

Impulsbrief Forum Älterwerden – Januar 2021

Liebe Freunde und Freundinnen und alle, die sich für die Gemeindegarbeit mit älteren Erwachsenen und Senioren interessieren!

Seid herzlich begrüßt im noch jungen Jahr 2021! Im Namen der Mitarbeitenden wünsche ich Euch Gottes reichen Segen für all Euer Tun und Lassen in 2021 – für Euch persönlich und in der Gemeindegarbeit mit älteren Erwachsenen und Senioren.

Folgender Zuspruch mag Euch dabei begleiten:

Geht mit der Einsicht,
dass wir als Christ*innen Verantwortung tragen
für alle Menschen.

Geht mit der Absicht,
in Wort und Tat einzustehen
für Gerechtigkeit, Liebe und Frieden.

Geht mit der Aussicht,
dass der Herr Euch begegnet,
wenn ihr dem Geringsten seiner Brüder und Schwestern
Gutes tut. (Verfasser unbekannt)

Auch für 2021 haben wir uns im Forum Älterwerden einiges vorgenommen. Dabei berücksichtigen wir die immer noch herausfordernde Corona-Situation. Dementsprechend wird es in der ersten Jahreshälfte **Online-Veranstaltungen** geben. Konkret ist das Thema „**LebensKunst – Kunst des Lebens**“ in Arbeit - zu verschiedenen Bildern verschiedener Künstler und ihrer Botschaft für unser Leben und unseren Glauben.

Näheres erfahrt Ihr im nächsten Impulsbrief und über den Bundesnewsletter.

Auch für **Präsenzveranstaltungen** gibt es Pläne, die wir sobald es möglich ist, umsetzen.

Wir haben im letzten Jahr etliche **Themen** zusammengestellt und möchten gern von Euch wissen, welche auf Euer Interesse stoßen. Hier einige Beispiele:

- Selbstbestimmung auch im Alter
- Lebenskunst
- Unterschiede in den Kulturen im Alter
- Analyse von traumatischen Erlebnissen über die Generationen hinweg
- Persönlichkeitsveränderungen bis ins hohe Alter
- Aussöhnung mit der eigenen Biografie
- Spiritualität im Alter
- Umgang mit Veränderungen
- Lebenswendepunkte

Gebt uns bitte eine Rückmeldung dazu und schreibt gern, was Euch ansonsten interessiert!

Und nun noch ein **Hinweis zum letzten Impulsbrief:**

Die **Videos** von **Dr. Ralf Dziewas** zu den Themen „**Die Lebensphasen im Alter**“ und „**Die Milieuviefalt im Alter**“ sind abrufbar unter <https://www.befg.de/angebote-fuer/zielgruppen-der-gemeindearbeit/senioren/803/online-werkstattgesprach/>

Leider gab es im letzten Impulsbrief dazu wohl einen Kopierfehler.

Die Videos sind lohnenswert anzuschauen.

Impuls

Kennt Ihr die Geschichte von den „unabgelaufenen Füßen“?

Sie erzählt von einem Großvater und seiner Enkelin. Gemeinsam besuchten sie eine Familie mit einem Neugeborenen. Die kleine Enkelin war ganz fasziniert von dem Baby, das auf dem Tisch lag und gewickelt werden sollte. Sie schaute es lange intensiv an, streichelte ihm über die nackten Füßchen und sagte dann: „Es hat so schöne unabgelaufene Füße!“

Unabgelaufene Füße! Was für ein interessantes Wort!

Der Großvater des Mädchens, der Theologe Fulbert Steffensky, hat damit den Beginn eines neuen Jahres verglichen. Er meinte, dass es eigentlich immer so ist, wenn etwas Neues beginnt. Am Anfang ist das Neue noch unverletzt und rein, wie „unabgelaufene Füße“! So geht es uns, wenn ein neuer Lebensabschnitt beginnt, wenn sich eine neue Beziehung anbahnt, wenn eine neue Aufgabe vor uns liegt. Viel Hoffnung ist damit verbunden. Das Neue ist noch unbelastet. Da ist noch nichts an Enttäuschung, an Verletzung, an altem Trott. Das Neue hat noch Glanz und Faszination. Wie der Anfang eines neuen Jahres.

Zugleich erinnert der Anfang eines neuen Jahres an Anfänge, die nicht gehalten haben, was sie versprochen.

Wir alle haben *keine* unabgelaufenen Füße. Unsere Füße sind schon viele Wege gegangen. Und wir haben die Erfahrung gemacht: Manches kommt anders als erwünscht. Gerade in 2020 war das so! Und doch ist auch mit dem Anfang des Jahres 2021 Hoffnung verbunden: Es gibt neue Möglichkeiten zu entdecken! Wege, die ich noch nie gegangen bin. Neue Chancen trotz Einschränkungen und Herausforderungen.

„**Du, Gott, stellst meine Füße auf weiten Raum**“, bekennt der Psalmbeter aus einer Notlage heraus, aber im Vertrauen darauf, dass Gott gut und sicher weiter führen wird, auch, wenn Wege unübersichtlich und Räume eng werden. (Psalm 31,9)

Gedankenanstöße / Gesprächsanregungen:

- Wie blicken wir auf das vor uns liegende Jahr – mit den noch „unabgelaufenen Füßen“? - Hoffnungsvoll? Ängstlich?
- Welche Wege unseres Lebens haben einen anderen Verlauf genommen als geplant? Was war dabei überraschend? Was hat Not bereitet? Was hat weiter gebracht?
- Wie stelle ich mir den „weiten Raum“ vor, den Gott mir eröffnen will? Was muss ich loslassen? Wofür will ich mich öffnen?
- Welche Spuren sollen bleiben?

Wir können dabei an persönliche Lebenswege denken, an die Gemeindearbeit im Bereich Älterwerden und auch an das Geschehen in unserer Welt.



Lied (Feiern und Loben Nr. 441):

Wir haben Gottes Spuren festgestellt
auf unsern Menschenstraßen,
Liebe und Wärme in der kalten Welt,
Hoffnung, die wir fast vergaßen.

Zeichen und Wunder sahen wir gescheh'n
in längst vergang'nen Tagen,
Gott wird auch unsre Wege mit uns geh'n,
uns durch das Leben tragen.

Jutta Teubert, im Januar 2021