

Du, Herr, warst immer mein Guter Hirt.  
An Deiner Hand ließ gern ich mich führen,  
um auszuruhen auf grüner Au.  
Doch auch Schluchten gab es zu durchwandern  
und trockene Wüsten.  
Aber immer erblickte ich Deinen Stab,  
daran ich mich festhielt . . .  
Darum gehe ich voll Vertrauen  
die letzte Strecke meines Weges,  
immer achtend, Deine Spuren nicht zu verlieren,  
und lockend die jungen Lämmchen, die mir anvertraut,  
daß auch sie dem Guten Hirten folgen.

Es ließen sich noch viele Beispiele anführen,  
die alle davon zeugen, daß die wenigen Schritte auf dem Weg in die Bibel für die Botschaft hellhöriger machten.

An den zwei weiteren Tagen arbeiteten wir auf ähnliche Weise mit dem Psalm 71 (Gebet eines Menschen im Alter) und Psalm 131 (Kindsein).

## **Thilde Sturm**

### **Seniorentanz**

In einer Pfarrei in der Pfalz machten wir uns Gedanken über die Programmgestaltung in der Altenarbeit. Die Gestaltung dieser Arbeit ist auf Dauer immer wieder ein Problem, da man sich dauernd etwas Neues einfallen lassen muß. Da kam uns sehr zustatten, daß von der Diözese Speyer nach Ludwigshafen eingeladen wurde. Alle Seniorentanzgruppen aus den Pfarreien sollten ihre einstudierten Tänze vorführen. Wir machten uns also zu viert auf den Weg, um uns Anregung zu holen für die Gründung einer eigenen Tanzgruppe. Die Veranstaltung fand in einem der Diözese gehörenden, gepflegten Hause statt. Und siehe da, es waren etwa 300 Teilnehmer zusammengekommen. Es konnte also losgehen. Als Conférencier fungierte sehr gekonnt und fröhlich eine Frau, die sozusagen alle Gruppen unter einen Hut bringen mußte. Jede Gruppe hatte ihre ausgesuchte Musik, auf Kassette überspielt, mitgebracht. Die richtige Auswahl der Musik ist schon ziemlich wichtig. Für die älteren Menschen sollten es relativ einfache Melodien sein. Die Tagung verlief nun auf folgende Art und Weise: Eine Gruppe tanzte vor, und alle übrigen tanzten nach. Es war ein erstaunliches

und buntes Bild, das sich da bot. Die Tänzer hatten sich den Tänzen entsprechend kostümiert, die einen mehr, die anderen weniger. Außerdem wurden kleine Hilfsmittel verwendet wie Tücher, Stäbe oder dergleichen. Ich kam aus dem Staunen nicht heraus, als ich sah, wie die Senioren, angeregt durch die Musik, auf größere oder kleinere Gebrechen zu vergessen schienen. Da waren solche mit Hüftleiden oder abgenutzten Knien oder mitgenommenen Füßen. Aber, entsprechend ihren Möglichkeiten, tanzten sie trotzdem alle mit. Die älteste Teilnehmerin war übrigens 85 Jahre alt. Es herrschte eine fröhliche, gelöste Stimmung. Sicher strengte sich jeder an, einen guten Eindruck zu machen. Aber wenn ich an die verkrampte Haltung, anno dazumal, in der ersten Tanzstunde denke, dann herrschte hier im Gegensatz dazu eine heitere Beschwingtheit.

In der Pause wurden eifrig Kassetten überspielt oder der bewegungsmäßige Ablauf einiger Tänze aufgeschrieben, um etwas für daheim mitnehmen zu können.

Gegen Abend fand die Tagung ihren Abschluß durch einen religiösen Tanz. Die Senioren tanzten in mehreren Kreisen nach dem Kanon: „Lobet und preiset ihr Völker den Herrn, freuet euch seiner und dienet ihm gern. All ihr Völker lobet den Herrn.“ Dies war ein sehr beeindruckender Abschluß für die 300 alten Menschen.

Die Tagung für Seniorentanz findet in der Diözese Speyer nun jedes Jahr an wechselnden Orten statt. Wir kamen also wieder nach Hause in unseren Seniorenkreis „Jungbrunnen“ und begannen, für eine eigene Gruppe zu werben. Ganz so einfach war es zunächst nicht. Viele trauten sich das Tanzen nicht zu oder genierten sich vor den anderen, wie das halt in den Dörfern so der Fall ist. Aber zum Schluß hatten wir doch eine ansehnliche Gruppe zusammen. Am Erntedankfest konnten wir zum erstenmal mit zwei Tänzen auftreten. Später setzte sich dies bei der Fastnacht und bei anderen Veranstaltungen der Pfarrei fort. Das hebt natürlich das Selbstbewußtsein der älteren Menschen.

Etwas zu bedauern ist allerdings, daß in diesen Tanzgruppen fast nur Frauen mitmachen. Umso mehr muß man den Mut der wenigen Männer bewundern, die sich daran beteiligen.