



**Besuchsdienst**arbeit

**Arbeitshilfe Herbst 2017**

**Silberglanz.  
Von der Kunst  
des Alter(n)s**

**EVANGELISCH-LUTHERISCHE  
LANDESKIRCHE HANNOVERS**



**Die Inhalte dieser Arbeitshilfe können Sie auch als Druck- oder Kopiervorlage bei der Besuchsdienstarbeit im Haus kirchlicher Dienste anfordern:**

**Frauke Wohlers**

**Fon:** 0511 1241-544 | **E-Mail:** [besuchsdienst@kirchliche-dienste.de](mailto:besuchsdienst@kirchliche-dienste.de)

### **Silberglanz. Von der Kunst des Alter(n)s**

**Herausgeber:** Haus kirchlicher Dienste

der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers

**Verantwortlich:** Pastorin Helene Eißén-Daub, Besuchsdienstarbeit

**Hausanschrift:** Archivstraße 3, 30169 Hannover

**Postanschrift:** Postfach 2 65, 30002 Hannover

**Fon:** 0511 1241-544 **Fax:** 0511 1241-955

**E-Mail:** [Besuchsdienst@kirchliche-dienste.de](mailto:Besuchsdienst@kirchliche-dienste.de)

**Internet:** [www.kirchliche-dienste.de/besuchsdienst](http://www.kirchliche-dienste.de/besuchsdienst)

**Fotos:** Landesmuseum Hannover, pixabay, privat, Yuri Arcurs – Fotolia.com, Michael Klose, creativ collection Verlag GmbH, Robert Kneschke – Fotolia.com, Marius van Dokkum

**Satz und Layout:** HkD (13056)

**Druck:** Haus kirchlicher Dienste, gedruckt auf Recyclingpapier aus 100 % Altpapier

**5. unveränderte Auflage:** 300 **Ausgabe:** November 2020

# SILBERGLANZ – VON DER KUNST DES ALTER(N)S

Arbeitskreis Besuchsdienstleitung im Herbst 2017

## Einleitung

„Kaum ein Thema ist für unsere Gesellschaft von so großer Relevanz wie das Älterwerden.“ Diese Erkenntnis nimmt das Landesmuseum in Hannover zum Anlass vom 29. September 2017 bis zum 18. Februar 2018 eine Sonderausstellung „Silberglanz. Von der Kunst des Alters“ zu präsentieren. Ihre Einladung zur Kooperation hat die Besuchsdienstarbeit angeregt, sich ebenfalls dem Thema „Älterwerden in unserer Gesellschaft“ zu widmen und eine Arbeitshilfe für die Gruppen vor Ort zu erstellen.

Im Kontext unserer demographisch alternden Gesellschaft, in der Menschen immer länger leben, gehört die Frage nach einem würdigen Alter(n) zu den großen Herausforderungen. Der demographische Wandel wirkt in alle Bereiche des Lebens hinein. Die je eigene Haltung zum Altwerden verändert sich, unweigerlich entstehen neue Bilder vom Altwerden und von alten Menschen. Die Gesellschaft wird sich ganz neu organisieren müssen, denn in Zukunft wird es immer weniger junge Menschen, aber viel mehr Hochbetagte geben, die ein Recht darauf haben, in Würde alt zu sein und in ihrer Lebensgeschichte Sinn zu finden.

Ein einheitlicher Begriff von „Alter“ wird der Lage nicht mehr gerecht. Auch entsprechen die einseitig defi-

zitorientierten Altersbilder nicht der Wirklichkeit. Darum wird in der gerontologischen Forschung das Alter in drei Phasen eingeteilt<sup>1</sup>:

- a) **autonomes Rentenalter** (alte Menschen mit guter Gesundheit, hoher Mobilität, Möglichkeiten bürgerschaftlichen Engagements)
- b) **fragiles Rentenalter** (noch selbstständig, aber mit reduzierten Möglichkeiten, zunehmenden Krankheiten und Verlusten)
- c) **abhängiges Rentenalter** (hochbetagte Alte, vielfältige Krankheitsbilder, pflegebedürftig, zunehmendes Demenzrisiko)

In Deutschland nimmt die Zahl der Hochbetagten beständig zu. 2006 waren 2,9 Millionen Menschen älter als 80 Jahre. 2020 werden es schätzungsweise 5 Millionen Menschen sein.<sup>2</sup> Auf der einen Seite haben viele dieser alten Menschen einen hohen Lebensstandard, auf der anderen Seite gibt es für die Menschen, die nicht vorsorgen konnten, ein hohes Risiko, in Altersarmut zu geraten. Es gibt schon heute viele RentnerInnen, die in Armut leben und keine Hilfen beantragen. Weil ihre Rente so gering ist, tragen sie Zeitungen aus oder gehen putzen, entweder weil

Archivstr. 3

30169 Hannover

Fon: 0511 1241-411

Fax: 0511 1241-955

besuchsdienst@

kirchliche-dienste.de

www.kirchliche-

dienste.de/ besuchsdienst

<sup>1</sup> M. Herbst, beziehungsweise, Neukirchen-Vluyn 2012, S. 616f

<sup>2</sup> ebd. S. 616

sie sich schämen oder Angst haben, dass die Ämter ihre Kinder belangen.

Auch die Singularisierung des Alters nimmt zu. Viele Single-Haushalte bestehen aus verwitweten Frauen.

Mit der gestiegenen Lebenserwartung steigt die Zahl der Pflegebedürftigen. Das stellt vor die Frage nach menschenwürdigen Pflegebedingungen und ausreichender Finanzierung.

Es entstehen neue Aufgaben, und Lösungen müssen gefunden werden, die auf diese Situation reagieren.

Auch die Besuchsdienstarbeit wird sich durch diese Entwicklung verändern. Menschen in unterschiedlichen Altersphasen besuchen und begegnen einander. Sie werden der Frage nach dem Altern nicht ausweichen wollen oder können: Was ist gutes Altern? Wie können wir Fähigkeiten erkennen und Möglichkeiten entdecken, die den alten Menschen in den unterschiedlichen Phasen noch bleiben? - Wenn wir davon ausgehen, dass der Mensch „Geschöpf und Ebenbild Gottes“ ist (Gen.1, 27) und er daraus seine Würde erhält, ganz unabhängig von seinen Fähigkeiten und Werken – wie kann diese Würde auch in einer Situation der Hinfälligkeit gesehen und gewahrt werden? Und wie können wir einander unterstützen in der Selbständigkeit, der Selbstverantwortung und auch der Annahme und Mitverantwortung in einer Situation eigener Abhängigkeit?

Über diese Fragen werden wir auf den Arbeitskreisen nachdenken und uns mit folgenden Schwerpunkten intensiv beschäftigen:

- Wie stelle ich mir mein Alter vor?

- Welches Bild vom Alter herrscht im Moment in unserer Gesellschaft?
- Ist Alter eine Zumutung?
- Welches Bild vom Alter zeichnet die Bibel?
- Einsamkeit im Alter
- Generationenkonflikte
- Liebe im Alter
- Würde im Alter

Die Leiter und Leiterinnen können die einzelnen Themen in der vorgeschlagenen Reihenfolge in die Gruppendiskussionen einbringen. Sie sind aber natürlich frei, die einzelnen Blöcke in einer anderen Anordnung einzusetzen. Das Zusatzmaterial (Z) soll alternative Vorgehensweisen und ein weiteres Vertiefen ermöglichen.

### **Schritt 1: Eigene Vorstellungen**

Die TeilnehmerInnen (TN) nähern sich dem Thema, indem sie sich zu Beginn an ausgelegten Bildern (**M1**) der Ausstellung „Silberglanz“ ein Bild aussuchen zu der Frage: Welches Bild zeigt für mich am besten, was „Alter“ ist? (Die Bilderauslage kann erweitert werden mit Fotos von alten Menschen (**M2**)). In der Vorstellungsrunde antworten die TN auf die Fragen: Wer bin ich? Wo bin ich im Besuchsdienst aktiv? Warum habe ich mir gerade dieses Bild ausgesucht?

*Alternative bei Gruppen mit mehr als 12 Personen:* Die TN stellen sich vor anhand der Fragen: Wer bin ich? Wo bin ich im Besuchsdienst aktiv? Welches Wort fällt mir spontan ein, wenn ich an das Thema „Alter“ denke? Die TN wählen dann ein Bild aus (s.o.) und teilen einander in Zweiergruppen mit, warum sie sich für das jeweilige Bild entschieden haben. (40 Min.)

### **Schritt 2: Das Altersbild der Gesellschaft**

Jeder Mensch geht anders mit der Lebensphase „Alter“ um. Auch in unserer Gesellschaft wird das Thema unter sehr verschiedenen Gesichtspunkten diskutiert. Ratgeber, Werbung, Seniorenheime, Regierungen entwerfen ihr je eigenes Bild vom Alter. Die Teilnehmenden (TN) begegnen sich in ihrer Phantasie vor dem Ratgeberregal einer Buchhandlung.

„Welcher Titel gibt aus Ihrer Sicht das vorherrschende Altersbild am treffendsten wieder?“ Die TN tauschen sich zu dritt in Kleingruppen (KG) mit Hilfe eines Arbeitsblattes (M3) über ihre Wahl aus und ordnen sie den Altersbildern auf dem Arbeitsblatt „Altersbilder“ (M4) zu. Sie überlegen, welches Altersbild im Moment in unserer Gesellschaft vorherrscht. (30 Min.)

### **Schritt 3: Aussagen der Bibel**

Die TN vertiefen das Thema, indem sie sich mit Aussagen der Bibel auseinandersetzen. Die Leitung stellt in einem Kurzvortrag die verschiedenen Bilder des Alters in der Bibel vor. (M5) (15 Min.)

### **Schritt 4: Die eigene Haltung zum Alter**

Dieser Schritt führt in mögliche Gesprächssituationen ein. Mit Hilfe von Fallbeispielen (M6) bedenken die TN ihre eigene Haltung zu den Themen: Einsamkeit und Vernetzung im Alter, Selbstbestimmung, Generationenkonflikte und Liebe im Alter. Einteilung in drei Gruppen. Jede Gruppe bearbeitet eine Gesprächssituation. Im anschließenden Plenum werden die Situationen vorgestellt und diskutiert. Am Schluss präsentiert die Gruppe ihre Erkenntnisse. (45 Min.)

### **Schritt 5: Würde im Alter**

*Schritt 4 bereitet Schritt 5 vor.* Die TN setzen sich mit dem Begriff „Würde im Alter“ auseinander, indem sie sich in Zweiergruppen darüber austauschen, was sie unter Würde verstehen. Im Anschluss hält Leitung des Arbeitskreises einen Kurzvortrag zu Thema „Würde im Alter.“ (M7) (30 Min.)

### **Schritt 6:**

#### **Schlussrunde**

*Deko: Silberglanz-Flyer als Teppich oder Bild: Marius van Dokkum, Zoals de ouden zongen, Wie die Alten sangen, Those were the days, 1999 (Z1) vergrößert (oder beides).  
Hinweise, Einladung zur Ausstellung*

Feedback: Was hat sich verändert an meinem Bild vom Alter? Worauf

freue ich mich im Blick auf das eigene Älterwerden? (30 Min.)

**Schritt 7: Abschluss** mit dem Lied EG 380: „Ja, ich will euch tragen bis zum Alter hin“ (M8), dem Vaterunser und Segen.

Zum Ausgang kann jede/r TN sich eine Karte zum Thema „Alter“ mitnehmen. (VielfAlt Alter-Kartenset 32 Spruchkarten; zu beziehen über [altenwerk@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:altenwerk@seelsorgeamt-freiburg.de).)

*Helene Eißel-Daub, Referentin für Besuchsdienst im Haus kirchlicher Dienste und Anita Christians-Albrecht, Landeskirchliche Beauftragte für Altenseelsorge im Zentrum für Seelsorge in Hannover*



Wilhelm Ahlborn, Eltern des Künstlers 1823



Girolamo di Benevento, Verlobung der Hl. Katharina und der Hl. Bernhardin von Siena, um 1500



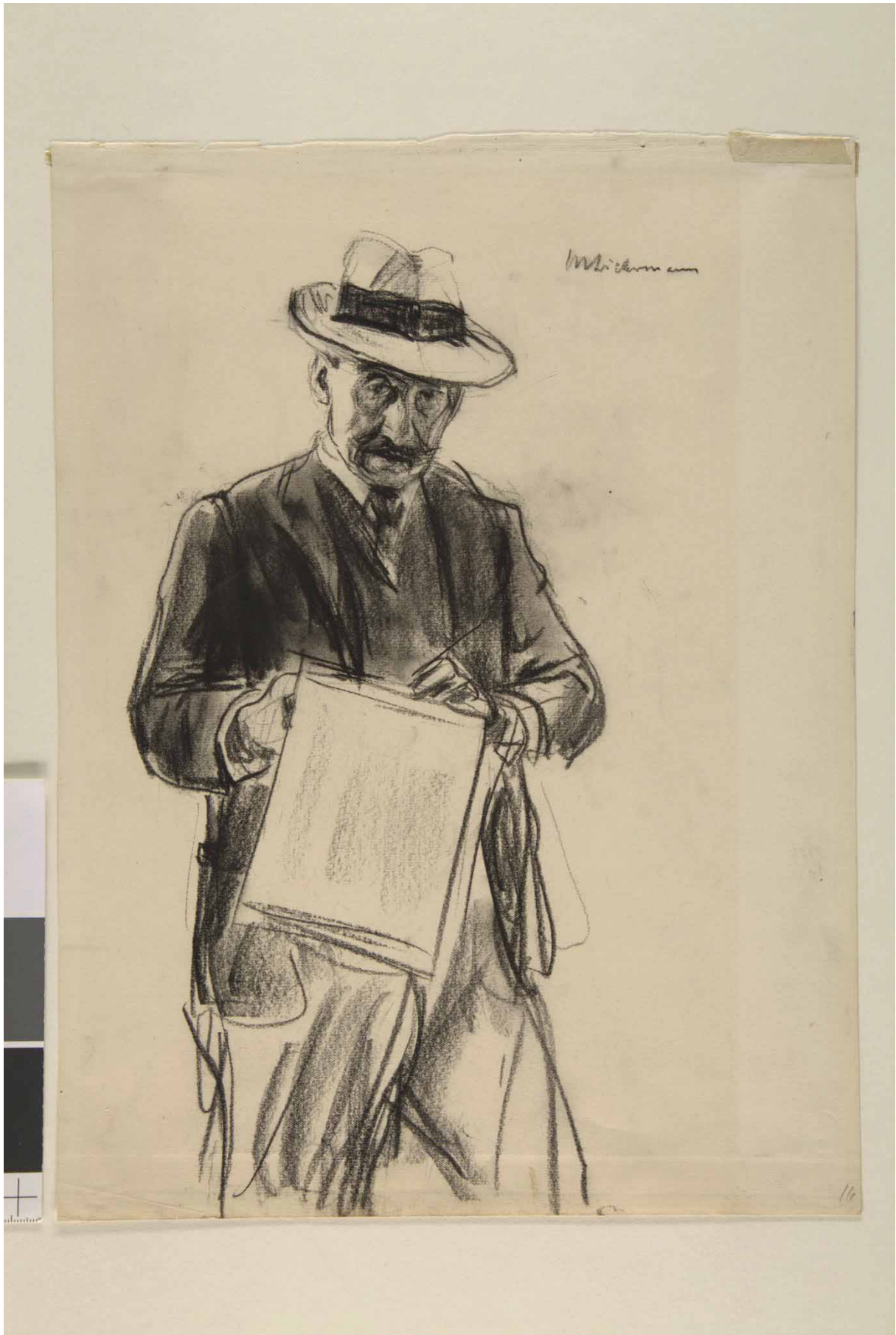
Therese Schwartz, Lesende Frau, 1891





Anna Rosina Lisewska, Selbstbildnis, 1782

M1e



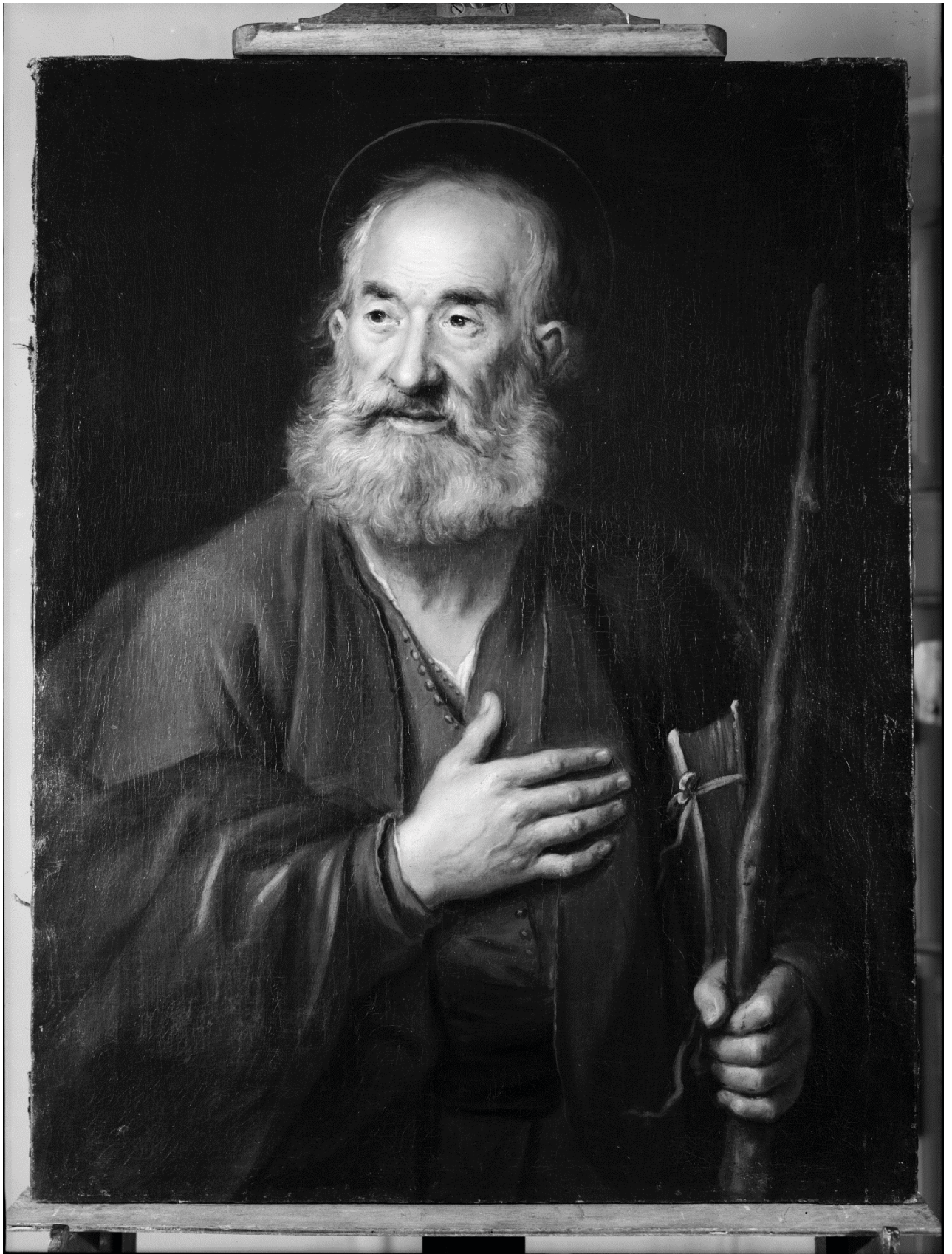
Max Liebermann, Selbstbildnis mit Hut, vor 1915



Gerhard Marcks, Ahne und Enkelin, 1944



Franz Lenbach, Fürst Bismarck, 1895



Marie M. Silvestre, Der Hl. Jakobus der Ä., 1731



Hans Sprung, Die Trinkerin, 1911



David Teniers II, Der alte Raucher, Ende 1660er Jahre



Lovis Corinth, Susanna und die beiden Alten, 1923





Ernst H.A. Henseler, Hoffmann von Fallersleben, 1898



Lovis Corinth, Apotheker Otto Winter, 1916

M1n



Franz Lenbach, Alter Bauer, 1854



Lovis Corinth, Frau Luther, 1911

M1q



W. Busch, Alte Frau, 1872



Theodor Alt, Bildnis des Pfarrers Alt, 1874

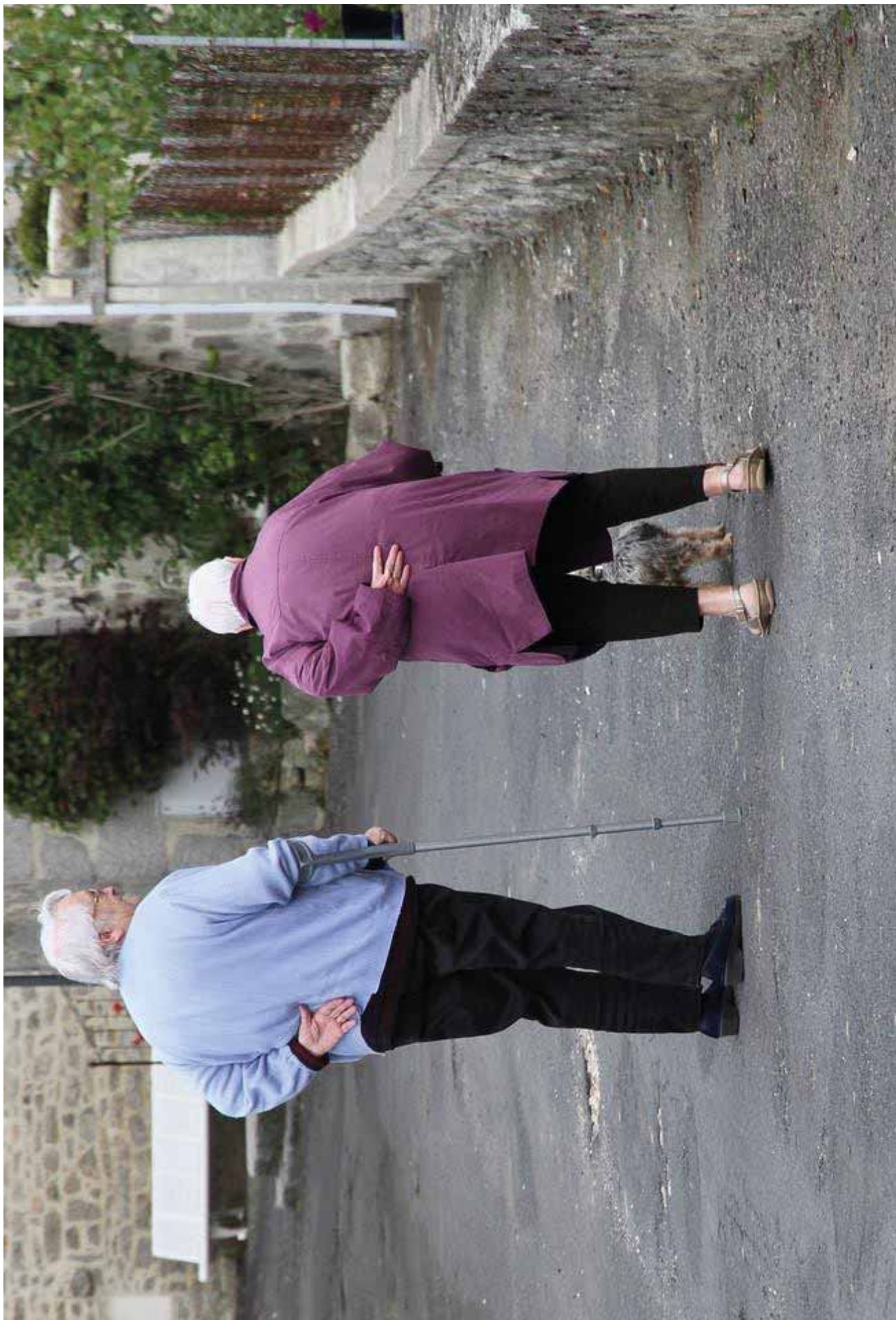










Foto privat

Mze







Mzh



Foto privat













### Das Ratgeberregal einer Buchhandlung

- Endlich Zeit für mich!  
Ratgeber für die neue Freiheit
- Dem Alter davon laufen!  
Sanfte Sportarten für Seniorinnen und Senioren
- Jetzt will ich's wissen!  
Die kleine Universität für Ältere
- Von den Nöten des Älterwerdens  
Mit Beschwerden umgehen
- Mein Wille geschehe!  
Selbständig leben und entscheiden bis zuletzt
- Endlich on!  
Digitale Netzwerke – Schritt für Schritt erklärt
- Engagiert euch!  
Warum die Gesellschaft uns Alte braucht
- Dass ich dir werd ein guter Baum!  
Reife und Wachstum im Alter
- Gelassen und heiter  
Humor im Umgang mit Einschränkungen
- Auch der Herbst hat schöne Orte  
Leben im Altenheim
- Ausgesorgt!  
Finanzielle Sicherheit im Alter
- Die Enkel verstehen  
Schulung für Großeltern
- In der Kirche hat jedes Alter Zukunft  
Leben als Geschenk
- Schmetterlinge im Bauch  
Liebe im Alter
- Es ist nie zu spät!  
Vom glücklichen Alter

(aus: „Kennen wir uns?“ Schulungsmaterial und Informationen für das Ehrenamt im Altenpflegeheim und im Besuchsdienst, Hg. Konferenz der Evangelischen AltenPflegeHeimSeelsorge der EKD)

# Altersbilder

<p><b>Freiheit und Genuss</b></p> <p>„Endlich leben!“</p>	<p><b>Aktivität</b></p> <p>„Wer rastet, der rostet!“</p>	<p><b>Rückzug</b></p> <p>„Wohlverdienter Ruhestand!“</p>
<p><b>Engagement</b></p> <p>„Wir haben noch viel zu geben!“</p>	<p><b>Liebe</b></p> <p>„Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei!“</p>	<p><b>Lebenslanges Lernen</b></p> <p>„Mein Kopf macht noch ganz gut mit!“</p>
<p><b>Weisheit und Glaube</b></p> <p>„Alles fügt sich!“</p>	<p><b>Armut</b></p> <p>„Viel Arbeit gab's und wenig Brot!“</p>	<p><b>Defizite und Abhängigkeit</b></p> <p>„Es geht bergab, und ich bin angewiesen!“</p>
<p>In Anlehnung an: Ursula Lehr, Psychologie des Alterns, 9. Aufl. Wiebelsheim 2000.</p>	<p>Anita Christians-Albrecht, Altenseelsorge im Zentrum für Seelsorge</p>	

## Alter in der Bibel<sup>1</sup>

Die Bibel erzählt Lebensgeschichten. Und so ist auch das von ihr gezeichnete Bild vom Alter vielfältig: Altwerden kann eine zunehmende Beziehungslosigkeit, kann Schmerz und sogar Demütigung bedeuten, es kann aber auch heißen, sich in horizontalen und vertikalen Netzwerken geborgen zu wissen oder noch einmal neu aufzubrechen.

### „Biblisches“ Alter

Wann ist jemand ‘alt’? Das lässt sich auch in der Bibel genau so wenig an der Zahl der Lebensjahre ablesen wie heute. Wenn jemand sehr alt wird, reden wir auch heute noch von einem ‘biblischen Alter’. Denn in der Urgeschichte ist dem Leben der Menschen kaum eine Grenze gesetzt. Adam lebte 930 Jahre lang; Noah wurde 950 und Methusalem sogar 969. Ihr hohes Alter aber orientiert sich vermutlich an keiner Realität; es ist offenbar von einer Zahlensymbolik bestimmt, die heute nicht mehr zu entschlüsseln ist<sup>2</sup>.

Noch vor der Sintflut begrenzt Gott selbst das Alter der Menschen auf 120 Jahre (1. Mose 6,3).

In Psalm 90 wird schließlich eine Lebensspanne genannt, die am ehesten unseren Erfahrungen entspricht: ‚Unser Leben währet siebzig Jahre, und wenn’s hoch kommt, so sind’s achtzig Jahre‘ (Psalm 90,10).

Paulus bezeichnet sich übrigens schon als alten Mann, als er gerade Ende fünfzig ist (Philemon 9).

### Alt und lebensatt – Alter als Geschenk

In biblischen Zeiten starben viele jung. Darum ist ein langes Leben ein Geschenk Gottes und Zeichen seines Segens (Psalm 21,5). Wer ein frommes Leben führt, wird damit belohnt und darf ‚alt und lebensatt‘ sterben. Diese Formel betrifft – nach einem nicht immer einfachen Leben - in der Bibel nur drei alte Menschen: Hiob (Hi 42,17), Abraham (1. Mose 25,8) und Isaak (1. Mose 35,28). Aber manchmal muss man auch erstaunt fragen: ‚Warum bleiben Frevler am Leben, werden alt und stark an Kraft?‘ (Hiob 21,7).

1

### Vergänglichkeit und Verfall

In der biblischen Tradition gibt es zahlreiche Texte, die eindrücklich und nüchtern die Mühsal des Alters beschreiben: Das Haar ergraut (1. Samuel 12,2; Psalm 71,18), die Augen werden trüb (1. Mose 27,1; 48,10), das Sehvermögen nimmt ab (1. Mose 12, 1-5; 1. Mose 27), das Gehen wird schwer (Sacharja 8,4), Schmecken und Hören lassen nach (2. Samuel 19, 36), die Füße schmerzen (1. Kön. 15, 23), Fleisch und Haut werden alt (Klagelieder 3,4), Geschlechtlichkeit und Sexualität verändern sich (1. Könige 1,1-4; 1. Mose 18,11ff), geistige Kräfte schwinden (2. Samuel 19,36; Prediger 4, 13), und manchmal wird man auch zum Narren (Prediger 4,13). Auch Missmut und Unzufriedenheit können durchaus quälen (2. Samuel 19,36).

<sup>1</sup> Die Ausführungen nehmen Gedanken auf aus:

- Bejck, Dr. Urte: Alter in der Bibel. Aus: Kruse, Jens-Peter/EAfA: Sorgende Gemeinde werden - Grundlagen - Konzepte - Material‘. Werkheft der evangelischen Arbeitsgemeinschaft für Altenarbeit in der EKD (EAfA) zu den Themen des Siebten Altenberichtes der Bundesregierung. Hannover 2016.
- Seifert, Elke: ‚Auch bis in euer Alter bin ich derselbe ...‘ – Alter in der Bibel. Unterwegs zu Menschen. Besuchsdienst-Magazin. Heft Nr. 2/2014, S. 20f.

<sup>2</sup> Von allen Erklärungsversuchen (radikale Klimaänderung durch die Sintflut; es seien Mondjahre gemeint; die Angaben würden eigentlich Zehnerschritte meinen, so dass Adam 93 geworden sei) überzeugen die Parallelen zu den babylonischen bzw. sumerischen Urkönigen und die Ehrung der Alten in der jüdisch-biblischen Tradition. Es ging darum, die Bedeutung und Weisheit der Urväter hervorzuheben.

Der Prediger gibt zu bedenken: ‚Denk an deinen Schöpfer, solange du noch jung bist, ehe die schlechten Tage kommen und die Jahre, die dir nicht gefallen werden. Dann verdunkeln sich dir Sonne, Mond und Sterne, und nach jedem Regen kommen wieder neue Wolken. Dann werden deine Arme, die dich beschützt haben, zittern und deine Beine, die dich getragen haben, werden schwach. Die Zähne fallen dir aus, einer nach dem anderen; deine Augen werden trüb und deine Ohren taub. Deine Stimme wird dünn und zittrig. Das Steigen fällt dir schwer, und bei jedem Schritt bist du in Gefahr zu stürzen. Draußen blüht der Mandelbaum, die Heuschrecke frisst sich voll und die Kaperfrucht bricht auf; aber dich trägt man zu deiner letzten Wohnung. Auf der Straße stimmen sie die Totenklage für dich an‘ (Prediger 12,1–7; vgl. auch Psalm 31,10–13).

## Prophetie und Weisheit

Obwohl die mit ihm verbundenen Einschränkungen nicht geleugnet werden, ist das Alter im Judentum allerdings durchweg positiv besetzt. Alte Menschen sind klug, einsichtig, erfahren und weise: ‚Graue Haare sind eine Krone der Ehre‘ (Sprüche 16,31; vgl. 20,29) und ‚bei den Großvätern ist Weisheit und Verstand bei den Alten‘ (Hiob 12,12)<sup>3</sup>.

Das lebenslange Lernen, vor allem das Studieren der Thora, ist eine jüdische Tugend, die dem Alter besonderen Wert verleiht. In der Bibel steht das, was ist, in Verbindung mit dem, was war, so dass Alter und Würde eng mit der Verantwortung für künftige Generationen und das Gemeinwesen verbunden sind (vgl. Psalm 71,18ff). Wer den Rat der Alten ohne weiteres verwirft wie Rehabeam, handelt dumm und schadet sich und anderen (1. Könige 12,6–8.18). ‚Vor einem grauen Haupt sollst du (vielmehr) aufstehen und die Alten ehren und sollst dich fürchten vor deinem Gott; ich bin der Herr‘ (3. Mose 19, 32).

## Verbitterung

Nicht jeder kann sich mit den Gegebenheiten des Alters abfinden. Das Alte Testament thematisiert den Neid der Älteren auf die Kräfte der Jugend: Hagar wird trotz Schwangerschaft von Sara in die Wüste geschickt, weil diese ihr ihre eigene Unfruchtbarkeit und ihr Alter jeden Tag neu vor Augen führt (1. Mose 16,1–6). Saul versucht den jungen David zu töten (1. Samuel 16, 16ff; 18,10ff).

Und Davids letzte Worte sind bitter. Ein alter Mann rechnet mit anderen alten Männern ab: ‚Dass du seine grauen Haare mit Blut hinunter zu den Toten bringst‘ (1. Könige 2,9) - sind seine letzten Worte.

## Loslassen können

Auch Mose erlebt die Begrenztheit des Lebens. Er weiß, dass er das Volk Israel nicht mehr in das ‚Gelobte Land‘ führen wird und sein Leben Fragment bleibt. Aber er bestimmt seinen Nachfolger (5. Mose 34,9) und trägt den Alten auf, die Gebote Gottes und die Traditionen weiterzugeben an die nächsten Generationen. Er lässt los.

Elia übergibt seinem Nachfolger Elisa seinen Mantel und damit seinen prophetischen Auftrag und einen Teil seiner Kraft (2. Könige 2,1–12).

Simeon und Hanna (Lukas 2) können gehen, nachdem sie das Jesuskind gesehen haben. Sie wissen, dass ein Neuanfang da ist, auch wenn sie ihn selbst nicht mehr erleben werden.

<sup>3</sup> Vgl. auch Sirach 24, 5–8

## Jung und alt

Da es in biblischen Zeiten noch keine Altersversorgung gab, wird eine zahlreiche Nachkommenschaft als Segen des Alters gepriesen (Sprüche 17,6). Von Kindern und Enkeln erwartet man Freude und Fürsorge im Alter (Rut 4,15; 1. Timotheus 5,4.8).

Und doch ist deutlich, dass die Versorgung der auf ihre Familie angewiesenen alten Menschen nicht selbstverständlich war und geregelt werden musste: ‚Du sollst deinen Vater und deine Mutter ehren, auf dass du lange lebest in dem Lande, das dir der Herr, dein Gott, geben wird‘ (2. Mose 20,12; vgl. 5. Mose 5,16). Im vierten Gebot wird den erwachsenen Kindern die Versorgung der alten Eltern mit Nachdruck geboten. Es ist das einzige Gebot mit einer Verheißung und begründet eine Art frühen Generationenvertrag.

Die Missachtung der altgewordenen Eltern wird mit besonderen Strafen belegt (Sprüche 30,17: ‚Ein Auge, das den Vater verspottet und verachtet, der Mutter zu gehorchen, das müssen die Raben am Bach aushacken und die jungen Adler fressen‘).

Und Jesus Sirach stellt in Aussicht: ‚Liebes Kind, nimm dich deines Vaters im Alter an und betrübe ihn ja nicht, solange er lebt, und habe Nachsicht mit ihm, selbst wenn er kindisch wird, und verachte ihn nicht im Gefühl deiner Kraft. Denn was du deinem Vater Gutes getan hast, das wird nie mehr vergessen werden, sondern dir für deine Sünden zugutekommen. Und in der Not wird an dich gedacht werden, und deine Sünden werden vergehen wie das Eis vor der Sonne‘ (Sirach 3, 14–17).

## Krisen und Aufbrüche

Wie in allen Lebensphasen Krisen und Neuanfänge möglich sind, so auch im Alter. Die Bibel zeigt immer wieder, wie die Begrenztheit der Möglichkeiten von Gott auf wunderbare Art und Weise aufgebrochen werden kann: Sara und Elisabeth werden schwanger, obwohl sie das gebärfähige Alter längst überschritten haben. (1. Mose 18,9-14, Sara war ‚alt und hochbetagt‘ und ‚es ging ihr nicht mehr nach der Frauen Weise‘; Lukas 1, 5-25).

Abraham bricht aufgrund einer Verheißung noch hochbetagt (75Jahre) auf in ein neues Leben (1. Mose 12).

Andere Aufbrüche im Alter sind aus Notlagen heraus nötig: Jakob wandert aus Hunger noch im hohen Alter nach Ägypten aus (1. Mose 46-50); Noomi (Rut 1-4) zieht nach dem Tod ihres Mannes und ihrer beiden Söhne mit der Schwiegertochter nach Bethlehem, verhilft dieser mit weiblicher List zu einem reichen Ehemann und sich zu einem Enkel.

## Träume und Visionen

Auch alte Menschen haben nach der biblischen Überlieferung noch Träume (Joel 3,1). Jeremia betont in einer Vision das Miteinander von Jung und Alt: ‚Alsdann werden auch die Jungfrauen fröhlich beim Reigen sein, die junge Mannschaft und die Alten miteinander. Denn ich will ihr Trauern in Freude verwandeln und sie trösten und sie erfreuen nach ihrer Betrübniß‘ (Jeremia 31,13). Beim Tanzen im Reigen sind alle gleichberechtigt; allen gilt die Verheißung des neuen Bundes gleichermaßen, auch den Alten.

Ähnlich sieht Sacharja das künftige Heil für das Volk Gottes: ‚Es sollen hinfert wieder sitzen auf den Plätzen Jerusalems alte Männer und Frauen, jeder mit seinem Stock in der Hand vor hohem Alter, und die Plätze der Stadt sollen voll sein von Knaben und Mädchen, die dort spielen.‘ (Sacharja 8,4). Maßstab für das Gemeinwesen ist der Mensch, der noch oder wieder auf Hilfe angewiesen ist. Deshalb gehören Hochaltrige und Kleinkinder in den Mittelpunkt einer Stadt oder eines Dorfes.



## Glaube

Gott trägt die Menschen bis ins Alter. Diese Verheißung kommt an verschiedenen Stellen der Bibel zum Ausdruck: ‚Auch bis in euer Alter bin ich derselbe, und ich will euch tragen, bis ihr grau werdet. Ich habe es getan; ich will heben und tragen und erretten‘ (Jesaja 46,4); ‚Und wenn sie auch alt werden, werden sie dennoch blühen, fruchtbar und frisch sein, dass sie verkündigen, wie der Herr es recht macht‘ (Psalm 92,15.16a).

Und auch Paulus bezeugt kurz, aber eindrücklich (2. Korinther 4,16): ‚Darum werden wir nicht müde; sondern, ob unser äußerlicher Mensch verfällt, so wird doch der innerliche von Tag zu Tag erneuert‘. Vom Glauben her betrachtet, hat Alter auf jeden Fall Zukunft.

## Die Sorge für die Alten

Der Glaube an die baldige Wiederkunft Christi führte dazu, dass für die frühen Christen die Auseinandersetzung mit dem Alter kein Thema war. So wird im NT nur von sehr wenigen alten Menschen erzählt, etwa von Zacharias und Elisabeth, den Eltern von Johannes, von Hanna und Simeon oder von dem Pharisäer Nikodemus.

Der ‚Generationenvertrag‘, d. h. die Versorgung der Alten, behält aber seine Gültigkeit. Ihn listig zu umgehen gilt als heuchlerisch und nicht angebracht (Matthäus 15,1–9).

In späteren Jahren regelt die ‚Witwenordnung‘ die Versorgung derjenigen Not leidenden alten Menschen, die nicht auf die Hilfe ihrer Familie zurückgreifen können (1. und 2. Timotheus; Titus).

## Im Alter neu werden<sup>4</sup>

Insgesamt verwandelt der Glaube an die Botschaft Jesu Christi die Einstellung zum Alter. Weder Krankheit noch Gebrechlichkeit noch der Tod können den Menschen von der Gemeinschaft mit Jesus Christus trennen (Römer 8).

Deshalb lässt ‚die Gemeinschaft mit Christus ... den Lebensabend im Morgenglanz der Ewigkeit, im Licht der Auferstehung sehen.<sup>5</sup>

*Anita Christians-Albrecht, Landeskirchliche Beauftragte für Altenseelsorge im Zentrum für Seelsorge in Hannover*

<sup>4</sup> In Anlehnung an den Titel der Orientierungshilfe der EKD ‚Im Alter neu werden können‘, 2009.

<sup>5</sup> Rupprecht, W. nach Christian Mulia: Kirchliche Altenbildung. Herausforderungen – Perspektiven – Konsequenzen. Stuttgart 2011, S. 62.

## Fallbeispiele

1. Frau J. besucht Frau L. Frau L. feiert den 71sten Geburtstag. Als Frau J. sich vorstellt und gratuliert, ist Frau L. überrascht und meint: „Bin ich nun schon so alt, dass die Kirche kommt?!“ Nach einem kurzen Gespräch in der Tür, in dem Frau J. erzählt, warum die Gemeinde die Menschen ab 70 Jahren besucht, bittet Frau L. Frau J. herein und bietet ihr eine Tasse Kaffee an. Frau L. ist jung geblieben und wirkt sehr agil. Im Gespräch erzählt sie von vielen Freunden und Freundinnen und den vielen Reisen, die sie unternimmt. Eigentlich sei sie kaum zu Hause. Im letzten Jahr sei sie Großmutter geworden. Das sei ja schon ein Wunder, so ein kleines Kind! Die Familie ihres Sohnes wohne gleich um die Ecke. Aber so oft gehe sie nicht rüber. Sie wolle nicht in die Großmutterrolle gepresst werden mit hier mal einhüten und da mal unterstützen. Ihr Sohn sei sehr enttäuscht darüber und würde sich mehr Unterstützung wünschen. Aber das will Frau L. nicht. Sie sagt: „Schließlich ist es ja mein Leben. Und davon will ich auch etwas haben. Ich finde einen gesunden Egoismus gar nicht schlecht! Wir mussten ja auch zurechtkommen.“ Nach diesem Besuch geht Frau J. sehr nachdenklich nach Hause.

### *Gesprächsimpulse:*

- a) *Diskutieren Sie in der Gruppe die Auffassung von Frau L.*
- b) *Wie hätten Sie anstelle von Frau J. reagiert auf die Äußerungen von Frau L.?*

2. Frau M. besucht seit einiger Zeit vom Partnerbesuchsdienst ihrer Gemeinde regelmäßig einmal im Monat Frau P. in einer Senioreneinrichtung. Frau P. ist gerade 90 Jahre alt geworden und geistig noch sehr wach. Bei diesem Besuch erzählt Frau P., dass sie etwas Komisches erlebt habe. Vor ein paar Tagen sei ihre ehemalige Nachbarin Frau E. (92 Jahre alt), die nun auch in diesem Haus lebe, weinend zu ihr gekommen und habe erzählt, dass sie Liebeskummer habe. Sie habe hier ihre frühere Jugendliebe wiedergetroffen und sie hatten sich wieder angenähert und viel mit einander geredet und gekuschelt. Jetzt aber hätte sie gesehen, dass ihr Freund nachmittags immer mit einer anderen Frau spazieren gehe. Frau P. lacht und sagt, sie habe zu Frau E. gesagt: „Jetzt bist du 92 Jahre alt, was soll das denn noch in deinem Alter!“ Frau E. habe unter Tränen geantwortet: „Hast du denn keine Gefühle mehr?“ Frau P. meint zu Frau M: „Die macht sich doch zum Gespött der Leute! Das gesamte Pflegepersonal lacht sich halb schief!“
- Als Frau M. nach Hause geht ist sie ganz durcheinander und weiß nicht, was sie von dem halten soll, was sie gerade gehört hat.

*Gesprächsimpulse:*

- a) *Diskutieren Sie in der Gruppe die Auffassung von Frau P.*
- b) *Warum ist Frau M. nach diesem Besuch so verstört?*
- c) *Wie hätten Sie anstelle von Frau M. reagiert auf die Äußerungen von Frau P.?*

3. Frau B. macht Geburtstagsbesuche in ihrer Kirchengemeinde. Schon seit Jahren besucht sie regelmäßig Frau S. Zuletzt an ihrem 81. Geburtstag. Kurz darauf erfuhr sie, dass Herr S. an einem Herzinfarkt verstorben sei. Ihn hatte sie bei ihren Besuchen immer nur flüchtig gesehen. Frau B. fühlte sich verpflichtet, einen Kondolenzbesuch zu machen, obwohl ihr dies sehr schwer fiel. Bei diesem Besuch - einen Tag nach der Beerdigung - war Frau S. kaum ansprechbar. „Was soll ich nur machen? Ich habe doch niemanden mehr?“, hatte sie immer wieder gefragt. Alle Versuche, die Trauernde zu trösten, schienen vergeblich. Nach einer halben Stunde ging Frau B. bedrückt nach Hause.

Vier Wochen später macht sie einen weiteren Besuch. Frau S. empfängt Frau B. mit den Worten: „Das freut mich aber, dass sie mich noch einmal besuchen“. Sie macht Kaffee und beide setzen sich ins Wohnzimmer.

Dann fängt Frau S. an zu erzählen von ihrem Mann. Sie berichtet von den gemeinsamen Unternehmungen, von den Besuchen bei den Kindern mit dem Auto, von den Urlauben wo sie die Enkelkinder mitgenommen hatten, usw. Daraus entwickelt sich folgendes Gespräch:

Frau S: „Es ist so schade, dass ich nicht mehr Auto fahren kann. Ich habe das Auto deshalb meinem Enkel geschenkt. Der hat gerade seinen Führerschein gemacht“. Pause

„Ja, und nun bin ich ganz allein.“

Frau B: Kann ihr Enkel sie denn nicht ab und zu abholen und mit Ihnen irgendwo hinfahren?

Frau S: „Ach, die jungen Leute haben doch alle selbst genug um die Ohren.“

Frau B: „Immerhin haben Sie ihm doch ihr Auto geschenkt...“

Frau S: „Das stimmt schon. Aber ich möchte nicht, dass er sich deshalb verpflichtet fühlt.“

Frau B: „Bei uns in der Kirchengemeinde gibt es einmal in der Woche das „Begegnungskaffee“.

Da kommen jüngere und ältere Menschen zum Kaffeetrinken und Klönen. Das wäre doch was für Sie. Da kämen Sie unter Menschen“.

Frau S: „Ach nein, ich weiß nicht... so viele Menschen. Ich glaube, das verkrafte ich noch nicht“.

Frau B: „Es wäre aber sicher gut für Sie. Pause ... Ich glaube, es ist nicht gut, wenn Sie jetzt so viel alleine sind“.

Frau S: „Das Alleinsein fällt mir schon schwer“.

Frau B: „Haben Sie schon mal dran gedacht, in ein Altenheim oder betreutes Wohnen zu ziehen? Da hätten Sie Gesellschaft“.

Frau S: „Nein, das ist doch nichts für mich! Ich möchte selber über mein Leben bestimmen. Außerdem - noch kann ich alles alleine tun. Und ich bin sicher, wenn ich mich erst mal an mein „Alleinsein“ gewöhnt habe, dann schaffe ich es auch wieder, unter Menschen zu gehen“. Vielleicht kann ich ja dann anderen helfen, die in so einer Situation sind wie ich jetzt...“

Frau B: „Das ist gut. Lassen Sie sich ruhig Zeit.“ Pause

„Leider muss ich nun gehen“.

Frau S: „Das ist schade. Danke für Ihren Besuch. Er hat mir gut getan“.

Frau B: „Das freut mich. - Wir sehen uns dann spätestens zu Ihrem nächsten Geburtstag“. Sie verabschieden sich.

#### Gesprächsimpulse:

1. Wie fühlt sich Frau S. beim ersten und beim zweiten Besuch? Welche Unterschiede stellen Sie fest? Was braucht Frau S. bei den jeweiligen Besuchen?
2. Wie geht es Frau B. bei den Besuchen? Welche Ziele verfolgt sie im Gespräch?
3. Hätten Sie das Gespräch ähnlich geführt wie Frau B oder hätten Sie andere Impulse gesetzt?

Ursula Seidel, Referentin in der Besuchsdienstarbeit

## Alter und Würde

Die wachsende Zahl der Hochbetagten stellt unsere Gesellschaft vor die Frage, wie wir die Würde des Menschen auch im hohen Alter und bei Pflegebedürftigkeit achten und bewahren können.

„Auf der einen Seite ist das Bild vom Alter **negativ** geprägt. Alter ist Verfall und zunehmende Kraftlosigkeit.“<sup>1</sup> Mit dem Alter lassen die geistige und die körperliche Leistung nach. Krankheiten und Gebrechlichkeit schränken den Menschen vehement ein. Alten Menschen wird das Gefühl vermittelt, dass sie nicht mehr gebraucht werden. Die Solidarkassen beklagen die hohen Kosten gerade auf dem letzten Lebensstück.

Auf der anderen Seite wird das **erfolgreiche Altern** idealisiert, werden Visionen entwickelt, wie man der Abhängigkeit etwas entgegensetzen, eventuellen Verfallserscheinungen entgegenwirken und die Jugend erhalten kann. Anti-Aging-Programme sollen helfen, bis ins hohe Alter fit zu bleiben, sich nicht dem Altwerden auszuliefern. Erfolgreiches Altern bedeutet, dass man einem Menschen sein Alter weder ansieht noch anmerkt. Wir tun etwas **gegen** das Alter, denn Altsein scheint wie eine unheilbare Krankheit, die es auf alle Fälle zu verhindern gilt. Leiden, Schicksalsschläge, Verlust an Beziehungen, langwierige Sterbeprozesse machen Angst und scheinen der menschlichen Würde zu widersprechen. Diese Jugendlichkeitsideale führen zu einer Stigmatisierung des Alters.

Wir könnten aber auch etwas **für** ein erfülltes Altern tun, wenn wir einerseits anerkennen, dass die Möglichkeiten und die Vitalität älterer Menschen gewachsen sind und wir uns andererseits den unausweichlichen Alterungsprozessen stellen und lernen, mit Verlusten umzugehen.

### Ein neues Verständnis von Würde im Alter

Es bedarf eines neuen Verständnisses von **Würde** im Alter. „Es ist ein ganz schwerwiegender Irrtum, zu glauben, dass unser Wert als Person sinkt, weil Abhängigkeit unser Teil sein wird. Es liegt eine wertvolle und selbstverständliche Anmut in der Fähigkeit, von anderen abhängig zu sein, offen zu sein für ihre Besorgtheit, bereit zu sein, sich an ihre Stärke und ihre Fürsorge anzulehnen. Ein Selbst lebt in der ständigen Spannung zwischen Abhängigkeit und Unabhängigkeit.“<sup>2</sup> Diese Spannung von Individualität bzw. Selbst-sein-wollen und Selbst-sein-können zu Angewiesenheit, Eingebundensein, Bestimmung durch Umstände und andere Menschen prägt das menschliche Leben in allen seinen Phasen. Es greift darum immer zu kurz, die Würde des Menschen an seine Individualität und seine Fähigkeiten zu knüpfen.

Der Begriff der Menschenwürde gründet in einer Wirklichkeit jenseits dessen, über das Menschen verfügen. Darum steht er auch in der Verfassung ganz am Anfang und bildet den Auftakt der unveränderbaren, ewigen Grundartikel. Im religiösen Verständnis haben die Menschen Würde, weil Gott ihnen Würde zuerkennt, - vor und jenseits aller ihrer eigenen Möglichkeiten. Gott gibt Ansehen, indem er die Menschen als seine geliebten Geschöpfe ansieht und ihre Würde unverbrüchlich macht. So tragen sie in sich sein Bild unabhängig von der Erscheinung, in der sie leben. (1.Mos.1,27). Alle Menschen also, unabhängig von all ihren Unterscheidungsmerkmalen wie Herkunft, Geschlecht, Alter oder Gesundheitszustand, haben denselben Wert. Dieser Wert

---

<sup>1</sup> M. Herbst, beziehungsweise, Grundlagen und Praxisfelder evangelischer Seelsorge, Neukirchen-Vluyn, 2012, S.622

<sup>2</sup> D. Callahan, Nachdenken über den Tod. Die moderne Medizin und unser Wunsch, friedlich zu sterben, München 1998, S. 155 und 176

bezieht sich auf das ganze Menschsein in allen positiven wie auch negativen Erfahrungen. Die Würde bleibt dem Menschen erhalten von Geburt bis zum Tod und kann nicht an den Rändern des Lebens durch irgendwelche einschränkende Faktoren abgeschwächt oder aufgelöst werden.

### Selbstbestimmung bis zum Schluss

Mit der Würde verbunden ist unauflöslich das Recht auf Selbstbestimmung und Selbstverantwortung. Gott, der den Menschen als sein Ebenbild ansieht, billigt ihm eigene Handlungsmöglichkeiten und daraus erwachsende Identität zu. Auch die sind unzerstörbar und in jedem Moment des Lebens vorhanden und zu achten. Die Würde eines alten Menschen anerkennen, heißt darum konkret vor allem, den Raum zur Selbstbestimmung nicht zu zerstören und seiner Individualität auf der Spur zu bleiben.

Was aber muss geschehen, wenn eine auf Hilfe angewiesene Person nicht mehr in der Lage ist, selbstständig zu entscheiden? Muss nicht auch dieser Mensch als Behandlungs-Subjekt ernst genommen werden? Hier steht die Gesellschaft, stehen besonders Ärzte und Pflegende vor der großen Aufgabe, umso „sensibler den mutmaßlichen Willen einer abhängigen Person zu eruieren und ihre Betreuung in dessen Licht zu gestalten.“<sup>3</sup> Alte Menschen dürfen nicht wegen ihres Alters anders behandelt werden als jüngere, der Anspruch auf Rechtsgleichheit bleibt erhalten. Das bedeutet, dass eine Altersdiskriminierung in Sprache und Bildern nicht geduldet werden darf. Es heißt auch, dass das Alter kein Argument für Lebensbegrenzungen im Krankenversicherungssystem sein kann. Und es bedeutet, dass die Alten nicht an den Rand der Gesellschaft geschoben werden dürfen, in dem man sie nicht mehr ernst nimmt und ihnen signalisiert, sie könnten zum Gelingen der Gemeinschaft nichts mehr beitragen.

Sich dem Prozess des Alterns stellen zu können, ermöglicht die Reifung in der Menschwerdung bis zum Tod. Der Verhinderungsversuch dieses Prozesses durch Anti Aging-Programme ist des Menschen unwürdig, nicht das Altwerden.

Sich diesem Prozess zu stellen, bedeutet dann auch, eine neue, positive Einstellung zur menschlichen Endlichkeit und zum Unfertigen, dem Fragmentarischen des Lebens zu entwickeln. Denn: „Es genügt nicht, dem Leben mehr Jahre zu geben, wir müssen den Jahren mehr Leben geben“ (Cicely Saunders, Begründerin der Hospizbewegung). Wer die Begrenztheit seines Lebens akzeptiert, lebt bewusster und erfährt mehr Tiefe, kann Beziehungen als Geschenk betrachten und die eigene Zeit bewusster gestalten und das Angewiesensein auf andere akzeptieren. Denn die Würde des Alters liegt nicht nur in dem, was wir selber steuern „und gestalten, sondern auch in der Art, wie wir für das offen sind, was uns ergreift und mit uns geschieht.“<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> H. Ruediger, *Alter(n) als Herausforderung, Gerontologisch-ethische Perspektiven*, Zürich 2009, S. 56

<sup>4</sup> ebd. S. 72

## Möglichkeiten der Besuchsdienste, dem Alter mehr Würde zu verleihen

Welchen Beitrag können BesuchsdienstmitarbeiterInnen leisten, damit in den Gemeinden die Alten ernstgenommen werden und das Alter(n) als Chance und als Herausforderung gewürdigt wird?

- Durch den Besuch erfahren die Menschen per se eine Wertschätzung, weil sie aktiv aufgesucht werden. Der Besuchende bringt Zeit und Geduld mit und die Bereitschaft, zuzuhören. Die besuchte Person erfährt, dass sie es wert ist, dass sich jemand mit ihr beschäftigt. Das Leben erfährt eine Würdigung.
- Im Gespräch werden Themen wie das Scheitern, Brüche im Leben, Angst vor der Endlichkeit nicht ausgespart, sondern bewusst aufgegriffen, wenn sie im Raum stehen.
- Der Besuchende hört der Lebensgeschichte zu und hilft die hellen und dunklen Seiten des Lebens zu ordnen.
- Die Besuchenden geben Raum, dass auch die Last des Alterns zur Sprache kommen kann und die Besuchten ihre Trauer über das ausdrücken können, was nicht mehr geht und definitiv an ein Ende kommt.
- Der Besuchende kann zur Selbsthilfe ermutigen, wo die Kräfte der besuchten Person es ermöglichen. Wo nicht, kann er mitüberlegen, wie, wo und von wem es eine Unterstützung geben kann.
- Der Besuch drückt eine menschliche Grundsolidarität aus: Auch die Besuchenden, so jung sie auch noch sein mögen, werden alt und wissen um die Dimension von Verlust und Abhängigkeit, der sie auch selbst nicht enthoben sind.
- Ein Besuch kann den Glauben stärken, wenn der Zuspruch Gottes erfahren wird im Gebet oder im Segenswunsch.
- Mitarbeitende im Besuchsdienst können sprachfähig werden, wenn sie sich in der Gruppe mit den Fragen auseinandersetzen: Wie kommen wir zu einem sinnvollen Verständnis und wie zu einem lebensdienlichen Verhältnis zum Alter?

*Helene Eißer-Daub  
Referentin für Besuchsdienst-  
arbeit im Haus kirchlicher Dien-  
ste, Hannover*

## EG 380 Ja, ich will euch tragen

Text: Jochen Klepper 1938 • Melodie und Satz: Samuel  
Rothenberg 1939

The musical score is written in F major, 4/4 time, and consists of four staves of music. The lyrics are written below the notes. The first staff begins with a treble clef, a key signature of one flat (F major), and a 4/4 time signature. The melody starts on a half note F, followed by quarter notes G, A, B, and C. The second staff continues with quarter notes D, E, F, and G. The third staff has quarter notes A, B, C, and D. The fourth staff concludes with quarter notes E, F, G, and A. Chord symbols are placed above the notes: F, B<sup>b</sup>, C, Dm, C, F, F, Gm, Dm, C<sup>7</sup>, and F.

1. Ja, ich will euch tra - gen  
bis zum Al - ter hin.  
Und ihr sollt einst sa - gen,  
dass ich gnä - dig bin.

2. Ihr sollt nicht ergrauen, ohne dass ich's weiß, müsst dem Vater trauen, Kinder sein als Greis.
3. Ist mein Wort gegeben, will ich es auch tun, will euch milde heben: Ihr dürft stille ruhn.
4. Stets will ich euch tragen recht nach Retterart. Wer sah mich versagen, wo gebetet ward?
5. Denkt der vor'gen Zeiten, wie, der Väter Schar voller Huld zu leiten, ich am Werke war.
6. Denkt der frühern Jahre, wie auf eurem Pfad euch das Wunderbare immer noch genaht.
7. Lasst nun euer Fragen, Hilfe ist genug. Ja, ich will euch tragen, wie ich immer trug.

Text: Jochen Klepper 1938  
Melodie und Satz: Samuel Rothenberg 1939





Marius van Dokkum, "Zoals de ouden zongen, Wie die Alten sungen", ©2005 Art Revisited, Tolbert"

## Literatur

- Ahrens, Petra Angela: Religiosität und kirchliche Bindung in der älteren Generation. Ein Handbuch. Leipzig 2014
- Coenen-Marx, Cornelia: Noch einmal ist alles offen, Das Geschenk des Älterwerdens, Koesel-Verlag 2017
- Depping, Klaus: Altersverwirrte Menschen seelsorgerlich begleiten. Hannover 2008
- Drechsel, Wolfgang: Altenseelsorge als Denkanstoß: Gott im Endlichen begegnen. <http://seelsorge-im-alter.de/leben-im-alter/horizonte/seelsorge>
- Fuchsberger, Joachim: Altwerden ist nichts für Feiglinge. Gütersloh 2011
- Grün, Anselm: Die hohe Kunst des Älterwerdens. Münsterschwarzach 2007
- Herbst, Michael: beziehungsweise, Grundlagen und Praxisfelder evangelischer Seelsorge, Neukirchen-Vluyn, 2012
- Hertzsch, Klaus-Peter: Chancen des Alters. Sieben Thesen. Stuttgart 2008
- Kutter, Erni: Jahre, die uns geschenkt sind – Eine Spiritualität des Älterwerdens für Frauen, Patmos Verlag 2016
- Moltmann-Wendel, Elisabeth: Gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf. Texte zur Lebenskunst. Stuttgart 2013
- Onken, Julia: Altweibersommer. Ein Bericht über die Zeit nach den Wechseljahren. München 2002
- Lukas, Elisabeth: Alles fügt sich und erfüllt sich. Logotherapie in der späten Lebensphase. München 2010
- Rügger, Heinz: Alter(n) als Herausforderung, Gerontologisch-ethische Perspektiven. Zürich 2009
- Ryssel, Ingrid/Westheuser, Doris (Hrsg.): Älter werden mit Gott. Ein Werkbuch mit Andachten und Geschichten zum Erzählen, Vorlesen und kreativen Gedächtnistraining. Gütersloh 2002
- Scherf, Henning, Annelie Keil: Das letzte Tabu, Über das Sterben reden und den Abschied leben lernen. Freiburg 2017
- Scherf, Dr. Henning: Grau ist bunt. Was im Alter möglich ist. Freiburg 2010
- Schmid, Wilhelm: Gelassenheit. Was wir gewinnen, wenn wir älter werden. Berlin 2014
- Velkd: Lust und Last der späten Jahre, Lebenskunst im Angesicht des Alters. Gütersloh 2016
- Voigt, Jutta: Spätvorstellung. Von den Abenteuern des Älterwerdens. Berlin 2012
- VielfAlt Alter-Kartenset 32 Spruchkarten [altenwerk@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:altenwerk@seelsorgeamt-freiburg.de)





Haus kirchlicher Dienste