

Experten fürs Leben

Selbstbestimmte
Teilhabe im Alter

Bausteine für die Gottesdienstgestaltung

Der **Caritas-Sonntag** findet in den deutschen Diözesen an unterschiedlichen Terminen statt, in der Regel am 25. oder 26. Sonntag im Jahreskreis. Deshalb finden sich hier Vorschläge zu beiden Sonntagen.

Die **Caritas-Kampagne 2010** unter dem Motto „Experten fürs Leben“ läuft über das gesamte Jahr 2010. Sie greift verschiedene Aspekte der selbstbestimmten Teilhabe im Alter auf.

Neben den Gottesdienstbausteinen gibt es Plakatsmotive, ein Weblog, einen Hörfunkspot, sowie einen TV/Kino-Spot. (Bestellung der Materialien unter www.carikauf.de oder vormittags 0761 200-296)

www.experten-fuers-leben.de



Caritas- Kampagne 2010

I N H A L T

- Gemeindegottesdienst
 - ▶ 26.09.2010 (26. Sonntag)

- Predigtvorschläge
 - ▶ 26.09.2010 (26. Sonntag)
 - ▶ 19.09.2010 (25. Sonntag)

- Gottesdienst mit Krankensalbung (ganzjährig zu verwenden)

- Impulse
 - ▶ Gebete und Texte, gesammelt von alten Menschen
 - ▶ Texte von Krankenhaus-seelsorger(innen)

Not sehen und handeln.
C a r i t a s



Gemeindegottesdienst Caritas-Sonntag (26. Sonntag im Jahreskreis C)

Experten fürs Leben - Caritas-Kampagne 2010

Eingangslied	GL 295 Wer nur den lieben Gott lässt walten
Begrüßung/Einführung	Gerne nehmen wir den Rat von Expertinnen und Experten an, wenn wir deren Hilfe brauchen. Wissen und Erfahrung können unbezahlbar sein, denken wir nur daran, wenn wir einen bestimmten Facharzt aufsuchen. Zu einem Experten wird man, wenn man sich um umfangreiches Wissen, die Liebe zum Detail und die Besonderheiten bemüht.
Thematischer Impuls	<i>Hier kann das Bild einer/eines Großmutter/Großvaters mit ihrem/seinem Enkel gezeigt werden. Zwei Menschen profitieren voneinander, weil sie Zeit miteinander verbringen, einander wertschätzen und füreinander da sind. Gemeinsam mit Kindern, Familienkreis, einem Verband usw. können Gedanken zu diesem Bild gesammelt werden und am Anfang in den Gottesdienst eingeführt werden.</i> <i>Als Überleitung könnte dienen, dass Gott selbst in der Bibel mit einem Vater oder einer Mutter verglichen wird – was würde gegen Großmutter und Großvater sprechen – auch diese sind für uns wichtig, eine großartige Ergänzung zu unseren Eltern.</i>
Schuldbekentnis/ Vergebungsbitte	sprechen
Kyrie	GL 523 Du rufst uns, Herr, trotz unserer Schuld oder Herr Jesus Christus, du bietest uns Weisheit und Hilfe für unser Leben an. Herr, erbarme dich. Herr Jesus Christus, du forderst uns auf, Erfahrungen zu sammeln, um Gott besser zu kennen und zu tiefer zu verstehen. Christus, erbarme dich. Herr Jesus Christus, laß uns zu Glaubensexperten werden, die anderen im Leben und Glauben helfen. Herr, erbarme dich
Gloria	GL 457 Allein Gott in der Höh sei Ehr
Tagesgebet 26. Sonntag JK C	Großer Gott, du offenbarst deine Macht vor allem im Erbarmen und im Verschonen. Darum nimm uns in Gnaden auf, wenn uns auch Schuld belastet. Gib, dass wir unseren Lauf vollenden und zur Herrlichkeit des Himmels gelangen. Darum bitten wir durch Jesus Christus.

Tagesgebet thematisch	Großer Gott, du zeigst dich in unserem Leben und forderst uns auf, dich zu suchen. Laß uns unsere Erfahrungen teilen, damit wir von unserem Wissen im Glauben profitieren. Darum bitten wir durch Jesus Christus.
1. Lesung	Am 6,1a.4-7
Antwortgesang	GL 759 (Ps 146) oder Ps 146 mit Kehrvers GL 527,3 oder GL 624 Auf dein Wort, Herr, lass uns vertrauen
2. Lesung	1 Tim 6,11-16
Halleluja-Ruf	GL 531,3 mit Vers vgl. 2 Kor 8,9
Evangelium	Lk 16,19-31
Ansprache	<i>Siehe Predigtvorschläge</i>
Glaubensbekenntnis	Apostolisches Glaubensbekenntnis gesprochen oder GL 447 (feierlicher) oder GL 467
Fürbitten	<p>Priester: In Gleichnissen und Reden, durch sein Tun bot Jesus Unterweisung und Hilfe. So kommen wir mit unseren Bitten vor ihn, dass er uns die richtigen Worte, das Wissen und die Tatkraft schenkt mit ihm in unserer Welt zu wirken:</p> <p>Für die Menschen, die in Einrichtungen der Altenhilfe leben, lass sie erfahren, dass ihr Wissen und ihre Erfahrungen wertvoll sind. V: Herr, Jesus Christus! A: Wir bitten dich, erhöre uns!</p> <p>Für die Expertinnen und Experten unserer Zeit, lass sie ihr Wissen zum Wohl aller einbringen.</p> <p>Für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der unterschiedlichen sozialen Einrichtungen, dass ihre Arbeit geschätzt wird und sie Anerkennung und Dank erfahren.</p> <p>Für die Frauen und Männer, die in diesen Tagen die Caritas-sammlung organisieren und durchführen, dass sie offen aufgenommen werden und durch ihren freiwilligen Dienst ein wichtiges Zeichen setzen.</p> <p>Für unsere Verstorbenen, dass sie erfahren dürfen, dass Glaube und Wissen sie in deine Nähe gebracht haben.</p> <p>Priester: Herr, du willst, dass wir uns mit unserem Wissen und Können für deine Welt und die Menschen einsetzen. Begleite und führe uns, heute und alle Tage unseres Lebens. Amen.</p>
Gabenbereitung	GL 621 Ich steh vor dir mit leeren Händen

Gabengebet 26. Sonntag JK C	Barmherziger Gott, nimm unsere Gaben an und öffne uns in dieser Feier die Quelle, aus der aller Segen strömt. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.
Sanctus	GL 481 Heilig ist Gott, der Herr der Mächte oder Heilig, ja heilig ist der Herr (Neues Geistliches Liedgut, Diözesananhänge)
Vater unser	gesprochen oder gesungen, z. B. Du unser Vater, der du bist im Himmel (NGL)
Lamm Gottes	GL 161, 1-3 Gottes Lamm Herr Jesu Christ
Zur Kommunion	Instrumental
Nach der Kommunion:	<p>Es liegt in eurer Hand (eine etwas andere Expertengeschichte)</p> <p>In einem fernen Ort lebte ein alter weiser Mann. Er war beliebt im ganzen Land, und wann immer einer seiner Mitmenschen Sorgen hatte, ging er zu ihm, um Rat zu holen; denn der alte weise Mann konnte aus einer reichen Lebenserfahrung schöpfen und gab stets guten Rat. Dies wiederum machte einige seiner Mitbürger neidisch, die selbst gern für klug und weise gehalten worden wären. Sie beschlossen, dem alten Mann eine Falle zu stellen. Aber wie?</p> <p>Nach längerem Nachdenken kam man auf folgende Idee: Mann wollte ein winziges Mäuslein fangen, es dem alten Mann in der geschlossenen Hand präsentieren und ihn fragen, was sich in der Hand befinde. Sollte der alte Mann wider Erwarten die Frage richtig beantworten, so würde er mit Sicherheit an einer weiteren Frage scheitern, nämlich der, ob es sich bei dem Mäuslein um ein lebendes oder um ein totes handle. Würde er nämlich sagen, es handele sich um ein lebendes, so könne man die Hand zudrücken und das Mäuschen sei tot. Würde er hingegen sagen, es handele sich um ein totes Mäuschen, so könne man die Hand öffnen und das Mäuschen herumlaufen lassen.</p> <p>So vorbereitet, erschien man vor dem alten Mann und fragte ihn wie beabsichtigt. Nach wenigen Überlegungen antwortete der alte weise Mann, auf die erste Frage: „Das was ihr in der Hand haltet, kann nur ein winziges Mäuslein sein.“ – „Nun gut“, sagten die Neidischen, „Da magst du recht haben, aber handelt es sich um ein lebendes oder um ein totes Mäuslein?“</p> <p>Der alte weise Mann wiegte seinen Kopf eine Weile hin und her, dann schaute er seinen Mitbürgern in die Augen und sagte: „Ob das, was ihr in der Hand habt, lebt oder tot ist, das liegt allein in eurer Hand.“</p> <p>(Paul Jakobi: Damit die Saat aufgeht, Mainz 1986, 172)</p>
Lied zur Danksagung	GL 266 Nun danket alle Gott

Schlussgebet 26. Sonntag JK C Allmächtiger Gott,
in der Feier der Eucharistie
haben wir den Tod des Herrn verkündet.
Dieses Sakrament stärke uns an Leib und Seele
und mache uns bereit, mit Christus zu leiden,
damit wir auch mit ihm zur Herrlichkeit gelangen,
der mit dir lebst und herrscht in alle Ewigkeit

Segen

Entlassung instrumental

Pfarrer Dr. Andreas Magg, Augsburg

Predigtvorschlag Caritas-Sonntag (26. Sonntag im Jahreskreis C)

Experten fürs Leben

Liebe Schwestern und Brüder!

Experten werden gerne angefragt, besitzen diese doch ein spezialisiertes Wissen und beherrschen ihr Fach. Dazu gehört auch die Liebe zum Detail und ein Aufgehen in der gestellten Aufgabe. Experten lassen sich für alle Gebiete finden – manche sind exotisch, andere vertraut, denken wir nur daran, wie selbstverständlich wir den Rat eines Facharztes suchen. Das Thema der diesjährigen Caritas-Kampagne lautet: „Experten für das Leben“ und stellt unsere älteren Mitmenschen in den Vordergrund. Aber wie wird man ein Experte für das Leben? Durch ein spezielles Studium, durch ein gewisses Lebensalter oder indem man das Leben einfach lebt?

Was es aus biblischer Sicht heißt, ein Experte für das Leben zu werden, legt der Apostel Paulus für seinen Mitarbeiter Timotheus aus. Dies gelingt, wenn man in einer Spannung zwischen Überzeugungen und entsprechenden Taten lebt, wenn Gerechtigkeit mit Frömmigkeit und Glauben korrespondiert, wenn Stabilität und Flexibilität, mit anderen Worten Standhaftigkeit und Sanftmut, sich die Waage halten. Wer sich an diesen Polen oder zwischen diesen hindurch orientiert, der lebt in einer guten Art und Weise. Einem solchen Menschen gelingt es, das Leben zu ergreifen oder noch besser das ewige Leben.

Das Bild, das Paulus hier verwendet, dass ein Mensch seine Hand ausstreckt und das Leben einfängt und festhält, ist der treffendste Vergleich, denn man für das Leben finden kann. Kleine Kinder beginnen nach und nach ihr Leben in den Griff zu bekommen, sie halten fest, was sie greifen können, tasten und verleiben es sich sogar ein. So wird aus dem ergreifen letztlich das begreifen. Die große fremde Welt wird zu einer vertrauten, Sicherheit wird erfahren und das Leben gestaltet. Wir sammeln im Laufe unseres Lebens immer mehr Wissen, eignen uns immer größere Fähigkeiten an. Man kann sagen wir werden immer mehr zu Experten für das Leben. Je strukturierter dies passiert, je klarer die Vorstellungen und je mehr Interesse verwendet wird, desto mehr profitieren wir davon. Der Apostel Paulus möchte, dass Timotheus zu einem Menschen wird, der das Leben durch und durch begreift, weil er eine Aufgabe hat. Daher ist es wichtig, dass sein Mitarbeiter sich auch an bestimmten Qualifikationen orientiert. Sein Leben soll nicht zufriedenstellend sein, sondern zum Lebensglück hinführen.

Die diesjährige Caritas-Kampagne stellt uns unsere Mitbürger vor Augen, die reif geworden sind, reif an Lebensjahren und an Erfahrungen. Wir blicken auf Menschen, die das Leben immer wieder ergriffen, vielleicht ist es ihnen auch manches Mal ein Stück entglitten und sie haben von neuem begonnen. Oft haben wir eine tiefe Bindung an sie – weil sie uns als Großeltern und Eltern begleitet und uns die notwendigen Dinge erklärt und uns gefördert haben. Heute entdecken viele, die aus dem aktiven Berufsleben ausgeschieden sind, dass sie ihre Fähigkeiten auch weiter einsetzen und einbringen können. So entstanden Initiativen, in denen Seniorinnen und Senioren ihre Begabungen und ihr Expertenwissen einbringen können.

Gleichzeitig hat unsere Gesellschaft auch ein Stück weit aus den Augen verloren, wie wertvoll gerade auch ältere Menschen für das Zusammenleben sind. Und es bedrückt, wenn ein in die Jahre gekommener Mensch lamentiert, dass er doch gar nichts mehr wert sei, dass er anderen nur zur Last falle. Darf man hier wirklich wirtschaftlich denken und von einem Wert sprechen – ist nicht vielmehr das Expertenwissen und das Menschsein etwas, was sich gar nicht beziffern lässt? So manches mal hat mir ein Besuch in einer Familie die Augen geöffnet, dass da einfach jemand da war und Zeit hatte, dass Kinder nach Haus kamen und erst einmal zur Oma gingen und man merkte wie wichtig gerade dieser eine Mensch für alle anderen war.

Das Leben zu ergreifen, sich zum Lebensexperte zu machen heißt, sich mit allen Lebensaltern und Lebenssituationen zu beschäftigen. Nicht voreilig sich auf einen Abschnitt zu entscheiden – wohl wissend, dass man selbst jeden Tag altert und an Erfahrungen reifer wird.

Paulus mahnt daher Timotheus auch als erstes nach der Gerechtigkeit zu streben, so dann fromm und gläubig zu leben. Aktuell können wir dies in der Enzyklika „Caritas in Veritate“ nachlesen. Der Hl. Vater setzt sich hier mit dem Gedanken der Gerechtigkeit und unserem Tun auseinander, beides bedingt sich und ist Grundlage für den katholischen Glauben. So schreibt er: „Die Offenheit für das Leben steht im Zentrum der wahren Entwicklung“ (Caritas in Veritate, 28). Und Entwicklung heißt das Leben, mein privates und das in der Gesellschaft, bewusst zu gestalten.

Leben ist eine Spannung aus Glauben und Tun. Daher müssen wir uns immer wieder ausstrecken und nach dem Leben greifen. Wenn wir dies Tun ergreifen wir das Leben und den, der dahinter steht.

Liebe Schwestern und Brüder, wenn die Kampagne „Experten für das Leben“ die Situation von Menschen im Alter in den Blick rückt, dann geht es natürlich um die verschiedenen Angebote und Hilfsleistungen, die die Caritas unserer Kirche diesen anbietet; es geht um die Veränderung von Bewusstsein und die Gestaltung von sozialen und besseren Lebensbedingungen – es geht aber auch ganz wesentlich um uns selbst, dass wir von einander profitieren und lernen, dass wir persönlich nur zu reifen und gläubigen Menschen werden, wenn wir uns um eigene Erfahrungen im Leben bemühen, wenn wir Experten für das Leben werden – geleitet von Gerechtigkeit und Frömmigkeit . Amen!



Pfarrer Dr. Andreas Magg, Augsburg



Predigtvorschlag Caritas-Sonntag (25. Sonntag im Jahreskreis C)

Experten fürs Leben

Wie alt sind Sie? Die Antwort darauf, liebe Schwestern und Brüder, kann darüber entscheiden, mit welchen Ohren Sie jetzt zuhören und was die Plakate der diesjährigen Caritas-Kampagne bei Ihnen auslösen. Zehnjährige halten einen Mann mit vierzig für alt. 35-jährige fühlen sich mitten im Leben und weit entfernt davon, alt zu sein. Den 55-jährigen wiederum beschäftigt die wachsende Gebrechlichkeit der Eltern. Und welche Perspektive nehmen 80-jährige ein? Unsere Haltung gegenüber dem Alter ändert sich offenbar im Laufe der Jahre. Das lässt aufhorchen. „Experten fürs Leben“, so das Motto der Caritas-Kampagne 2010. Es steht für einen anderen Blick auf alte Menschen.

Experten sind zunächst einmal keine Besserwisser. Vielmehr sind das Menschen, die den Sachen auf den Grund gehen. Sie geben sich nicht mit schnellen und einfachen Antworten zufrieden. Das Wissen von Experten ist nicht einfach nur angelernt, sondern oft mühsam erarbeitet, durch Widersprüche hindurch errungen. Und gerade das zeichnet alte Menschen aus. Sie reden über das, was sie selbst erlebt und nicht selten durchlitten haben. Sie haben es in ihrem Leben ausprobiert und durch Erfahrung gelernt. Und jetzt bieten sie im Gespräch an, wovon sie erfüllt sind, ohne in einen Monolog zu verfallen.

Experten fürs Leben haben das Leben kennen gelernt. Alte Menschen heute gehören zur Generation derer, die noch den Krieg mit seinen Schrecken erlebt haben. Flucht, Vertreibung und Neubeginn in einem an Leib und Seele geschundenen Land haben sich unauslöschlich in ihr Herz geprägt. Da sind Menschen, die im Leben etwas erreicht haben und doch allmählich mit der Gebrechlichkeit des Ehepartners und der eigenen Bedürftigkeit umzugehen haben. Ich erinnere mich an ein Ehepaar, das selbst schwer pflegebedürftig ist und mir mit strahlenden Augen erzählt, dass alles gut sei, wie es sei.

Und auch das gehört zu Experten, dass sie wissen, wie sehr sie auf andere angewiesen sind. Jung braucht alt und umgekehrt. In wesentlichen Bereichen ist im Alter noch deutlicher zu spüren, dass sich der Mensch nicht selbst genügt. Oft sind es die kleinen Hilfestellungen im Alltag: Einkaufen, Fenster putzen, Mülltonne rausstellen. Vor allem aber ist es der menschliche Kontakt. Das Gespräch und das Lachen, das Feiern und die Zärtlichkeit kann man sich nicht selbst schenken. Alte Menschen erleben es als etwas Kostbares, wenn jemand Zeit für sie hat; die Jungen nehmen Teil am Schatz des Alters.

Liebe Schwestern und Brüder!

„Hört dieses Wort ...“ (Am 8,4) sagt der Prophet Amos und mit ihm die ganze Heilige Schrift, wenn es um die alten Menschen geht. „Ich bleibe derselbe, so alt ihr auch werdet, bis ihr grau werdet, will ich euch tragen.“ (Jes 46,4) Bei Jesaja ist hier von einem Gott die Rede, der durch alle Phasen des Lebens hindurch treu ist und es auch dann trägt, wenn es mühsam wird. Gleichzeitig aber erinnert die biblische Weisheit daran, dass ein ehrenvolles Alter nicht allein an der Zahl der Jahre gemessen werden darf (vgl. Weish 4,8). Altes Leben ist nicht schon von sich aus ein erfülltes Leben.

„Macht euch Freunde ... , damit ihr in die ewigen Wohnungen aufgenommen werdet, wenn es mit euch zu Ende geht.“ (Lk 16,9) Eine Mahnung aus dem Evangelium nach Lukas, die durchaus so verstanden werden darf, sich rechtzeitig in jungen Jahren auf die letzte Phase des Lebens vorzubereiten. Denn das Alter fällt nicht einfach vom Himmel! Allein die Zahl der Jahre bringt noch keine Weisheit des Alters mit sich, wie das Alte Testament sagt. Vielmehr fordern die biblischen Schriftsteller dazu auf, das Leben als ein anvertrautes Gut zu verstehen, das es rechtzeitig zu gestalten gilt.

Vor diesem Hintergrund, liebe Schwestern und Brüder, lädt die Caritas-Kampagne 2010 zu einer Kultur des gegenseitigen Interesses ein. Jung und alt sind in unserer Gesellschaft darauf angewiesen, die jeweiligen Einsichten in das Leben miteinander zu teilen, neugierig aufeinander zu sein und so die Zukunft zu gestalten, damit Lebensmöglichkeiten für alle bestehen. Denn die Jungen von heute, sind die Alten von morgen! Dabei sind alle Wohnformen hilfreich, die junge Familien, Singles und alte Menschen zusammen bringen und ihnen gleichzeitig die eigenen Räume ermöglichen.

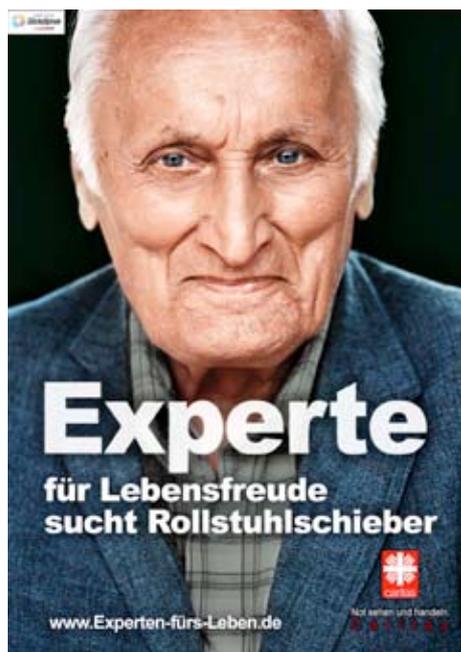
Mit dieser Kultur des gegenseitigen Interesses geht eine Kultur der notwendigen Rahmenbedingungen einher. Teilhabe und Selbstbestimmung, so sperrig diese Begriffe sind, müssen auch für alte Menschen politisch gewollt sein. Denn es ist auch das Recht von Menschen, die alt, krank oder an Demenz erkrankt sind, möglichst selbst zu bestimmen, was sie für ein Leben in Würde benötigen. Und darin unterstützt zu werden, dass sie es können. Dabei ist von der persönlichen Situation auszugehen und die Möglichkeiten der Betroffenen, und seien sie noch so gering, sind mit ein zu beziehen.

Und schließlich haben wir uns um eine Kultur der Generationengerechtigkeit zu bemühen. Mittlerweile ist die Zahl der bis 20-jährigen kleiner als die Zahl der über 65-jährigen. Mit anderen Worten: Auch die Jungen haben ein Recht darauf, in der Zukunft noch gut zu leben. Gerade alte Menschen müssen sich als Experten fürs Leben dafür einsetzen, dass auch junge Menschen einmal im Alter ein gesichertes Auskommen haben. Es kann in niemandes Interesse sein, dass wir in der Gegenwart die Ressourcen von morgen verbrauchen. Gerechtigkeit ist eine Eigenschaft Gottes und ein Gebot für die Zukunft.

Liebe Schwestern und Brüder! „Experten fürs Leben!“ Nicht nur die Politik ist gefragt. Es gilt zu zeigen, dass Experte sein im Alter nicht zuletzt bedeutet, auf diese Phase des Lebens neugierig zu sein und auch rechtzeitig die notwendigen Entscheidungen für sich selbst zu treffen. „Ich sage euch: Macht euch Freunde ...“ (Lk 16,9). Amen.

Prälat Dr. Peter Neher, Freiburg

(Vgl. Barbara Fank-Landkammer, Experten fürs Leben, in: neue caritas Jahrbuch 2010, Freiburg 2009, 11 ff)



Krankengottesdienst mit Krankensalbung

In vielen Gemeinden finden regelmäßige Krankengottesdienste statt, in denen die Möglichkeit besteht, das Sakrament der Krankensalbung zu empfangen. Kranken, alten und gebrechlichen Menschen kann dieses Angebot eine Hilfe sein, in ihren Leiden immer wieder Kraft und Trost zu finden. Damit wird auch deutlich, dass die Krankensalbung nicht primär ein Sakrament für Sterbende ist, sondern ein Zeichen der Stärkung für Kranke.

Zur Durchführung dieses Krankengottesdienstes gibt es einige praktische Hinweise:

Bei der „Werbung“ sind neben den Pfarrbriefen und politischen Mitteilungsblättern auch Flyer hilfreich, die in der Kirche und in den örtlichen Seniorenwohnanlagen bzw. Altenheimen ausgelegt werden und – falls möglich – von den am Ort tätigen (kirchlichen) Sozialstationen an ihre Patienten verteilt werden können.

Meistens finden diese Krankengottesdienste am Nachmittag statt, da ältere Menschen nicht gerne bei Dunkelheit das Haus verlassen. Ein Abhol-Dienst ermöglicht auch jenen die Teilnahme, deren Angehörige sie nicht hinbringen und abholen können.

Wenn es die Räumlichkeiten zulassen, wird ein anschließendes gemütliches Beisammensein mit Kaffee, Tee und Kuchen gerne angenommen. Für viele ist dies eine der seltenen Gelegenheiten, wieder einmal Bekannt zu treffen.

In der Kirche sollte jede zweite Sitzreihe frei gehalten werden, damit der Priester zu jedem/r Kranken ungehindert hingehen kann. Alternativ kann ein Krankengottesdienst auch im Gemeindezentrum oder im Saal eines Altenheims gehalten werden.

*Der folgende Vorschlag für die Gestaltung eines Krankengottesdienstes **zum Thema der Caritas-Jahreskampagne 2010 „Experten fürs Leben“** ist vom Kirchenjahr unabhängig.*

Wenn der Gottesdienst im Advent oder in der Fastenzeit stattfindet, sind einfach entsprechende Lieder zu verwenden.

Eingangslied GL 292, 1+4+5 Herr, dir ist nichts verborgen

Eröffnung und Begrüßung

Einführung „Experten fürs Leben“ – das Motto der Caritas-Jahreskampagne 2010 steht über unserem Gottesdienst. Wir sind da vor Gott, dem wahren „Experten“ für unser ganz persönliches Leben. Er kennt uns durch und durch – wie wir es im Eingangslied gesungen haben. Wir können darüber staunen, wie wunderbar er alles gemacht und in unserem Leben gefügt hat. Aber wir können auch erschrecken darüber, wie sehr er uns durchschaut. Wir stellen uns jetzt vor ihn und lassen uns zusagen, dass sein Blick voller Liebe und Verständnis auf uns ruht, dass er unsere Sorgen und Nöte kennt, bevor wir sie aussprechen und dass er uns unsere Schuld vergeben will, damit sie nicht länger auf uns lastet.

Schuldbekennnis und Vergebungsbite

Kyrie GL 433 Herr erbarme dich unser

Tagesgebet
Barmherziger Gott, du kennst unsere Schwachheit und unsere Not. Doch je hilfälliger wir sind, um so mächtiger ist deine Hilfe. Gib, dass wir uns dir zuwenden und dein Wirken in unserem Leben bezeugen. Darum bitten wir durch Jesus Christus.

Lesung
Koh 11, 9 – 12, 2
Lesung aus dem Buch Kohelet.

Freu dich, junger Mann, in deiner Jugend,
sei heiteren Herzens in deinen frühen Jahren!
Geh auf den Wegen, die dein Herz dir sagt,
zu dem, was deine Augen vor sich sehen.
Halte deinen Sinn von Ärger frei,
und schütz deinen Leib vor Krankheit;
denn die Jugend und das dunkle Haar sind Windhauch.
Denk an deinen Schöpfer in deinen frühen Jahren,
ehe die Tage der Krankheit kommen
und die Jahre dich erreichen, von denen du sagen wirst:
„Ich mag sie nicht!“,
ehe Sonne und Licht und Mond und Sterne erlöschen
und auch nach dem Regen wieder Wolken aufziehen.

Wort des lebendigen Gottes

Antwortgesang
Ps 71 V - A
GL 733, 1 Kehrvers
GL 733, 2 Psalm 71

Ansprache
Liebe Schwestern und Brüder!

„Experten fürs Leben“ sind Sie – das werden Sie nicht allzu oft hören, und doch ist es so. Unter einem Experten verstehen wir normalerweise einen Menschen, der sich auf einem ganz bestimmten Fachgebiet bestens auskennt, sei es in der Medizin, in Bausachen oder in Finanzen. Fachleute gibt es viele, doch was jemanden zum Experten macht, ist eine langjährige Erfahrung auf seinem Gebiet: Erfolge und Rückschläge, Fortschritte und Irrwege, neue Erkenntnisse und offene Fragen, Überraschungen und Routine, Höhen und Tiefen – all das macht einen Experten zum Experten.

So gesehen sind Sie im Laufe Ihres Lebens wahrscheinlich auf mehreren Gebieten Experte und Expertin geworden: in Ihrem Beruf, in der Kindererziehung, im Haushalt, in der Liebe, im Glauben, in politischen und gesellschaftlichen Fragen – die Liste ist endlos. Da hat sich ein reicher Schatz an Erfahrungen angesammelt, der hoffentlich auch immer wieder mal von Kindern und Enkelkindern angefragt wird.

„Experten fürs Leben“ zu sein heißt aber noch mehr. Es heißt Lernen, was das Leben im Lauf der Jahre mit sich bringt, wie man damit umgehen und es bewältigen kann. Erfahren, dass es Dinge gibt, die wir nicht in der Hand haben und mit denen wir doch umgehen lernen müssen.

Davon sprechen die beiden Schrifttexte, die wir gehört haben: Kohelet und Johannes.

„Denk an deinen Schöpfer in deinen frühen Jahren, ehe die Tage der Krankheit kommen und die Jahre dich erreichen, von denen du sagen wirst: Ich mag sie nicht!“ (Koh 12, 1) schreibt Kohelet. Aus seinen Worten klingt wenig Optimismus und gleichzeitig viel Verständnis. Es fällt uns schwer zu akzeptieren, krank und gebrechlich zu sein. Eigentlich wendet sich Kohelet an junge Menschen und empfiehlt ihnen, ihr Leben zu genießen und zu gestalten, denn es wird eine Zeit kommen, in der dies nicht mehr geht. Vielleicht sagen sie das auch Ihren Kindern und Enkelkindern aus Ihrer Erfahrung heraus – wohl wissend, dass das Alter von dem geprägt ist, was wir in jungen Jahren erlebt und getan haben. Verpasste Lebenschancen, Enttäuschungen und erlittenes Unrecht können sich in der Einsamkeit des Alters tief in uns hineinfressen und geradezu das Licht und die Sonne verdunkeln. „Denk an deinen Schöpfer“, sagt Kohelet – lebe im Vertrauen darauf, dass du gewollt und geliebt bist von deinem Gott; und das nicht nur in deiner vollen Schaffenskraft, sondern auch im Alter, wenn die Kräfte schwinden. Für Gott zählt nicht, was wir leisten und wozu wir nütze sind, sondern ob wir ihm vertrauen und ihm einen Platz in unserem Leben geben. Das kann auch ein Zeichen für jüngere Menschen sein, ihr Leben auf Gott zu bauen und nicht nur auf Leistung und Erfolg.

Auch der Evangelist Johannes redet die Wirklichkeit nicht schön, wenn er den auferstandenen Jesus zu Simon Petrus sagen lässt: „Als du jung warst, hast du dich selber gegürtet und konntest gehen, wohin du wolltest. Wenn du aber alt geworden bist, wirst du deine Hände ausstrecken, und ein anderer wird dich gürtet und dich führen, wohin du nicht willst.“ (Joh 21, 18). Gemeint ist zuerst ein Hinweis auf den gewaltsamen Tod von Simon Petrus, den er sich auch nicht aussuchen wird. Gleichzeitig aber spricht er eine Wirklichkeit an, die viele von Ihnen erleben: nicht mehr selber sein Leben bestimmen können, die eigenen Angelegenheiten nicht mehr selber regeln können, abgeben und loslassen müssen, auf Hilfe angewiesen sein. Das ist nicht leicht und kaum jemand wird das gerne hinnehmen. Aber diese Wirklichkeit ist eingebunden in die dreifache Frage Jesu „Liebst du mich?“ und in die Aufforderung „Folge mir nach!“. Simon Petrus – und mit ihm wir alle – soll im Alter „Experte“ in der Nachfolge Jesu werden. Das bedeutet, dem Meister immer ähnlicher zu werden - in der Liebe, in der Geduld und im Mut, einen mühsamen Weg zu gehen. Das geht nur, weil derjenige, der uns auf diesen Weg ruft, ihn auch mit uns geht.

Die Krankensalbung, die Sie jetzt dann empfangen, ist ein spürbares Zeichen dieser Nähe Jesu. In der Handauflegung des Priesters rührt Christus selber den Kranken an. Die Salbung mit Öl bedeutet Gebet um Linderung der Schmerzen und um Kraft, die Krankheit zu tragen.

Bei der Salbung auf Stirn und Hände sagt der Priester dem Kranken die Hilfe und den Beistand des Heiligen Geistes zu. Von Sünden befreit, gerettet und aufgerichtet dürfen Sie von neuem auf den Weg der Nachfolge Jesu gehen, auch – und gerade – in Schwäche, Krankheit und Gebrechlichkeit.

Krankensalbung

Gebet über die Kranken

P: Lasset uns beten.

Herr, komm mit deinem Erbarmen und stärke unsere Brüder und Schwestern mit der heiligen Salbung. Mache sie frei von allem Übel und aller Not. Stehe allen Kranken bei mit deiner heilenden Kraft. Gib deinen Geist allen, die im Dienst der Kranken stehen. Schenke ihnen, denen wir in deinem Namen die Hände auflegen, Leben und Heil. Darum bitten wir dich, unseren Herrn, der du lebst und Leben schenkst in Ewigkeit. Amen.

Während der Krankensalbung (wenn der Priester zu den Kranken geht und ihnen das Sakrament spendet) sollte leises, meditatives Orgelspiel sein, so dass die Kranken noch die Worte des Ritus verstehen.

Fürbitten

P: Voll Vertrauen kommen wir mit unseren Bitten zu Gott, unserem Vater:

Sei denen Halt, die niedergedrückt sind.

Sei denen Licht, die nicht mehr wissen, wie es in ihrem Leben weitergeht.

Sei denen Kraft, die schwach und gebrechlich sind.

Sei denen Hoffnung, die Lebenssinn und Lebensmut verloren haben.

Sei denen Freude, die anderen helfen.

P: Gott, in Jesus Christus hast du unserem Leben Hoffnung gegeben. Lass uns seine Liebe spüren jetzt und in Ewigkeit.

Gabenlied

GL 480 Wir weihn der Erde Gaben

Gabengebet

Herr, unser Gott, du lenkst den Lauf unseres Lebens, in deiner Hand liegt Gesundheit und Krankheit. Wir bringen dir Gebete und Gaben dar für unsere Brüder und Schwestern, die krank und gebrechlich sind. Gib ihnen die Kraft, ihr Leiden anzunehmen und in Geduld zu ertragen und tröste sie durch deine Nähe. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Sanctus

GL 481 Heilig ist der Herr, der Gott der Mächte

Agnus Dei

GL 482 Christe, du Lamm Gottes

Zur Kommunion

Orgelspiel oder Instrumentalmusik

Schlußgebet

Barmherziger Gott, dein Sohn Jesus Christus ist der Erlöser aller Menschen. In seinem Leiden hat er unsere Schmerzen auf sich genommen und unsere Schwachheit getragen. Stärke unsere Kranken durch die Hoffnung auf dein Heil und sei ihnen Halt in ihrer Krankheit. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Segen

Gott lasse sein Angesicht über euch leuchten und halte seine Hand schützend über euch.

Er schenke euch Kraft und Zuversicht.

Sein Erbarmen trage euch, wenn euch der Weg zu schwer wird.

So lasse er euch wachsen in seiner Liebe, in seiner Weisheit und in seinem Frieden.

Das gewähre euch der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.

Schlusslied

GL 266 Nun danket alle Gott

Impulse

Gebete sind auch eine Form von Gespräch. Ich habe alte Menschen gefragt, welche Texte und Gebete ihnen wichtig geworden sind. Eine Auswahl finden Sie hier. Wir erfahren beim Lesen auch etwas über die Menschen, die sie ausgeschnitten, gesammelt oder anderen weiter gegeben haben. Andere Texte entstanden erst durch die Begegnung mit alten oder sterbenden Menschen. Es gibt bekannte und unbekannte Autoren, einfache und lyrische Formulierungen – doch alle sprechen von einer tiefen Lebenserfahrung. Nicht wenige sind gar nicht an das Alter gebunden, sondern reden vom Leben – so wie es ist.

*Lassen Sie sich überraschen und entdecken Sie Ihren Lieblingstext – mein Favorit ist eindeutig
Theresa von Avila. Barbara Fank-Landkammer*

Erhalte mich liebenswert

O Herr, du weißt besser als ich, dass ich von Tag zu Tag älter und eines Tages alt sein werde. Bewahre mich vor der Einbildung, bei jeder Gelegenheit und zu jedem Thema etwas sagen zu müssen.

Erlöse mich von der großen Leidenschaft, die Angelegenheiten anderer ordnen zu wollen.

Lehre mich, nachdenklich, aber nicht grüblerisch, hilfreich, aber nicht diktatorisch zu sein.

Bei meiner ungeheuren Ansammlung von Weisheit erscheint es mir ja schade, sie nicht ständig weiterzugeben - aber du verstehst, Herr, dass ich mir ein paar Freunde erhalten möchte.

Bewahre mich vor der Aufzählung endloser Einzelheiten und verleihe mir Schwingen, zur Pointe zu gelangen.

Lehre mich schweigen über meine Krankheiten und Beschwerden. Sie nehmen zu - und die Lust, sie zu beschreiben, wächst von Jahr zu Jahr. Ich wage nicht, die Gabe zu erleben, mir Leidensberichte anderer mit Freude anzuhören, aber lehre mich, sie geduldig zu ertragen.

Lehre mich die wunderbare Weisheit, dass ich mich irren kann.

Erhalte mich so liebenswert wie möglich. Ich möchte kein Heiliger sein mit ihnen lebt es sich so schwer -, aber ein alter Griesgram ist das Krönungswerk des Teufels.

Lehre mich, an anderen Menschen unerwartete Talente zu entdecken, und verleihe mir, o Herr, die schöne Gabe, es ihnen auch zu sagen.

Theresa von Avila (1515-1582)

Herr, wir haben ein Geheimnis

Herr Gott, du und ich, wir haben ein Geheimnis.

Das Altwerden bringt einiges mit sich, was Spaß macht.

Wir müssen uns nicht mehr von der Welt plagen lassen.

Die Leute übersehen uns.

Wir brauchen nicht mehr den Schein zu wahren, sondern können auf kindliche Freuden zurückgreifen:

Zusehen, wie eine Spinne ihr Netz webt.

Vor einem Licht Schattenbilder an die Wand werfen.

Statt einer Hauptmahlzeit Kompott mit Sahne essen

Die ganze Nacht wach bleiben. Sterne zählen. Trödeln.

Zu Hause bleiben und mit einem alten Freund Schach spielen.

Einen verrückten Hut tragen.

Warum hast du mir nicht verraten, dass das Altwerden neben allem, was ich daran so hasse, auch manches Vergnüglichen mit sich bringt?

Ach, ich weiß: Weil ich es nie geglaubt hätte.

Elise Maclay

Aus: „Es ist noch lange nicht Abend“ Vom Glück, älter zu werden
Hrsg. Wolfgang Brinkel, Gütersloh, Kiefel, 2000

Heilige Mutter Anna,

hilf mir zu ertragen, dass meine Enkel Wege gehen, die ich nicht verstehe. Wie sie ihr Leben gestalten, ist mir fremd. Ihre Eigenheiten und ihre Hektik fordern von mir viel Geduld. Es tut mir weh, dass ihnen Glauben und Kirche nichts bedeuten. Sie lassen mich zwar zur Kirche gehen, aber selbst scheinen sie kaum noch eine Beziehung zu Jesus Christus zu haben. Ach, würde ich mich doch irren. Vielleicht beten sie, ohne dass ich es sehe und weiß. Heilige Anna, ich liebe meine Kinder und Enkel wie du Maria und Jesus geliebt hast. Bitte, heilige Anna, um ein gutes Miteinander der Generationen. Stehe, heilige Anna, allen Eltern bei in ihren Sorgen. Segne, Jesus, unsere Familien. Amen

(Verfasserin unbekannt)

Dekalog der Gelassenheit

Nur für heute werde ich mich bemühen, den Tag zu erleben,
ohne das Problem meines Lebens auf einmal lösen zu wollen.
Nur für heute werde ich mich den Gegebenheiten anpassen, ohne zu verlangen, dass sich die Gegebenheiten an meine Wünsche anpassen.
Nur für heute werde ich etwas tun, wozu ich eigentlich keine Lust habe.
Nur für heute werde ich nicht danach streben, die anderen zu verbessern - nur mich selbst.
Nur für heute werde ich in der Gewissheit glücklich sein, dass ich für das Glück geschaffen bin.
Nur für heute werde ich eine gute Tat vollbringen.
Nur für heute werde ich zehn Minuten meiner Zeit einem guten Buch widmen.
Nur für heute werde ich keine Angst haben.
Nur für heute werde ich glauben, dass Gott für mich da ist, als gäbe es sonst niemanden in der Welt.
Ich will mich nicht entmutigen lassen durch den Gedanken, ich müsste dies alles mein ganzes Leben lang durchhalten. Heute ist es mir gegeben, das Gute während zwölf Stunden zu wirken.

Papst Johannes XXIII (1881 – 1963)

Selig,

die Verständnis zeigen für meinen stolpernden Fuß und meine erlahmende Hand.
Selig, die begreifen, dass mein Ohr sich anstrengen muss, um alles aufzunehmen, was man mit mir spricht.
Selig, die wissen zu scheinen, dass mein Auge trübe und meine Gedanken träge geworden sind.
Selig, die mit freundlichem Lächeln verweilen, um ein wenig mit mir zu plaudern.
Selig, die niemals sagen: „Diese Geschichte haben Sie mir schon zweimal erzählt.“
Selig, die es verstehen, Erinnerungen an frühere Zeiten in mir wachzurufen.
Selig, die mich erfahren lassen, dass ich geliebt, geachtet und nicht allein gelassen bin.
Selig, die in ihrer Güte die Tage erleichtern, die mir noch bleiben auf dem Weg in die ewige Heimat.

(aus Afrika)

Dein Wille geschehe

Gott, ich bin hier mit allem, was mich vorsichtig werden ließ,
mit allem meinem Zögern und Hadern, mit allem Unfrieden in mir.
Aber auch mit all meiner Sehnsucht nach Wärme und Geborgenheit,
nach Sicherheit, nach einem, der mir Halt gibt.
Wärme und Geborgenheit finde ich nur, wenn ich mich öffne,
dem anderen zutraue, dass er mir gut will.
Dieses Risiko muss ich wagen, denn nur so finde ich, was ich suche und brauche.

Du, Gott, kannst mir nur Halt geben, wenn ich bereit bin, meine Enttäuschungen und Bitterkeiten loszulassen, und dir meine Geschichte anvertraue, mich fallen lasse in dem Glauben, dass deine Hand mich hält - ganz gleich, was geschieht.

P. Norbert Poßmann (SAC)

Lasst uns beten für alle Menschen aller Lebensalter,

für alle, die, jung oder alt, zueinander gehören oder mitsammen durchs Leben gehen.

Lasst uns beten um Sorge und Achtung füreinander,

dass wir nicht voneinander getrennt werden,

dass wir eines Sinnes versuchen, glücklich zu sein.

Lasst uns beten für alle Kinder,

für sie, die in unserer Mitte klein und wehrlos sind: um eine glückliche Jugend,

dass ihnen nichts Böses zustoße, dass sie gerade wachsen und nicht verbildet werden.

Lasst uns beten, dass wir ihnen kein Ärgernis geben, sie nicht lehren zu hassen,

sondern sie hineinführen in die Wahrheit, und dass wir den Mut finden mögen, einzutreten für alles Verwundbare, Unsichere und Unausgereifte.

Lasst uns beten für die Jungen, die das Leben noch vor sich haben,

dass sie offen und empfänglich ihrer Zukunft entgegengehen,

dass sie mit Unsicherheiten zu leben wagen und den Enttäuschungen gewachsen seien,

dass sie sich selbst hinzunehmen lernen und nicht mutlos werden.

Huub Oosterhuis

Heiliges Geheimnis, mein Gott!

Ich denke zurück an all meine Jahre. Nicht an meine Leistung denke ich. Sie ist gering.

Nicht an das Gute, das ich tat. Es wiegt leicht gegen die Last des Versäumten.

An das Gute, das mir geschehen ist, denke ich.

An viele Menschen, ihre Freundlichkeit und Güte, von denen ich mehr empfang, als ich wissen kann.

An jeden Tag und jede erquickende Nacht.

An Deine Nähe in den Stunden der Angst und der Schuld.

An vieles Schwere denke ich. An Jammer und Mühsal, deren Sinn ich nicht sehe.

Ich bitte Dich: Wenn ich dir begegne, zeige mir den Sinn.

Mein Werk ist vergangen, meine Träume sind verflogen,
aber Du bleibst.

Lass mich nun in Frieden heimkehren zu Dir, denn ich habe Deine Güte gesehen.

Ehre sei Dir, dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist,

wie Du warst im Anfang, jetzt und ohne Ende, von Ewigkeit zu Ewigkeit.

Jörg Zink

Schöpfer des Lebens,

ich danke Dir, dass meine Füße und Beine mich heute tragen.

Danke, dass ich meinen Körper aufrecht halten kann,

und, dass ich durch die Muskeln meiner Arme und Hände meine Arbeit verrichten kann.

Danke, dass ich durch meine Lunge den Atem schöpfen darf und, dass mein Uhrwerk, das Herz, mir mit jedem Schlag neues Leben schenkt.

Danke, dass ich durch meine Sinnesorgane alle Eindrücke aufnehmen darf durch Sehen, Hören und Schmecken.

Danke, dass in meinem Gehirn alle Impulse ankommen, die ich ihm gebe.

Danke für jeden Morgen unter Deinem Schutz und Deiner Liebe.

Danke, dass ich die Wunder Deiner Schöpfung mit jedem Tag neu erleben darf.

Danke! Danke! Danke!

(Verfasserin unbekannt)

Menschen in Krankheit und Tod zu begleiten führt automatisch zu den Grundfragen der Existenz, auch der eigenen. Seelsorger(innen) an der Uniklinik in Freiburg haben diese Erfahrungen und die Geschichten der kranken Menschen in einem Buch anlässlich des 50-jährigen Jubiläums der Emmauskapelle beschrieben, wir veröffentlichen hieraus drei Texte:

*Wo Himmel und Erde sich berühren, Beiträge zur Seelsorge
Evang. Verwaltungsamt EM/KB Freiburg / Klinikseelsorge Freiburg*

Wer bin ich

Wer bin ich

Sie sagen mir oft
Ich gehe über die Flure der Stationen
Heiter und gelassen und fest
Wie einer der gestärkt ist
Wer bin ich
Sie sagen mir auch
Ich begegne den Menschen
Freundlich und offen und bereit
Wie einer der viel zu geben hat

Wer bin ich

Bin ich wirklich immer das
Was andere von mir sagen
Oder bin ich manchmal auch das
Was nur ich selbst von mir weiß

Erschöpft von dem

Was mir anvertraut wurde
Niedergeschlagen
Von der Ungerechtigkeit des Lebens
Kraftlos
Für neue Begegnungen
Hadernd
Mit der Welt und mit Gott

Wer bin ich

Der oder jener
Bin ich denn heute dieser
Und morgen ein anderer
Bin ich beides zugleich

Immer wieder mittendrin

Zwischen Enttäuschung und Hoffnung
Zwischen Tod und Leben
Zwischen Kreuz und Auferstehung

Immer wieder auf der Suche

Nach neuer Kraft
Nach neuem Vertrauen in den einen Gott
Der die Menschen nicht
Vor jeglichem Leid bewahrt
Aber ihnen die Zusage gegeben hat
Fürchte dich nicht, ich bin bei dir

Quälende Fragen treiben mich um
Wer ich auch bin
Dein bin ich o Gott

Jens Terjung

dann spring einfach....

Eine Frau erzählt von ihrer Angst vor dem Sterben. Vorsichtig frage ich sie nach Erfahrungen, die sie schon mit dem Sterben gemacht hat.

Da erzählt sie, wie sie ihrer sterbenden Tochter die Angst vor dem Tod genommen hat.

„Erinnerst Du Dich noch, wie Du als kleines Mädchen immer auf einer Mauer balanciert hast und, wenn die Mauer zu Ende war, dann stand da schon der Papa und hat Dich aufgefangen. So, denke ich, ist es auch mit dem Tod. Wenn Du am Ende der Mauer angekommen bist, dann spring einfach, denn dann steht da einer, in dessen Arme dürfen wir uns fallen lassen und er fängt uns auf. Da bin ich ganz sicher!“

Isabel Overmans

Blühendes Leben

mein Leben ist so heil so ganz
mein Leben ist so voller Glanz
mein Leben ist reich an Glück
mein Leben ist aus einem Stück
mein Leben gibt mir Kraft und Halt
mein Leben einzigartig in Gestalt

zwei Söhne wurden mir geschenkt
mein Leben mit Erfolg behängt
die Ehe vorbildlich durch viele Jahre
vor Glück glänzen meine grauen Haare
ein Haus mit Blick in die Natur
die reinste Freude, die Sonne pur

jetzt muss ich sterben, wie kann das sein
mein Leben soll nun zu Ende sein
ich will nicht sterben, nicht heut noch morgen
mein Leben war ganz frei von Sorgen
nun soll ich all dies plötzlich lassen
nein, nein, ich kann das nicht fassen

der Tod erscheint mir mit Getöse
in mein Leben tritt das Leid, das Böse
mit deinen eilig-hastigen Schritten
drückst du mich nieder in die Kissen
zum Sterben hast du mich geweiht
kommst rauben meine Glückseligkeit

ich fleh dich an, fass mich nicht an
damit ich weiter leben kann
ach bitte, lass mich weiter leben
lass mich noch von dem Glück erleben
ich rufe wie ein hilflos' Kind
geh weg, geh bitte weg, geschwind

seht all die Tränen, die ich wein!
bitte, lasst mich jetzt nicht allein!

Gabriele Bargel



Herausgegeben von
Deutscher Caritasverband e.V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit und Fundraising
Karlsruhe 40, 79104 Freiburg
Telefon (0761) 200-419
Fax (0761) 200-541
E-Mail: info@caritas.de
Internet: www.caritas.de / www.experten-fuers-leben.de
Redaktion: Barbara Fank-Landkammer (1/2010)