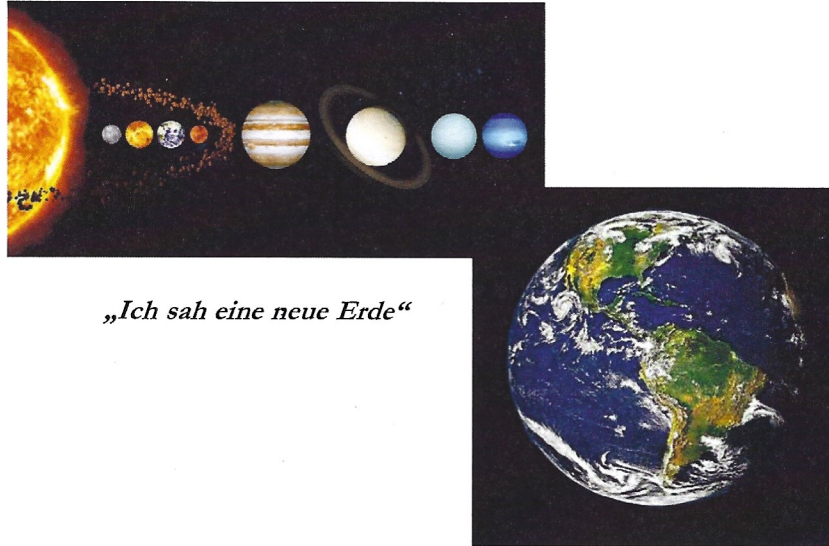




Sei wachsam
 Präg' dir die Worte ein!
 Sei wachsam
 Und fall nicht auf sie rein!
 Paß auf, dass du deine Freiheit nutzt
 Die Freiheit nutzt sich ab, wenn du sie
 nicht nutzt!
 Sei wachsam
 Merk dir die Gesichter gut!
 Sei wachsam
 Bewahr dir deinen Mut
 Song von Reinhard Mey 1996



„Ich sah eine neue Erde“

Liebe Mitglieder und Freunde

Nun haben wir bereits den ersten Monat des neuen Jahres durchschritten. Die dunkle Zeit des Januar ist vorbei. Seit dem 2 Februar beginnt die Erde sich in ihren Lebenskräften zu regen, die Tage werden heller und heller, die Sonne steigt wieder auf!

Mit dem beginnendem Jahr 2023 ist fast ein Viertel des 21. Jahrhunderts verstrichen, verbunden mit vielen Ereignissen der letzten Jahre, wie Pandemie, Klima und Energiekrise, Entflammen eines neuen Ost-West-Konfliktes durch den Ukraine - Krieg und gerade zuletzt die heftigen Erdstöße in der Türkei und Syrien! Es geistert ein neues Wort durch die Welt: "Zeitenwende".

Erleben wir tatsächlich eine "Zeitenwende"?

Der Begriff Zeitenwende stand ja bisher für ein Ereignis, das einen ganz neuen Impuls in die Welt gebracht hat. Ohne den Grundgedanken des Christentums, "Liebe deinen Nächsten wie dich selbst", " Liebet eure Feinde", gäbe es heute keine verbrieften Menschenrechte, kein Grundgesetz, keine Demokratie, keine weltweiten Friedenskonzepte und Hilfsprogramme für Umwelt und notleidende Menschen. Diese Zeitenwende hatte dem Menschen die Chance eröffnet, Barmherzigkeit, Solidarität und Gleichberechtigung zu üben, aber auch Selbstbestimmung und eine eigene Persönlichkeit zu entwickeln. Mensch zu werden durch Freiheit im Denken, Fühlen und Wollen, verbunden mit persönlicher Verantwortung.

Ist die einst erhoffte Zuversicht, in einer friedvollen Welt zu leben, zerbrochen? Droht das Scheitern unserer Zivilisation, all der positiven Impulse unserer gesellschaftlichen Entwicklung? Doch " wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch". Hölderlin lässt uns den Glauben an eine positive Zukunft nicht verlieren.

Immer wieder gab es den Versuch, die Probleme der Menschheit zu lösen, heute mehr denn je mit Hilfe einer materialistischen Weltanschauung. Aber übersehen wir hier nicht einen entscheidenden Faktor, dass wir nämlich Teil eines lebendigen Universums sind?

Ja, wir sind im Umbruch eines Zeitalters und bewegen uns in dem Werden eines Neuen! Dabei gilt es, wach zu bleiben oder es zu werden für die Gefahren, die falschen Versprechungen, die Umdeutung von Begriffen und Werten, denen wir heute fast stündlich ausgesetzt sind.

„Nicht die sichtbare und vergängliche Materie ist das Reale, Wahre und Wirkliche, denn die Materie bestünde ohne den Geist überhaupt nicht, sondern der unsterbliche, unsichtbare Geist ist das Wahre. Diese geistige Realität steht in der Philosophie oder Religion am Anfang aller Betrachtung. In der Wissenschaft tritt sie oft am Ende seines Forschens in den Blick.“

Mit diesem Zitat von Max Planck möchten wir unsere Freunde von **anders alt werden** anregen. Wie können wir mit den Kräften des Denkens, Fühlen und Wollens eine Veränderung unseres Umfeldes bewirken?

Wie können wir unsere Herzenskräfte mit dem Denken verbinden und Wege in unserem Handeln finden?

Immer wieder die gleiche bewegende Frage für uns: Anders alt werden, ganz konkret miteinander sich verbinden und Gemeinsames miteinander tun.

So werden wir auch in diesem Jahre gemeinsame Unternehmen starten, die in uns Herzenskräfte bewegen. Neben der aktiven Arbeit in den Helfertreffen wollen wir die weiteren Donnerstags-Treffen in unserem kleinen Kaffee pflegen. Dort im Spiel und Gespräch miteinander uns austauschen. So wird ein Malkurs mit Katharina Garbe, gemeinsame Museumsbesuche und ein Gesprächskreis über das Sterben mit Ute Seibert für unsere interessierten Mitglieder angeboten. Trotz der Wirren der Zeit werden wir uns nicht fürchten vor dieser Zeitenwende, sondern sie ergreifen mit positiven Gedanken und wachsam sein in unserem Geiste. So hoffen wir miteinander auf eine lebens- und liebenswerte Begegnung.

Die Redaktion

Besuch des Historischen Museums am 21. März 2023 um 14.30 Uhr

Am Dienstag, den 21. März 2023 wollen wir das Historische Museum am Saarbrücker Schloss besuchen.

Geplant ist eine Führung durch die Ständige Ausstellung – „Saarländische Geschichte im europäischen Kontext“. Sie zeichnet die spannende Geschichte der deutsch-französischen Grenzregion seit 1870 nach.

Das Schicksal der Menschen in der Saarregion war geprägt von vielen Umwälzungen: Drei Kriege und zwei Volksabstimmungen brachten zahlreiche Grenzverschiebungen mit sich, die dazu führten, dass ein um 1900 geborener Saarländer im Laufe seines Lebens fünf verschiedene Pässe besaß. Das Kaiserreich, der 1. Weltkrieg, die 20er Jahre, der 2. Weltkrieg und die 50er Jahre sind die großen Themen und mit vielen Exponaten werden diese Epochen eindrücklich erlebbar.

Der Eintrittspreis für Erwachsene beträgt 7,00 Euro für Rentner*innen (bitte Ausweis dabei haben) 4,00 Euro, für Menschen mit Behinderung (ab 50%) ist der Eintritt frei. Die Kosten der Führung von 30,-Euro übernimmt der Verein. Die Führung dauert ca. eine Stunde.

Treffpunkt ist der Platz direkt vor dem Historischen Museum am Saarbrücker Schloss. Bitte seien Sie rechtzeitig vor Ort. Bei Interesse melden Sie sich bitte bis spätestens 7. März telefonisch (0681-61191) oder per Mail (anders-alt-werden@web.de) an.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und bitten Sie, die Anmeldung nicht zu vergessen!

Aquarellmalen bei *anders alt werden e.V.* mit Katharina Garbe*

Von der Farbe zum Bild

Wir möchten Sie gerne zu einem Aquarellkurs mit Katharina Garbe ab **Dienstag, den 18.4.2023**, im Begegnungsraum des Vereins Graf-Johann-Straße, 66121 Saarbrücken einladen.

Frau Garbe will uns in ihrem Kurs mit dem Wesen und der Ausdruckskraft der einzelnen Farben bekannt machen. Weitergehend möchte sie die, den Farben innewohnende Formensprache bis hin zum Bild entwickeln. Dabei orientiert Sie sich an den von dem Maler Felix Goll entwickelten Farbtrios, in denen der Künstler jeweils drei Farben den einzelnen Monaten zugeordnet hat.

Ab 18.4. fünf Termine, jeweils Dienstag von 10.30-12.00 Uhr

Material wird gestellt, eigenes kann gerne mitgebracht werden. Kostenbeitrag 5,-Euro/Termin. Bei Interesse melden Sie sich bitte bis spätestens 4.4.2023 an! (Tel.: 0681-61191 oder anders-alt-werden@web.de)

*Frau Garbe ist von Beruf Diplom-Designerin, Bühnenbildnerin und Waldorfpädagogin. Sie hat als Lehrerin in den Waldorfschulen Bexbach und Bildstock gearbeitet.

Bücherhinweis

Peter Krause
Leben in der Todesnähe
Rudolf Steiners Darstellungen zu Sterbeprozess und Tod des Menschen im Zusammenhang mit den Erkenntnissen der Humanmedizin

Dieses Buch stellt die anthroposophische Sichtweise auf Sterben und Tod in den Kontext der neueren medizinischen Forschung. Auf eindringliche Weise konfrontieren sowohl spirituelle Sichtweisen wie auch nüchtern wissenschaftliche Fakten mit der Unausweichlichkeit und Realität des Todes. Dabei gelangt der Autor zu dem überraschenden Schluss, dass bereits Rudolf Steiner den Hirntod als Tod des Menschen aufgefasst habe – eine These, die als Ausgangspunkt einer Debatte und zur weiteren Schärfung der Frage gesehen werden will: Was ist der Mensch?

Totengedenken

Im letzten Jahr haben uns viele Mitglieder verlassen um über die Schwelle in die geistige Welt zu gehen, Wenn dann der Tod das bedeutenste Erden - Erlebnis, dann leben sie dennoch in ihrem Geist weiter. Mögen uns diese Verstorbenen weiter begleiten und wir ihrer gedenken.

Christa Hess
Magdalena Huwig
Manfred Voltmer
Reiner Kreuzer
Margarete Fuchs
Susanne Pfister

Alle Verstorbenen waren schon recht früh mit den Inhalten des Vereins verbunden und hofften, auf ein gemeinsames Wohnprojekt, um dort im Alter ein gemeinschaftliches Leben miteinander zu finden. Dieses ursprüngliche geplante Lebens- und Wohnprojekt für Menschen ab „50 plus“, was zu Beginn der Jahrhundertwende 2000 geplant war, konnte nicht realisiert werden. So fanden einige der Verstorbenen eine Betreuung und Pflege in anderen anthroposophisch orientierten Altenprojekten, die es aber bis heute nur jenseits des Rheines gibt.

Die Toten

Die Toten starben nicht. Es starb ihr Kleid.
Ihr Leib zerfiel, es lebt ihr Geist und Wille.
Vereint sind sie dir zu jeder Zeit
in deiner Seele tiefer Tempelstille.

In dir und ihnen ruht ein einiges Reich,
wo Tod und Leben Wechselworte tauschen.
In ihm kannst du, dem eigenen Denken gleich,
den stillen Stimmen deiner Toten lauschen.

Und reden kannst du, wie du einst getan,
zu deinen Toten lautlos deine Worte.
Unwandelbar ist unsres Geistes Bahn
und ewig offen steht des Todes Pforte.

Schlagt Brücken in euch zu der Toten Land,
die Toten bau'n mit euch am Bau der Erde.
Geht wissend mit den Toten Hand in Hand,
auf dass die ganze Welt vergeistigt werde.

Manfred Kyber

Manfred Kyber (* 18. Februar 1880 in Riga, † 10. März 1933 in Löwenstein) deutscher Schriftsteller, Theaterkritiker, Dramatiker, Lyriker und Übersetzer. Manfred Kyber war deutschbaltischer Herkunft, der vor allem durch seine ungewöhnlichen Tiergeschichten bekannt geworden ist.

Einladung zur Vortragsreihe mit Ute Seibert

Leiterin des Fliedner Hospizes/Neunkirchen und
des Paul-Marien-Hospizes/Saarbrücken)

Alles geregelt? Wissen und Orientierung im Umfeld von Krankheit und dem Abschied vom Leben“

Das Wissen zur Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen ist in der modernen Gesellschaft mehr und mehr verloren gegangen.

Die Vortragsreihe will aufklären, Ängste abbauen und Unterstützungsmöglichkeiten vermitteln.

Dem Menschen werden auf seiner Lebensreise viele Aufgaben gestellt. Die Begleitung und Zuwendung mit zu gestalten, in Krankheit und beim Abschied vom Leben, dazu wollen wir informieren und ermutigen.

Die Vortragsreihe richtet sich an alle Interessierten, die im eigenen Umfeld bereits mit den Themen konfrontiert sind, oder sich auch im Voraus über Möglichkeiten der Begleitung und Unterstützung klarer werden wollen.

**vier Abendtermine,
immer donnerstags um 17.30 Uhr,
Ort Graf-Johann Str.
Begegnungsraum:**

23. Februar: „Wie können Kranke und Ihre Angehörigen unterstützt werden?“

2. März: „Was passiert beim Sterben?“

9. März: „Wie kann ich vorsorgen?“

16. März: „Wie kann Abschied gestaltet werden?“

Wir freuen uns auf Ihr Erscheinen, mit herzlichen Grüßen

Herzlichen Glückwunsch

An 9 Terminen in der Zeit von November 21 bis Juli 22 haben die Teilnehmer am Qualimaßnahmen-Kurs erfolgreich teilgenommen der von Ute Seibert geleitet und gestaltet wurde. Am 28 Juli 2022 übergab der Vorstand in einem kleinen Festakt die Urkunden.



Besuch im Weltraumatelier in Nohfelden-Mosbach

Am frühen Nachmittag des letzten Septembertages 2022 machten sich insgesamt 19 Mitglieder des Vereins anders alt werdene.V. auf, um das Weltraumatelier von Dr. Sebastian Voltmer zu besuchen. Rechtzeitig zu unserem Eintreffen hatte sich der frühe Nebel verzogen und die herbstliche Sonne entfaltete noch einmal ihre Kräfte.

Dr. Voltmer hatte im Vorgarten des alten Bauernhauses in Mosberg - Richweiler 2 Teleskope aufgebaut, mit denen man direkt die Sonne beobachten konnte und mit den Handys konnte man sogar Fotos des uns wärmenden Sterns machen. Dabei erzählte er,



wie sein Interesse an der Himmelsbeobachtung als junger Schüler durch ein von seinen Eltern geschenktes Teleskop geweckt wurde. Auch in der Kaffeepause, bei der von uns mitgebrachte Kuchen und Kaffee gereicht wurden, beantwortete Dr. Voltmer mit großer Begeisterung und Sachverstand die Fragen der interessierten Vereinsmitglieder. Danach führte Dr. Voltmer uns in die benachbarte Scheune, wo er den detailgetreuen Nachbau der Apollo 13 Kapsel ausgestellt hat, die extra für den Film über die „erfolgreichste, missglückte Raumfahrtmission“ im Jahr 1995 in Hollywood erstellt wurde. (Der Astronaut Jim Lovell meldete sich nach der Explosion eines Sauerstofftanks beim Kontrollzentrum mit den Worten „Houston, wir haben ein Problem“). Jeder, der wollte, konnte sich in die Kapsel setzen und der Enge des Raumschiffs nachspüren. Dr. Sebastian Voltmer führte dann noch einige kurze Filme vor, z.B. vom STARMUS-Festival aus dem Jahr 2011 auf Teneriffa, wo er für das Wissenschaftsmagazin „Spektrum“ tätig war, um u.a. das 50-jährige Jubiläum der bemannten Raumfahrt zu dokumentieren. Auf dem STARMUS-Festival (Zusammensetzung der Worte Star und Musik) wurde auch Juri Gagarin gedacht, der als erster Astronaut im April des Jahres 1961 um die Erde kreiste. Im Film kommen viele Astronauten, Forscher und Kosmonauten zu Wort, die über ihre Erfahrungen und Erlebnisse auf den Raummissionen berichten.

Die Besucher des Weltraumateliers konnten im Anschluss noch die Aufnahmen des Sternenhimmels und die grandiosen Nordlichter im Planetarium genießen.

Der Besuch des Weltraumateliers endete erst am frühen Abend nach 4 Stunden interessanter, großartiger Erfahrungen mit einem von der Familie Voltmer spendierten Abendessen. Der warmherzige Empfang der Teilnehmer*innen durch die

Termine:

Vortragsreihe mit Ute Seibert

23. Februar: Wie können Kranke und Ihre Angehörigen unterstützt werden?

02. März: Was passiert beim Sterben?

09. März: Wie kann ich vorsorgen?

16. März: Wie kann Abschied gestaltet werden?

Begegnungsraum: donnerstags um 17.30 Uhr,

Ort: Graf-Johann Str.

Freitag, 17. März, 19.00 Uhr

Großes Kino – „Horizont“

Das Ende ist nur der Anfang, ein Film, der versucht, nachtodliches Erleben darzustellen

Dienstag 21. März, 14.30 Uhr

Besuch des historischen Museums

Montag, 27. März, 18.00 Uhr

„Hoffnungsvolles Krisenjahr 2023“

Vortrag von Ursula Hausen, Karlsruhe

Ab 18.4. fünf Termine,

jeweils Dienstag von 10.30 -12.00 Uhr

Aquarellmalen mit Katharina Garbe

Jeden Donnerstag Nachmittag zwischen 15.00 und 17.00 Uhr findet ein Café-Nachmittag in der Graf-Johannstr. statt. Alle sind herzlich eingeladen, die miteinander gerne kommunizieren, spielen oder auch nur dabei sein wollen. Dazu gibt es immer Kaffee, Tee und Kuchen.

Familie Voltmer und die tolle Betreuung wird sicher noch lange in uns nachhallen. Der Familie Voltmer sei an dieser Stelle noch einmal für die großzügige Betreuung herzlich gedankt.

R. Kirch

Besuchen Sie unsere Website,

www.anders-alt-werden.de

I m p r e s s u m

Herausgeber: Anders-alt-werden e.V.

Geibelstr, 3 66121 Saarbrücken

Tel. 0 681- 6 11 91 (Birgit Kirch)

www.anders-alt-werden.de

eMail: anders-alt-werden@web.de

GLS Bank Bochum

IBAN:DE75 4306 0967 0079 5093 01

BIC : GENODEM1GLS

Verantwortlich : Frank Marx,

Gido Bayer

Christian Schwartz

Tel. 06826 - 960 306 mail:cschwartz@t-online.de