

Komm zur **Mitte** des Lebens



Vorwort

von Peter F. Moser

In Bewegung bleiben!

Der Sommer ist für viele eine Zeit der

Erholung. Doch er bleibt nicht ohne zusätzliche Aufgaben: z. B. wollen die Enkelkinder in den Ferien betreut werden. So bleiben wir geistig und körperlich „in Bewegung“.

Unser Bischof hat den SeniorInnen einen Brief geschrieben, den öfter zu lesen ich Ihnen ans Herz lege. Er zeigt uns Aspekte auf, wie altern und Alter geistlich gelingen kann. Wir freuen uns, dass wir gemeinsam mit Bischof Klaus bei unserer Wallfahrt am 1. Oktober in Maria Taferl feiern dürfen. Dazu laden wir Sie und Ihre PfarrseniorInnen sehr herzlich ein. Stärken wir einander in unserem Glaubensweg, erfahren wir wieder neu, dass Gott Mitte und Ziel unseres Lebens ist.

Ich wünsche Ihnen eine gesegnete Zeit, viele schöne Begegnungen mit lieben Menschen – und viel Energie und frohen Mut für Ihr Engagement in unseren Pfarren im kommenden Arbeitsjahr!

Seniorenwallfahrt zur
Basilika Maria Taferl

Donnerstag

1. Oktober 2015

10 Uhr Festgottesdienst mit
Diözesanbischof DDr. Klaus Küng
anschließend Begegnung und Agape

Information und Anmeldung:

Pastorale Dienste - Seniorenpastoral
Klostergasse 15, 3100 St. Pölten
senioren.stpoelten@kirche.at
Tel.: 02742-324-3377 oder 0676-8266 15 343





Liebe Seniorinnen!
Liebe Senioren!

Es wurde mir die Bitte vorgelegt, Euch einen Brief zu schreiben. Dieser Bitte will ich gerne entsprechen, zunächst, weil Ihr eine wichtige Gruppe der Bevölkerung seid und ich mich selbst auch dazu zähle, weiter, weil Älterwerden eine Herausforderung darstellt und es gut ist, sich darüber Gedanken zu machen, vor allem aber, weil ich davon überzeugt bin, dass auch ältere Menschen Aufgaben haben, die für die Angehörigen, auch für Kirche und Gesellschaft wichtig sind.

Erlaubt mir, dass ich als aller erstes etwas sage, das meines Erachtens für uns alle, die wir älter werden, wesentlich ist. So wie wir Kindern beibringen, danke zu sagen, wenn sie etwas erhalten, ist es auch für uns wichtig, dass wir nicht darauf vergessen. Je länger wir auf ein Leben zurückblicken dürfen, umso dankbarer sollten wir werden. Sicher haben wir alle gute

Gründe, Gott und bestimmten Menschen zu danken für das Schöne, das wir erlebt, und das Viele, das wir empfangen haben. Auch schwierige Aufgaben und schwere Zeiten, die wir mit Gottes Hilfe und wohl auch mit der Hilfe anderer bewältigt haben, sind Anlass zu Dankbarkeit. Sogar erlittene Misserfolge und pasierte Fehler können in unserem Leben ihren Platz haben und zu etwas Positivem werden, wenn wir sagen können, dass wir auch das überwunden haben und dass wir mit Gott, mit den anderen und auch mit uns selbst versöhnt sind. Paulus schreibt den Kolossern: „In euren Herzen herrsche der Friede Christi. Dazu seid ihr berufen...“ und dann fügt er hinzu: „Seid dankbar!“ (Kol 3:15). Oft werden wir freilich dem Dank an Gott auch unsere Bitten anfügen: Damit uns für so manches, was nicht so gut war, Vergebung gewährt wird und wir Barmherzigkeit empfangen.

Als zweites wollte ich etwas zum Thema „Loslassen können“ sagen, das im Älterwerden uns alle betrifft. Viele befinden sich vielleicht schon lange im „Ruhestand“, andere stehen kurz davor. Es gehört zum Leben hier auf Erden, Abschied zu nehmen, aber „nicht hier haben wir die bleibende Stätte, nach der zukünftigen verlangen wir“ (Hebr 13,14). Es ist wichtig, dass wir uns bewusst nicht an Dinge klammern, die nicht ewig sind, Ja-sagen zur neuen Lebenssituation, die gewisse Beschränkungen mit sich bringt, aber meist auch eine neue Art von Freiheit vermittelt. Jetzt ist es besonders notwendig, den Anker auszuwerfen, der uns in Gott befestigt und nach dem wirklich Wesentlichen streben lehrt. Auch der 3. Lebensabschnitt bringt Aufgaben mit sich, deren Erfüllung Gott von uns erwartet, und damit komme ich zum 3. Punkt, den ich kurz anschneiden wollte.

Bedenkt, dass Euer Beispiel für Eure Familien ein Schatz ist, weil es aufbauend wirkt, wenn Euer Leben Güte ausstrahlt. Wie wichtig sind oft für die Enkelkinder Oma und Opa, die mit ihnen spazieren gehen, sich mit ihnen beschäftigen, lieb zu ihnen sind, sie vielleicht auch in die Kirche mitnehmen. Mit Eurem Gebet und den aus Liebe zu Gott geduldig ertragenen kleineren oder größeren Wehwehchen des Alters könnt Ihr Euren Kindern und Kindeskindern den Rücken stärken, den Beistand des Heiligen Geistes für sie erbitten. Vielleicht bereitet manches Sorge. Ihr könnt durch Euer stilles Mittragen für die Jüngeren Halt sein, oft auch Trost.

Bedenkt, dass Gebet keine Grenzen kennt und dass Ihr Euch beteiligen könnt in allen Vorgängen in Kirche und Welt. Es ist wertvoll, wenn Ihr mittut.

So wünsche ich Euch allen von Herzen Gottes Segen, hoffe auf die Verbundenheit mit Euch und verbleibe

mit sehr herzlichen Grüßen

+ Hans Kemp

Bewegung ist Leben

Feier „15 Jahre Bewegungsseminar“ am 8. Juni 2015 im Bildungshaus St. Hippolyt in St. Pölten.

Danke für die Einladung. Dank Euch Allen für Eure Treue zur Gruppe. Dank der Trainerin Veronika Schrittwieser. Danke Dir, liebe Helga, die Du schon seit acht Jahren diese Gruppe begleitest. Du begleitest sie nicht nur mit Deinem unwahrscheinlichen Fachwissen, sondern mit einer Leichtigkeit und einer mitreißenden Fröhlichkeit. Ich persönlich durfte Dich so in Seitenstetten bei unseren Seniorentagen erleben. Und gerade das – Fröhlichkeit und Leichtigkeit – brauchen wir besonders in unserem Alter, damit wir kleinere und größere Mühseligkeiten auch leichter bewältigen.

Ein ganz großer DANK gilt Dir, lieber Josef! Mit Deiner Elisabeth – an die wir heute auch besonders denken – hast du vor 15 Jahren dieses Bewegungsseminar begonnen.

Heute ist es soweit, dass ihr euch in zwei Gruppen aufteilen werdet, weil so viele Bewegungshungrige kommen.

Ich bin überzeugt, dass so ein Seminar nicht nur für den Körper wichtig ist, sondern auch dem Gemüt, der Seele gut tut! Wir können durch unsere Ausgeglichenheit und Fröhlichkeit in unserer Gesellschaft eine Lanze für die

alten Menschen brechen, d.h. unsere Mitmenschen spüren lassen, wie wichtig wir alte Menschen für unsere Gesellschaft sind.

Vielleicht ist der Einen oder dem Anderen schon aufgefallen, wie oft Papst Franziskus über alte Menschen und zu alten Menschen spricht. Er tut das sicher nicht nur, weil er selber schon so viele Jahre auf dem Buckel hat, nein er will die Wichtigkeit der alten Menschen für die Familien, die Gesellschaft, für die Welt herausstreichen.

Wir gehören nicht zum alten Eisen.

Was Papst Franziskus sich besonders wünscht, ist das Miteinander der Generationen, das Miteinander von Jung und Alt und dass wir unser Alter als Berufung leben.

Wir dürfen den „Segen eines langen Lebens“ erfahren (Motto Weltseniorentag in Rom Sept. 2014) und jede, jeder ist in ihrem / seinem Bereich aufgerufen, diesen Segen zu leben und weiter zu geben.

Ich wünsche Euch und uns allen, dass wir diesen Segen geistig, körperlich und spirituell gut leben können.

Edith Habsburg-Lothringen



15 Jahre Bewegungsseminar feierte die Seniorenpastoral der Diözese St. Pölten im Bildungshaus St. Hippolyt. „Wir sind stolz, dass Sie sich hier im Bildungshaus St. Hippolyt wohlfühlen und schon 15 Jahre ein Dach für ihre Aktivität haben. Zum Jubiläum alles Gute und dass sie noch lange gesund und fit bleiben“, gratulierte der Direktor des Bildungshauses St. Hippolyt Erich Wagner-Walser den aktiven Senioren zu ihrem Jubiläum. Seminarleiterin Helga Edtbrustner ist es wichtig, dass man auch im Alter darauf schaut, dass alles noch funktioniert. Und da ist das einzige wirksame Mittel die Bewegung: „Es muss nicht in Sport ausarten. Mit Tüchern, Bändern, Stäben und Bällen helfen wir uns bei Beschwerden am Bewegungsapparat.“ Edtbrustner selber spürt am eigenen Körper, dass Bewegung wirkt und einfach gut tut: „Bewegung ist Leben! Und das Bewegungsseminar fördert noch dazu die Gemeinschaft!“ Edith Habsburg-Lothringen, Vorsitzende des Arbeitskreises Senioren in der Diözese St. Pölten animiert die Bewegungskünstler, sich immer vor Augen zu halten, dass alte Menschen wichtig für die Gesellschaft sind: „Wir gehören nicht zum alten Eisen. Papst Franziskus wünscht sich ein Miteinander von Alt und Jung – es ist unsere Berufung!“ Mit einem Puzzle aus einem Foto des ersten Bewegungsseminars erfreute und beschäftigte Edith Habsburg-Lothringen die Seminarteilnehmer. Zum Abschluss des Festaktes erhielt jeder Teilnehmer von Seminarleiter Josef Schrittwieser eine Medaille.

Fröhlichkeit und Leichtigkeit – brauchen wir besonders im Alter. Diese Fröhlichkeit spürt man seit 15 Jahren in den Bewegungsseminaren der Seniorenpastoral.

Impressionen von der Feier



Termine

Bildungsreise

Sonntag, 23. bis
Samstag 29. August 2015
Bayern, Regensburg - Passau
Leitung: Alois Stelzer

Wanderwoche

Haus im Ennstal

Samstag, 12. bis
Samstag, 19. September 2015
Leitung: Angela Wippel

Wallfahrt 2015

Donnerstag, 1. Oktober 2015
– Maria Taferl
„Komm zur Mitte des Lebens“

Nähere Informationen:

Büro der Seniorenpastoral,
Gabriele Fahrafellner
Tel.: 0676/826615 343
Mail: g.fahrafellner@kirche.at



Gott der Herr,
begeleite dein Denken und Handeln,
deine Arbeit und deine Freizeit.

Er halte böse Überraschungen von dir fern
und schenke dir Geduld
in der Begegnung mit anderen Menschen.

Er gewähre dir Zeiten
der Ruhe und des Durchatmens,
damit Körper und Geist sich erholen.

Er lasse dich finden, was du suchst,
begreifen, was du nicht verstehst,
und glücklich beenden, was du angefangen hast.

Er schenke dir Achtsamkeit
im Umgang mit dir selbst
und ein waches Gespür für alles, was guttut.

Norbert M. Becker

Medieninhaber, Herausgeber, Verleger: Se-
niorenpastoral der Diözese St. Pölten. Her-
steller: Hausdruckerei der Diözese St. Pöl-
ten. Alle: Klostersgasse 15, 3100 St. Pölten.