnungsnot noch die Essensnot miterlebt, die ja noch Jahre nach dem Krieg in den Städten herrschte. Insofern meine ich, bin ich vielleicht fünf Jahre voraus und die Welle rollt danach. Eine Veränderung... was mir auffällt ist, dass *keine* Generation – nicht nur wir Alten – sondern auch keine junge Generation, sich der eigenen Lebensleistung bewusst ist.

Wenn ein 35-Jähriger sich mal vergleicht mit einem 20-Jährigen – was da schon dazu gekommen ist, das nimmt er nicht wahr und achtet es auch nicht. Und wir Alten achten das auch nicht; wir könnten uns mit breiter Brust hinstellen und mal stolz darauf sein, was wir geleistet haben.

Ich bin ehrenamtlich ja mit jungen Musikstudierenden in Altersheimen unterwegs. Wenn ich denen erzähle, was sie da erwartet, wenn sie da Konzerte geben, dann sage ich: „Das ist die Generation, die euer Handy erfunden hat- Das ist auch die Generation, die das deutsche Wirtschaftswunder erarbeitet hat. Und übrigens ist das auch die Generation, die zum Mond geflogen ist.“ Dann rattert das da oben oder die lachen (ähnlich wie du gerade). Denn: Wir haben es nicht auf dem Schirm! Wir haben es einfach nicht auf dem Schirm! Deswegen waren die trotzdem empathisch und liebevoll zu Alten, das hat damit gar nichts zu tun.

Und wir Alten klappen das Buch zu, wenn wir einen Rollator brauchen, und denken dann: „Jetzt bin ich alt, jetzt muss ich ja gar nichts mehr anfangen.“ Bei Helmut Schmidt hat keiner gesehen, dass der im Rollstuhl sitzt – es spielt ja auch gar keine Rolle! Wir würden doch in jungen Jahren auch nicht rumjaulen und

HINTERGRUNDINFORMATIONEN

sagen: „Och Mensch, jetzt kann ich meine Wäsche nicht mehr mit der Hand waschen, jetzt muss ich eine Waschmaschine kaufen.“ Nee! Wir haben *immer* Helfer gebraucht. Und der Treppenlift wird für manche zum Sarg. Dabei ist der wie ein Ferrari: Der fährt von A nach B und der Treppenlift fährt von oben nach unten, das ist der einzige Unterschied.

Also: In unseren Köpfen mal was zu verändern und den Stellenwert und sich selber klar zu machen, wie kostbar jede und jeder Einzelne ist – und so auch Achtung vor dem anderen und voreinander zu haben. Ich frage mich oftmals: „Warum gibt es doch eine Menge grummelige Alte?“ Und da könnte die Frage auftauchen: „Sind die gerne grummelig oder hat man deren Lebensleistung vielleicht auch nie gesehen?“ Dieser Respekt voreinander, was der eine geleistet hat und die andere geleistet hat, das muss ja gar nicht vergleichbar sein, sondern – Gott sei Dank! – sind wir alle anders. Also ich glaube, das würde uns durch alle Generationen gut tun und dass auch junge Leute stolz auf das sind, was sie schon für eine Entwicklung durchgemacht haben.

Oh, was das Ehrenamt angeht, haben wir was gemeinsam. Ich habe auch mal im Seniorenstift regelmäßig Musik gemacht. Ein tolles Ehrenamt!

Das Ehrenamt hat ja genauso einen bescheuerten Ruf bei uns. Wenn man immer hört: „Oh nee, ich möchte mich nicht noch mit so etwas schwerem belasten, mein Leben ist schon schwer genug.“ Wo ich sage: „Hey! Das Ehrenamt ist querbeet! Was hattest du denn früher für Hobbies? Wenn du im Ruderverein bist, selbst dein Ruderverein braucht Ehrenamtliche, dann sortiere da einmal im Monat das Equipment durch“ – oder was weiß ich. Das Ehrenamt auch mal von dem Grauschleier zu befreien und zu verstehen, dass es uns *selber* glücklich macht. Es gibt dazu eine Statistik die sagt: Menschen, die anderen helfen, sind die glücklichsten. Der liebe Gott hat es zum Glück so eingerichtet, dass keiner sagen muss: „Niemand kommt vorbei und macht mich glücklich.“ Nee! Das funktioniert so: Wir gehen zum andern und machen *den* glücklich und dabei werden wir *selber* glücklich. Ich finde das äußerst raffiniert, dieses Konzept.

Du hast eben auch von Generationenkontakten gesprochen – und das ist ein wichtiges Stichwort auch

für unsere Arbeit im FORUM älterwerden und für die Zukunft. Ich habe für mich mal formuliert: „Wir teilen die gesamte Gegenwart! Alle Menschen, die gerade leben – egal wie alt sie sind – teilen diese eine Gegenwart. Und mal ganz abgesehen davon, dass die einen vielleicht nochmal 50 Jahre mehr Zukunft haben und die anderen 50 Jahre mehr Vergangenheit, sind wir ja zusammen diejenigen, die die Gegenwart gestalten können. In dieser gemeinsamen Gegenwart kristallisiert sich unser Blick in Vergangenheit und Zukunft.“ Wie kriegen wir das hin, dass der Gedanke in den Köpfen Raum greift: Wir sind Zeitgenoss*innen für die Gestaltung dieser Gegenwart, die wir teilen?

Mal zu begreifen, dass die Hirnforschung z.B. sagt: Das einzige, warum unser Gehirn entscheiden kann, ob es etwas ins Langzeit- oder ins Kurzzeitgedächtnis packt, das ist unsere Begeisterungsfähigkeit. Wenn wir uns für etwas begeistern, speichert das Gehirn das an die richtige Stelle. Und das heißt eigentlich: Immer wieder sich für etwas Neues begeistern! Natürlich kann ich mich auch immer wieder an etwas Bestehendem begeistern – aber mal neugierig zu sein: „Was macht denn die Jugend? Was ist denn alles da?“ Statt zu sagen „Früher war alles besser“. Das ist ein gnädige Funktion, dass wir uns an viel Schönes erinnern – aber ob das alles besser war als heute, wage ich zu bezweifeln! Die Tatsache, dass schon die alten Griechen über die schlimme Jugend geschimpft haben, beruhigt mich immer wieder. Nein: Das sind spannende Menschen. Klar kenne ich das auch, dass im Altersheim gesagt wird: „Ja, Sie haben gut reden, ich hab hier nichts, wofür ich mich begeistern kann.“ Dann setze ich mich dahin und sage: „Jetzt gucken wir mal. Haben Sie sich eigentlich schon mal für das Personal hier interessiert? Die kommen aus ganz unterschiedlichen Ländern!“ Da mal neugierig zu sein und dann zu fragen: „Haben Sie Familie? Wie kommen Ihnen die Deutschen vor? Was hätten Sie gerne für eine Eigenschaft aus Ihrem Heimatland hierüber getragen?“ Wir können so viel voneinander lernen und uns bereichern! Und ich – ich bin natürlich so ein bisschen „internetverdorben“, das gebe ich zu – aber wenn ich mich hinstelle und sage als alter Mensch: „Ich will kein WhatsApp, diesen neuen Kram!“, ja, dann muss ich mich nicht wundern, dass ich keine Bilder von den Enkelkindern bekomme. Leben ist Wandel, schon immer gewesen!

Ich kann mir zehnmal wünschen, dass das irgendwann mal stehen bleibt an irgendeiner Stelle, wo ich das gerne hätte, aber das passiert nicht.

Ich komme vom Bauernhof und ich erinnere mich noch an das Entsetzen meiner Eltern, als der letzte Schmied im Nachbardorf zugemacht hat, weil nicht genug Pferde da waren – und wir hatten noch so viele Pferde auf dem Hof! Wie soll das gehen? Es war damals nicht erkennbar, wie man dieses riesen Feuer und den riesen Amboss mal irgendwie transportieren könnte. Aber der Schmied kam am Ende auf den Hof gefahren, wie er das heute auch noch macht auf Reiterhöfen – und gut war's. Also sprich: Man erkennt nicht immer die Lösung sofort, aber sie wird sich ergeben. Und da mal zu vertrauen! Vertrauen ist eine Entscheidung! Vertrauen ins Leben. Gottvertrauen, das habe ich auch vorhin schonmal erwähnt. Wer weiß wo es hingeht? Ich bin gespannt! Und da oben meinen Gedanken schon gleich die positive Richtung zu geben und nicht: „Naja, das muss ja schlimm werden“ – Nein! Mal zu gucken: Wer weiß, was Schönes daraus wird?

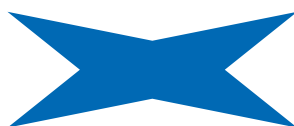
Also: Generationenübergreifend, das ist eine Bereicherung für beide Seiten! Ich erzähle dir noch von einem Verein aus Hamburg, der macht sowas ähnliches wie Nachbarschaftshilfe, und zwar generationsübergreifend. Das könnte man ja auch bei euch anstoßen... Zum Beispiel: Der eine repariert einen Fahrradschlauch und dafür kann er sich bei jemand

anders einen Kuchen bestellen für seine Party. Oder sagen: Ich brauche mal ein Blech Pizza. Erstmal muss man den niedrigsten gemeinsamen Nenner finden und dann jedem überlassen, neugierig zu gucken, neugierig zu bleiben.

Ich bin der Meinung, wir brauchen drei Dinge bei Veränderungen. Mut, Neugier oder Begeisterung. Entweder Mut, das heißt für mich: Angst unter den Arm klemmen und es dann trotzdem machen. Diesen Mut habe ich gar nicht so sehr. Sondern ich bin unglaublich neugierig und begeisterungsfähig. Also: neugierig auf das Leben – und das hat mich über Gräben springen lassen. Diese Frage: Mensch wie werde ich mich fühlen, wenn ich das mache? Stell dir nur mal vor, du traust dich tatsächlich! Das habe ich mir ausgemalt. Und ich wusste: Dann bin ich stolz wie Bolle. Und dann hab ich's gemacht. So bin ich rangegangen. Und neugierig auf den andern zu sein ist eigentlich das tollste! Es kann einem dabei nichts passieren!

Liebe Greta Silver, hab ganz herzlichen Dank für das Gespräch. Ich glaube, die Leser*innen unserer MITTEILUNGEN werden einiges aus deinen Gedanken und Worten mitnehmen können!

Das Gespräch führte Johannes Braun
am 22. September 2020 per Telefon.



¹ Greta Silver, Video „Tipps wenn das Leben vor die Wand fährt“ online unter: https://www.youtube.com/watch?v=xH_giH2aMz0 [veröffentlicht am 19.09.2020].

Vom Schiff, das sich Kirche nennt

Über Kurswechsel und Manöver, Schiffbrüche und den Synodalen Weg

Es mag paradox und anachronistisch wirken, ein hochaktuelles Thema wie den Synodalen Weg mit einer Referenz auf ein Lied aus dem Jahr 1960 zu beginnen. Die Welt damals war doch eine ganz andere, wir sind doch heute viel weiter, nicht wahr? Es hat sich doch so viel bewegt in der Kirche, seitdem Martin Gotthard Schneider den NGL-Klassiker „Ein Schiff, das sich Gemeinde nennt“ komponiert hat, oder? Nun, der Blick in die Wirklichkeit könnte ernüchternd wirken ...

Erklärtes Ziel des Zweiten Vatikanischen Konzils, das kurz nach Erscheinen unseres Lieds begann, war das *Aggiornamento*, die *Verheutigung* der Kirche. Die Hoffnungen waren groß und es hat sich ja auch tatsächlich viel verändert und bewegt – vieles zum Guten! –, doch der erhoffte Anschluss an die moderne Welt ist noch immer nicht recht gelungen; die Probleme, die wir heute diskutieren, plagen uns seit mehr als einem halben Jahrhundert. Die Zahlen derer, die das Kirchenschiff betreten und mit ihm auf große Fahrt gehen wollen, sinken seit Jahrzehnten konstant und auch diejenigen, die das Schiff steuern und in Schuss halten könnten, bleiben den Seminaren und Theologischen Fakultäten immer häufiger fern. Zu alt scheint dieser Kahn, zu rostig als dass man damit noch unbeschadet das ersehnte Ziel erreichen könnte.

Dass das nicht nur üble Nachrede kirchenferner wie -feindlicher Kritiker:innen ist, muss spätestens mit der Veröffentlichung der MHG-Studie 2018 klar sein. „Von innen her verrostet“, könnte man im Bild gesprochen mit Blick auf das hausgemachte Unheil urteilen: sexualisierte und spirituelle Gewalt durch Kleriker, Vertuschung und Täterschutz durch Personalverantwortliche und Bischöfe. Dazu die Analyse systemischer Ursachen, die es in sich haben: Machtkonzentration ohne hinreichende Kontrollfunktionen, männerbündischer Zusammenhalt auch gegen Missbrauchs Betroffene noch, eine rigide Sexualmoral, die (nimmt man's genau) mehr Menschen aus- als einschließt, weitgehender Ausschluss von Frauen aus zentralen Dienstämtern sowie ein fataler Klerikalismus, die geistliche Überhöhung eines Amtes also, das eigentlich zu dienen statt zu herrschen hätte ... Die traurige Liste ließe sich weiterführen. „Also auf, wieder flottmachen!“, so war der Ruf zu



vernehmen. Quasi über Nacht war ein Synodaler Weg erdacht, der das alte Schiff wieder mal (!) seetauglich machen sollte. Die systemischen Ursachen sexualisierter Gewalt und ihrer Vertuschung sollten angegangen werden. Das Renovierungsprojekt wurde großzügig angelegt, hatte man doch verstanden, dass wir letztlich alle im selben Boot sitzen. Diesmal sollten auch Laien mit anpacken dürfen, Pastoral- und Gemeindereferentinnen genauso wie Pfarrer und Diakone, Ordensleute, Jugendliche, Bischöfe ... – die ganze Besatzung also. Eine große Kraftanstrengung begann –

...und dann kam Corona. Ja, auch auf alten Schiffen wüten neue Pandemien. Und so wurde die junge Fahrt schnell ausgebremst. Doch nicht nur Seuchen sind Hemmschuhe beim Vorwärtstreiben, auch verkannte Anker können beachtliche Beharrungskräfte entfalten. Seien es diejenigen, die das ganze Unterfangen hinterfragen und lieber im sicheren und schönen Heimathafen verharren wollen; seien es diejenigen, die den „Primat der Evangelisierung der Welt“ vor innerkirchlichen Reformdebatten beschwören und dabei doch den Anschein erwecken, mit ihrer Form der Weltzuwendung eher vom maroden Innenleben des

Schiffs ablenken zu wollen... Die Widerstände sind groß. Doch gibt es tatsächlich Alternativen? Sollte irgendwas an der Veränderung derjenigen Strukturen und Denkweisen vorbeiführen, die Missbrauch und Gewalt ermöglicht und begünstigt, die das alles auch noch gedeckt und vertuscht haben? Nein, bei Gott, nein. Zuerst ist das Schiff von innen her zu sanieren, sonst kommt es nicht weit und dient seinem Zweck nicht länger. Schlimmer noch: Ein untaugliches Schiff gefährdet Menschenleben. So auch bei unserem Kirchenschiff.

Doch wie nun setzt man an bei diesem Unterfangen? „Ein geistlicher Prozess“, war die schnell gegebene Antwort. Doch was diese vermeintliche Antwort nun wieder bedeutet, bleibt interpretationsbedürftig. „Wir wollen aufeinander und gemeinsam auf den Geist Gottes hören.“ Auch das ist leichter gesagt als getan, denn wir könnten einander mit ungelegenen und schmerzhaften Wahrheiten konfrontieren. Und der Geist Gottes? Der weht halt auch, wo er will. Ihn vom Zeitgeist zu unterscheiden und die Segel entsprechend zu setzen ist ein kompliziertes Unterfangen. Vielleicht wäre – so mein bescheidener Vorschlag – ein erster Schritt getan, wenn nicht Schrift und Tradition dazu gebraucht würden, zu definieren, was Liebe ist und was nicht, sondern dass stattdessen das Kriterium der Liebe angelegt würde, um zu erarbeiten, was Schrift und Tradition im Hier und Heute bedeuten und welchen Segen wir damit spenden könnten?

„Kurs halten!“, tönt dagegen der schmetternde Ruf einiger, die die ewige Wahrheit auf dem immergleichen Wege zu erreichen und zu verteidigen suchen. Das scheint zunächst plausibel, denn die Wahrheit ist doch wahr und darum unveränderlich. Das ist sicher richtig, doch der menschliche Zugriff auf die Wahrheit ist leider alles andere als unfehl- und unwandelbar. So wird es mir nicht einsichtig, warum denn die Rolle der Frauen in der Kirche nicht eine andere werden könnte, wo sich doch ihre Rolle in der Welt auch erfolgreich und segensreich gewandelt hat. Oder wollte wer ernsthaft behaupten, dass die Männerherrschaft und die Ungleich- bzw. Schlechterstellung der Frau in der Kirche zum unaufgebbaren Kern der Frohen Botschaft gehören sollte? Auf das Argument, dass die Autoren (ja, männlich!) der Heiligen Schrift auch die Homosexualität, wie wir sie heute verstehen (also auf Konsens beruhende Liebes- und Lebensgemeinschaft von Menschen gleichen Geschlechts), gar

nicht ablehnen und verurteilen konnten, weil diese in ihrer Lebenswelt ja gar nicht vorstellbar war sondern gleichgeschlechtliche sexuelle Handlungen immer mit Gewalt in Verbindung gebracht und deshalb abgelehnt wurden – auf dieses Argument wird bisweilen gar nicht eingegangen, denn das hieße ja, man müsste zurückrudern und umsteuern. Und wer will das schon? Denn das kostet Kraft und man müsste vor allem eingestehen, dass man sich bisweilen hier und da geirrt hat. Wer aber ein weit entferntes Ziel per Schiff erreichen will, wird notwendig immer wieder den Kurs neu ausrichten müssen. Wer immer nur stur die gleiche Richtung hält, wird eher früher als später auf Sand laufen, an Riffen zerschellen, die teure Ladung verlieren und sein Ziel nie erreichen.

Wird der Synodale Weg aber die notwendigen Veränderungen und Kurskorrekturen bringen, wird er das Schiff wieder flott machen können? Ich versuche eine optimistische Antwort: Es bleibt spannend. Unmöglich ist es jedenfalls nicht. Doch ich weiß auch um die Gefahr des Scheiterns, das fatale Konsequenzen haben dürfte. Darum wage ich nicht anders als mit dem Refrain unseres Liedes schließen: „Bleibe bei uns, Herr, denn sonst sind wir allein auf der Fahrt durch das Meer!“



fr. Simon Hacker OP, Dominikaner mit zeitlicher Profess, lebt im Wiener Studentat seines Ordens und arbeitet als Pastoralreferent in einer Pfarre am Rande der Stadt. Er ist einer von zehn Delegierten der Deutschen Ordensoberenkonferenz beim Synodalen Weg und arbeitet im Synodalforum „Priesterliche Existenz heute“ mit.

„Mein Gott* diskriminiert nicht. Meine Kirche schon.“

Kirchliche Strukturfragen und die Frage nach Gott* hängen unmittelbar miteinander zusammen. Schließlich will Kirche als Institution authentisch von Gott* erzählen. Gott*, davon sind wir überzeugt, diskriminiert nicht. Also dürfen auch kirchliche Strukturen Menschen nicht diskriminieren und ausschließen. Weil die römisch-katholische Kirche aber bis heute Frauen und queere Menschen strukturell benachteiligt, haben wir – Lisa Baumeister (23), Luisa Bauer (25) und Claudia Danzer (28) – uns als Initiative „MeinGottdiskriminiertnicht“ zusammengesetzt, um im digitalen Raum vor allem auf Instagram diesem Thema mehr Sichtbarkeit zu geben und Gleichgesinnte zu vernetzen.

Am 08. März war Internationaler Frauentag. Ein Tag, der immer wieder zum Zurückblicken einlädt, zum Innehalten und zum Dankbarsein. Wenn wir uns vor Augen halten, dass wir vor etwas über 100 Jahren in Deutschland noch nicht hätten wählen gehen dürfen, dann spüren wir viel Dankbarkeit für die Kämpfe, die andere für uns ausgefochten haben.

Was sich in der römisch-katholischen Kirche schon verändert hat

In unserer Kirche konnten wir Ministrantinnen und Oberministrantinnen werden, wir konnten selbstverständlich in der Kinder- und Jugendarbeit gleichberechtigt mitentscheiden, unsere Ideen einbringen und Projekte umsetzen. Heute studieren bzw. promovieren wir in katholischer Theologie. Aber auch das war nicht immer selbstverständlich. Auch dafür hat es Kämpfer*innen gebraucht, die sich für Veränderungen in der römisch-katholischen Kirche einsetzten. Das wissen wir, und darum sind wir dankbar.

Was sich noch ändern muss

Wenn wir auf diese Kämpfer*innen schauen, die sich im Kleinen und Großen für Gleichberechtigung einsetzten und einsetzen, dann machen sie uns Mut. Bevor wir uns zu einer Initiative zusammengeschlossen hatten, hatte sich jede von uns die Frage gestellt, ob sie angesichts der Missbrauchsfälle und ihrer Vertuschung noch katholisch bleiben kann. „Bleiben oder gehen?“, haben wir uns gefragt. Entschieden haben wir uns für ein Bleiben im Protest.

Wieder glaubwürdig von dem Gott* der Liebe und Befreiung reden

Denn wir glauben an einen Gott*, der Liebe ist und Freiheit will – und zwar für jeden Menschen. Unser Gott* diskriminiert nicht. Daraus schöpfen wir die Hoffnung, die es braucht, um zu bleiben und laut zu sein. Unser Protest richtet sich gegen die missbrauchsbegünstigenden Faktoren und diskriminierenden Strukturen in der römisch-katholischen Kirche. Das römische Geschlechterbild wird unserer Meinung nach den geschaffenen Menschen nicht gerecht. Wir wollen eine Kirche, die inklusiv ist, Menschen nicht in die Schubladen bestimmter Vorstellungen von „Mann“ und „Frau“ steckt oder ihnen eine bestimmte Sexualität vorschreibt. Wir glauben nicht an Gott*, der intergeschlechtliche Menschen nicht vorgesehen hat oder die Richtigkeit der Liebe zwischen zwei Menschen von ihrer Geschlechtszuweisung abhängig macht. Für eine glaubwürdige Rede von einem befreienden und liebenden Gott* muss sich unserer Meinung nach die römisch-katholische



HINTERGRUNDINFORMATIONEN

Kirche grundlegend verändern: Zukunftsfähig ist für uns die römisch-katholische Kirche nur, wenn sie aufhört, Menschen aufgrund ihres Geschlechts oder ihrer sexuellen Orientierung zu diskriminieren, sie den Zugang zum Weiheamt für alle öffnet, die sich dafür qualifiziert haben, und vor allem lernt, Macht zu teilen.

Ein Ende der Männerkirche

Dabei geht es um ganz konkrete Biographien, die eng mit der katholischen Kirche verwoben sind. Beispielsweise haben uns die Geschichten von Frauen, die sich zum Priestertum berufen fühlen und Sr. Philippa Rath in ihrem Buch „... weil Gott es so will“¹ vor Kurzem gesammelt hat, berührt. Durch die Verweigerung der Weihe hat die Kirche verhindert, dass diese Frauen Priester*innen wurden. Dabei sollte eine Kernaufgabe von Kirche ja gerade sein, die eigene Spiritualität zu ermöglichen. Auslöser für Philippa Rath, das Buch herauszugeben, war, dass ein Bischof ihr gegenüber auf dem Synodalen Weg geäußert hatte, es gäbe ja kaum Frauen, die sich zu Priester*innen berufen fühlten.² Es ist diese Mentalität, die aufgebrochen werden muss.

Mehr Diversität in der Sprache des Glaubens

Kirche sollte lernen, von priesterlicher Berufung nicht mehr nur in männlicher Form zu sprechen und sich auch von einer einseitig männlich geprägten Rede von Gott* zu verabschieden. Besonders in den letzten Jahrzehnten wurden die Stimmen lauter, die hinterfragten, ob wir uns Gott* zwangsläufig männlich vorstellen müssen. Durch eine Ablösung des patriarchalischen Herrschers hin zu einer Identifikationsfigur für alle Menschen werden neue Möglichkeiten in der Gottesbegegnung eröffnet. Die Sprachen des Glaubens sind divers, wie es auch schon die biblischen Geschichten waren. Dort findet sich schließlich auch

die Rede von Gott* als Mutter (Jes 66,13). Diese Diversität des Glaubens gilt es wiederzuentdecken und weiter sichtbar zu machen.

Im (kirchenrechtlichen) Zweifel heißt es für die Ausgeschlossenen einzustehen. Wir wollen uns dieser Tradition der für sich und andere einstehenden Menschen anschließen, weil es die Hoffnung gibt, dass sich etwas ändert. Auch in der römisch-katholischen Kirche.

Lisa Baumeister, Luisa Bauer, Claudia Danzer

Initiator*innen von #meinGottdiskriminiertnicht

Website: www.meingottdiskriminiertnicht.de

Instagram: <https://www.instagram.com/meingottdiskriminiertnicht/>

VISIONEN

„Meine Vision ist eine gerechte, ehrliche, offene, authentische und fortschrittliche Kirche, die endlich aus einem viel zu langanhaltenden Tiefschlaf erwacht. Eine Kirche, die Verantwortung für begangene Taten übernimmt und endlich den Menschen zuhört, die sie viel zu lange „überhört“ hat. Die ihre Augen nicht verschließt vor Veränderungen oder Problemen. Die Nächstenliebe nicht nur predigt, sondern auch uneingeschränkt lebt.
#meinGottdiskriminiertnicht#wahrenächstenliebe
#gleichberechtigung#wandel#meinevision

- REBECCA, 25

¹ Philippa Rath: „... weil Gott es so will.“ Frauen erzählen von ihrer Berufung als Diakonin und Priesterin, Freiburg 2021.

² Annette Zoch: Predigerinnen in der Wüste, Süddeutsche Zeitung, 01.02.2021, online: <https://www.sueddeutsche.de/politik/katholische-kirche-predigerinnen-in-der-wueste-1.5192631> [14.03.2021].

Ein neuer Thesenanschlag – was nun?

Gedanken zu Maria 2.0

Leben heißt Veränderung.

Das spüren wir jeden Tag, aber wir nehmen die Veränderung nicht so recht wahr. In Pandemiezeiten ist es vielleicht etwas anders – aber auch da sehnen wir uns danach, dass „nachher“, falls es ein solches Nachher gibt, die alten Zeiten wiederkehren, der bisherige gewohnte Zustand wieder eintritt.

Was wünschen wir unserer Kirche?

Wenn wir ehrlich sind, wünschen wir ihr vielfältiges Leben und spannende Lebendigkeit. Wenn es dann aber darum geht, dass sich in dieser Kirche etwas verändert, das wir nicht gewohnt sind, dann ist ein stilles oder auch lautes Stöhnen zu vernehmen, das dann einmündet in die mehr oder weniger klare Aussage: wir halten an der Tradition unserer Kirche – oder vielleicht besser: an „unseren gewohnten“ Traditionen fest!

Die Tradition in der Kirche ist etwas sehr Wertvolles und Gutes, kann aber auch manchmal oder oft zu einer „heiligen Kuh“ werden, die man nicht anrühren darf! Eine auch lebendige Tradition ist nicht unbedingt ein dogmatisches Glaubensgut, so verankert sie auch in der Geschichte der Kirche sein kann.

Eine solche Verankerung in unserer Kirche ist mit dem Sakrament der Priesterweihe geschehen, indem **sie ausschließl**ich dem Mann vorbehalten ist.

Dass in einer männerdominierten Welt der Zeit Jesu eine Frau nicht zur sakramentalen Priesterweihe gelangen konnte, lag nahe. Liegt das aber auch noch nahe nach 2000 Jahren? Sicher nicht! Was die Geschlechter-Rollen des Menschen (in Jesus Christus wurde Gott „Fleisch/Mensch“ nach Joh. 1,14) angeht, hat es nach langer Zeit eine Entwicklung gegeben, die das Menschsein als Mann **und** Frau, sogar als „diverse“ menschliche Person, ganz und gar ernst nimmt!

Eigentlich ist es unverständlich, dass diese Entwicklung sooo lange gedauert hat. Wesentlich stand da-

hinter natürlich die Aufgabe der Frau als Mutter, als Gebälerin neuen Lebens. Aber: warum soll diese Geburt nicht auch geistlich und sakramental möglich sein, sodass Frauen auch zur Weihe als Diakonin und als Priesterin berufen sein können?! Mit der Gleichstellung der Frau mit dem Mann als Mensch in unserer heutigen Zeit und Welt würde es unserer Kirche gut anstehen, die Berufung von Frauen ernst zu nehmen.

Es gibt tatsächlich keinen triftigen und schon gar keinen theologischen Grund, warum nicht auch Frauen zum sakramentalen Weiheamt zugelassen werden könnten. Dass Jesus ein Mann war, zählt nicht, denn er war ganz und gar Mensch (in männlicher Gestalt). Da es ums Menschsein geht, ist die Frau dem Mann ebenbürtig! Anselm von Canterbury hat im Hochmittelalter Jesus als Frau und als Mutter angesprochen und damit das Frauliche und Mütterliche am Menschsein hochgeachtet!

Zu allem Unglück hat Papst Johannes Paul II. im Jahr 1994 ein furchtbares Eigentor für die Kirche geschossen. Denn er hat für alle Zukunft ausgeschlossen, dass in der kath. Kirche Frauen jemals zu Priestern geweiht werden könnten. Und leider hat unser jetziger Papst, den ich sehr schätze, dieses Eigentor der Kirche jüngst nochmals bestätigt, indem er betonte, dass die Kirche nicht die Vollmacht habe, Frauen zu Priestern zu weihen.

Ich frage mich: woher nimmt die Kirche diese Vollmacht (ist das überhaupt eine Vollmacht?), Frauen **nicht** zu Priestern zu weihen?

Wenn schon von Vollmacht die Rede ist, dann möchte ich betonen, dass die Kirche sicher die Vollmacht hat, Frauen zu Priestern zu weihen, weil sie ja auch die Vollmacht hat, Männer zu Priestern zu weihen: Mann und Frau sind ja die je andere Erscheinungsform des einen Wesens Mensch!

Im Sinne auch einer Geschlechter-Gerechtigkeit, die in unsrer Gesellschaft erkämpft worden ist oder noch erkämpft werden muss, ist mir das Anliegen von Ma-

HINTERGRUNDINFORMATIONEN

ria 2.0 sehr klar und ich unterstütze es nachdrücklich – übrigens nicht wegen des derzeitigen Priestermandats in unseren Breiten, obwohl das dem Anliegen durchaus sehr förderlich wäre, gerade wenn man mit Schrecken an die XXL-Pfarreien der Zukunft denkt! Allerdings geht es nicht nur um Geschlechter-Gerechtigkeit, sondern auch darum, dass unsere Kirche die Berufung von Frauen zum Diakonat und zum Priestertum wahrnimmt und auch ernst nimmt. Schwester Philippa Rath, Teilnehmerin am gegenwärtigen Synodalen Weg der Kirche, hat in ihrem jüngst erschienenen Buch „...weil Gott es so will“ 150 Frauen die Möglichkeit gegeben, ihre Berufung zum Diakonat und zum Priestertum laut werden zu lassen.¹ Schwester Katharina Rohrmann von den Missionsbenediktinerinnen in Tutzing erklärt: Es geht dabei nicht um Macht, es geht um Gerechtigkeit. Und darum, Menschen zu Gott zu führen, ihnen die Sakramente, die „Geschenke Jesu“, weiterschenken zu dürfen. Sie wünscht sich eine Kirche, „in der das Charisma und die spirituelle und fachliche Eignung Kriterien sind für das Priesteramt und nicht das Geschlecht“. Da sie sich ihrer Berufung sehr sicher ist, bekennt sie: „Gott hat mich längst geweiht“.

Wenn ich hinter dem berechtigten Anliegen von Maria 2.0 stehe, finde ich allerdings diese Firmierung „Maria 2.0“ nicht gut. Sie ist ein technischer Abklatsch – und das wiederum haben Maria und die Anliegen der Frauen nicht verdient! Hochinteressant ist die eben getroffene Entscheidung der Deutschen Bischofskonferenz (DBK), in Beate Gilles eine Frau zur Generalsekretärin der DBK zu küren. Also ist Veränderung in der Kirche doch möglich! Allerdings sagt das Sprichwort: „Eine Schwalbe macht noch keinen Frühling!“

Aber warum soll sich der Frühling nicht ausbreiten und weitere Blüten hervorbringen: also die Diakonats- und Priesterweihe von Frauen, die dazu ihre Berufung deutlich spüren? Wenn Frauen zu Priestern geweiht werden, bekommt die Kirche auch ein anderes Gesicht: sie verändert sich und lässt die typische „Männerkirche“ hinter sich.

Gott könnte das für unsere Zeit und für die Zukunft der Kirche doch durchaus gewollt haben – was spräche dagegen? Ich kann deshalb den „neuen“ Thesenanschlag am Freiburger Münster sehr gut verstehen.

Wir Priester-Pensionäre unserer Erzdiözese werden bei der pastoralen Entwicklung der Diözese außen vorgelassen. Wir haben uns aber im Kuratorium auf einen Gebetsimpuls geeinigt, den wir jedem pensionierten Mitbruder ans Herz legen. Ich stelle dieses Gebet an den Abschluss meiner Überlegungen zu einer bedeutsamen Veränderung in der Kirche und möchte es zu täglichem Gebrauch weiterempfehlen. Ich will damit der Hoffnung eine Chance geben, dass wir uns in unserer Kirche von Gott auf neue, ungewohnte, aber durchaus „gottgewollte“ Wege „locken“ lassen!

Das Gebet lautet:

Herr Jesus Christus!

Du bist unsere Mitte, die Mitte auch der Kirche von Freiburg.

In Deinem Geist wollen wir leben in Gemeinschaft mit Dir.

So vieles ändert sich.

Was willst Du uns damit sagen?

Wohin willst Du uns führen?

Wohin willst Du Deine Kirche locken?

Herr, gib uns ein hörendes Herz, so dass es Deine Stimme ist, der wir folgen.

Herr, segne alle Frauen und Männer, die Verantwortung tragen in Deiner Kirche.

Herr, in Deinem Geist soll sie leben, unsere Kirche in Gemeinschaft mit Dir.

Amen.



Berthold Enz

Dekanatsaltenseelsorger im Dekanat Wiesloch

¹ Philippa Rath (Hg.), „...weil Gott es so will“ Frauen erzählen von ihrer Berufung zur Diakonin und Priesterin, Freiburg 2021.

Engagierte für den Diözesanvorstand gesucht!

Am 7./8. Juni auf der Diözesanversammlung wird gewählt

Sie sind in der Seniorenarbeit ehrenamtlich tätig und möchten ihre Ideen und Kompetenzen auch diözesanweit einbringen?

Das FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V. sucht neue motivierte Mitglieder für die Zusammenarbeit im Diözesanvorstand.

Der Diözesanvorstand des FORUM älterwerden wird jeweils für drei Jahre gewählt. Zuletzt fanden die Wahlen im Jahr 2018 statt. Ein Teil der derzeitigen Vorstandsmitglieder möchte gerne weitermachen, andere hören auf oder sind schon innerhalb der vergangenen Jahre aus verschiedenen Gründen auf eigenen Wunsch ausgeschieden.

Der Diözesanvorstand arbeitet sehr kreativ und produktiv zusammen. Im vergangenen Jahr wurde zunehmend auf digitalem Wege kommuniziert – die Videokonferenzen taten aber den guten Ergebnissen unserer Treffen keinen Abbruch!



Die Zusammenarbeit im Diözesanvorstand konzentriert sich zunächst auf vier Termine im Jahr:

- die Diözesanversammlung (i.d.R. zweitägig im März oder April),
- zwei Vorstandsklausuren (i.d.R. zweitägig im Juli und im November) und
- ein Vorstandstreffen (i.d.R. eintägig im Januar oder Februar).

Darüber hinaus engagieren die Mitglieder des Diözesanvorstands sich in Arbeitsgruppen, die sich je nach Terminmöglichkeiten und aktuellem Geschehen treffen.

Zurzeit gibt es folgende Arbeitsgruppen:

- das Redaktionsteam unserer MITTEILUNGEN, die Sie in den Händen halten,
- die AG „Zukunft der Seniorenpastoral“, sie beschäftigt sich mit der Zukunftsausrichtung des FORUM älterwerden,
- die AG „Spiritualität“, aktuell wird in dieser ein Kartenset mit Impulsen zu Beginn und Anfang von Veranstaltungen konzipiert,
- die AG „Fortbildungen“, in der aktuell jährlich eine thematische Fortbildung entwickelt wird, die in den Dekanaten durchgeführt wird.

Die AGs entstehen interessensgeleitet und Mitglieder des Diözesanvorstands können sich daran beteiligen. Die Moderation und Vorbereitung kann eine Person aus der Geschäftsstelle übernehmen.

In einem neu zusammengesetzten Vorstand können auch neue Themen eingebracht und neue Arbeitsgruppen gegründet werden!

Sie haben die Wahl!

Die Delegierten auf der Diözesanversammlung wählen einen neuen Vorstand – und zwar diesen Juni. Dabei können sich alle Menschen zur Wahl stellen, die die Ziele des FORUM älterwerden teilen. Der Vorstand braucht Ihre Mitarbeit – und Sie werden die gute Atmosphäre der Zusammenarbeit schätzen lernen!

Sie haben Interesse?

Dann melden Sie sich gerne für weitere Informationen und ein persönliches Gespräch bei unserer Vorsitzenden Ulrike Kütscher aus Karlsbad

- unter der Telefonnummer 07202 3782
- oder per E-Mail an ukuetscher@web.de !

Storch Kalle – oder:

„Der Spion, der aus der Kälte kam ...“

so der Titel eines spannenden Agententhillers, wobei meine Erlebnisse nicht ganz so dramatisch verlaufen. Aber spannend genug für mich.

Ich bin nicht Paule, der ist ja nach Afrika geflogen. Nein, mich hat man hier zurückgelassen, um zu „spionieren“, um den Heimkommenden dann zu erzählen, wie es hier im Winter ist. Eigentlich habe ich mich über dieses Vertrauen meiner Familie sehr gefreut und war mächtig stolz darauf. Wobei ich den Verdacht habe, dass es damit zusammenhängt, dass ich ein wenig flugfaul bin. Meine Familie dachte vielleicht, es kann mir hier weniger passieren als auf dem langen Weg nach Süden. So sagte ich mir, was sein muss, das muss sein. Und ich wartete gespannt auf den Winter, den ich ja nur vom Erzählen kannte. Was ist da anders als in der warmen Jahreszeit? Es ist tatsächlich vieles anders, mehr als ich mir gewünscht habe.

Ach so, ich muss mich ja erst mal vorstellen: Ich bin Kalle, aus der Familie der *Klappers*. Ich mache dem Namen alle Ehre, denn **jetzt im Dezember** bei den Temperaturen muss ich viel klappern, glaubt mir. Wir sind schon robuste Kerle, wir vertragen auch Temperaturen bis minus 15 Grad und können auch mal zwei Wochen ohne Futter auskommen. Könnt ihr Menschen das auch?

Da wo ich mein Nest habe, bin ich mitten im Geschehen. Ich sehe die Menschen und höre ihre Stimmen. Ich höre immer wieder das Wort „loggdaun“ – was ist das? Ich habe mich zuerst angesprochen gefühlt, aber ich habe keine Locken und erst recht keine Daunen. Obwohl – im Moment wäre das mit den Daunen richtig gut.

Ihr Menschen habt es im Augenblick echt nicht einfach. Ich habe meine Flügel, meine Freiheit. Ich kann fliegen, wohin ich will, ich könnte vor 5 und nach 20 Uhr noch meine Flügel schwingen, könnte mich mehr als 15 Kilometer vom Nest entfernen (wenn ich wollte). Will ich aber nicht, doch die nähere Umgebung, die will ich mir jetzt mal anschauen. So schwing ich

mich jetzt mal vom Nest und schaue mal, was sich verändert hat.

Irgendwie habe ich das Gefühl (ich bin sehr einfühlsam, das unterscheidet mich von den anderen Klappers), dass die Menschen sich vor Veränderungen fürchten. Ja, Veränderungen können unangenehm, traurig und hoffnungslos sein. In manchen „von oben“ aufgelegten Verordnungen seht ihr nur Einschränkung. Ihr seid es nicht gewohnt, begrenzt zu sein. Vielleicht die Älteren unter euch, die in Kriegs- und Hungerszeiten viel entbehren mussten. Aber Veränderungen können auch eine Chance auf Neues sein, doch davon ein anderes Mal.

Wir haben auch Gemeinsamkeiten. Ich fühle mich sehr einsam, weil alle anderen fortgeflogen sind. Ihr fühlt euch einsam, weil euch die Kontakte zu anderen Menschen verboten werden. Reißen wir uns aber jetzt mal alle am Riemen, es hilft nix. *Das Glas ist immer halb voll oder halb leer.*

Was mir jetzt aber richtig zu schaffen macht, ist, dass ich nicht weiß, ob ich ein heimischer Vogel bin. Meine Wurzeln sind eigentlich in Afrika und wir kommen hierher, um in dieser wunderbaren Gegend unsere Kinder zur Welt zu bringen. Bin ich nur geduldet, gehöre ich dazu oder bin ich inzwischen sogar schon ein „echter Schwarzwälder“? Ich zermartere mir das Hirn, denn diese Frage ist lebensnotwendig. Bin ich ein so genannter geduldeter Ausländer, ein Asylant oder eben schon ein „Heimischer“? Wichtig ist die Beantwortung der Frage, weil man mir geklappert hat, dass man schärfer gegen „Nicht-Heimische-Tierarten“ vorgehen will. So zumindest ist der Plan des BW-Agrarministeriums. Falle ich in die Kategorie Nilgänse, Kanadagänse, Waschbären usw.? Schon wieder entdecke ich Gemeinsamkeiten mit euch Menschen: Ich bin besorgt um meine Zukunft, um meine Gesundheit und um meine Nachkommen. Ich gestehe, im Moment ist mein Glas mehr als halb leer.



Und diese anstehenden Veränderungen machen mir Sorgen.

Ich dachte, allein durch die Tatsache, dass ich die Sachen von oben betrachten kann, bin ich euch gegenüber im Vorteil. Stimmt leider nicht, denn je länger ich fliege – das muss ich ja, um Futter zu finden – lerne ich euch besser kennen. Und die Veränderungen, die ich entdecke, sind alles andere als gut.

Wie kann ich euch helfen? Vielleicht einfach damit, dass ich da bin. Und ich bin total glücklich, denn ich weiß jetzt, dass ich ein heimischer Vogel bin, der vom Aussterben bedroht war und dann wieder angesiedelt wurde. Hallo!? Wer denn sonst bringt euch schon jahrhundertlang die Kinder? Überlegt mal, was wäre, wenn es mich nicht gäbe?! Ich bin sogar besonders geschützt, niemand der nicht dafür geeignet ist, darf meinem Nest zu nahetreten. Wisst ihr was: Ich bin privilegiert! ☺ Das macht mich hammermäßig stolz. **Und schon ist das Glas wieder halb voll.**

Und ihr? Sehen wir hier auch Gemeinsamkeiten? Ja klar, denn ihr seid auch privilegiert. Echt und wahrhaftig. Die Privilegien, die ihr gegenüber anderen Ländern und Kulturen genießt, müsst ihr für euch selber beantworten. Spannende Überlegungen, gell?

Jetzt wird's Zeit auf Futtersuche zu gehen. **Im Januar** ist das Futterangebot nicht ganz so doll, aber es sind ja auch weniger Futtersuchende im Moment unterwegs. Da nehme ich jetzt mal den Umweg über den Friedhof, denn dort sehe ich enorm viele Maulwurfhaufen und Mäuselöcher. Ich freue mich, mit einem gefüllten Magen nach Hause zu fliegen.

Meine Familie kann stolz auf mich sein und ich kann vieles erzählen, das ihnen anfangs sicher fremd vorkommt. Doch so wie es im Moment scheint, sind die Sorgen und Ängste der Menschen auch noch im Frühling präsent, dann nämlich, wenn meine Familie wieder einfliegt. Hoppla, was ist denn jetzt los? Erst haben sich die Menschen Tannenbäume in die Wohnung geholt, jetzt stehen diese in den Gärten, bunt geschmückt mit Luftballons und Stoffbänder. Das ist doch verrückt, oder? Aber schön...

Es ist **Mitte Februar**, und die ersten Neffen aus der buckligen Verwandtschaft sind schon im Anflug. Leider haben sie den Schnee verpasst. Ich war fast unsichtbar, denn meinen Schnabel habe ich im Gefieder versteckt. Ich habe gezittert vor Kälte. Eisige Kälte war um mich, mein Herz ist fast eingefroren. Doch ruck, zuck – eine Woche später – ist es FRÜHLING. Ich bekomme echte Frühlingsgefühle und kann es kaum erwarten, bis meine Theres hier einfliegt. Bitte verrätet ihr nicht, dass ich große Sehnsucht nach ihr habe. Doch ich glaube, ich muss mich noch gedulden. Ihr aber auch, oder? Hier sind sie wieder, die Gemeinsamkeiten. Ihr seht euch nach Freundinnen, Kollegen, Gesprächspartnern und Teilnehmer*innen an den Seniorennachmittagen. Diese Menschen wollt ihr doch jetzt endlich wiedersehen und hören. Ist das nicht so?

Macht's gut, schreibt mir doch wie es euch ergangen ist, ich verspreche euch, ihr bekommt von mir Post zurück.

Bleibt gesund – passt auf euch auf. Denkt positiv und bleibt negativ ☺

Euer Kalle

P.S.: Und noch etwas sehe ich aus der Vogelperspektive: Die bunte Bank. Endlich. Man hat sie wieder aufgestellt und bietet so den Menschen die Möglichkeit, auszuruhen. Das freut mich, denn wir beide – die Bank und ich – wir hatten eine gewisse Seelenverwandtschaft entwickelt.



Maria und die Gerechtigkeit

Maiandacht

Die Maiandacht ist so entworfen, dass sie draußen oder in einer Kirche, in einem Saal oder auch in einer digitalen Zusammenkunft gefeiert werden kann. Falls es dieses Jahr nicht klappt (zum Redaktionsschluss am 15. März 2021 sieht es noch nicht so sehr nach Entspannung der Pandemie-Lage aus), dann taugt sie (falls sie was taugt) auch noch nächstes Jahr.



Vorbereitung

Musik

- Im untenstehenden Ablauf befinden sich Liedvorschläge mit der Angabe der entsprechenden Nummer im Gotteslob. Hierzu sei darauf hingewiesen, dass diese auch schlicht und schön instrumental vorgetragen werden können.
- Darüber hinaus finden Sie jeweils einen Link zu [youtube.com](https://www.youtube.com), wo eine einspielbare Aufnahme zu finden ist.

Sprecher*innen

- Insgesamt ist es gut, verschiedene Stimmen zu hören, verschiedene Rollen und Funktionen in der Andacht zu übernehmen.

- Der Ablauf enthält folgende 5 Funktionen: Moderation (M), Gebete/Andachtstexte (G1+G2), Lesungen (L1+L2). M übernimmt auch die ggf. möglichen Handlungen (z.B. Entzünden einer Kerze).

Material

- Drei Kerzen können genutzt werden.
- Bitten Sie die Teilnehmenden, eine Blume oder Kräuter mitzubringen.
- ggf. Text- und Notenkopien / Abspiel-Gerät für Ton
- Alles, was zur corona-konformen Veranstaltung benötigt wird (ggf. auch Ordnerdienste)

Ablauf der Maiandacht

Begrüßung und Einführung

M

Herzlich willkommen zu unserer Maiandacht. Maria ist in der katholischen Kirche eine prägende Gestalt, sie hat viele Namen bekommen, es gibt Glaubenssätze, Dogmen über sie, Menschen beten zu ihr und sie hat viele Festtage in jedem Kirchenjahr.

„Maria und die Gerechtigkeit“ – wenn Sie das hören, woran denken Sie dann? Vielleicht als erstes an den Lobgesang Mariens, das Magnificat, in dem es heißt: „Gott hat Mächtige von den Thronen gestürzt / und Erniedrigte erhöht, / Hungernde hat Gott mit Gutem gefüllt / und Reiche leer weggeschickt.“ (Lukas 1, 52f.; Übersetzung: Bibel in gerechter Sprache)

Vielleicht denken einige aber bei Maria auch direkt an die Botschaft des Engels, an das „Fürchte dich nicht!“ Manche haben vielleicht auch noch viel mehr Geschichten und Erzählungen zu Marias Leben im Kopf. Gottes verändernde Gerechtigkeit und das Leben von Maria betrachten wir heute gemeinsam.

Lied

„Ich steh vor dir mit leeren Händen, Herr“,
alle Strophen
(GL 422, 1–3; <https://www.youtube.com/watch?v=Ck-WYT1z4ehM>)

Überleitung

G1

Mit leeren Händen stehen wir vor Gott.
Er spricht uns Mut zu - „Fürchte dich nicht!“.
„Bist du der Gott, der Zukunft mir verheißt?“ – so konnte auch Maria fragen.
Zukunft, in der Gottes Gerechtigkeit spürbar wird.
Halten wir einen Moment Stille und spüren unserem Atem nach,
mit dem unsere Gedanken kommen und gehen.

Entzünden einer Kerze – kurze Stille

Gebet

G2

Lasst uns beten.
kurze Stille
Gott, lebendiger Gott,

Du bist da. Du willst uns Angst nehmen und Mut schenken.

Du willst Gerechtigkeit für alle Menschen, denn du liebst uns.

Dafür danken wir Dir.

Du gehst mit uns durch Veränderungen und Stillstand.

Wir bitten Dich: Sei heute mitten unter uns und gib uns Mut – Mut zum Hören.

Sei mitten unter uns im Heiligen Geist und durch deinen Sohn Jesus Christus

– **alle:** Amen.

Lesung: Das Magnificat

(Lukas 1, 46–55; Übersetzung: Bibel in gerechter Sprache)

M

Maria zeigt auch eine weibliche Seite im christlichen Glauben. In der Übersetzung der Bibel in gerechter Sprache wird auch Gott mit weiblichen Bezeichnungen belegt. Denn diese gibt es auch in der hebräischen Sprache des Alten Testaments. Nun hören wir das Magnificat, in dem Gott als Lebendige, als göttliche Kraft, als „sie“ angesprochen wird:

L2

Lesung aus dem Lukasevangelium
Und Maria sprach:

L1

Meine Seele lobt Gott, die Lebendige,
und mein Geist jubelt über Gott, die mich rettet.
Sie hat auf die Erniedrigung ihrer Sklavin geschaut.
Seht, von nun an werden mich alle Generationen glücklich preisen.

L2

Denn Großes hat die göttliche Macht an mir getan,
und heilig ist ihr Name.
Ihr Erbarmen schenkt sie von Generation zu Generationen, die Ehrfurcht vor ihr haben.
Sie hat Gewaltiges bewirkt.
Mit ihrem Arm hat sie die auseinandergetrieben,
die ihr Herz darauf gerichtet haben,
sich über andere zu erheben.

L1

Sie hat Mächtige von den Thronen gestürzt
und Erniedrigte erhöht,
Hungernde hat sie mit Gutem gefüllt
und Reiche leer weggeschickt.

L2

Sie hat sich Israels, ihres Sklavenkindes, angenommen
und sich an ihre Barmherzigkeit erinnert,
wie sie es unseren Vorfahren zugesagt hatte,
Sara und Abraham und ihren Nachkommen für alle
Zeit.

L1

Das waren die Worte der Lesung.
– **alle:** Dank sei Gott.

Lied

„Mit Dir, Maria, singen wir“, Strophen 1 und 2
(GL Nr. 887, Strophen 1+2; <https://www.youtube.com/watch?v=-SCRSfZe90Y>)

Entzünden einer Kerze – kurze Stille

Impuls

M / G1 / G2 (ggf. aufteilen)

Ob Maria so eine fröhliche Natur war, wie es in Rhythmus und Melodie des gerade gehörten/gesungenen Liedes anklingt? Wir können uns jedenfalls gut vorstellen, dass sie das Magnificat gesungen hat. Schließlich sagt Maria, dass ihre Seele jubelt!

„Gottes Heil in unsrer Zeit“, so haben wir gerade gesungen. Was ist dieses Heil für uns und alle Menschen heute, hier und jetzt, auf dieser Welt? Könnte das Erbarmen Gottes heute mit dem Begriff „Gerechtigkeit“ übersetzt werden?

Worauf aber bezieht sich dann diese Gerechtigkeit? Gerechtigkeit lässt sich ja nicht einfach ein für alle Mal herstellen. Gerechtigkeit unterliegt Veränderungen und Schwankungen, sie wird ausgehandelt.

Gottes Erbarmen, also seine Menschenfreundlichkeit, steht fest. Aber auch Gott lässt sich auf unsere Welt ein. Sogar so weit, dass er sein Wort Mensch werden lässt. Sein Wort wird Mensch durch Marias „Mir geschehe“.

Gerechtigkeit verlangt unsere Entscheidung. Entscheidung gegen Ungerechtigkeit. Entscheidung für Menschenfreundlichkeit, Barmherzigkeit und Vergebung. Entscheidung gegen Hass. Entscheidung für Nächstenliebe, Zuneigung und Freundschaft.

Im Magnificat gibt es einen kurzen Halbsatz, der vielleicht nicht direkt ins Auge fällt. In diesem Halbsatz heißt es, dass Gott nicht möchte, dass sich Menschen über andere Menschen erheben. Vielleicht ist das der Schlüssel zur Gerechtigkeit?

Maria, die als Mutter Jesu auch seine erste Nachfolgerin geworden ist, kann uns vielleicht gerade darin Vorbild sein, sich nicht über andere zu erheben. Auch wenn die Frömmigkeit und die Dogmen sie in den Himmel erheben – sie erhebt sich nicht über andere Menschen. Sie glaubte wohl nicht, „was Besseres“ zu sein.

Wenn wir einander, den Menschen auf der ganzen Welt, ja auch unserer Umwelt und Schöpfung gerecht werden wollen, dann hilft es wohl am meisten, uns nicht über andere zu erheben.

Als Maria starb, so erzählt die Legende, erblühten Blumen und gediehen duftende Kräuter an dem Ort, wo sie zuletzt lag. Auch Gerechtigkeit ist eine Pflanze, die gedeihen will. Wenn wir nun die Kräuter und Blumen betrachten, die wir mitgebracht haben, dann wollen wir sie als Zeichen nehmen, dass wir uns nicht gegeneinander erheben wollen.

Entzünden einer Kerze – kurze Stille

Fürbitten

G1

Lasst uns beten.

kurze Stille

Gott,
wir wollen dich mit Maria loben. Wir wollen deine Barmherzigkeit und Gerechtigkeit verwirklichen, so gut wir es können. Wir wollen als Menschen menschenfreundlich sein. Wir bitten dich gemeinsam: Gott, deine Gerechtigkeit gedeihe.

G2

- (1) Menschen, die gelebt haben vor Jahrtausenden bis gestern, Menschen, die heute und in Zukunft leben: Sie alle teilen sich die Erde.

Alle: Gott, deine Gerechtigkeit gedeihe.

L2

- (2) Pflanzen und Tiere und Menschen sind deine Schöpfung. Gut hast Du sie gemacht. Menschen tragen Verantwortung dafür, dass sie gut bleibt.

Alle: Gott, deine Gerechtigkeit gedeihe

M

- (3) Unter den Menschen – in der Gesellschaft, in der Kirche, global betrachtet – gibt es starke Machtgefälle. Sie führen zu Ungerechtigkeit in der Kommunikation und in der Erfüllung menschlicher Grundbedürfnisse.

Alle: Gott, deine Gerechtigkeit gedeihe

L2

- (4) Kriege herrschen in vielen Teilen der Welt. Und auch dort, wo keine militärischen Offensiven oder Bürgerkriege stattfinden, greifen Hass und Gewalt um sich.

Alle: Gott, deine Gerechtigkeit gedeihe

G2

- (5) Tod und Krankheit lassen Menschen an der Gerechtigkeit zweifeln. Steh allen Menschen bei, die trauern.

Alle: Gott, deine Gerechtigkeit gedeihe

G1

Gott,
wir sind hier, weil wir glauben, dass du Großes getan hast – wir rufen Dich an, dass Du Gerechtigkeit wachsen und sprießen lässt. Viele Anliegen, die wir haben, blieben nun unausgesprochen. Durch Jesus, unsern Bruder und im Wirken Deines Geistes bitten wir Dich.

Alle: Amen.

Lied

„Selig seid ihr, wenn ihr einfach lebt“, alle Strophen (GL Nr. 458, Strophen 1–4; <https://www.youtube.com/watch?v=pw6OEJYWZlg>)

Meditation**G1**

Maria und Gerechtigkeit

Mensch und Gottes Menschenfreundlichkeit

Im Nächsten Gott erkennen

Im Nächsten Schwester und Bruder sehen

Gott schenkt Barmherzigkeit

Von Generation zu Generation

Maria hat als Mensch Leben geschenkt

Jesus dem Menschen und Gottessohn

Schenken auch wir Leben

Wo Unrecht herrscht

Segen**G2**

Gott, segne uns,

und lass uns Segen sein für die,
die wir im Herzen tragen.

Gott, segne uns,

und lass uns Segen sein für die,
die sonst vergessen wären.

Gott, segne uns,

und lass uns Segen sein.

Gottes Segen sei mit uns

Gottes Barmherzigkeit trage uns

Gottes Gerechtigkeit leite uns

Im Namen des Vaters und des Sohnes

und des Heiligen Geistes

– **alle:** Amen.

Lied

„Mit Dir, Maria, singen wir“, Strophen 3 und 4

(GL Nr. 887, Strophen 3+4; <https://www.youtube.com/watch?v=-SCRSfZe90Y>)

Johannes Braun

Eine Friedhofsbank erzählt

Endlich, endlich frische Luft. Jetzt war ich 5 Monate weg gesperrt, isoliert, in Quarantäne. Das war vielleicht eine Erfahrung, die ich nie mehr machen möchte. Egal, jetzt bin ich draußen und genieße meine Freiheit.



Nun muss ich mich erst einmal orientieren. Ich hoffe doch, dass ich am alten Platz stehe? Ich höre Kinder – das ist schon mal gut. Ich höre die Kirchturm-glocken, auch das ist gut. Dennoch kommt mir mein neuer Standort nicht vertraut vor. Sehe ich die Menschen, die sich letztes Jahr bei mir ausgeruht haben, wieder? Wer bitte schön, mutet mir so viele Veränderungen in meinem Alter noch zu?

Nun jammere ich schon wieder. Habe ich mir in meiner Isolation doch vorgenommen, das nicht mehr zu tun. So schnell werden Vorsätze über den Haufen geworfen.

Ich sehe jetzt, dass ich wie letztes Jahr unter einem großen Baum stehe, der mir im Sommer sicherlich Schatten spendet. Ich Egoist, es geht doch nicht um mich. Ich merke gerade, dass ich in der Zeit, in der ich alleine war, jemand geworden bin, der zu viel an sich selber denkt. Meine Bestimmung ist schließlich, Menschen einen Ruheplatz zu bieten. Am schönsten ist es natürlich, wenn Gespräche über Gott und die Welt geführt werden. Aber das kann ich nicht steuern, da bin ich auf die Besucher angewiesen. Wie gerne würde ich öfters ein Thema kommentieren oder anschubsen. Doch ich bin aus Holz und leider kein Pinocchio, der sprechen kann. Schade eigentlich. Doch jetzt lass ich erst einmal meinen Blick schweifen. Die Bäume schlagen aus, Narzissen und Tulpen verkünden den Frühling. Und meine Freunde, die Vögel, begrüßen jeden Morgen den neuen Tag. Eine

Schwarzamsel hat Zutrauen gefasst, sie setzt sich zu ihrem Gesang auf meine Lehne. Fast denke ich, sie möchte mir etwas vorsingen.

Ich sehe Menschen – nicht viele – und sie gehen, den Kopf gesenkt, die Schultern hängen und aus ihren Gesichtern spricht Traurigkeit. So, als hätten sie viel Schlechtes durchgemacht. O je, denke ich, was kommt da auf mich zu? Habe ich mich doch auf fröhliche Kinder, glückliche Menschen, Blumen, Störche und schöne Geschichten gefreut.

Manche Menschen laufen vorbei, ohne mir einen Blick zu schenken. Das ist jetzt nicht nett, bin ich doch immer noch die außergewöhnlich schöne Bank, die wie ein Buch aussieht und aus echtem Schwarzwälder Tannenholz geschnitzt wurde. Mich kann man doch nicht übersehen?

Eine ältere Dame (es ist die Lisbeth) nimmt unter Stöhnen Platz. So, der Anfang ist gemacht. Nachdem sie sich vom Gehen erholt hat, wird sie auf ein sonderbares Kistchen aufmerksam, das seitlich der Bank angebracht ist. Sie schaut vorsichtig hinein und holt ein Blatt Papier heraus. Was mag auf dem Zettel stehen, werde ich das auch erfahren? Ich hoffe, Lisbeth hat die Lesebrille dabei.

Sie liest laut:

Was war? Was ist? Was kommt?

Nur 6 Worte. Diese Worte werden aber von ihr immer wieder vorgelesen. Ältere Menschen führen gerne Selbstgespräche, denn ich höre sie murmeln und bruddeln. Ich sehe Bärbel, die ich schon vermisst hatte, sie kommt direkt auf die Bank zu. Bin ich froh darüber. Denn so hat Lisbeth jetzt eine Gesprächspartnerin und muss nicht mehr mit sich selber sprechen.

Bärbel nimmt mit Abstand Platz und beobachtet schweigend ihre Freundin. Ein langer Film muss sich in Lisbeths Kopf abgespielt haben, denn nach langem Schweigen und Nachdenken kommen Lisbeth die Tränen und sie beginnt leise zu sprechen. O, wenn ich doch nur ein Taschentuch hätte. Ich höre von Krankheit und Abschied. Und während sie sich alles von der Seele redet, passiert etwas ganz Sonderbares. Sie wird ruhiger, ihre Stimme wird klarer und die Tränen versiegen. Scheinbar hat sie das alles

noch niemand erzählt. Ihr schlimmes Jahr möchte ich hier nicht weitererzählen, das bleibt unser Geheimnis. Doch sie nimmt wieder den Zettel in die Hand und kommt in ihren Gedanken wohl in die Gegenwart.

Was ist?

„Es ist jetzt gut so, wie es ist ...“, sagt sie. *„Ich muss mich halt auf die Veränderung einstellen, was mir nicht jeden Tag gleich leichtfällt. Aber“ – so sagt sie – „ich bin noch jung, ich bin jetzt gerade mal 70 und möchte noch mindestens 20 Jahre leben. Also darf ich mich nicht hängenlassen. Es hängt von mir ab, wie ich die nächsten 20 Jahre gestalten möchte.“*

Was kommt?

„Ja, wenn ich das wüsste“, sagt sie. „Vieles kann man als Einzelner nicht beeinflussen, aber das, was in meinen Händen liegt, werde ich angehen. Ich möchte positiv denken und handeln. Immer im Rahmen meiner Möglichkeiten. Ich möchte dankbar sein. Auch für einen Platz auf dieser schönen Bank.“

Wow, das geht mir runter wie Öl. Wann bekommt man denn heute noch Komplimente?

Schon im letzten Jahr sah ich zwei junge Menschen, die sich hier angefreundet haben. Jeder allein hat hier nach Antworten auf seine Fragen gesucht. Und diese Suche hat die beiden zusammenkommen lassen. Ich sehe sie Hand in Hand gehen. O wie mich das freut. Sie kommen direkt auf mich zu. Wow. Ich spüre eine große Anspannung. Die beiden nehmen Platz. Der junge Mann nimmt den Zettel aus der Box, liest die 6 Worte und fängt dann an zu sprechen.

„Liebe Lisa-Marie, was war vor der Zeit als wir uns kennen gelernt haben? Wir waren beide in unserer Trauer gefangen, wir hatten keinen Blick für die Schönheiten und das Wichtige, wir waren im Hamsterrad und funktionierten. Unsere Trauer bestimmte das Leben, aus der wir von alleine nicht herausgekommen wären. Jetzt ist zwar immer noch Trauer in unseren Herzen, aber auch Dankbarkeit und Glück. Wir wissen, gemeinsam können wir ein wunderbares Leben anfangen. Wir werden die Vergangenheit nicht vergessen, aber ich will mit dir den Blick in die Zukunft richten. Deswegen möchte ich dich hier und jetzt fragen: Willst du meine Frau werden?“

Wäre ich nicht so fest verankert gewesen, so hätten meine Füße nachgegeben. So schön hat noch niemand der hier gesessen hat, die 6 Worte interpretiert.

(Anmerkung: Natürlich hat sie unter Tränen „Ja“ gesagt.) Diesmal waren es Tränen des Glücks und nicht der Trauer.

Das mit den Zetteln in der Box hat sich wohl rumgesprochen, denn es kommen immer mehr Menschen, die sich eine Auszeit nehmen und über diese 6 Worte nachdenken.

Zwei Rentner – Helmut und Werner – nehmen Platz. Auch sie lesen die 6 Worte. Auf einmal beginnt Helmut zu schimpfen. *„Ich sag Dir, das Leben vor Corona war ein richtiges Leben. Wir konnten die Welt bereisen, konnten mit unseren E-Bikes zu den angesagtesten Gaststätten fahren und uns kulinarisch verwöhnen lassen. Ob das jemals wieder geht, wissen die Götter. Weißt du, Werner, man hat uns ein ganzes Jahr gestohlen und das macht mich total wütend. Was sagst du?“*

Werner schaut verträumt in die Ferne und muss seine Worte wohl sortieren. Doch er sagt nur: *„Weißt du, Helmut, noch nie hatten meine Kinder so viel Zeit für mich. Zu meinen Enkeln habe ich ein noch besseres Verhältnis. Helmut, ich habe ein Jahr gewonnen.“*

Auch eine junge Mutter mit ihrem ›coolen‹ Jungen nimmt bei mir Platz. Ich sah sie schon öfters, aber meist kommt jeder alleine hierher. Ich spüre, dass der Junge eigentlich nicht hier sein möchte. Hoffentlich sieht keiner aus seiner Gruppe, dass er hier mit seiner Mutter sitzt. Das wäre peinlich und uncool.

Beide halten Corona-Abstand, obwohl sie das eigentlich nicht müssten. Die Mutter hat Tränen in den Augen, sie räuspert sich und fängt dann an zu erzählen:



„Lieber Jan, in deinem jungen Leben hast du schon vieles erleben müssen. Ich wollte immer, dass es dir trotz der Umstände gut geht, und dass du so wie deine Kumpels unbeschwert und glücklich aufwachsen kannst. Wenn ich das nicht geschafft habe, tut es mir von Herzen leid. Vielleicht habe ich zu oft nur an mich gedacht. Wir beide haben schwierige Zeiten erlebt und wir haben sie gemeistert. Immer konnte ich mich auf dich verlassen und ich bin ehrlich stolz auf dich. Weil wir diese schwere Zeit miteinander hatten, sind wir zu dem geworden, was wir heute sind. Ein gutes Team. Lieber Jan, du wirst langsam, aber sicher erwachsen. Und es macht mich stolz, dich auf diesem Weg zu begleiten. Weil ich dich liebe, möchte ich dich bitten, auf dich selbst zu achten. Achte auf deinen Umgang, suche dir deine Freunde mit Bedacht aus. Sei du selbst und nicht so, wie dich die anderen gerne hätten. Du darfst auch ›Nein‹ sagen, du darfst, ja musst, dir deine eigene Meinung bilden. Über Erwachsene, über Sportkollegen, über Politik und Re-

ligion. Das ist eine große Bürde, ich weiß. Aber du kannst das und ich bin immer für dich da. Egal was kommt. Ich bin deine Mutter in guten und in schlechten Tagen, auf mich kannst du immer zählen, mir alles anvertrauen. Lieber Jan, die Zukunft können wir mit unserem Denken und Handeln beeinflussen. Ich liebe dich.“

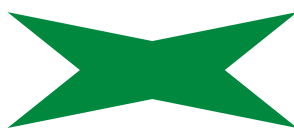
Der coole Jan rückt ganz nahe an seine Mutter, legt den Arm um sie, und hält sie ganz fest. Es scheint, als ob das Eis gebrochen ist.

Was 6 Worte bewegen, das hätte ich mir nicht träumen lassen. Ich glaube, ich muss dafür sorgen, dass diese Kiste in jedem Ort an eine Bank angehängt wird. Sie sorgt sowohl für ehrliche als auch für oberflächliche Gespräche, die Menschen kommen ins Gespräch, sie können teilhaben. O wie ist das schön. Ich bin glücklich, nicht ausschließlich eine Kummerbank zu sein.

Anette Kempf

Impulsfragen:

- Was würde Ihnen derzeit auffallen, wenn Sie „aus der Vogelperspektive“ auf Ihren Wohnort blicken könnten?
- Welche Ungerechtigkeit würden Sie gerne aus der Welt schaffen, wenn Sie könnten?
- Was war – was ist – was kommt? Notieren Sie einige Gedanken zu diesen Fragen!



Altern als lebenslanger Veränderungsprozess



„Alter: das ist immer noch das einzige Mittel, das man entdeckt hat, um lange leben zu können.“

Daniel François Auber (1782–1872)

„Warum ich mit über 80 Jahren noch täglich Klavier übe? Na, weil ich den Eindruck habe, dass ich Fortschritte mache.“

Arthur Rubinstein (1887–1982)

Das Leben besteht aus Veränderungen. Ohne Veränderungen würden wir ein Leben lang auf der Stelle stehen. Im Laufe unseres Lebens durchlaufen wir viele unterschiedliche Veränderungen. Einige davon durchlaufen wir freiwillig, einige davon sind planbar, einige würden wir lieber nicht durchlaufen und einige passieren plötzlich, ohne dass wir uns darauf vorbereiten können.

Eine Veränderung, die uns unser gesamtes Leben lang von der Geburt bis zum Tod begleitet, ist das Altern. Im Laufe unseres Lebens durchlaufen wir körperliche, soziale und kognitive Veränderungen, die immer wieder Gewinne und Verluste mit sich bringen. Diese Veränderungen treten allmählich und nicht plötzlich auf. Wir können diese Veränderungen nicht verhindern, aber wir können dem Altern die positiven Seiten abgewinnen, Alterungsprozessen entgegenwirken und die eigene Lebensqualität im Alter stärken (Köster, Schramek & Dorn, 2008, S. 161).

Das SOK-Modell als Strategie zum konstruktiven Umgang mit Einschränkungen im Alter

Arthur Rubinstein war ein weltbekannter Konzertpianist, der noch mit 89 Jahren trotz altersbedingter Verluste Konzerthäuser füllte. Er schaffte es mit selektiver Optimierung durch Kompensation sein außergewöhnliches Klavierspiel bis ins hohe Alter zu erhalten.

Sein Vorgehen lässt sich mit dem SOK-Modell von Baltes und Baltes aus dem Jahr 1990 erklären. **S**elektion, **O**ptimierung und **K**ompensation (SOK) sind zentrale Prozesse für die Entwicklungsregulation über die gesamte Lebensspanne hinweg. Wie bereits oben beschrieben, wird jede Lebensphase durch Gewinne

und Verluste charakterisiert. Im Gegensatz zu jüngeren Altersphasen herrschen im Alter die Verluste vor. Um diese ausgleichen zu können sollten persönliche Ressourcen verändert werden, indem neue Ressourcen geschaffen werden oder bisher ungenutzte wieder in den Blick genommen werden. Mit der **Selektion** ist die Priorisierung von Bereichen gemeint. Im Alter kann man vielleicht nicht mehr alles schaffen und sollte sich deshalb auf einen kleineren Bereich beschränken. Mit **Optimierung** ist der Erwerb neuer Fähigkeiten oder das Training vorhandener Fähigkeiten gemeint, was zu einer Leistungsoptimierung führen kann. Unter **Kompensation** ist dagegen der Einsatz von Fähigkeiten und Fertigkeiten zum Ausgleichen von Verlusten zu verstehen. Dieser Prozess kann sowohl bewusst als auch unbewusst stattfinden (Freund, Wahl, Landis & Martin, 2019)

Arthur Rubinstein glich seine Altersdefizite aus, indem er bei der Auswahl seiner Klavierstücke selektiv vorging und nur noch wenige ausgewählte Stücke spielte. Durch viel Übung der beibehaltenen Klavierstücke optimierte er diese Auswahl. Zudem kompensierte er den altersbedingten Rückgang seiner Spielgeschwindigkeit dadurch, dass er vor einer schnellen Passage besonders langsam spielte, so dass den Zuschauenden diese Passage viel schneller erschien. Das SOK-Modell bietet eine Strategie, um mit den Einschränkungen des Alterns konstruktiv umzugehen, die jede*r anwenden kann (BAGSO, 2019, S.11; Gerrig & Zimbardo, 2008).

Lebensqualität im Alter erhalten

Die Veränderungen der Fertigkeiten und Fähigkeiten zur Bewältigung von alltäglichen Anforderungen im Prozess des Älterwerdens sind individuell sehr

LEBENSQUALITÄT IM ALTER

unterschiedlich. Unter der Leitung von Prof. Dr. W. Oswald wurde 2012 zu den Bedingungen der Erhaltung und Förderung von Selbständigkeit im höheren Lebensalter eine groß angelegte Studie (SimA®-Studie) durchgeführt. Die Studien ergaben, dass sich durch konsequente körperliche und geistige Aktivität alterungsbedingte Entwicklungen um mehrere Jahre hinauszögern lassen (SimA®-Akademie, 2021).

Auf Grundlage der SimA®-Studie basiert das Li-mA-Kursangebot (**L**ebensqualität **i**m **A**lter), welches auch in der Erzdiözese Freiburg angeboten wird. Das Kursangebot will Menschen im Älterwerden begleiten und unterstützen. Es geht davon aus, dass es bei den meisten Menschen Potentiale gibt, die nicht ausgeschöpft sind und deren Entdeckung und Förderung viel zur Lebensqualität im Alter beitragen kann.

„Die Auseinandersetzung mit Themen der Alltagsbewältigung und mit Fragen nach dem Sinn des Lebens fördert den reflexiven Umgang mit der eigenen Biografie. Dies hilft, die Aufgaben des Alters, die unabänderlichen Grenzen und Verluste zu akzeptieren und das Veränderbare anzugehen und zu gestalten.“

Dadurch wird das persönliche Leben bereichert und das Leben in Gemeinschaft gefördert. Dabei kann der christliche Glaube hilfreich sein.

Kombinationsübungen aus den Bereichen Psychomotorik und Gedächtnistraining stärken körperliche und kognitive Fähigkeiten. Sie sind mit Lebensfreude und einer Steigerung des Selbstwertgefühls verbunden und fördern dadurch die Ich- und Selbstkompetenz.“

(aus: Standards für Lebensqualität im Alter (LimA) – Das Bildungsangebot der katholischen Seniorenarbeit).

Um mit den unvermeidbaren Konsequenzen des Älterwerdens umzugehen müssen wir uns also Strategien suchen, um altersbedingte Verschlechterungen zu kompensieren. Alterungsprozesse können wir verlangsamen und Fähigkeiten aufrechterhalten, indem wir das Gehirn auf Trab halten. „Viele Veränderungen, die stereotyp mit dem Altern assoziiert werden, sind Folgen des mangelnden Gebrauchs, nicht des Verfalls“ (Gerrig & Zimbardo, 2008). Oder einfacher gesagt: „Wer rastet, der rostet.“

Theresa Betten

Quellen:

- Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO). (2019). *Handreichung Wie Bildung im Alter gelingt*. Bonn: BAGSO. Zugriff am 08.02.2021. Verfügbar unter https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/06_Veroeffentlichungen/2019/BAGSO_Themenheft_Wie_Bildung_im_Alter_gelingt.pdf
- Freund, Wahl, Landis & Martin (2019). *Selektion, Optimierung und Kompensation, Modell der (SOK-Modell)*. In M.A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie*. Bern: Hogrefe. Zugriff am 08.03.2021. Verfügbar unter <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/selektion-optimierung-und-kompensation-modell-der-sok-modell>
- Dorsch Lexikon der Psychologie, 2021
- Gerrig & Zimbardo (2008). *Psychologie*. München; Pearson Studium
- Köster, D., Schramek, R. & Dorn, S. (Hrsg.). (2008). *Qualitätsziele moderner SeniorInnenarbeit und Altersbildung. Das Handbuch*, Oberhausen: Arthena.
- SimA®-Akademie (2021). *SimA® aktiv das Alter gestalten*. Fürth. Zugriff am 19.02.2021. Verfügbar unter https://www.sima-akademie.de/fileadmin/user_upload/sima/pdf/SimA-Imagebroschuere_web_final_.pdf

Kennen Sie schon unseren Rundbrief an Senior*innen?

In diesem können Sie alle ein bis zwei Monate zu ausgewählten Themen spirituelle Impulse, Gedächtnisübungen, Anregungen zu körperlichen Bewegungen und Anregungen zum lebensgeschichtlichen Erinnern entdecken.

Sie erhalten den Rundbrief per E-Mail und können ihn auch an Menschen weitergeben, die keinen Zugang zum Internet haben. In der E-Mail selbst finden Sie auch Hinweise auf Fortbildungen, Arbeitshilfen und andere Informationen.

Eine Anmeldung mit Namen und E-Mail-Adresse ist erforderlich über unsere Website: <https://www.seniorenweb-freiburg.de/mutmach-ideen-in-zeiten-von-corona/rundbrief-an-senior-innen/>

Rituale an Übergängen

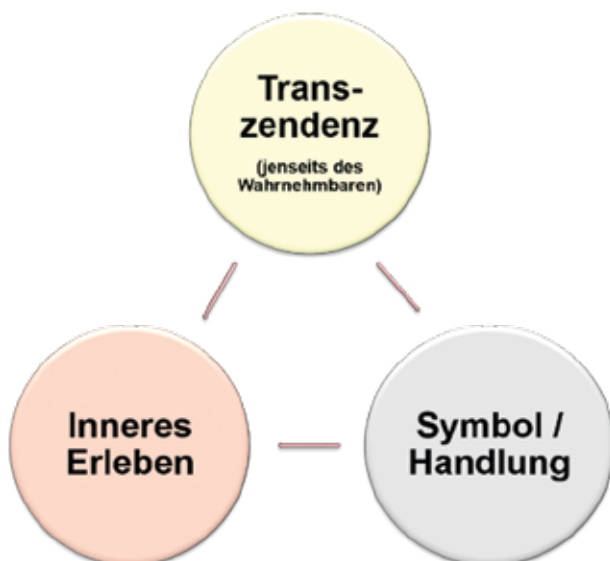
Veränderungen (im Pflegeheim) gestalten

Unser Alltag und Leben ist von vielen Übergängen geprägt: vom Tag in die Nacht, vom Winter zum Frühling, vom Kindergarten in die Schule, vom Paar zur Familie, vom Berufsleben in den Ruhestand usw. Vor allem einschneidende Übergänge wie der Schuleintritt, die Hochzeit oder der Umzug ins Pflegeheim sind mit starken Gefühlen verbunden: mit Freude und Hoffnung und/oder mit Unsicherheiten und Ängsten. Zur guten Bewältigung von Lebensübergängen finden sich daher in vielen Kulturen und Religionen entsprechende Rituale.

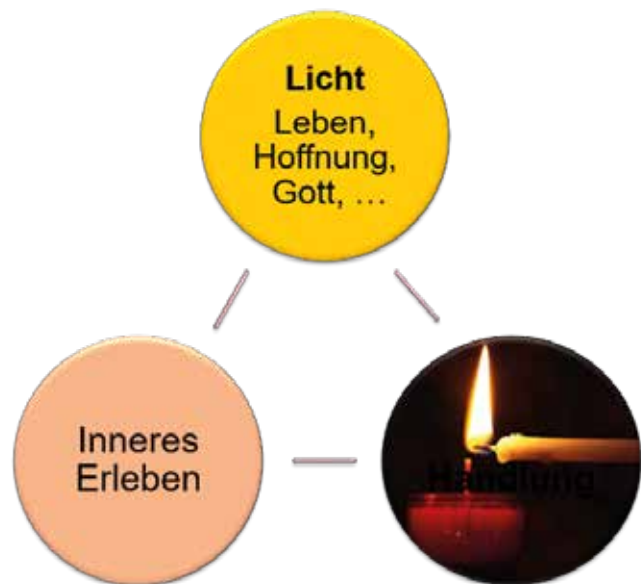
Was ist ein Ritual?

Im Unterschied zu Bräuchen oder Gewohnheiten ist ein Ritual „eine nach vorgegebenen Regeln ablaufende, meist formelle und oft feierlich-festliche Handlung mit Symbolgehalt, und wird häufig von bestimmten Wortformeln und festgelegten Gesten begleitet. Ein Ritual kann religiöser oder weltlicher Art sein wie ein Gottesdienst, eine Begrüßung, eine Hochzeit oder eine Aufnahmefeier.“¹

Kern eines Rituals ist die symbolische Handlung. Sie zeichnet sich dadurch aus, dass sie einerseits mit den Sinnen wahrnehmbar ist, und andererseits auf etwas Anderes, Unsichtbares hinweist. Bedeutsam wird das Ritual für die einzelne Person jedoch erst, wenn sie innerlich am Geschehen beteiligt ist und davon berührt wird. Sonst ist das Ritual eine leere Hülse. Die folgende Grafik stellt diesen Zusammenhang bildlich dar:



Am Geburtstag kann das Anzünden einer Kerze an die Taufe erinnern oder einfach ein Zeichen für die Besonderheit des Tages sein. Wird nach dem Tod eines nahestehenden Menschen eine Kerze angezündet, kann dies die Hoffnung auf ein neues Leben oder die Verbundenheit zur verstorbenen Person ausdrücken. In der Osternacht verweist das Licht der Osterkerze auf Jesus Christus, der von den Toten auferstanden ist und neues Leben bringt.



Symbole und symbolische Handlungen sind deutungsoffen, d.h. sie können für Unterschiedliches stehen. Licht ist beispielsweise ein Zeichen für Leben, Hoffnung oder Gott. Symbole erlauben, Unsagbares auszudrücken: tiefe Freude oder tiefen Schmerz, Hoffnung, Ohnmacht, Vertrauen, Zweifel, Dankbarkeit.

Verschiedene Arten von Ritualen³

Der Alltag, das Leben und das Jahr sind von verschiedenen Ritualen geprägt:

- Zyklische Rituale gliedern den Tag, die Woche und das Jahr und greifen Grundthemen des Lebens und des Glaubens auf (Tischgebet, Tagesrückblick, Weihnachten, Ostern, Aufstellen des Maibaums, Sonnenwendfeier, Erntedank)
- Situationsbezogene Rituale werden bei besonderen Ereignissen vollzogen, z.B. Bitte um Schutz („Gewitterkerze“)
- Interaktionsrituale geben dem Zusammenleben eine Struktur (Begrüßung, Tee-Zeremonie)
- Rituale an Lebensübergängen beziehen sich auf einmalige, biographische Situationen, die mit einem Statuswechsel verbunden sind (Taufe, Hochzeit)

Was bewirken Rituale?

Auf der **psychischen Ebene** geben Rituale unterschiedlichen Gefühlen Raum. Sie reduzieren Angst und geben Sicherheit, zudem stärken sie die Identität. In **sozialer Hinsicht** binden Rituale in eine größere Gemeinschaft ein und wirken so entlastend. Nicht zuletzt können Rituale die **Sinnfrage** stellen und Antworten geben: Wer bin ich? Wozu lebe ich? Wohin gehe ich?

Van Gennep und die „Rites des passages“ (Übergangsrituale)

Dem Ethnologen Arnold van Gennep war bei seinen Studien zu Ritualen verschiedener Kulturen und Religionen aufgefallen, dass sie häufig einem ähnlichen Ablaufmuster folgen. Zu Beginn des Rituals steht die **Trennung** vom Vorherigen im Vordergrund. Im Mittelteil geht es um die **Umwandlung** und zum Schluss richtet sich der Blick auf die **Anpassung** an die neue Situation. Dieser Ablauf bietet ein gutes Raster für die Entwicklung von neuen Übergangsritualen.

Rituale an Übergängen

Den Wert von Übergangsritualen haben die Einschränkungen aufgrund der Coronapandemie neu bewusstmacht. Vor allem gewohnte Rituale beim Abschiednehmen wurden schmerzlich vermisst. Die oben genannten positiven Funktionen von Ritualen ermutigen dazu, in Zeiten der Veränderung bewusst auf gewohnte Rituale zurückzugreifen oder neue, der Situation angepasste Rituale zu entwickeln.

Kleiner Ritualvorschlag: Belastendes Abgeben

Die Trauer über Verluste, Enttäuschungen oder Ängste können so stark und kräftezehrend sein, dass sie eine positive Sicht auf Veränderungen erschweren. Das folgende Ritual ist ein Vorschlag, Belastendes bewusst abzugeben um innerlich freier zu werden. Es kann im Pflegeheim, aber auch beim Seniorentreff oder zu Hause durchgeführt werden.

¹ Stangl, W. (2021), Stichwort: ‚Ritual – Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik‘. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik, <https://lexikon.stangl.eu/18053/ritual> (Abruf: 14.03.2021)

² Vgl. Hein, M. Die (Wieder-) Entdeckung der Rituale in unserem Leben, <https://www.slideserve.com/ruby-tyler/die-wieder-entdeckung-der-rituale-in-unserem-leben-vortrag-mit-monika-hein>, S. 5 (Abruf: 14.03.2021)

³ Vgl. zu diesem und zum nächsten Punkt: Hein, (Wieder-) Entdeckung, S. 3f; Landesarbeitsgemeinschaft Katholische Seniorenarbeit in Baden-Württemberg, Rituale gestalten in der Altenarbeit (Basiswissen 17), Freiburg/Stuttgart 2009, S. 4f.

In unserem Leben und in unserer Welt gibt es Schönes und Schweres.
Erfahrungen der Liebe, des Glücks und der Gesundheit beflügeln uns,
Erfahrungen des Verlustes und des Leides kosten Kraft.
Es fällt uns oft schwer, solche Veränderungen anzunehmen.

Im ersten Petrusbrief wird die Gemeinde dazu aufgefordert,
alle Sorgen auf Gott zu werfen, da Gott für sie sorgt (1 Petr 5,7).
Die Gemeinde soll ganz bewusst all das, was Sorgen macht und belastet,
Gott übergeben.
Das wollen wir nun auch tun:

*(Im Folgenden je nach Situation neue Aspekte einfügen bzw. genannte weglassen;
zu jedem Aspekt wird eine Geste des Abgebens gemacht)*

Wir geben Gott

- alle Ängste und Zweifel
- die Trauer um liebe Menschen

Liedruf: Alle eure Sorgen werft auf ihn, denn er sorgt für euch.

Wir geben Gott

- alle Schmerzen
- die Sehnsucht nach dem früheren Zuhause

Liedruf: Alle eure Sorgen ...

Wir geben Gott

- die Abhängigkeit von anderen Personen
- die Einsamkeit

Liedruf: Alle eure Sorgen ...

Gott, wir haben dir alles gegeben, was uns belastet.
Jetzt ist es ein bisschen leichter ums Herz.
Jetzt haben wir wieder einen freieren Blick für das Gute,
das wir jeden Tag erhalten.
Schenke uns die Kraft,
dankbar zu sein sowie
Veränderungen anzunehmen
und das Beste daraus zu machen.
Amen.

Ulrike Hudelmaier

Neue Chancen für das Waisenhaus in Port Victoria

Der Förderverein Afridunga engagiert sich seit 2010 in Kenia

Rückblick

Seit 11 Jahren unterstützt der Förderverein Afridunga das direkt am Viktoriasee gelegene Waisenhaus *Sheryl's Orphans Children Home* (kurz: *Sheryl's*), das von Mrs. Rosemary Murumba gegründet wurde und ehrenamtlich geführt wird. Der Ehemann von „Mama Rosemary“ ist in Port Victoria geboren und ihre Familie besitzt nur zehn Gehminuten vom Waisenhaus entfernt ein Haus, das vielen Besuchern aus nah und fern, darunter zahlreichen Praktikantinnen aus unserer Region, als „Haus des Gastes“ in bester Erinnerung bleiben wird. Mama Rosemary verfügt über ein intensives Netzwerk zum Wohle des Waisenhauses, ist ständig in Kontakt mit dem Vorstand von Afridunga und maßgeblich an der Planung und Durchführung aller Einzelprojekte vor Ort beteiligt.



Der Bezirk *Port Victoria Budalangi Division* hat eine Bevölkerung von ca. 70.000 Einwohnern und grenzt westlich an den Viktoriasee. Das Gebiet, obwohl grundsätzlich sehr trocken, wird regelmäßig durch Überflutungen des Flusses Nzoia verwüstet. Das Flachmoor Vala erschwert zusätzlich den Anbau von Grundnahrungsmitteln, weshalb die Bevölkerung von Armut betroffen ist.

Port Victoria ist nur über eine Schotterstraße zu erreichen. Aufgrund der direkten Lage am See ist die Straße eine Sackgasse. Touristen und gemeinnützige Organisationen außer Afridunga gibt es keine. Im Zentrum von Port Victoria sind nur wenige Häuser an das Strom- und Wassersystem angeschlossen. Es gibt mit der *Secondary School John Osoga* und *Namenya High School* zwei weiterführende Schulen und vier Grundschulen, die jedoch alle kostenpflichtig sind. Der Anteil an Kindern, die keine Schule besuchen können, ist dementsprechend groß. Ziel des Fördervereins Afridunga ist, den Waisenkindern durch den Besuch im eigenen Kindergarten und der eigenen Schule eine Perspektive zu ermöglichen.

Im Mai 2020 erhielt Daniel Knäble, Vorsitzender des Fördervereins Afridunga, die bedrückende Nachricht, dass der Viktoriasee durch heftige Regenfälle den inzwischen höchsten Wasserstand in der Geschichte der Aufzeichnungen erreicht hat, so dass zahlreiche Dörfer überflutet wurden. „Nach der Dürre kamen die Überflutungen, nach der Heuschrecken-Plage der Lockdown von Corona und nun gibt es erneute Überflutungen“, so die Zusammenfassung des Redaktionsnetzwerkes Deutschland. Afridunga hat sich spontan zu einem Spendenaufruf für Nahrungsmittel entschlossen und in wenigen Tagen unbürokratisch Spenden für den Erwerb von Nahrungsmitteln für die betroffenen Familien in der Region zur Verfügung gestellt.

Aktuelle Situation

Obwohl aufgrund der Abgeschiedenheit das Corona-Virus im Waisenhaus bisher (noch) nicht angekommen ist, musste das Waisenhaus in den vergangenen Monaten aufgrund des angeordneten Lockdowns geschlossen bleiben. Die Waisenkinder im Internat



wurden weiter betreut, die anderen Waisen im „Fernunterricht“ beschult und versorgt. Erfreulich ist, dass nach schwierigen Monaten im Januar 2021 der Kindergarten und die Schule wieder öffnen durften. Dies ist sicherlich der sehr guten Arbeit von Mama Rosemary als Projektverantwortliche und ihrem Team zu verdanken. So wurden alle vorgeschriebenen Hygienestandards wie beispielsweise die notwendige Anzahl sanitärer Anlagen und Desinfektionsspender sowie die Mindestabstandsregeln erfolgreich umgesetzt und eingehalten. Besonders stolz sind alle Beteiligten, dass **Sheryl's** beim Besuch und der Prüfung des Gesundheitsamtes als beste Einrichtung in der Region abschneiden konnte und sich mittlerweile bezüglich der Qualität selbst mit angesehenen Schulen in Nairobi vergleichen kann.

Die für das Jahr 2020 geplanten und durchgeführten Baumaßnahmen – zusätzliche Klassenzimmer und sanitäre Anlagen, eine Bücherei, ein Computerraum und ein Lagerraum – wurden fristgerecht fertiggestellt und konnten teilweise durch die Zuschüsse aus Mitteln des EZ-Kleinprojekte-Fonds für gemeinnützige Organisationen finanziert werden. Die für den Schul-



abschluss notwendige Computerausstattung ist bereits bestellt.

Die durchgeführten Baumaßnahmen ermöglichten zahlreichen Handwerkern, Mitarbeitern und deren Familien Arbeit und ein gesichertes Einkommen. Das gilt auch für die Ausstattung des gesamten Projekts. Die tägliche Versorgung der über 300 Kinder garantiert den Fischern und Bauern der Region eine wichtige und gesicherte Einnahmequelle, alle Lebensmittel (Mais, Reis, Bohnen, Obst) werden vor Ort gekauft.

Sheryl's sichert den Erzieherinnen, Lehrern, den sonstigen Mitarbeiter*innen und deren Familien ein gesichertes Einkommen. Auch beim Erwerb von Lehr- und Lernmaterial, insbesondere Schulbüchern, bleibt die Wertschöpfung in Kenia. Dies gilt auch für die medizinische Grundversorgung.

Ausblick und Dank

Ende des Jahres 2021 – das Schuljahr in Kenia beginnt jeweils im Januar – wird die erste Schulklasse im Waisenhaus die Abschlussprüfung ablegen. Den Übergang zu einer beruflichen Ausbildung sieht der Förderverein Afridunga deshalb als nächste große Herausforderung. Ideen hinsichtlich Projekten im Bereich Land- und Forstwirtschaft und des Baus von Werkstätten sind bereits vorhanden. Bei den bisherigen Überlegungen in Bezug auf eine mögliche Berufsausbildung ist Afridunga an finanzielle Grenzen gestoßen. Eine größere Spendensumme, die uns von der Firma **ProWin** zugesagt wurde, wird uns helfen, unsere Visionen zeitnah angehen zu können.

Bezüglich der ärztlichen Versorgung der Kinder bitten uns die Verantwortlichen vor Ort um die Errichtung einer kleinen, eigenen Apotheke sowie einen Behandlungsraum für die Erstversorgung. Die Beschaffung dringend notwendiger Medikamente ist nach wie vor aufgrund der langen Fahrwege nach Busia oder Kisumu sehr aufwendig, kostspielig und oft mit einer Tagesreise verbunden. Durch die zahlreichen, aktuell wieder aufgetretenen Malariafälle, möchten wir dem Wunsch gerne nachkommen.

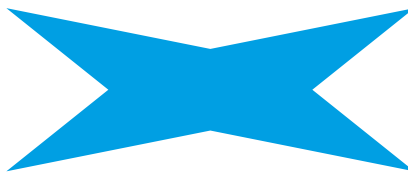
Es ist beeindruckend, welche Entwicklung Afridunga und unser Waisenhaus in Kenia seit der Gründung vor 11 Jahren aufweisen kann. Obwohl in den vergangenen Monaten alle geplanten Veranstaltungen

abgesagt wurden, blicken Förderverein und Sheryl's dankbar und demütig zurück und sind voller Zuversicht bzgl. der anstehenden Herausforderungen der kommenden Jahre.

Der Vorstand von Afridunga dankt allen für die großzügige Unterstützung und versichert, dass jeder Euro der Spenden ohne Verwaltungskosten zu 100 Prozent unserem Partnerprojekt *Sheryl's Orphans Children Home* zugutekommt.

Daniel Knäble

1. Vorsitzender Afridunga e.V.



Arbeit für die Schwächsten

Sozialdienst des Caritas Baby Hospitals unter erschwerten Bedingungen

Wie in vielen Ländern der Welt ist auch das Leben der Menschen in Palästina seit genau einem Jahr von der Corona-Pandemie geprägt. Im März und April 2020 hatte eine Ausgangssperre das öffentliche Leben fast ganz zum Erliegen gebracht. Sie verhinderte, dass



Eltern ihre kranken Kinder ungehindert zum Caritas Baby Hospital bringen konnten. Um in die Kinderkli-

nik zu gelangen, durften nur noch Notfälle die Straßensperren und Kontrollen passieren.

Die sich seit Mai 2020 abwechselnden Phasen der Lockerungen und Restriktionen ermöglichen immerhin, dass auch die ambulanten Fachabteilungen der Kinderklinik unter Einhaltung strenger Hygiene- und Abstandsregelungen wieder aufgesucht werden können. Auch steht eine seit Jahresbeginn 2020 eingerichtete Telefon-Hotline besorgten Eltern weiterhin rund um die Uhr zur Verfügung. Die Arbeit auf der Intensivstation und den weiteren Kinderstationen war durchgängig möglich.

Um den Klinikbetrieb möglichst vollumfänglich aufrecht zu erhalten, wurde jede neue Hygieneverordnung implementiert und Abteilungen wurden neu strukturiert. So konnten Quarantäne- und Isolierstationen für Corona-infizierte Kinder geschaffen werden.



Das Kliniklabor hat in einem Nebengebäude ein eigenes Zentrum für Corona-Tests aus der ganzen Region eröffnet. Mit großem Einsatz betreuen die Klinik-Sozialarbeiterinnen besorgte Eltern und zeigen ihnen Hilfsmöglichkeiten auf.

Währenddessen ist die Wirtschaft des Westjordanlandes, die besonders stark vom Tourismus abhängt, fast vollständig zusammengebrochen. Viele einkommensschwache Familien haben mittlerweile ihre Ein-

kommensgrundlage verloren. Sie können sich kaum das Lebensnotwendige leisten, geschweige denn ihren Eigenanteil für die Medikamente ihrer akut oder chronisch erkrankten Kinder aufbringen. Daher sind sie mehr denn je auf die finanzielle Hilfe des Klinik-Sozialdienstes angewiesen.

Da die Spenden des FORUM älterwerden explizit für den Klinik-Sozialdienst verwendet werden, helfen sie vor allem den Menschen im Caritas Baby Hospital, die von der Corona-Pandemie am stärksten betroffen sind: den chronisch kranken Kindern aus einkommensschwachen Familien, deren Eltern sich die notwendigen Medikamente nun erst recht nicht mehr leisten können. Für sie bedeutet die finanzielle Unterstützung mehr denn je unverzichtbare Hilfe.

Carmen Sibbing
Leiterin des KHB-Länderbüros Deutschland

Wir leiten Ihre Spende an Afridunga und KHB weiter!

Wir danken Ihnen für die Spenden im Jahr 2020 an den Sozialdienst des Caritas-Baby-Hospitals (KHB) in Höhe von insgesamt 12.664,09 EUR!

Das FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V. gibt Ihre Spenden gesammelt weiter und Sie erhalten (bei Angabe Ihrer Adresse und ggf. des Namens der Seniorengemeinschaft im Verwendungszweck der Überweisung) einen Dankesbrief – auch zum Vorlesen in Ihrer Seniorengruppe – und bei persönlichen Spenden eine Spendenbescheinigung.

Ihre Spende zugunsten

des Waisenhauses Sheryl's (Förderverein Afridunga e.V.)

überweisen Sie bitte auf das Konto des FORUM älterwerden e.V.

bei der Sparkasse Freiburg, IBAN: DE04 6805 0101 0002 1007 02

Verwendungszweck: „Afridunga“ (sowie Namens- und Adressangabe)

Ihre Spende zugunsten

des Sozialdienstes des Caritas-Baby-Hospitals (Kinderhilfe Bethlehem - KHB)

überweisen Sie bitte auf das Konto des FORUM älterwerden e.V.

bei der Sparkasse Freiburg, IBAN: DE04 6805 0101 0002 1007 02

Verwendungszweck: „Bethlehem“ (sowie Namens- und Adressangabe)

Inklusion an vielen Orten – auch in der Kirche

Unter dem Motto „Das Wir erleben“ findet vom

1. bis 8. Mai 2022 eine diözesanweite Woche der Inklusion statt.

Organisiert wird die Projektwoche von den Mitarbeitenden des Referats Inklusion–Generationen im Erzbischöflichen Seelsorgeamt Freiburg, an welches das FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg angegliedert ist.

Inklusion hat viel mit unserer Haltung zu tun und ist ein Prozess. Damit unsere Kirche ein inklusiver Ort wird, haben wir noch ein Stück Weg vor uns. Durch die Woche der Inklusion möchten wir gemeinsam mit den Kirchengemeinden einen Schritt in diesem Prozess weitergehen.

Dazu sollen Kirchengemeinden durch die Woche der Inklusion Unterstützung finden.

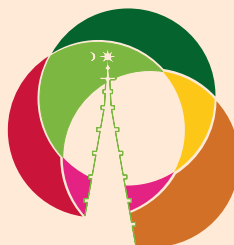
Auf der Projekthomepage können Sie sich untereinander vernetzen, Materialien, Ideen und Veranstaltungen entdecken. Auch Verbände und Seniorengemeinschaften können sich einbringen und Initiative ergreifen, um inklusives Handeln in der Kirchengemeinde zu stärken.

Ab dem **5. Mai 2021** finden Sie auf der Homepage www.woche-der-inklusion-2022.de Ideen, Anregungen, und Erfahrungsberichte, die Sie zu einer eigenen Veranstaltung im Rahmen der Woche der Inklusion anregen können.

Lassen Sie uns gemeinsam anfangen unsere Kirche zu einem inklusiven Ort zu machen, in der alle mitmachen können, alle dazugehören und alle gleich wichtig sind!

Theresa Betten und Johannes Braun (Referat Inklusion-Generationen)

Woche der
Inklusion
1.–8. Mai 2022



Erzdiözese
Freiburg

Ab 5. Mai 2021: www.woche-der-inklusion-2022.de

Materialien für die Seniorenarbeit

sind in der Geschäftsstelle des FORUM älterwerden, erhältlich.

Bestellung bitte per E-Mail an:

forumaelterwerden@seelsorgeamt-freiburg.de

Eine Übersicht über unsere Materialien können Sie unter

www.seniorenweb-freiburg.de einsehen.



TERMINÜBERSICHT 2021

Terminübersicht – Veranstaltungen

Wir laden Sie zu digitalen Veranstaltungen und zu Veranstaltungen vor Ort ein! Untenstehend finden Sie eine Übersicht von Juni 2021 bis Februar 2022. Weitere Veranstaltungen und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie unter www.seniorenweb-freiburg.de ! Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

7.–8. Juni 2021 <i>digital</i>	Diözesanversammlung des FORUM älterwerden <i>mit Wahl des Diözesanvorstands</i> Die Delegierten erhalten eine gesonderte Einladung!
11. Juni 2021 14.00–18.00 Uhr <i>Freiburg</i>	Fachnachmittag Altenheimseelsorge <i>Seelsorge als Beziehungsgeschehen – Begegnen und Berühren</i> <u>Anmeldung:</u> DST Breisgau-Schwarzwald-Baar
fällt aus! 26. Juni 2021	Volksschauspiele Ötigheim <i>Dieses Jahr <u>kein</u> Sondertermin für Altenwerke!</i> ¹
16.–17. Juli 2021 <i>St. Bernhard Rastatt</i>	Grundkurs Kirchliche Seniorenarbeit
15. September 2021 14.45–16.00 Uhr	Digitales Austauschtreffen Seniorenarbeit <i>Thema folgt</i>
24. September 2021 14.00–18.00 Uhr <i>Heidelberg/Eppelheim</i>	Fachnachmittag Altenheimseelsorge <i>Versöhnung als Tor zum Frieden</i> <u>Anmeldung:</u> DST Rhein-Neckar
1. Oktober 2021 14.00–18.00 Uhr <i>Karlsruhe</i>	Fachnachmittag Altenheimseelsorge Übergänge <u>Anmeldung:</u> DST Mittlerer Oberrhein-Pforzheim
14. Oktober 2021 14.45–16.00 Uhr	Digitales Austauschtreffen Seniorenarbeit <i>Thema folgt</i>
15. November 2021 14.45–16.00 Uhr	Digitales Austauschtreffen Seniorenarbeit <i>Thema folgt</i>
8. Dezember 2021 14.45–16.00 Uhr	Digitales Austauschtreffen Seniorenarbeit <i>Thema folgt</i>
15.–17. Februar 2022 <i>St. Bernhard Rastatt</i>	Tagung der Landesarbeitsgemeinschaft Katholische Seniorenarbeit in Baden-Württemberg <i>Thema folgt; digitale Teilnahme möglich.</i>

Bitte achten Sie auf unsere Flyer für die oben genannten sowie ggf. weitere Veranstaltungen!

Aktuelle Informationen zu stattfindenden Veranstaltungen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie unter: www.seniorenweb-freiburg.de



HINWEIS

Mit dem Mitteilungsheft 2021-2 wird eine neue, überarbeitete Auflage unserer „Basisinformationen“ erscheinen.

¹ Unter www.volksschauspiele.de gibt es Informationen zu den im Sommer 2021 stattfindenden Aufführungen in Ötigheim. Anmeldungen sind jeweils nur für einen gemeinsamen Haushalt möglich. (Stand: März 2021)

Impressum

Herausgeber	FORUM älter werden der Erzdiözese Freiburg e.V.
Erscheinungsweise	2x jährlich
Redaktion	Theresa Betten, Anette Kempf, Johannes Braun, Alfred R. Laffter
Titelbild	Eugene Zhyvchik, Unplash
Gestaltung	José R. González Bellón Gabi Trötschler
Fotos	S. 3 Sven Veith, S. 4 Bild von zebulyon auf Pixabay, S. 5 Erzdiözese Freiburg, S. 9 lotta- fotografie.de, S. 13 & 14 Simon Hacker, S. 15 & 16 mGdn, S. 18 Berthold Enz, S. 19 FORUM älter werden der Erzdiözese e.V., S. 21 Bild von Frauke Feind auf Pixabay, S. 22 Bild von Thom Masat auf Unsplash, S. 26 Heimatverein Todtnauberg, S. 27 Heiko Stein auf Pixabay, S. 34 & S. 35 & S. 36 Förderverein Afridunga e.V., S. 36 & 37 KHB, S. 38 Erzdiözese Freiburg
Druck	Druckerei schwarz auf weiss, Freiburg
Bezug	Kostenfrei für die Bezieher aus der Erzdiözese Freiburg für Bezieher von außerhalb: 6,00 EUR/Jahr (2 Hefte incl. Porto)
Redaktionsschluss	15. September und 15. März

Geschäftsstelle des FORUM **älter**werden

Vorstand des FORUM **älter**werden
der Erzdiözese Freiburg e.V.:
Ulrike Kütscher (Karlsbad)
Monika Baur (Hagnau)

Adresse Okenstr. 15, 79108 Freiburg
Telefon Tel. 0761 5144 -

Stellv. Ref.-Leitung und Bildungsreferentin
Theresa Betten - 212

Geschäftsführer und Bildungsreferent
für intergenerationelle Arbeit
Johannes Braun - 210

Referentin für die Seelsorge in Alten- und Pflegeheimen
Dr. Ulrike Hudelmaier - 144

Sekretariat

Vorstand
Gabriele Trötschler - 211

Veranstaltungsmanagement
Katharina Horvath - 213

Buchhaltung und Spenden
Nadine Kaltenbach - 265

FAX 0761 5144 76-211/ - 213
E-Mail forumaelterwerden@seelsorgeamt-freiburg.de
Internet www.seniorenweb-freiburg.de
Konto FORUM **älter**werden
Sparkasse Freiburg
IBAN: DE04 6805 0101 0002 1007 02,
BIC: FRSPDE66

Danke für die Spenden für die Mitteilungen

Wir verschicken unsere „Mitteilungen“ im Bereich der Erzdiözese Freiburg kostenlos – schon allein um den riesigen Aufwand von Rechnungsstellungen zu vermeiden. Umso dankbarer sind wir, wenn immer wieder Spenden mit dem Kennwort „Mitteilungen“ bei uns eingehen. Das beflügelt uns, Ihnen auch weiterhin ansprechend gestaltete anregungsreiche „Mitteilungen“ zukommen zu lassen.



Erzdiözese
Freiburg

Erzbischöfliches
Seelsorgeamt

Hinweis zum Datenschutz

Hinweis zum Datenschutz: Ihre Anschrift ist bei uns seit der Meldung zur Übernahme Ihres Engagements in einer eigenen Datenbank hinterlegt. Die Adresse wird bspw. auch zum Versand der „Mitteilungen“ verwendet. Gespeichert sind i.d.R. Name und Postanschrift und in vielen Fällen inzwischen auch Ihre E-Mail-Adresse. Gemäß der Satzung des FORUM **älter**werden der Erzdiözese Freiburg e.V. informieren wir Sie mit diesem Versand über zur Erfüllung der Verbandsaufgaben wichtige Vorgänge. Sie haben selbstverständlich ein Widerrufsrecht zur Speicherung Ihrer Daten.

Wir treten für ein realistisches Altersbild ein, damit Menschen
nicht nur alt werden, sondern auch alt sein wollen und dürfen.