

# TEXTBUCH

## Gottesdienst im Zweiten Deutschen Fernsehen

- Sendetitel:** In Würde alt werden
- Übertragungsort:** Evangelisches Johannesstift Berlin-Spandau
- Mitwirkende:** Dr. Margot Käßmann, Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden, Christine Knop, Wolfgang Kern, Dieter Seybold
- Musikalische Gestaltung:** Kinderchor, Leitung: Jürgen Lindner  
Bläserchor  
Orgel: Gottfried Heim
- Konzeption:** Stephan Fritz
- Redaktion:** Silvia Schmidt-Kahlert
- Produktionsleitung:** Christian Kirdorf
- Regie:** Stefan Kampmann
- 1. Kamera:** Michael Poetzsch
- Technische Leitung:** Herbert Rösch
- Kontaktadresse:** Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden  
Pfarrer der Kirchengemeinde Evangelisches Johannesstift  
und Referat Seelsorge im Evangelischen Johannesstift  
Schönwalder Allee 26/12  
Tel. 030-336 09- 631  
Fax 030-336 09-529  
martin.stoelzel@evangelisches-johannesstift.de

## Eingangsmusik

### Lied „Morgenlicht leuchtet“ EG 455, 1-2

Aus urheberrechtlichen Gründen kann der Text nicht abgedruckt werden.\*

Text: Eleanor Farjeon vor 1933 / Jürgen Henkys 1990  
 Original: Morning has broken  
 Rechte: 1987 Strube Verlag GmbH / nach dem englischen "Morning has broken"  
 von Eleanor Farjeon vor 1933.  
 Melodie: gälisches Volkslied vor 1900

## Begrüßung und Einführung

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Guten Morgen und herzlich willkommen im Evangelischen Johannesstift in Berlin-Spandau.

**Dr. Margot Käßmann:** In Würde alt werden - wer will das nicht? Bei halbwegs guter Gesundheit und mit einem klaren Geist, versteht sich. Was aber, wenn die Kräfte nicht mehr reichen für ein selbstbestimmtes Leben? Wenn ich auf andere angewiesen bin und das Gefühl habe, anderen zur Last zu fallen?

Wie alte Menschen in Würde leben können, ist nicht nur für unsere älter werdende Gesellschaft ein Thema, irgendwann ist es ein Thema für jeden persönlich.

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Das Evangelische Johannesstift ist ein guter Ort, um sich dieser Herausforderung zu stellen. Wir zählen zu den größten diakonischen Einrichtungen und blicken auf eine Tradition von genau 160 Jahren zurück. Mit unserem Netz von Angeboten, können wir Menschen im Alter in unterschiedlichen Lebenslagen helfen.

# TEXTBUCH

Unsere Angebote reichen vom altersgerechten Wohnen bis hin zu einer Fachklinik für Innere Medizin, und einer Geriatrie. Christine Knop und Wolfgang Kern stehen hier für viele hauptamtlich und ehrenamtlich Mitarbeitende.

**Christine Knop:** Ich bin die Koordinatorin des ambulanten Hospizes im Evangelischen Johannesstift. Ich höre noch den Satz eines Bewohners, der mich fragte: „Wo bin ich überhaupt noch Mensch?“ Diese Frage lässt mich nicht los. Ich frage mich bei jedem Menschen, der den Schritt in eine Senioreneinrichtung oder in das Hospiz gehen muss: Was braucht dieser Mensch jetzt, damit er sich als Mensch fühlt – auch und gerade dann, wenn die letzte Etappe seines Lebens beginnt. Ich möchte es ihm gerne geben.

**Wolfgang Kern:** Ich habe meine liebe Mutter vor Augen. In meinen Gedanken ist sie noch der Wirbelwind, der immer für mich und meine Geschwister da war. Wenn ich sie jetzt in den Rollstuhl setze, schreit sie vor Schmerz. „Warum muss ich so leiden?“, sagt sie dann. In meiner Arbeit habe ich mich viel mit dem Älterwerden beschäftigt, und wir haben viele gute Sachen auf den Weg gebracht. Aber es ist etwas anderes, wenn es mich als Sohn betrifft und ich die ganze Hilflosigkeit meiner Mutter spüre.

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Das alles nehmen wir nun mit hinein in diesen Gottesdienst. Wir feiern ihn im Namen Gottes des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

**Gemeinde:** Amen.

# TEXTBUCH

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Unsere Hilfe steht im  
Namen des Herrn,

**Gemeinde:** der Himmel und Erde gemacht hat.

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Der Herr sei mit Euch.

**Gemeinde:** Und mit Deinem Geist.

## Lied „Morgenlicht leuchtet“ EG 455, 3

Aus urheberrechtlichen Gründen kann der Text nicht abgedruckt werden.\*

Text: Eleanor Farjeon vor 1933 / Jürgen Henkys 1990

Original: Morning has broken

Rechte: 1987 Strube Verlag GmbH / nach dem englischen "Morning has broken"  
von Eleanor Farjeon vor 1933.

Melodie: gälisches Volkslied vor 1900

## Psalm 23 mit Einwürfen

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Der Herr ist mein Hirte, mir wird  
nichts mangeln. Er weidet mich auf einer grünen Aue und führt mich  
zum frischen Wasser. Er erquickt meine Seele. Er führt mich auf  
rechter Straße um seines Namens willen.

**Christine Knop:** Ach, Gott, ich liebe die Worte dieses Psalms. Ich  
fürchte mich davor, wenn ich dich, meinen guten Hirten nicht mehr  
spüre. Bist Du noch da, wenn meine Beine mich nicht mehr tragen,  
wenn die Kraft meinen Körper verlässt? Wenn ich zu schwach und müde  
werde, um die Dinge zu tun, die früher selbstverständlich waren?

# TEXTBUCH

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Und ob ich schon wanderte im finstern Tal fürchte ich kein Unglück, denn du bist bei mir dein Stecken und Stab trösten mich.

**Wolfgang Kern:** Gott, wie wird es sein, wenn auch ich alt bin. Und so viele liebe Menschen um mich schon gestorben sind, so viele Abschiede, so viele Tränen. Wenn mich kaum noch jemand kennt, kaum noch jemand weiß, dass ich einst mit meinem Lachen die Menschen verzaubert habe, wie ich ein junger Mann war, lebensfroh mit Idealen. Schau in mein lebendiges Herz. Höre doch, wie es schlägt.

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Du bereitest vor mir einen Tisch in Angesicht meiner Feinde. Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein.

**Christine Knop:** Gott, wie es wohl sein wird, wenn ICH alt bin? Werde ich dann sagen können: ich hatte ein reiches und erfülltes Leben? Wenn mich dann fremde Menschen umgeben und ich mir wünsche, dass mich bitte mal jemand fragt, wer ich wirklich bin? Wenn ich mich so vor dir, Gott, kann ich es ja aussprechen so behandelt, so begutachtet fühle?

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang und ich werde bleiben im Hause des Herrn immerdar.

# TEXTBUCH

## Lied: Der Herr ist mein Hirte

Aus urheberrechtlichen Gründen kann der Text nicht abgedruckt werden.\*

Text: Ralph Carmichael nach Psalm 23  
Deutsch: Hella Heizmann und Klaus Heizmann  
Musik: Ralph Carmichael  
© Bud John Songs Inc./EMI Christian Music Publ.  
Adm. D, A, CH: Small Stone Media Germany GmbH

## Kyrie

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Gott, das Alter ist wunderbar. Und es kann sehr gemein sein. Es ist wie die Zeit der Ernte. Und manchmal ist es einfach nur mühsam. Es ist voll reicher Erinnerungen. Und manchmal ist man einfach nur einsam. Die Lebenszeit scheint nur so dahingeflogen zu sein. Und manchmal gibt es Stunden, die einfach nicht vorbei gehen wollen. Zu dir kommen wir und rufen:

*Kinderchor:*

*Kyrie eleison.*

*Gemeinde:*

*Herr, erbarme dich.*

*Kinderchor:*

*Christe eleison.*

*Gemeinde:*

*Christus, erbarme dich.*

*Kinderchor:*

*Kyrie eleison.*

*Gemeinde:*

*Herr, erbarm dich über uns.*

## Gloria mit Hinführung (EG 179,1)

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Wir danken Dir Gott, durch Jesus Christus, deinen Sohn, der unser Leben aus eigener Erfahrung kennt. Er spricht:

Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken.

Gott, in ihm bist Du an unserer Seite. Darum loben wir Dich mit unserem Lied:

*Kinderchor:*

*Ehre sei Gott in der Höhe.*

*Gemeinde:*

*Und auf Erden Fried, den Menschen ein Wohlgefallen.*

*Allein Gott in der Höh sei Ehr*

*und Dank für seine Gnade,*

*darum daß nun und nimmermehr*

*uns rühren kann kein Schade.*

*Ein Wohlgefalln Gott an uns hat;*

*nun ist groß Fried ohn Unterlass,*

*all Fehd hat nun ein Ende.*

Text und Melodie: Nikolaus Decius 1522

## Tagesgebet

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Lasst uns beten:

Gott wir stehen vor dir.

Mit den Erinnerungen, an wunderbare Erlebnisse in unserem Leben.

Mit Erinnerungen an Menschen, die unser Leben geprägt haben.

Wir kommen mit Dankbarkeit für die gute Zeit und für die Hilfe in schlechter Zeit.

Nimm Dich unser an und lass uns spüren, dass Du an unserer Seite gehst heute, morgen und in Ewigkeit. Amen.

**Gemeinde:** Amen.

## Erfahrungen

**Christine Knop:** Ich möchte von einer Begegnung mit einer alten Dame erzählen, die mich lange nicht losgelassen hat. Sie möchte zuhause leben bis zuletzt das sehe ich in ihren alten Augen. Sie flehen und bitten um eine Lösung, die ich nicht anbieten kann. Es berührt mich, wenn sie die wenigen Dinge aufzählt, die sie mitnehmen möchte und die geblieben sind nach einem Leben von 90 Jahren. Ihrem Leben. Ich höre, wie sie klagt und sich vor den Veränderungen fürchtet. Ich kann verstehen dass die wenigsten Menschen in ein Heim gehen möchten. Ich habe aber erlebt, dass es gelingen kann und sich Menschen dort noch einmal zuhause fühlen. Ich kann die Frau jetzt nicht trösten. Ich spüre, wie all das, was ihr im Leben wichtig war, nicht länger möglich ist.

**Wolfgang Kern:** Jetzt bin ich öfters bei meiner Mutter. Immer zum Wochenende. Ich bin einfach da. Ganz früh am Morgen kommt die



# T E X T B U C H

Sozialstation. Dann frühstücke ich mit ihr. Koche zum Mittag. Sie schält die Kartoffeln.

Das geht noch. Wir essen gemeinsam. Komme dann wieder zum Abendessen. Dazwischen erzählen wir von früher. Vom Dorf. Von der Verwandtschaft. Von den Feldern da draußen. Davon, wer noch lebt. Aber über allem steht die Frage: Wie kann es weitergehen? Sie braucht neuerdings viel Pflege und viel Zeit. Sie ist gestürzt. Das Laufen geht nicht mehr. Sie hat wahnsinnige Schmerzen in den Beinen. Manchmal schreit sie.

Zeit. Davon haben wir drei Geschwister viel zu wenig. Wir kommen an unsere Grenzen. Manchmal ist das kaum auszuhalten.

Ich sitze ihr gegenüber. Soll ich ihr sagen: Du musst jetzt ins Heim? Wir schaffen es nicht mehr, Du Mutter, die Du uns groß gezogen und alles gegeben hast?

Sie möchte so gerne zu Hause bleiben bis zuletzt. Wir möchten das auch. Aber wir schaffen es nicht, ohne, dass wir selbst dabei kaputt gehen. Wir fühlen uns schlecht dabei.

Nach langer Suche finden wir eine Lösung. Eine Frau, die uns entlastet, die Zeit mitbringt und zuhört, freundlich, respektvoll. Wir wissen Mutter in guten Händen.

Jetzt werden wir erst einmal gemeinsam ihren Geburtstag feiern. Mit all ihren Lieben. Wir feiern zuhause. Danke lieber Gott.

**Christine Knop:** Ich liebe diese Frau, weil sie sich zu wehren versucht gegen alles, was andere fremde Menschen von ihr erwarten. Sie ist unangepasst, unbequem und nörgelnd.

Ich sehe ihr ihre Krankheit an. Sie ist lebensmüde. Ich habe Mühe mich an ihren groben Ton zu gewöhnen, er bringt mich aber oft zum Lachen.

# TEXTBUCH

Sie erzählt mir von Vergewaltigung im zweiten Weltkrieg, daher die Angst vor den Händen, die sie täglich auf ihrem Körper ertragen muss. Das macht ihr richtig Mühe.

„Auf einmal ist mein Körper interessanter als meine Vergangenheit alles wird gemessen und dokumentiert.

Sie sagen: Du musst trinken. Ich habe keinen Durst!

Sie sagen: Essen sie, damit sie zu Kräften kommen. Ich habe keinen Hunger.

Jetzt reißen sie sich doch einmal zusammen. Ich möchte nur noch sterben.“

Dann begegnet ihr ein Mensch und alles verändert sich. Sie verstehen sich, sie haben vieles gemeinsam. Beide reden über Abgrenzung, Würdelosigkeit und die Angst, in Einsamkeit zu sterben. Zwei Frauen, die ähnliches erlebt haben, die sich sehen und verstehen.

Ich höre lautes Lachen, Fröhlichkeit und manchmal singen sie alte Schlager oder Volkslieder. Ich gehe an ihrem Zimmer vorbei, dankbar, dass etwas gut geworden ist. Für beide gut geworden ist.

## Lied „In dir ist Freude“ EG 398

Aus urheberrechtlichen Gründen kann der Text nicht abgedruckt werden.\*

Text: Cyriakus Schneegaß 1598  
Melodie: Giovanni Giacomo Gastoldi 1591  
Begleitsatz: Anne Weckeßer © 2009 Gerth Medien Musikverlag

## Lesung Lukas 2, 25-34a

**Dieter Seybold:** Oft lesen oder erzählen Großeltern ihren Enkelkindern aus biblische Geschichten.

## TEXTBUCH

Häufig sind es auch sehr alte Menschen, die in der Bibel die Geschichte Gottes mit den Menschen voranbringen. Abraham und Sarah zum Beispiel. Oder wie bei der heutigen Lesung aus dem Lukasevangelium:

Und siehe, ein Mensch war in Jerusalem mit Namen Simeon; und dieser Mensch war gerecht und gottesfürchtig und wartete auf den Trost Israels, und der Heilige Geist war auf ihm.

Und ihm war vom Heiligen Geist geweissagt worden, er sollte den Tod nicht sehen, er habe denn zuvor den Christus des Herrn gesehen.

Und er kam vom Geist geführt in den Tempel. Und als die Eltern das Kind Jesus in den Tempel brachten, um mit ihm zu tun, wie es Brauch ist nach dem Gesetz, da nahm er ihn auf seine Arme und lobte Gott und sprach:

Herr, nun lässt du deinen Diener in Frieden fahren, wie du gesagt hast; denn meine Augen haben deinen Heiland gesehen, das Heil, das du bereitet hast vor allen Völkern, ein Licht zur Erleuchtung der Heiden und zum Preis deines Volkes Israel.

Und sein Vater und seine Mutter wunderten sich über das, was von ihm gesagt wurde.

Und Simeon segnete sie.

Lob sei dir, o Christe

*Gemeinde:*

*Halleluja, Halleluja, Halleluja.*

**Dieter Seybold:** Wir bekennen gemeinsam unseren christlichen Glauben.

# TEXTBUCH

## Glaubensbekenntnis

*Gemeinde:*

*Ich glaube an Gott, den Vater, den Allmächtigen,  
den Schöpfer des Himmels und der Erde.*

*Und an Jesus Christus, seinen eingeborenen Sohn, unsern Herrn,  
empfangen durch den Heiligen Geist,  
geboren von der Jungfrau Maria,  
gelitten unter Pontius Pilatus,  
gekreuzigt, gestorben und begraben,  
hinabgestiegen in das Reich des Todes,  
am dritten Tage auferstanden von den Toten, aufgefahren in  
den Himmel;*

*er sitzt zur Rechten Gottes, des allmächtigen Vaters;  
von dort wird er kommen, zu richten die Lebenden und die  
Toten.*

*Ich glaube an den Heiligen Geist,  
die heilige christliche Kirche,  
Gemeinschaft der Heiligen,  
Vergebung der Sünden,  
Auferstehung der Toten  
und das ewige Leben.*

*Amen.*

## Lied: Wolfgang Simon, „Leben aus Glauben“

Aus urheberrechtlichen Gründen kann der Text nicht abgedruckt werden.\*

Text und Melodie: Wolfgang Simon 2015  
© beim Urheber

# TEXTBUCH

## Predigt

Dr. Käßmann: Liebe Gemeinde, als ich junge Pastorin war, sagte mir beim Trauergespräch der Sohn des Verstorbenen: Das „nunc Dimittis“ hätte mein Vater sicher gern gehört bei seiner Beerdigung. Ich wollte mir keine Blöße geben aber ich wusste echt nicht, wovon er sprach! Wikipedia gab es noch nicht und so habe ich nachgeschlagen im Lexikon. Nunc dimittis so beginnt das Lied des alten Simeon, das wir eben gehört haben, in der lateinischen Übersetzung. „Nun lässt du... deinen Diener“. Dieses Lied ist eines der drei großen Loblieder Gottes am Beginn des Lukasevangeliums. Dort singt auch Maria ihr berühmtes Magnifikat und Zacharias sein Benedictus. Singend wird die Geburt des Heilandes sozusagen vom Evangelisten gleich ins rechte Licht gesetzt. Ein alter Mann singt also Gott ein Loblied, weil er einen Säugling in den Armen hält. Das ist ja auch eine anrührende Geschichte. Ich kann sie gut nachvollziehen zweitausend Jahre später. Als ich mein erstes Enkelkind im Arm hielt, dachte ich: „Jetzt ist der Lebenskreis doch rund. Das eine Leben geht zur Neige, das nächste beginnt. Ich werde dieses Jahr 60, meine älteste Enkeltochter 6, sie wird ihren ersten Schultag haben und ich meinen ersten Tag im Ruhestand. Wer mit Gottvertrauen sieht, wie eine neue Generation nachwächst, kann das Leben vielleicht eher loslassen, die Wiederkehr sehen von Heranwachsen und Altwerden.

Dabei ist Jesus noch nicht einmal der Enkel von Simeon. Und auch das ist ein gutes Signal. Du musst nicht selbst Kinder und Enkel haben, um dieses Glück zu teilen. Manche Menschen sehen nur in den eigenen Kindern Lebenssinn. Aber es geht auch um eine ganze Gesellschaft, die dankbar sein kann, wenn Kinder geboren werden, sich freut über neues Leben. Viele Menschen hätten selbst gern Kinder, können aber keine

## T E X T B U C H

haben. Doch wie Simeon können sie mit Freude sehen, dass eine neue Generation heranwächst, der Kreislauf des Lebens weiter geht.

Und Simeon sieht ja noch mehr in Jesus, als ein Kind, durch das Leben weiter gegeben wird. Er singt, seine Augen haben „den Herrn“ gesehen. Auf den Messias, den Retter Israels hat er gewartet, um in Frieden sterben zu können. Die Hoffnung auf Erlösung, die Sehnsucht nach Sinn und sicher auch die Frage nach der Rettung Israels haben ihn belastet. Jetzt sieht er sich von diesen Sorgen befreit. Mit diesem Kind kann alles gut werden, das spürt er. Lukas will damit klar machen, dass Jesus von Anfang an besonders war, der Heiland für alle Welt werden sollte. Die Eltern des Kindes, Josef und Maria, sie wundern sich über das, was Simeon in ihrem Kind sieht. Es ist für sie nicht erkennbar, obwohl es bei Lukas doch heißt, Maria habe all die Worte im Herzen bewegt, die die Hirten von diesem Kinde sagten.

Auf jeden Fall begegnen wir hier im Evangelium einem alten Mann, der mit großer Würde über sein bevorstehendes Sterben nachdenkt. Simeon scheint keine Angst davor zu haben. In Frieden will er sein Leben zurück legen in die Hände Gottes.

Genau das wünschen sich die alten Menschen in unserem Land heute auch: in Frieden und in Würde sterben. Aber wir haben es schon gehört, das ist gar nicht so leicht. Viele sind pflegebedürftig und es gibt vielerorts nicht genug Personal, sie gut zu versorgen. Pflegekräfte sind unter Druck, sie haben oft nicht die Zeit, die sich die Gepflegten von ihnen wünschen. Die meisten Menschen wollen gern bis zu ihrem Tod Zuhause bleiben. Aber das überfordert viele Familien, sie wissen nicht, wie sie das gewährleisten sollen. Ja, ambulante Pflege gibt es, aber die kann nicht rund um die Uhr präsent sein. Manche Menschen holen daher Pflegekräfte aus Polen, der Ukraine oder Moldawien. Doch auch das

## T E X T B U C H

bringt Schwierigkeiten mit sich vor allem in der Verständigung. Und in den Ländern, aus denen sie kommen, kümmern sich die Kirchen um die so genannten „Euro-Waisen“, die Kinder, die zurück bleiben, weil ihre Mütter in Deutschland Geld verdienen mit Altenpflege.

Hier im Johannesstift wird versucht, die Würde des Alters zu wahren. Jeder und jede soll so gut wie möglich versorgt werden. Deshalb gibt es auch einen Besuchsdienst, der sich LeNa nennt - Lebendige Nachbarschaft. Ehrenamtliche begegnen dabei älteren Menschen, die hier allein leben und aus ihren Erinnerungsschätzen erzählen. Das ist wunderbar, weil deutlich wird: Familien können nicht alles leisten und bezahlte Pflegekräfte auch nicht. Wir brauchen Gemeinschaft, Zivilgesellschaft, die aushilft. Gerade Christinnen und Christen sind ja überzeugt: Wir sind Gemeinde, Schwestern und Brüder in der Familie der Kinder Gottes. Nächstenliebe und Barmherzigkeit sind Grundsätze unseres Zusammenlebens.

In Zusammenhang mit der Alice-Salomon-Hochschule entstand dazu das Projekt ErNa - Erzählende Nachbarschaft. Da wird festgehalten, was die Alten erzählen und weitergeben. Und auch das ist wichtig: Die Geschichten sollen nicht verloren gehen. Menschen können ihr Leben Revue passieren lassen. Und sie können auch ihre Bitterkeit formulieren. Ein Mann sagte: „Ich war Maschinenbauer, mittlere Führungsebene. Oh, ich war ein junger Gott auf der Tanzfläche. Ich war Ehemann, Angler, Laubenpieper, Saunagänger. Was bin ich heute? Altes Eisen...“. Ja, so fühlen sich viele. Nutzlos, eine Last für andere. Was sind wir für eine Gesellschaft, die keinen Wert im Alter sieht und keine Würde bei den Alten? Die sie nur noch als Last empfindet? Aber es geht nicht nur um „die Gesellschaft“. Der Maschinenbauer empfindet sich ja offensichtlich selbst als „altes Eisen“. Können wir

## T E X T B U C H

ganz persönlich uns noch wertschätzen, wenn wir nicht mehr so leistungsfähig sind, das ist doch auch die Frage! Ein Mann sagte mir einmal: „Bevor mir jemand den Hintern abwischen muss, erschieße ich mich lieber!“. Warum nur fällt uns das so schwer, auf andere angewiesen zu sein? Ich bin gerade umgezogen und habe darauf geachtet, dass die neue Wohnung „barrierefrei“ ist, ich also auch mit einem Rollator dort zurecht käme. Die Reaktion: Sie sind doch so fit, das haben Sie doch noch nicht nötig. Aber doch! Mir ist sehr bewusst, dass ich älter werde und Einschränkungen anstehen. Und ich hoffe, dass ich das Leben nicht als weniger lebenswert empfinde, ja mich nicht schäme, wenn ich Hilfe brauche. Im Idealfall ist unser Leben doch ein Kreislauf. Da gibt es die Anfangs- und Endzeit, in der wir Unterstützung brauchen, als Säuglinge, als Kinder, als Alte. Und dann ist da eine Zeit, in der wir unterstützen können, weil wir viel Lebenskraft, Gesundheit und Energie haben. Wir können doch lernen, damit umzugehen und Schwäche nicht als peinlich oder gar als Kränkung unseres Selbstbewusstseins zu verstehen.

Solange wir jünger sind, können wir lernen von den Alten – das verändert die Einstellung! Eine Frau im Projekt ErNa sagte: „Manchmal, wenn ich durch den Garten laufe, dann möchte ich einen Handstand machen! Am Apfelbaum! Und dann fällt mir wieder ein, dass ich eine alte Frau bin... Naja, aber die Schaukel meiner Enkel, die kann ich noch benutzen. Kindchen, ich sag ihnen eins – machen sie jede Menge Handstand, so lange sie können!“ Das finde ich lebensfroh. Handstand konnte ich noch nie, aber ich schaukele auch so richtig gern. Das macht schlicht Spaß, Du kannst dich am Leben freuen. Und es kann auch eine Ermutigung sein, das Leben mit den Einschränkungen Wert zu schätzen, die das Alter mit sich bringt.



# T E X T B U C H

„Altwerden ist nichts für Feiglinge“, hat Joachim Fuchsberger einst ein Buch betitelt<sup>1</sup>. Das ist sehr gut gewählt, finde ich! Joachim Fuchsberger erzählt mit einer gewissen Heiterkeit und Leichtigkeit auch über die Beschwerden des Altwerdens. Er schreibt: „Versteckt man die immer deutlicher werdenden Unzulänglichkeiten: Schwerhörigkeit, Gleichgewichtsstörungen, Gliederschmerzen, nachlassendes Reaktionsvermögen, Schlaflosigkeit, Entscheidungsunsicherheit, Sehschwierigkeiten und was es sonst an Alterserscheinungen gibt, oder akzeptiert man das alles möglichst klaglos und versucht, aus dem natürlichen Verfall das Beste zu machen? ... Wir Alten sind besser dran, einen für andere und uns selbst erträglichen Kompromiss zu finden. Irgendwo zwischen unintelligenter Koketterie, die uns der Lächerlichkeit preisgibt, und dem Versuch, mit Anstand und Würde alt zu werden.“<sup>2</sup>

Das ist ein sehr guter Zugang zu unserem eigenen Altwerden, finde ich. Zum Glück können wir ja auch über manches lachen. Altwerden heißt nicht, aus dem Leben heraus katapultiert zu werden. Gerade die so genannten jungen Alten sind noch recht fit, können aber schon die Vorteile genießen, beruflich nicht mehr so eingebunden zu sein. Und so kann ich manchmal auch Witze machen über Falten und lachen, wenn ich sehe, wie meine jüngste Tochter mir locker davon joggt, während ich froh bin, es in langsamem Trab nach Hause zu schaffen. Altwerden ist nicht nur negativ besetzt. Es hat schlicht auch viele Vorteile, die „Rushhour“ des Lebens überstanden zu haben und manches gelassener angehen zu können.

Aber in unserer konsumorientierten Kultur gibt es schlicht einen Jugendkult. Ich finde ich junge Menschen auch wunderbar. Ich kann mich freuen daran, wenn Menschen auf so eigene Art schön sind, wie

---

<sup>1</sup> Joachim Fuchsberger, *Altwerden ist nichts für Feiglinge*, Gütersloh 2010.

<sup>2</sup> Ebd., S. 211f.

# T E X T B U C H

das nur in der Jugend möglich ist. Mir erscheint eher lächerlich, wenn ältere Menschen alles daran setzen, eine Figur und ein faltenloses Gesicht zu haben wie jemand, der 30 oder 40 Jahre alt ist. Und ganz ehrlich, der Satz, dass 60 das neue 40 ist, stimmt nicht. Um ein Altern in Würde geht es. Dafür sollten die Alten einstehen. Aber eben auch die Gesellschaft insgesamt, die Menschen ein solches Altern und auch ein Sterben in Würde ermöglicht.

Der alte Simeon scheint bei aller Altersgebrechlichkeit lebensfroh und gar nicht verzagt. Er weiß, dass er sterben wird und will in Frieden loslassen, in Gottvertrauen sterben. Als er den kleinen Jesus sieht, wird ihm klar, dass er das jetzt kann: Die geschenkte Lebenszeit zurück geben in Gottes Hand.

Unser Leben ist begrenzt, wir alle werden sterben. Das allgemeine Wissen um den Tod ist eine sehr persönliche Nachricht für jeden und jede. Als Christinnen und Christen können wir im Vertrauen auf Gott alt werden, weil wir glauben, dass wir auch mit unseren Schwächen Würde haben als Gottes Ebenbilder. Und weil wir glauben, dass der Tod kein Punkt ist, sondern ein Doppelpunkt, keine Sackgasse, sondern eine Station auf unserem Weg hin zu Gott. Dafür steht Jesus Christus, dessen Tod nicht das Ende war, sondern ein Anfang. Darauf vertrauen wir. Amen.

## Lied „Ja, ich will euch tragen“ EG 380

Aus urheberrechtlichen Gründen kann der Text nicht abgedruckt werden.\*

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

# TEXTBUCH

## Fürbitten

**Dieter Seybold:** Lasst uns beten: Lieber Gott, ich bitte dich, dass du mir die Augen öffnest für das Schöne in meinem Alter, dass ich nicht nur das Beschwerliche und Unmögliche sehe, sondern auch gerade das, was mein Leben heute reich macht.

Hilf mir, dass ich auch die Weisheit und Lebenserfahrung der Alten erkenne und anerkenne.

**Christine Knop:** Gott, die Würde des Menschen ist antastbar. Manchmal begreife ich deine Entscheidungen nicht und ich bin sprachlos und zornig.

Mir fällt es einfach schwer zu begreifen, warum viele am Ende ihres Lebens so viel leiden müssen.

Und daher bitte ich dich, Zeichen zu geben, dass es nach wie vor sinnvoll ist, Dich als unseren guten Hirten anzusehen.

Wir rufen zu dir:

*Gemeinde:*

*Kyrie, Kyrie eleison. Kyrie, kyrie eleison.*

M. und Satz: Jacques Berthier, Taizé 1978

**Wolfgang Kern:** Guter Gott, ich danke Dir für meine Eltern und für alles, was sie für mich getan haben und für die Zeit, die ich am Ende ihrer Tage mit ihnen verbringen konnte. Guter Gott, schenke, dass am Ende in den Familien der Abschied gelingt. Ich vertraue auf Dich.

# TEXTBUCH

Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden: Guter Gott,  
wir bitten dich um den Frieden in der Welt, besonders für die  
Menschen, die in Syrien leben. Wir rufen zu Dir...

*Gemeinde:*

*Kyrie, Kyrie eleison. Kyrie, kyrie eleison.*

M. und Satz: Jacques Berthier, Taizé 1978

Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden: Gemeinsam beten wir:

## Vaterunser

*Gemeinde:*

*Vater unser im Himmel,  
geheiligt werde dein Name,  
dein Reich komme,  
dein Wille geschehe  
wie im Himmel so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen.  
Denn dein ist das Reich und die Kraft  
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.  
Amen.*

# TEXTBUCH

## Lied „Er ist erstanden, Halleluja“ EG 116, 1.2.5; GL 644

Aus urheberrechtlichen Gründen kann der Text nicht abgedruckt werden.\*

T: Ulrich S. Leupold 1969 nach dem Suaheli-Lied „Mfruhani, Haleluya“ von Bernard Kyamanywa 1966,  
M. aus Tansania

Intro: Matthias Nagel © Strube München

Begleitsatz Bläser: Gustav Gunsenheimer © Strube München

### Verabschiedung und Segen

**Pfarrer Martin Stoelzel-Rhoden:** Danke für die Gemeinschaft hier in der Kirche und mit Ihnen, die sie an den Fernsehgeräten mit uns diesen Gottesdienst feiern.

Wenn sie mögen, rufen sie uns an. Menschen aus unserer Gemeinde stehen ihnen als Gesprächspartner bis 19.00 am Telefon zur Verfügung. Jetzt am Ende dieses Gottesdienstes stellen wir uns gemeinsam unter den Segen Gottes:

**Dr. Margot Käßmann:** Gott segne dich und behüte dich. Gott lasse das Angesicht leuchten über dir und sei dir gnädig. Gott erhebe das Angesicht auf dich und schenke dir Frieden. Amen.

*Gemeinde:*

*Amen. Amen. Amen.*

### Johann Sebastian Bach, „Dorische Toccata“

---

\*Texte von Kirchenliedern, die jünger als 70 Jahre sind, sind urheberrechtlich geschützte Werke, die nur mit Zustimmung des Urhebers veröffentlicht werden dürfen. Übersetzt oder ändert man einen Liedtext (Kürzung, Textänderung) liegt

# T E X T B U C H

eine Bearbeitung oder Umgestaltung des urheberrechtlichen geschützten Werks vor, die, selbst wenn dadurch ein neues Werk geschaffen wird, gemäß § 23 UrhG auch nur mit Zustimmung des Urhebers veröffentlicht oder verwertet werden darf.

Unter die unerlaubte Veröffentlichung fällt sowohl das Einstellen von Liedtexten im Internet zum Download als auch das Versenden von Texten auf Anforderung.

---

Das komplette Textbuch des Gottesdienstes zum Herunterladen erhalten

Sie in der Regel nach der Sendung auf [www.zdf.fernsehgottesdienst.de](http://www.zdf.fernsehgottesdienst.de) und [www.rundfunk.evangelisch.de](http://www.rundfunk.evangelisch.de)

Sie finden das Textbuch der Seite des Gottesdienstes in der Box „Infos und Downloads“ in der rechten Spalte als Link „Sendung zum Nachlesen“

Herzlichen Dank für Ihr Interesse!

Die Telefonnummer des evangelischen Zuschauer-Telefons nach dem Gottesdienst ab 10:15 Uhr

0700 14 14 10 10

(6,2 Cent/Minute. Mobilfunkkosten abweichend)