

„In Erwartung“

Bild-Text-Karte des Altenwerkes 2010



Inhalt

„In Erwartung“ – eine Adventsbesinnung
und andere Möglichkeiten zum Einsatz der Karte

*Obenstehendes Bild und der Text sind auf einer Klappkarte abgedruckt, die bei der Diözesanstelle des Altenwerkes erhältlich ist (0,50 EUR). Die Innenseite der Karte ist für die eigene Gestaltung frei.
Okenstraße 15, 79108 Freiburg, Tel. (07 61) 51 44-2111/-213;
www.seniorenweb-freiburg.de*

Nachdruck: Februar, 2017

„Guter Hoffnung sein“

Bild-Text-Karte des Altenwerkes 2010

Mitwirkende

- 3 Sprecher/innen A,B,C
- Jemand, der nach und nach die Kerzen anzündet
- Instrumentalmusik (möglichst live)
- Begleitung der Lieder möglichst mit Instrumenten, evtl. kleine Schola

Vorbereitung, Material

- Adventskranz oder Adventsgesteck mit 4 Kerzen
- Für jeden TN eine Bild-Karte zum anschließend Mitnehmen. In die Karte evtl. einen persönlichen Gruß und das neue Jahresprogramm einlegen.
- Liedblätter für die TN

In Erwartung leben – eine Adventsbesinnung

Einstimmung, Bildbetrachtung

Instrumentalmusik

A: Zu unserer Adventsbesinnung begrüße ich Sie herzlich. Auf Ihrem Platz liegt eine Bildkarte. Sie zeigt eine schwangere Frau. Es kann Maria sein, kurz vor der Geburt von Jesus. Oder auch jede andere schwangere Frau. Das Bild heißt „In Erwartung“ – wer kann besser in Erwartung leben als eine schwangere Frau? Und doch ist die adventliche Lebenshaltung des Wartens für Frauen und auch für Männer in jedem Lebensalter angesagt. In dieser Stunde können das Bild und einige Gedanken uns dazu einstimmen. Nehmen wir uns ein wenig Zeit, das Bild auf uns wirken zu lassen. Welche Erinnerungen, Gedanken, Gefühle löst dieses Bild bei Ihnen aus?

Instrumentalmusik

B: Das Bild zeigt eine junge schwangere Frau im Profil. Sie steht aufrecht da. Sie ist allein – es ist niemand anderes, keine Umgebung zu sehen. Sie schaut nach vorne. Ihr leichtes kurzes Kleid umspannt den Bauch. Die Künstlerin kam mit wenigen Farben aus. Rot und rosa das Kleid. Rot ist die Farbe der Liebe, des Feuers, der Energie, der Herzlichkeit. Das Rosa erinnert an einen Himmel im Morgenrot oder Abendrot. Das Gesicht und die Arme sind hautfarben, die dunklen langen Haare fallen offen hinter dem Kopf auf die Schultern. Der Arm hängt locker herunter, die Finger sind gebeugt, sie ist bereit, anzupacken. Um die Frau liegt ein goldener Glanz, wie ein Schutz, der ihr Geborgenheit gibt. Gold ist in der Ikonenmalerei die Farbe für das Göttliche. Hinter der Frau ein leichtes Rosa, vor ihr ein helles Grau mit einem rötlichen Schimmer. Am unteren und oberen Rand des Bildes ist ein leichtes Grün. Die Frau passt nicht ganz auf das Bild. Ihr Kopf stößt an den oberen Bildrand an. Ihre Füße sind außerhalb des Bildes.

evtl. kurzes Instrumentalstück

1. Warten können

C: (die 1. Kerze wird angezündet)
Im Advent und an Weihnachten brennen viele Kerzen. Doch am Anfang wird nur eine Kerze angezündet. Sie sagt uns: Der Advent hat begonnen – aber wir müssen noch warten. Die erste Kerze soll uns Geduld schenken, warten zu können.

Lied: Wir sagen Euch an (GL 115, 1. Str.) ... machet dem Herrn die Wege bereit

A: Jeder von uns hat schon viele Situationen des Wartens erlebt. Es wäre spannend, einander unsere Erlebnisse beim Warten zu erzählen.

- B:** Als Kind haben wir vieles kaum erwarten können: Endlich Geburtstag haben, endlich älter werden. Oder wir haben uns auf die Ferien, auf eine Reise, auf eine Begegnung gefreut.
- C:** Viele von uns haben eine Schwangerschaft erlebt oder miterlebt – eine spannende, auch mühsame Zeit, in der auch viel schiefgehen kann. Eine Zeit, in der man einiges zum Gelingen beitragen kann – aber das meiste ist warten, Geduld haben und es so annehmen, wie es kommt.
Auch unser Lebensweg hat vor der Geburt im Bauch einer Frau angefangen – vielleicht wissen wir etwas darüber, wie es damals für die Mutter war, ein Kind zu erwarten?
- A:** Im mittleren Lebensalter verändert sich das Warten. Im Beruf und in der Familie fehlt oft die Zeit. Alles muss schnell gehen, Warten macht ungeduldig – wenn wir in einem Stau stehen, wenn wir im Wartezimmer eines Arztes stehen, wenn wir uns beim Einkaufen vor der Kasse wieder einmal an die falsche Schlange angestellt haben, wenn wir an der Haltestelle auf den Bus oder den Zug warten ... Wartezeiten stehlen unsere kostbare Zeit.
- B:** Und im Alter? Jetzt haben wir nicht mehr so viele Verpflichtungen. Manchmal vergeht die Zeit wie im Flug, manchmal schleicht sie unendlich langsam dahin: Das Warten auf einen Telefonanruf, auf einen Besuch; das Warten auf den Morgen in einer schlaflosen Nacht; der Arzttermin, der näher und näher rückt.
- C:** Der Advent ist eine Einladung, „In Erwartung“ zu leben. Das bedeutet: Es ist noch nicht alles vorbei, es kommt noch etwas; es kommt etwas, auf das wir uns freuen können. Und es ist eine Ermutigung, selbstbewusst hin zu stehen und nach vorne zu schauen – statt das Vergangene zu verklären und konservieren zu wollen; statt zu Grübeln: Ach hätte ich doch damals ... als wäre doch damals ... Was vorbei ist, ist vorbei und wir können es so gut sein lassen. Das Leben findet jetzt statt und geht in die Zukunft.
In Erwartung leben bedeutet: Das Erwartete ist schon unterwegs. Aber es braucht noch Zeit. Viele wichtige Dinge brauchen Zeit zum Wachsen. Die Zeit muss erst reif sein. Uns ist Zeit geschenkt, uns einzustimmen und vorzubereiten.
Ein altes Adventslied singt von einem geheimnisvollen Schiff, das kommen wird. Weil das Segel der Liebe weit ausgespannt ist, kommt das Schiff voran und bringt uns Gottes Nähe.

Lied: Es kommt ein Schiff... (GL 114 Str. 1–4)

2. Die kleinen Anfänge wert schätzen

- A:** *(die 2. Kerze wird angezündet)*
Die 2. Kerze möge uns aufmerksam machen auf die kleinen Anfänge, die im Leben große Auswirkungen haben.

Lied: Wir sagen Euch an ... (2. Str.) ... so nehme sich eins um das andere an...

- B:** Oft warten wir auf etwas und wissen nicht so genau, was genau kommen wird. Auch bei einer Schwangerschaft – trotz Ultraschall und anderer Methoden bleibt es spannend bis zuletzt. Wir erwarten und erhoffen, dass ein Kind auf die Welt kommt, einzigartig, unendlich kostbar; ein Kind, das andere braucht, die zu ihm JA sagen, die es gut empfangen, die beschützen, begleiten und ermutigen ... aber bis dahin ist es noch ein langer Weg.

- C:** „Was kommt denn da dabei raus?“ – das ist eine entmutigende Frage in vielen Situationen: Wenn man alles so genau vorher wüsste ... Die Chance ist da, dass Neues, Lebendiges, Überraschendes, Zukunftsweisendes aufbricht ... Gut wenn wir uns also nicht von denen lähmen lassen, die schon vorher ganz genau wissen, dass sowieso „nix gscheits“ dabei rauskommt.
Gut, wenn wir nicht nur in Bezug auf kleine Kinder „in guter Hoffnung“ sind und JA sagen zu Menschen, zu Ideen; wenn wir ermutigen und fördern, statt skeptisch abwarten und nörgeln ... und so manche Gelegenheit des Lebens verpassen.
- A:** Auch Großes fängt ganz klein an. Manchmal mit dem kleinen Wörtchen „Ja“. So wie einst in dem unbedeutenden Dorf Nazaret in Galiläa, als der Engel Gabriel zu dem jungen Mädchen Maria kam.
- B:** Der Engel Gottes trat bei Maria ein und grüßte sie.
„Sei gegrüßt, du Begnadete, der Herr ist mit dir“.
Maria war sprachlos. Sie erschrak über den Besuch. Sie erschrak über diese hoheitsvolle Anrede. So wertschätzend hat sie noch niemand angesprochen. Sie war ratlos, was das zu bedeuten hat. Da sagte der Engel Gabriel zu ihr:
„Fürchte dich nicht, Maria“.
Woher kennt der Engel meinen Namen – dachte Maria - und spricht mich mit ihm an? Er hat wohl gemerkt, wie angst und bang mir ist.
„Fürchte dich nicht Maria. Gott ist mit seiner Gnade bei dir. Du wirst ein Kind empfangen. Du wirst einen Sohn gebären, dem sollst du den Namen Jesus geben“.
Maria konnte es nicht fassen. Das ist doch unmöglich. Und warum gerade sie? Sie widersprach.
„Wie soll das gehen, da ich mit meinem Verlobten Josef noch nicht zusammen bin?“
Der Engel sprach zu ihr:
„Der Heilige Geist wird über Dich kommen. In der Kraft Gottes ist nichts unmöglich. So war es auch bei deiner Verwandten Elisabeth. Noch im Alter hat sie ein Kind empfangen, obwohl sie als unfruchtbar galt“.

evtl. kurzes Instrumentalstück

- C:** Da sagte Maria: „Ja – mir geschehe, wie Du es gesagt hast. Ja – ich verlasse mich auf Gott, den Herrn“.

Auch ein altes Adventslied besingt, wie das Unmögliche möglich wird; wie Dornen beginnen, Rosen zu tragen.

Lied: Maria durch ein Dornwald ging

3. Die Würde jedes Einzelnen achten

- A:** *(die 3. Kerze wird angezündet)*
Die 3. Kerze soll unsere Augen öffnen, damit wir jeden Menschen in seiner Einmaligkeit und Besonderheit ehren – besonders die oft Übersehenen und kaum Gewürdigten. Achten wir den „göttlichen Glanz“, der über jedem Menschen liegt?

Lied: Wir sagen euch an... (3.Str.) ...Nun tragt eurer Güte hellen Schein, weit in die dunkle Welt hinein

B: Die schwangere Maria besuchte ihre Verwandte Elisabeth, die im Bergland von Judäa wohnte. Die alte Elisabeth war noch im Alter schwanger geworden. Als Maria bei ihr eintrat und sie grüßte, hüpfte im Leib von Elisabeth das Kind vor Freude. Elisabeth erwiderte den Gruß:

Gegrüßt seist du, Maria,
der Herr ist mit Dir.
Gesegnet bist Du unter allen Frauen.
Und gesegnet ist die Frucht deines Leibes.

Stimmen wir ein in diesen Gruß mit dem alten Gebet. „Gegrüßet seist Du Maria“ – und geben wir uns gegenseitig den Wunsch und die Zusage weiter: „Der Herr ist mit Dir!“.

Alle:

*Gegrüßet seist du, Maria, voll der Gnade, der Herr ist mit dir.
Du bist gebenedeit unter den Frauen, und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus.
Heilige Maria, Mutter Gottes, bitte für uns Sünder jetzt und in der Stunde unseres Todes. Amen.*

C: Im Lukasevangelium stimmt Maria dann bei Elisabeth ein wunderschönes Lied an, das „Magnifikat“. Sie besingt Gott, der die Satten und Reichen leer ausgehen lässt, der die Hochmütigen und Mächtigen von ihren Thronen stürzt. Der große Gott nimmt sich der „Kleinen“ an, er erhöht die „Niedrigen“ und gibt den Hungrigen, was sie zum Leben brauchen.

Wir finden in diesem Gebet auch unsere Hoffnung und unsere Zuversicht. Wie sehnsüchtig erwarten wir ein Zusammenleben in Frieden und Gerechtigkeit – im Großen wie im Kleinen.

Gesungen oder gesprochen: Magnifikat (Gotteslob 126/127 oder 688/689)

4. Lebensfreude weitergeben

A: *(die 4. Kerze wird angezündet)*

Die 4. Kerze soll uns Mut machen, die Lebensfreude, die uns geschenkt wurde, weiter zu schenken.

Lied: Wir sagen euch an... (4.Str.) ... Gott selber wird kommen, er zögert nicht – auf, auf ihr Herzen, und werdet licht ...

B: In der Bibel begegnet uns noch eine andere alte Frau, die das Warten aufgegeben hat. Ihr Wunsch, ein Kind zu bekommen, ging nicht in Erfüllung. Und jetzt war die Zeit dafür vorbei. Wir können es uns ausmalen, was es in damaliger Zeit für eine Frau bedeutet hat, keine Kinder zu haben.

C: Eines Tages kamen 3 Besucher – waren es Engel? – zu Abraham und fragten ihn: Wo ist denn deine Frau Sara?

Dort im Zelt, sagte er.

Da sprach „der Herr“ – war es gar Gott selbst? – zu Abraham: In einem Jahr komme ich wieder. Dann wird deine Frau Sara einen Sohn haben.

Sara hörte am Zelteingang hinter seinem Rücken zu. Abraham und Sara waren schon alt; sie waren in die Jahre gekommen. Sara erging es längst nicht mehr, wie es Frauen zu

ergehen pflegt. Sara lachte daher still in sich hinein und dachte: Ich bin doch schon alt und verbraucht und soll das Glück der Liebe erfahren? Auch Abraham ist doch schon ein alter Mann!

Da sprach der Herr zu Abraham: Warum lacht Sara und sagt: Soll ich wirklich noch Kinder bekommen, obwohl ich so alt bin? (Gen 18, 9–13)

A: Sara gebärt ihren Sohn Isaak und sagt: „Gott ließ mich lachen; jeder, der davon hört, wird mit mir lachen“ (Gen 21, 6).

Sara wird als Stamm-Mutter des Glaubens bezeichnet. Sicherlich nicht nur, weil sie Isaak geboren hat. Wohl auch, weil sich das Lachen Sarahs über das Wirken Gottes, das alle Erwartungen übertrifft, von Generation zu Generation weitergetragen hat. „Jeder, der davon hört, wird mit mir lachen“. Lassen wir uns vom Vertrauen und der Lebensfreude der alten Sara anstecken und geben wir ihr lebensfrohes Lachen weiter von Generation zu Generation!

Lied: Kündet allen in der Not (GL 106)

B: Elisabeth und Sarah. Bei beiden altgewordenen Frauen ist die Erfahrung von Schwangerschaft und Geburt nicht nur im biologischen Sinn gemeint. Es geht auch um die Geburten inmitten des Lebens – und auch das Sterben wird oft als „Zweite Geburt“ bezeichnet.

So sagt Jesus dem alten Ratsherrn Nikodemus: „Wenn jemand nicht von neuem geboren wird, kann er das Reich Gottes nicht sehen“ (Joh 3,3). Oder Paulus spricht davon, dass die ganze Schöpfung seufzt und in Geburtswehen liegt (Röm 8,22).

C: So gibt es im übertragenen Sinn viele Situationen im Leben, in denen wir schwanger gehen und in denen wir in Geburtswehen liegen. Das Leben beginnt mit Schmerzen und endet in der Regel mit Schmerz. In den Wehen kommt alles zusammen: Der Schmerz – die körperliche Anstrengung – Lockerlassen – ungeahnte Kräfte mobilisieren – durchhalten – alles voranbringen wollen – geduldig warten.

Die Wehen sind nicht das letzte, sie sind notwendig, dass neues Leben entstehen kann. Und so gibt es auch mitten im Leben – und hoffentlich auch am Ende unseres Lebens – die Erfahrung: Einmal hat alles Warten ein Ende. Es beginnt neues Leben. Uns wird neue Lebendigkeit geschenkt. Es gelingt uns Leben weiterzugeben, Lebenserfahrungen weiter zu geben, andere zur Lebendigkeit zu ermutigen.

A: Unsere guten Wünsche für jede und jeden von Ihnen und auch für Ihre Lieben sind in den Worten zusammengefasst, die auf der Rückseite unserer Bildkarte stehen.

Text vorlesen.

„Guter Hoffnung sein“
In Erwartung leben
neugierig bleiben
kleine Anfänge achten
der Freude Raum geben
Ungewissheiten aushalten
Mühen auf sich nehmen
Verantwortung tragen
den eigenen Kräften trauen
einander verbunden sein
das kostbare Geschenk des Lebens
annehmen und wertschätzen

Berührt von Gottes Segen
aus Vergangenen Kraft schöpfen
die Fülle der Gegenwart auskosten
immer wieder neu
guter Hoffnung sein
und in Erwartung leben
denn alles hat seine Zeit

B: (oder Priester, Diakon:)

So bitten wir um Gottes Segen:

Guter Gott,
berühre uns mit Deiner Nähe:
Stärke unsere Kraft, warten zu können.
Hilf uns, kleine Anfänge wert zu schätzen.
Öffne unsere Augen für die Würde jedes Menschen.
Und lass uns Deine Lebensfreude weiterschenken.
So segne uns der gute Gott:
der Vater, der Sohn, und der Heilige Geist. Amen

C: Wir wünschen Ihnen eine erfüllte Zeit der Erwartung im Advent und ein frohes und gnadenreiches Weihnachtsfest!

Lied: O Heiland, reiß die Himmel auf (GL 105))

Varianten

bei einer Adventsbesinnung in kleineren Gruppen, bzw. wenn mehr Zeit zur Verfügung ist:

- Gemeinsame Betrachtung des Bildes
- In Gruppen Einfälle sammeln zu: schwanger – Wehen – gebären – geboren werden (z.B. Schreibkommunikation auf Plakaten)
- biografisches Erzählen über „Warten“ und die damit verbundenen Gefühle

Vorschläge für den Einsatz der Bild-Text-Karte „In Erwartung“ bei anderen Gelegenheiten:

1. Gebet vor einer Besprechung

Alle Teilnehmenden bekommen ein Bild-Text-Karte. Wenn Zeit ist: Gemeinsame Bildbetrachtung (Anregungen im Text „Adventsfeier“).

Was kommt dabei raus?
fragen wir uns vor mancher Besprechung –
manchmal mit Skepsis:
Was wird schon dabei herauskommen!
Oder voller Erwartung:
Was wird sich entwickeln?
Welche Ideen werden wir in die Welt setzen?
Was werden wir voranbringen?

Was kommt dabei raus?
Bei einer schwangeren Frau fragen wir so nicht.
Wir werden mit ihr gespannt sein,
auf ein neues, einmaliges Leben,
dessen Weg nur zum Teil in unserer Hand liegt.
Wir werden mit ihr in Sorge sein:
Wird alles gut gehen?
Wir werden mit ihr zuversichtlich sein
– „in guter Hoffnung“, wie man früher sagte:
Es wird alles gut werden;
es wird ein neuer Weg beginnen, der in die Zukunft führt.

Nehmen wir von dieser Zuversicht,
von dieser guten Hoffnung,
auch etwas in unsere Besprechung.

Text auf der Rückseite der Karte vorlesen oder gemeinsam lesen

Es liegt nur zum Teil in unseren Händen,
was letztlich dabei herauskommen wird.
So wollen wir das, was uns möglich ist, miteinander anpacken.
So wollen wir Wege, in die Zukunft eröffnen.
Lasst uns um Gottes Segen für uns und unsere Anliegen bitten:
So begleite und segne uns der gute Gott -
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

2. Einstieg und Abschluss einer Sitzung/ eines Arbeitstreffens

Bildbetrachtung

- Was sehen Sie?
- Wie wirkt das Bild / die Farben auf Sie
- Wie wirkt die Frau auf Sie?

Die Karte trägt den Titel „In Erwartung“

Die schwangere Frau hat Erwartungen an die Zeit nach der Geburt, an das Kind? Auch Sie sind mit Erwartungen heute zu unserer Sitzung / unserem Treffen gekommen

- Was erwarten /erhoffen Sie sich von der heutigen Sitzung?

Schwangere können sich auf die Geburt vorbereiten und dadurch dazu beitragen, dass die Geburt gelingt?

- Was können Sie tun, damit wir heute zu einem guten Ergebnis kommen?

In der Geburtsphase bekommt die Frau Unterstützung durch andere, z.B. den Vater des Kindes, die Hebamme, den Arzt

- Wie können wir uns gegenseitig unterstützen und die gemeinsame Aufgabe angehen und befördern?

Schwangere sind in „guter Hoffnung“ in Vorfreude auf das Kind, das kommt

- Welche Hoffnungen verbinden Sie mit unserer Arbeit und den Zielen, die wir damit verfolgen?

Abschluss der Sitzung

Wir richten den Blick zum Schluss unserer Sitzung nochmal auf die Karte „In Erwartung“ Die schwangere Frau auf dem Bild geht in eine weiße, nebelartige Zukunft

- Was hat sich für Sie in unserem Treffen heute geklärt?
- Mit welchen Gefühlen, in welcher Stimmung gehen Sie heute nach Hause?

Zum Abschluss wird dann der Text auf der Rückseite der Karte vorgelesen und jede/r bekommt eine Karte mit auf den Heimweg.

3. Anregungen zur Biografiearbeit

Einstieg: Bildbetrachtung

- Was sehen Sie?
- Wie wirkt das Bild / die Farben auf Sie
- Wie wirkt die Frau auf Sie?
- Welche Erinnerungen löst das Bild bei Ihnen aus?

Lebensgeschichtliche Erinnern: Geburt

Mögliche Impulse, über die in Kleingruppen miteinander gesprochen, einander erzählt werden kann

- Was wissen Sie über Ihre eigene Geburt? Wer hat es Ihnen erzählt?
- Erinnern Sie sich an Ihre Schwangerschaft(en) – wie war das, als Sie erfuhren, dass Sie ein Kind erwarten à Mutter (Vater) werden? Welche Gefühle waren damit verbunden?

- Welche Veränderungen hat dieser „Umstand“ mit sich gebracht?
- Wie / Wo kam ihr Kind (ihre Kinder) auf die Welt?
- Was hat sich in Ihrem Leben durch die Geburt eines Kindes verändert? Wie hat sich die Beziehung zu Ihrem Mann (Ihrer Herkunftsfamilie) verändert?
- Wie sah die Erziehung damals aus? Wer war zuständig? Wie wurden Sie dabei unterstützt?
- Welche Hoffnungen / Wünsche / Erwartungen hatten Sie an Ihr Kind? Wie haben sich diese im Lauf des Älterwerdens des Kindes erfüllt / verändert?
- Was war das schönste Erlebnis, die schönste Erfahrung mit Ihrer Tochter / ihrem Sohn?
- Was war das schwierigste / schmerzlichste Erlebnis mit ihrer Tochter / ihrem Sohn? Wie kamen Sie damit zurecht?
- Wie sieht die Beziehung zu Ihrem Kind (Ihren Kindern) heute aus? Sind sie damit zufrieden? Was sollte sich verändern?
- Was freut Sie, wenn Sie an Ihr Kind (Ihre Kinder) denken? Worauf sind Sie stolz? Was ist Ihnen in der Erziehung gelungen?

In Erwartung

- Was erwarteten Sie als junger Mensch vom Leben? Welche Hoffnungen / Wünsche / Träume hatten Sie? Was wurde daraus?
- Welche Erwartungen wurden von anderen (Vater, Mutter, Lehrer, Umfeld, ...) an Sie gestellt? Wie sind Sie damit umgegangen? Welche waren förderlich / hinderlich für Ihre weitere Entwicklung?
- Was erwarten Sie heute vom Leben? Was ist Ihnen in Ihrem Leben wichtig? Was möchten Sie weiterführen? Was möchten Sie neu beginnen?
- Was erwarten Sie von Ihrem Umfeld (Partner/in, Kinder, Freunde, Nachbarn, Pfarrei...) wenn Sie krank und unterstützungsbedürftig werden?
- Welche Erwartungen knüpfen Sie an ein Leben nach dem Tod? Welche Bilder vom Leben nach dem Tod sind für Sie hilfreich / tröstlich?

4. In Erwartung leben – Einladung zu einem Besinnungstag für Verantwortliche in der Altenarbeit in einem Dekanat

Älterwerden heißt nicht nur, einen großen Schatz an Lebenserinnerungen und Erfahrungen zu haben. Es heißt auch, einen – wer weiß wie langen – Weg in die Zukunft vor sich zu haben und jeden Tag mit all seinen Möglichkeiten und Grenzen als Herausforderung anzunehmen.

In diesem Sinne hat Erzbischof Dr. Robert Zollitsch in seinem „Brief an die Älteren“ (Nov. 2009) formuliert, dass „unser Alter“ sowohl ein „Plus an Erfahrung“, wie auch ein „Plus an Zuversicht“ ist. In dieser Zuversicht vergleicht unser Erzbischof das Leben mit einem Weg bergauf, mit einer Bergwanderung: „Wir sind miteinander unterwegs, es geht bergauf, das Gipfelkreuz ist schon in Sicht!“

Der Besinnungstag ist eine Gelegenheit, darüber nachzudenken, welche Erfahrungen wir in unserem Leben mit Warten und Erwarten gemacht haben; in welcher Haltung und mit welchen Hoffnungsbildern wir den Weg angehen, der vor uns liegt. Der Tag gibt Impulse, in heiterer Gelassenheit und im Vertrauen auf Gottes Nähe das Kommende anzugehen. Er gibt auch Anregungen, sich in der kirchlichen Altenarbeit für ein Bild vom Alter einzusetzen, das nicht Angst macht, sondern die Hoffungskräfte und die Zuversicht der Menschen stärkt.



In Erwartung



Kerstin Rehbein, 1960 in Stuttgart geboren, Ausbildung zur Medizinisch-Technischen Assistentin, Arbeit in Kliniken. Ab 1990 Kunststudium in Stuttgart und Dresden in Malerei und Grafik. Sie arbeitet in Teilzeit in einem Pflegeheim. Auch die 2001 und 2007 vom Altenwerk veröffentlichten Adventskarten „Und Engel begleiten dich auf allen deinen Wegen“, „Sie folgten dem Stern“ wurden von ihr gestaltet. Beide Motive sind noch erhältlich. Zum Thema „In Erwartung“ hat sie selbst den folgenden Text geschrieben:

In Erwartung

In Erwartung sein, bedeutet, warten auf ein Ereignis, eine Person, oder auch auf ein Erlebnis. Ein Versprechen, ein Zauber liegt in der Luft.

Gedanken, Vorstellungen, Hoffnungen eilen voraus und stellen sich das Kommende lebhaft vor. In Erwartung zu sein, bedeutet wach zu sein. Aufmerksam nehmen wir alles wahr, was uns den geringsten Hinweis auf das Kommende geben könnte.

Doch Vorsicht; sind unsere Vorstellungen zu eng, sind wir zu sehr auf ein Ereignis fixiert, droht eine Enttäuschung.

In Erwartung sein, könnte auch eine Lebenshaltung beschreiben. Aufmerksam Ausschau halten, was das Leben so alles an Überraschungen und Chancen für einen bereit hält. Dabei offen sein und dankbar annehmen, was kommt.

Gut warten kann derjenige, der gelassen in sich selbst ruht. Er kann sich auf etwas Neues einlassen.

Der Malprozess selbst ist damit vergleichbar.

Ich beginne mit einer Vorstellung und schaue, was mir im Prozess des Malens so alles an Möglichkeiten und Lösungen entgegenkommt. Völlig überrascht, stelle ich fest, dass die besten Ideen sich erst ihren Weg suchen und entdeckt werden möchten.

Kerstin Rehbein