



 ein Leben lang.  
**WACHSEN**

WACHSEN

REIFEN

ERNTEN

SÄEN

## **Inhaltsverzeichnis**

Vorwort - Zeit zum Reifen.....	3
Seniorenarbeit in der evangelischen und katholischen Kirche in Wien.....	4
Wachsen ein Leben lang - Reifen.....	6
Wachsen bis zur Ernte.....	8
Lob und Dank dem Herrn.....	11
Seniorenklub im Sommer.....	15
Wandern.....	17
Vor allem - aber nicht nur - zur Sommerszeit.....	21
Wenn einer eine Reise tut.....	26
Reisesegen.....	30
Anna - Großmutter Jesu - Großmutter im Glauben.....	32
Oma, Opa - Komm, spiel mit mir.....	34
Reifen - Anregungen für die Arbeit mit Menschen mit Demenz.....	38
Meditation.....	45
Impressum - Quellennachweis.....	47

## Zeit zum Reifen

Es gibt Situationen, in denen jemand sagt: „Die Sache ist noch nicht ausgereift. Das braucht noch Zeit und Überlegung.“ Etwas entwickeln, Wachsen und Reifen braucht seine Zeit. Von der Befruchtung bis zur Geburt braucht ein Kind neun Monate im Mutterbauch. Und in der Natur erleben wir es Jahr für Jahr: Zuerst sehen wir die Blüten, dann das Wachsen der Früchte und schließlich das Reifwerden. Dazu trägt vieles bei: die Wärme der Sonnenstrahlen, die Feuchtigkeit aus dem Boden, das Säuseln des Windes, und vor allem die Zeit. Die Pflanzen brauchen viel Geduld, bis ihre Früchte gereift sind. Als Menschen brauchen wir ebenfalls dieses geduldige Warten ...

Wir leben nicht im Zeitraffer - zum Glück!  
Guter Käse zum Beispiel ist lange gereift. Guter Rotwein ist lange gereift.  
Süße Trauben sind lange gereift. Rotbackige Äpfel sind lange gereift. Keine Frucht ist von heute auf morgen reif. Alle haben ihre Zeit dazu nötig. Auch Schülerinnen und Schüler bekommen ihr Reifezeugnis erst nach vielen Jahren intensiven Lernens. Und wie stolz sie dann sind!  
Mit welcher Freude genießen wir im Sommer und

Herbst herrliche Früchte aller Arten!

Im biblischen Buch Kohelet lesen wir den bekannten Text:

**„Alles hat seine Zeit ...“**

Ja, Gott hat uns die Zeit als etwas ganz Kostbares geschenkt. Mit diesem Geschenk dürfen wir in Verantwortung leben. Manches möchten wir gern rascher und schneller erledigen. Es geht aber nicht. Weil es eben die Zeit zum Reifen braucht wie auch die Zeit zum Heilen.

So wünsche ich Ihnen gesegnete Zeiten des Reifens in Ihrem Leben!

**Hansjörg Lein**

Superintendent der  
evangelischen Kirche Wien





## Wachsen ein Leben lang

### REIFEN

Von unserem Lebensgefühl her ist der Sommer die Jahreszeit, die am kürzesten dauert, obwohl sie manchmal endlos erscheint. Er ist der Höhepunkt, auf den das Jahr zugeht, aber auch eine Zeit der Gegensätze. Der Sommer meines Lebens ist die Zeit, in der ich einerseits aus dem Vollen schöpfe, in der sich andererseits aber auch das Gefühl des Überfordertseins einstellt, wegen der vielen Erwartungen und Gegensätze, denen ich ausgesetzt bin: beruflich, familiär, persönlich ... Im Sommer geht es oft „heiß her“ aber ebenso oft herrscht Eintönigkeit, Routine. Wie vieles im Leben beginnt und endet der Sommer unauffällig. Heiße Frühlingstage gehen unmerklich in den Sommer über und gab es eben noch das Gefühl, dass die Zeit still steht, kündigt sich schon der Herbst an.

Zum Wachsen und Reifen tragen Beziehungen bei. Zu alten Beziehungen kommen neue: Schwiegerkinder, Lebenspartner, Enkelkinder, neue Nachbarn. Man erlebt aber auch Enttäuschungen, die ihrerseits wieder zur Reife beitragen. Ein Zeichen der Reife ist die Feststellung, dass die vor vielen Jahren einmal überlegte Lebensplanung nun nicht mehr ausreicht. Zuviel hat sich im Laufe der Jahre geändert, zu viel zeigt sich in einem anderen, neuen Licht. Manches geht nicht mehr so wie früher. Entscheidungen müssen getroffen werden und jede Entscheidung für etwas, ist zu gleich eine Entscheidung gegen etwas anderes. Nun jedoch müssen Perspektiven und Ziele neu überlegt werden. Besteht der Sinn des Lebens darin „gebraucht zu werden“? Wenn ja – wofür? Im Zuge des Nachdenkens

über das bisher verlaufene Leben erkennt man nun langsam eine Reihe von Vorzügen, die sich mit dem Älterwerden einstellen: Gelassenheit, Reife, Bedachtsamkeit. Man erkennt, wie schön die Jugend verlaufen ist, aber auch wie hart, mühsam, mitunter unbeholfen. Manches möchte man nochmals erleben, anderes wieder nicht. Man erkennt auch die andere Seite der Dinge. Im Alter erinnert sich der Mensch des Vergangenen. Früher war es so und so. Jetzt ist alles anders. Die Zeit wird nicht mehr nach Augenblicken gemessen, sondern in größeren Zusammenhängen. Das Gestern greift über auf das Morgen. Lebensabschnitte werden überbrückt durch Erinnern und Vorausträumen.

Die Bibel und die Weisheitstraditionen sprechen über die Alten, die im Lauf ihres Lebens reif und weise geworden sind und über den Weg, der sie dahin geführt hat. Sie erzählen aber auch von denen, bei denen es nicht so gewesen ist, die einfach so dahinlebten oder sich sogar dumm und unreif verhalten haben. Diese Beispiele, die positiven wie die negativen, wollen Jüngere ermutigen, im Leben nicht steckenzubleiben. Dazu gehört, die nachfolgenden Generationen zu fördern: nicht Macht und Positionen festzuhalten, sondern anderen eine Chance geben, nicht auf Meinungen zu beharren, sondern Erfahrungen anzubieten, nicht zu verhindern, sondern zu ermöglichen.

### **Sammeln zum Reifen**

#### **Erholung**

damit ich wieder zu Kräften komme

#### **Geduld**

für die Zeit, in der es wieder mühsam wird

#### **Kraft**

damit ich bei Schwierigkeiten nicht gleich aufgeben muss

#### **Energie**

um mich Aufgaben neu stellen zu können

#### **Trostworte**

für den, der sein Herz bei mir ausschütten möchte

#### **Hoffnung**

damit unangenehme Vorhaben gelingen

#### **Gelassenheit**

für die Augenblicke, an denen wieder Hektik ausbricht

#### **Stärke**

damit ich Unangenehmes aushalten kann

#### **Vertrauen**

um davon weiterschenken zu können

#### **Offenheit**

um nicht zu vereinsamen

#### **Wärme**

um kalte Tage auszuhalten



### **Sommer-Segen**

Zum Segen sollen werden die Tage des Sommers.

Sie mögen Zeit schenken, für das, was während des Jahres oft fehlt.

Sie mögen daran erinnern, dass das Leben mehr ist als Mühsal und Bedrängnis.

Sie mögen einen neuen Blick schenken für die Schönheit der Erde, in der Ferne und in der Nähe.

Sie mögen die Größe und Weite Gottes ahnen lassen, die Unbegreiflichkeit seiner Güte und die Fülle seiner Gnade.





## Reisesegen

### WARUM EIN REISESEGEN?

Es ist eine alte Tradition, dass Menschen, bevor sie eine Reise antreten, um den Segen bitten bzw. sich segnen lassen. Dies kommt wohl daher, dass eine Reise - damals wie heute - immer mit Gefahren und Risiken verbunden ist. Auch bei noch so guter Vorbereitung und Organisation bleiben immer ein Stück Ungewissheit und ein Restrisiko.

Jeden beschäftigen Fragen wie: Wie wird das Wetter? Hoffentlich fahren Leute mit, mit denen ich mich verstehe? Was ist bei einem Unfall? Hält meine Gesundheit, halten meine Kräfte eine Reise aus? Niemand weiß, was auf ihn zukommt. In solchen Momenten der Ungewissheit brauchen wir ein gutes Wort, einen Halt. Genau das ist ein Segen. Im Segen erfahren wir den Zuspruch Gottes: Ich bin da.

### Wort aus der Hl. Schrift

Der Herr wird dir seinen Engel mitschicken und deine Reise gelingen lassen. (Gen 24, 40)

Ich bin mit dir, ich behüte dich, wohin du auch gehst, und bringe dich zurück in dieses Land. Denn ich verlasse dich nicht, bis ich vollbringe, was ich dir versprochen habe. (Gen 28, 15)

Fürchte dich nicht, denn ich habe dich ausgelöst, ich habe dich beim Namen gerufen, du gehörst mir. Wenn du durchs Wasser schreitest, bin ich bei dir, wenn durch Ströme, dann reißen sie dich nicht fort. Wenn du durchs Feuer gehst, wirst du nicht versengt, keine Flamme wird dich verbrennen. Denn jeden, der nach meinem Namen benannt ist, habe ich zu meiner Ehre erschaffen, geformt und gemacht. (Jes 42, 1-2,7)



## Gebet

Fahren wir mit Gottes Segen! Er halte seine schützende Hand über uns und bewahre uns an Gesundheit und Leben. Er öffne uns die Augen für das Schöne in der Welt und die Muße, sich daran zu freuen. Er schenke Brücken, wo Wege zu enden scheinen, halte Unstimmigkeiten fern. Er mache unser Herz froh, unsere Blicke weit und uns zu dankbaren Menschen. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.  
Amen.



## Fürbitten

Vor unserem Ausflug wollen wir Gott bitten:  
Begleite uns auf unserer Fahrt, damit wir unser Ziel glücklich erreichen und gesund wieder heimkehren:  
Steh unserem Fahrer und unserem Reiseleiter hilfreich zur Seite:  
Schenk uns einen schönen Tag, der uns um viele Eindrücke bereichert:  
Segne unsere Gemeinschaft und unser Miteinander:  
Sei bei allen, die gerne mitfahren würden, aber aus irgendeinem Grund verhindert sind:  
Wir bitten auch für alle, die heute unterwegs sind und für Sicherheits- und Einsatzkräfte auf den Straßen:  
Denn du hast uns zugesagt, immer dort zu sein, wo wir sind, uns zu bewahren und zu behüten  
- durch Christus, unseren Herrn.  
Amen.



## Segensworte

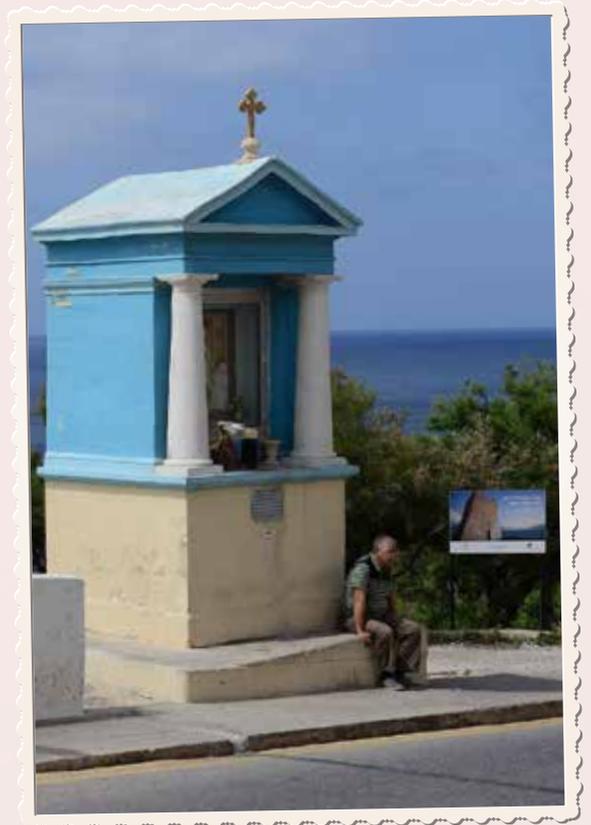
Gott, der im Himmel wohnt, wird uns auf unserer Reise behüten. Sein Engel möge uns begleiten. So segne uns der allmächtige Gott der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.  
Amen.

*(nach Tob 5, 17)*



## Psalmen

Ps 23 (GL 37, EG 739)  
Ps 27, 1-11 (GL 38, EG 744)  
Ps 36 (GL 40, EG 751)  
Ps 91 (GL 664, EG 771)  
Ps 92 (GL 51, EG -)  
Ps 121 (GL 67, EG 787)





Wer im Frühling nichts säht, wird im Sommer nichts ernten. Im Herbst und Winter nichts genießen.

*(Johann Gottfried Herder)*

Der dritte Teil der ökumenischen Behelfsreihe „Wachsen ein Leben lang“ zum Thema Ernten erscheint im September 2016.



Suchen Sie weitere Anregungen für Ihre Seniorenarbeit? Schauen Sie doch auf der Homepage des Fachbereiches Seniorenpastoral vorbei: [www.seniorenpastoral.at](http://www.seniorenpastoral.at)

Sie begleiten haupt- oder ehrenamtlich in Ihrer Pfarrgemeinde, in Pflegeeinrichtungen oder auch im privaten Rahmen Menschen im Alter.

Suchen Sie Anregungen für die Gestaltung Ihrer Seniorenrunde?

Möchten Sie eine Andacht für ältere Menschen gestalten?

Suchen Sie nach Ideen, den Glauben für Jung und Alt erlebbar zu machen?

Überlegen Sie, wie Sie Menschen mit Demenz in ihrem Glauben begleiten können?

Dieser ökumenische Behelf steht unter dem großen Lebensthema „Wachsen ein Leben lang“. Das vorliegende Heft widmet sich dem Thema „Reifen“. Die folgenden Hefte nehmen das Ernten und Säen in den Blick.

Sie finden neben grundsätzlichen lebensweltbezogenen Impulsen zu diesen Aspekten auch Bibelarbeiten, biographisch orientierte und jahreszeitliche Anregungen sowie Ideen für die Gestaltung von Andachten, Gottesdiensten und Seniorengruppen.



KATEGORIALE SEELSORGE  
[www.kategoriale-seelsorge.at](http://www.kategoriale-seelsorge.at)



ERZDIÖZESE WIEN 