

Ostern entgegen...

Materialien zur Feier der
Karwoche und Ostern



60 JAHRE
DIOZESE EISENSTADT
für die Menschen da



Ostern entgegen...

Inhaltsverzeichnis

... mit einem selbstgestalteten Hausaltar	3
... mit Andachten	4
Palmsonntag	4
Ölbergstunde	5
Karfreitag	6
Speisensegnung	8
Emmausgang	8
Meditationsreise	10
... mit einer Osterkrippe	12
... mit Kreativität	19
Palmbuschen binden	19
Osterkerze gestalten	20
Oster- /Auferstehungsgarten	21
Weidenkreuze flechten	22
Stick- und Häkelvorlagen	23
Zu guter Letzt...	24

2020 ist kein Jahr wie jedes andere. Durch die Corona-Krise hat sich vieles verändert. Viele Pläne und Vorhaben mussten wir über Bord werfen. Gottesdienste und Veranstaltungen sind abgesagt. Unser Leben hat sich verändert.

Ostern und die Fastenzeit ist immer eine Zeit, die uns verändern soll. Wir sollen entschleunigen und verzichten, unser Leben überdenken. Jesus hat durch seinen Tod am Kreuz und durch die Auferstehung unser aller Leben verändert.

Damit wir gemeinsam Ostern entgegen gehen und gemeinsam dieses Fest begehen können, haben wir für Sie dieses Materialpaket zusammengestellt. Wir hoffen, dass wir mit unseren Anregungen Ihnen ein gesegnetes Osterfest zu Hause ermöglichen können.

Gehen wir gemeinsam Ostern entgegen...

Alexandra Kern

*und das Team des Bereichs Erwachsenenpastoral der
Hauptabteilung Pastorale Dienste*

Impressum

Hauptabteilung Pastorale Dienste
Bereich Erwachsenenpastoral
7000 Eisenstadt, St. Rochus-Straße 21
T: 0282/777 280 E: alexandra.kern@martinus.at
Für den Inhalt verantwortlich: Alexandra Kern, Andrea
Lagler, Lena Hrazdil, Florian Lair, Alexandra Moritz
Bildnachweis: Pixabay; Bereich Erwachsenenpastoral
Für das Layout: Mag. Alexandra Kern



... mit einem selbstgestalteten Hausaltar

Ein Hausaltar bietet die Möglichkeit feierlich zuhause zu beten und Gottesdienste alleine und im Familienkreis zu feiern.

Es folgt eine Anleitung, mit welchen Gegenständen ein kleiner Hausaltar mit wenigen Mitteln gestaltet werden kann.

Ort: Der Hausaltar kann auf einem Tisch (Ess-, Couch- oder Beistelltisch), Regal, Fensterbrett etc. errichtet werden. Es sollte ein würdiger Ort sein, an dem in Ruhe gebetet und Gottesdienst gefeiert kann. Ein Ort, an dem man sich wohl fühlt, der genug Platz für alle Betenden bietet und stimmig für alle im Haus scheint.

Kreuz: Der Mittelpunkt des Altars ist das Kreuz, hierfür kann ein Rosenkranz, ein Wandkreuz, ein Kreuzanhänger etc. genommen werden. Falls kein Kreuz zur Verfügung steht, kann man aus Ästen und einem Band bzw. Strick selbst ein Kreuz basteln – dadurch kann die Größe variiert werden, auch kann das Kreuz verziert und gestaltet werden z.B. mit Naturmaterialien, Bändern, Blumen.

Kerze: Auf jedem Altar darf eine Kerze nicht fehlen. Von Teelicht über Grabkerze bis Stumpenkerze etc. ist alles möglich. Vielleicht kann eine Kerze verziert werden, z.B. mit Wachsplatten, Serviettentechnik, Bändern, Naturmaterialien etc. – VORSICHT: BRENNENDE KERZEN NIE UNBEAUF SICHTIGT LASSEN

Tuch: Das Kreuz, die Kerze und alle anderen Gestaltungselemente sollten auf einem Tuch arrangiert werden. Dafür eignen sich kleine Deckchen, Stoffservietten, Tischtücher, Tücher etc. je nach Größe des Altars.

Blumenschmuck: Es ist auch möglich, und für viele ein noch feierlicherer Altar, wenn er mit Blumen geschmückt wird. Ein kleines Sträußchen von Frühlingsblühern oder ein Zwiebelpflänzchen im

Topf, eine blühende Orchidee – der Kreativität sind nahezu keine Grenzen gesetzt – es soll in aller Gestaltungsfreude jedoch immer ein feierlich gestalteter Platz und Mittelpunkt des Gottesdienstes sein.

Bild: Falls im Haus Heiligenbilder, Ikonen vorhanden sind oder Fotos von Menschen für die besonders gebetet werden möchte, können auch diese einen Platz bekommen. Doch der Hausaltar sollte nicht überfrachtet werden bzw. gar das Kreuz und die Kerze in den Hintergrund geraten, denn diese sollen immer klar den Mittelpunkt bilden.

Heiligenstatue: Ebenso wie Bilder gibt es in vielen Häusern auch Marienstatuen oder andere Heiligenfiguren, auch diese können den Altar mitgestalten, aber auch hier gilt, dass unser Gebet und unser Gottesdienst, dem dreieinen Gott gilt und nicht den Heiligen, die für uns treue Fürsprecher bei Gott sind.

Heilige Schrift: Je nach Größe und Platz am Altar kann auch eine Bibel platziert werden. Vor allem besondere Bibelausgaben wie von Hochzeiten, Firmungen etc. können aufgeschlagen mit dem Tagesevangelium oder einer anderen persönlich bedeutsamen Stelle Platz finden.

Wenn nun ein Hausaltar gestaltet wurde, sei er noch so klein und bescheiden und um ihn gebetet und gefeiert wird, bittet unser Diözesanbischof darum, dass in diesen Häusern während des Gottesdienstes eine Kerze ins Fenster gestellt wird. Mit diesem Licht soll die Verbundenheit aller betenden Christinnen und Christen zum Ausdruck kommen und in diesen manchmal trüben und schweren Tagen ein Licht in die Welt leuchten.

... mit Andachten

Palmsonntag

In dieser Andacht wird auch der Palmbusch gesegnet. Eine Anleitung zum Binden eines Palmbusches finden Sie auf Seite XX. Diese Andacht kann auch vor dem Hausaltar stattfinden.

Lied

Jesus zieht in Jerusalem ein... GL 821

Einleitung

Beginnen wir diese Andacht mit dem Kreuzzeichen. In der Fastenzeit haben wir uns auf das Osterfest vorbereitet. Wir haben Jesus besser kennengelernt und können ihn jetzt besser verstehen. Wir haben uns auch vorgenommen, uns an ihm ein Beispiel zu nehmen. Heute wollen wir uns an das erinnern, was mit Jesus in Jerusalem geschah. Wir denken an seinen Einzug in die Heilige Stadt.

Bibelstelle Mt 21, 1 - 11

Als sich Jesus mit seinen Begleitern Jerusalem näherte und nach Betfage am Ölberg kam, schickte er zwei Jünger voraus und sagte zu ihnen: Geht in das Dorf, das vor euch liegt; dort werdet ihr eine Eselin angebunden finden und ein Fohlen bei ihr. Bindet sie los und bringt sie zu mir! Und wenn euch jemand zur Rede stellt, dann sagt: Der Herr braucht sie, er lässt sie aber bald zurückbringen. Das ist geschehen, damit sich erfüllte, was durch den Propheten gesagt worden ist: Sagt der Tochter Zion: Siehe, dein König kommt zu dir. Er ist friedfertig und er reitet auf einer Eselin und auf einem Fohlen, dem Jungen eines Lasttiers. Die Jünger gingen und taten, was Jesus ihnen aufgetragen hatte. Sie brachten die Eselin und das Fohlen, legten ihre Kleider auf sie, und er setzte sich darauf. Viele Menschen breiteten ihre Kleider auf der Straße aus, andere schnitten Zweige von den Bäumen und streuten sie auf den Weg. Die Leute

aber, die vor ihm hergingen und die ihm folgten, riefen: Hosanna dem Sohn Davids! Gesegnet sei er, der kommt im Namen des Herrn. Hosanna in der Höhe! Als er in Jerusalem einzog, geriet die ganze Stadt in Aufregung, und man fragte: Wer ist das? Die Leute sagten: Das ist der Prophet Jesus von Nazaret in Galiläa.

Gedanken

Mit Jubel und Freude beginnt diese Heilige Woche heute am Palmsonntag. Der triumphale Einzug Jesu in die Stadt Jerusalem wird mit „Hosiannarufen“ begleitet. Doch diese Begeisterung der Menschen hält nicht lange an. Schon kurze Zeit später schlägt die Woge der Sympathie um in das kreischende Schreien: „KREUZIGE IHN!“

Die politischen und religiösen Autoritäten sehen in Jesus den Volksaufwiegler und Gotteslästerer: einen, der sich weder ihrer noch einer anderen Macht beugt, weil ER nur die Macht Gottes anerkennt.

Diese Kraft lebt Jesus. Es ist die Kraft der Liebe, der Menschlichkeit und der Güte! Mit dieser Kraft geht er in seine letzten, aber auch schwersten Stunden.

Aus dieser Kraft können auch wir leben. Denn diese Kraft ist stärker als der Tod. Es ist die Kraft der Auferstehung.

Beten wir heute darum, dass die Palmzweige in unseren Händen Zeichen unserer Liebe und Treue seien, dass wir Jesus immer wieder nachfolgen, auch wenn es manchmal schwer ist.

Vater unser

Meditation

»Hosianna« haben sie begeistert geschrien,
»Hosianna, dem Sohne Davids!«

Nicht lange hat es gedauert,

da schrien sie dann: „Ans Kreuz mit ihm!“

Aus der Begeisterung wurde Hass - tödlicher Hass.

Schnell ist einer erledigt und abgeschrieben,

gestorben, wenn er nicht mehr die Erwartungen

erfüllt, die Leistung erbringt oder zu lästig erscheint.

Schnell wird aus dem Beifall Verachtung,
gnadenlos ist das Spiel der Masse,
gnadenlos das Spiel auf Leben und Tod.

Segensgebet über die Palmzweige

Guter Gott, segne diese Palmzweige,
die auch Zeichen des Lebens und der Hoffnung,
der Freude und der Erlösung sind.
Segne aber auch all diejenigen,

die diese Zweige in Händen halten.
Lass uns Jesus treu bleiben in glücklichen Tagen,
aber auch in den dunklen und schweren Stunden
unseres Lebens. Darum bitten wir dich, den wir
nennen Vater, Sohn und Hl. Geist. Amen.

*Die gesegneten Palmzweige können zum Hausaltar
oder zur Osterkrippe gestellt werden.*

Ölbergstunde

L: Bleibet hier und wachet mit mir,
wachet und betet wachet und betet.

A: Bleibet hier und wachet mit mir,
wachet und betet wachet und betet.

L: Bleib hier - bleib stehen
bleib hier – halte inne
bleib hier – komm zur Ruhe
bleib hier und nimm deine Aufgekratztheit wahr
bleib und spür deine Unruhe
bleib, anstatt zu verduften

A: Bleibet hier und wachet mit mir,
wachet und betet wachet und betet.

L: Bleib – nicht, weil es groß was zu tun gäbe,
bleib, weil du einfach hier gebraucht wirst
bleib, wenn du ehrlich zu mir stehst
bleib, auch wenn der Rest der Welt sich aus dem
Staub macht
bleib, auch wenn du fürchtest, den Kürzeren zu
ziehen

A: Bleibet hier und wachet mit mir,
wachet und betet wachet und betet.

L: Bleib hier bei mir
bleib, weil ich es bin
bleib, ich brauche deine Nähe
bleib, so sagen die Augen des Kranken
bleib, fleht ein Einsamer
bleib, ich hab Angst

A: Bleibet hier und wachet mit mir,
wachet und betet wachet und betet.

L: Wachet mit mir
wachet, denn Schläfer gibt es genug
wachet mit allen, dir vor Schmerzen keine Ruhe
finden
wachet mit allen, deren Schlaf zerstört ist
wachet heut mit Jesus und seht die Größe seiner
Liebe.

A: Bleibet hier und wachet mit mir,
wachet und betet wachet und betet.

Lied

Von guten Mächten - GL 897

Jesus,
wenn du für mich in den Tod gegangen wärst,
strahlend und gelassen,
ohne Zweifel und ohne Anfechtung,
ohne Angst und einen Schrei der Verzweiflung.
Ohne das Gefühl, alleine zu sein,
das könnte ich bewundern -
aber du würdest mir endlos weit entfernt scheinen,
wie ein Wesen aus einer anderen Welt.

Lied

Von guten Mächten - GL 897

„Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich
verlassen, bist fern meinen Schreien, den Worten
meiner Klage?“ So hat Jesus im Garten von
Getsemani in seiner Hilflosigkeit, seiner Verzweiflung
zu seinem Vater gebetet. Wir haben uns in dieser
nächtlichen Stunde versammelt, um ein Zeichen
dafür zu setzen, dass wir uns verbunden fühlen mit
allen Menschen, die wach sind, Angst haben und
beten, weil ihr Leben von einer tiefen Krise bedroht
oder erschüttert ist.

Antwort: Sei du ihnen nahe

- Mit Jesus wachen an den Krankenbetten der Menschen, deren Leben, egal ob durch den Corona-Virus oder einer anderen schweren Krankheit, nie wieder so sein wird, wie es vorher war.
- Mit Jesus wachen bei den Menschen, die hart getroffen wurden von Beziehungskrisen.
- Mit Jesus wachen an den Straßenecken bei denen, die in den Drogen die Antwort nach dem Sinn des Lebens suchen.
- Mit Jesus wachen bei all jenen, die durch Kriege und Naturkatastrophen ihr Zuhause verloren haben
- Mit Jesus wachen bei den missbrauchten Kindern, deren Vertrauen in das Gute im Menschen für immer gebrochen ist.
- Mit Jesus wachen bei den Zweifelnden und denjenigen, die den Glauben verloren haben
- Mit Jesus wachen bei den Einsamen und Alleingelassenen, den Hoffnungslosen und Resignierten.

- Mit Jesus wachen, bei den Menschen, die dich von ganzem Herzen suchen und noch keinen Weg zu dir gefunden haben
- Mit Jesus wachen, bei den Menschen die in dieser schweren Zeit die Verantwortung für unser Land und unsere Gesundheit tragen.

Lied

Meine Hoffnung, meine Freude - GL 365

Sprechen wir nun gemeinsam das Gebet des Herrn, das alle Christinnen und Christen auf der Welt eint und unseren Glauben stärkt.

Vater Unser

Gebet

Gott du bist da,
wenn wir uns von allen verlassen fühlen,
wenn wir meinen, vor Angst sterben zu müssen,
wenn wir vor Schmerzen weinen, wenn es dunkel wird um uns,
wenn sich andere von uns abwenden,
wenn wir uns zu schwach fühlen, um unsere Hände zum Gebet zu falten.
Du bist da und faltest unsere Hände zum Gebet.
Gott, halte deine Hand über uns und behüte uns.
AMEN

Karfreitag

Menschen helfen Jesus auf dem Weg

Hilfsbereitschaft wird groß geschrieben in den letzten Wochen. Die Medien sind voll von den großen und kleinen Taten der Hilfsbereitschaft. Simon von Cyrene und Veronika haben Jesus geholfen und nicht weggeschaut. Schauen auch wir hin und helfen wenn unsere Hilfe gebraucht wird.

V: Wir beten dich an, Herr Jesus Christus und preisen Dich,

A: denn durch dein heiliges Kreuz hast du die Welt erlöst.

Bibelstelle Mt 26, 34-40

Dann wird der König denen auf der rechten Seite sagen: Kommt her, die ihr von meinem Vater gesegnet seid, nehmt das Reich in Besitz, das seit der Erschaffung der Welt für euch bestimmt ist.

Denn ich war hungrig, und ihr habt mir zu essen gegeben. Ich war durstig, und ihr habt mir zu trinken gegeben. Ich war fremd und obdachlos und ihr habt mich aufgenommen. Ich war nackt, und ihr habt mir Kleidung gegeben. Ich war krank, und ihr habt mich besucht. Ich war im Gefängnis, und ihr seid zu mir gekommen. Dann werden ihm die Gerechten antworten: Herr, wann haben wir dich hungrig gesehen und haben dir zu essen gegeben, oder durstig und haben dir zu trinken gegeben? Wann haben wir dich als Fremden gesehen und haben dich aufgenommen, oder nackt und haben dich bekleidet? Wann haben wir dich krank gesehen oder im Gefängnis und sind zu dir gekommen? Und der König wird ihnen zur Antwort geben: Amen, ich sage euch: Was ihr meinen geringsten Schwestern und Brüdern getan habt, das habt ihr mir getan.

Denken wir daran auf welche Art und Weise wir heute den Mitmenschen / Jesus auf dem Weg helfen. Jeweils einen Gedanken vorbringen.

Nach jedem Gedanken:

V: Menschen helfen Jesus auf dem Weg

A: Jesus sagt: Was ihr meinen geringsten Schwestern und Brüdern getan habt, das habt ihr mir getan.

Glaubensbekenntnis – beten wir gemeinsam

Ich glaube an Gott,
der die Welt nicht fertig geschaffen hat
wie ein Ding, das immer so bleiben muss;
der nicht nach ewigen Gesetzen regiert,
die unabänderlich gelten;
nicht nach natürlichen Ordnungen
von Armen und Reichen,
Sachverständigen und Uninformierten,
Herrschenden und Ausgelieferten.

Ich glaube an Gott,
der den Widerspruch des Lebendigen will
und die Veränderung aller Zustände
durch unsere Arbeit,
durch unsere Politik.

Ich glaube an Jesus Christus,
der Recht hatte, als er,
„ein Einzelner, der nichts machen kann“,
genau wie wir
an der Veränderung aller Zustände arbeitete.
Jeden Tag habe ich Angst,
dass er umsonst gestorben ist,
weil wir seine Revolution verraten haben
in Gehorsam und Angst vor den Behörden.

Ich glaube an Jesus Christus,
der aufersteht in unser Leben,
dass wir frei werden
von Vorurteilen und Anmaßung,
von Angst und Hass
und seine Revolution weitertreiben
auf sein Reich hin.

Ich glaube an den Geist,
der mit Jesus in die Welt gekommen ist,
an die Gemeinschaft aller Völker
und unsere Verantwortung für das,
was aus unserer Erde wird,

ein Tal voll Jammer, Hunger und Gewalt
oder die Stadt Gottes.

Ich glaube an den gerechten Frieden,
der herstellbar ist,
an die Möglichkeit eines sinnvollen Lebens
für alle Menschen,
an die Zukunft dieser Welt Gottes.
Amen.

Nach Dorothee Sölle

„Ich glaube an Gott, der die Welt nicht fertig erschaffen hat“ (gekürzt) Aus:
http://www.heinzpangels.de/meditatifm_0225.htm [Zugriff: 10.10.2019]

Meditation

Es ist viel, weiß Gott,
was ihr zu tun bekommt.
Es ist komplex weiß Gott,
was ihr zu bedenken habt.
Es ist anspruchsvoll, weiß Gott,
was ihr vermitteln sollt.

Doch es gibt, weiß Gott,
eure offenen Herzen.
Es gibt, weiß Gott,
euren klaren Verstand
und eure starke Hoffnung.

Es braucht, weiß Gott,
unendlich viel Geduld,
unglaublich viel Geschick,
unerschöpflich viel Kraft.

Und weil Gott all das weiß,
vertrauen wir
und bitten wir,
dass er seinen Segen legen möge
auf uns,
auf die Frauen und ihre Familien in Indien
und auf unser gemeinsames Tun.

Nach Martina Kreidler-Kos Aus: Göttliche berühren. Frauengebete und Frauenkunst aus aller Welt. Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands/missio. 2013.

Zusammengestellt von Bernadette Schuller, Referentin
Aktion Familienfasttag

Speisensegnung

Kreuzzeichen

Segnung der Speisen

Christus ist unser Osterlamm. Hallelujah.
Darum kommt und haltet Festmahl. Hallelujah.
Herr, du bist nach deiner Auferstehung deiner
Jünger erschienen und hast mit ihnen gegessen. Du
hast uns zum Tisch geladen und das Ostermahl mit
uns gefeiert.

Segne dieses Brot, die Eier und das Fleisch und sei
auch bei unserem österlichen Mahl unter uns
gegenwärtig. Lass uns wachsen in der Liebe und in
der österlichen Freude und versammle uns alle zu
deinem ewigen Ostermahl, der du lebst und herrscht
in alle Ewigkeit. Amen.

Nun kann jeder anwesende ein Kreuzzeichen über

den Speisen machen. Anschließend wird noch
gemeinsam ein Vater unser gebetet.

Was die Speisen bedeuten...

- **Brot:** Zeichen dafür, dass Jesus Christus das lebendige Brot ist, das vom Himmel herabgekommen ist.
- **Wein:** Zeichen des Lebens.
- **Fleisch:** Symbol der Erlösung.
- **Salz:** die Auferstehung gewährt unzerstörbares, göttliches Leben.
- **Eier:** Symbol des Neubeginns und der Liebe.
Kren oder Meerrettich: Sinnbild der „Bitterkeit“ des Lebens und für die Überwindung der Leiden.

Emmausgang

Die zwei Emmausjünger begegneten Jesus, dem Auferstandenen, am Weg, erkannten ihn aber erst, als er mit ihnen Rast hielt – daher kommt der christliche Brauch des österlichen „Emmausgangs“. Der Emmausgang kann alleine oder mit der Familie gebetet werden. Sie müssen dazu keinen Spaziergang machen, sie können ihn auch im Garten oder an einem ruhigen Ort beten.

Kreuzzeichen

Gebet

Ein neuer Tag!
Unbefangen, unverbraucht.
Voll Zuversicht, voll Freude und Dankbarkeit,
frei von Schuld und Versagen.
Noch nichts ist versäumt.
Alle Möglichkeiten sind offen.
Werde ich heute die Begegnung nützen,
die Aufgaben bewältigen,
den Schwierigkeiten gewachsen sein,
deinen Willen erkennen?
Wird es mir gelingen, etwas von der Freude,
der Zuversicht und der Dankbarkeit des Morgens
hinüber zu retten in den Abend,
für den nächsten Tag?
Wenn du, Gott,
an diesem neuen Tag mit mir gehst,
dann wird er gelingen!

1. STATION: Keinen Ausweg wissen

Aus dem Evangelium

Am gleichen Tag waren zwei von den Jüngern auf dem Weg in ein Dorf namens Emmaus, das sechzig Stadien von Jerusalem entfernt ist. Sie sprachen miteinander über all das, was sich ereignet hatte. (Lk 24, 13 – 14)

Gedanken

Zwei hatten sich auf den Weg gemacht, sie wollten alles hinter sich lassen: all ihre Ängste und Unsicherheiten, all ihre Enttäuschungen und Zweifel, all ihre Hoffnungen und Erwartungen, all ihre Erlebnisse und Träume. Am Kreuz ging dies alles für sie grausam zu Ende. Und vor diesem Kreuz liefen sie nun weg.

Impuls

Die beiden Jünger sind ohne Hoffnung von Jerusalem weggelaufen. Auch in unserem Leben gibt es Situationen, die hoffnungslos und ängstlich machen, die einem am liebsten weglaufen lassen würden: Streit in der Familie, Konflikte am Arbeitsplatz oder in der Schule, fehlende Anerkennung, Einsamkeit, Zerschneiden von Freundschaften, Verlust von guten Freunden und Verwandten.

Fragen für den Weg

Wovor möchte ich am liebsten weglaufen?
Wann war ich selbst in letzter Zeit hoffnungslos?

2. STATION: Sich trösten lassen

Aus dem Evangelium

Während sie redeten und ihre Gedanken austauschten, kam Jesus hinzu und ging mit ihnen. Doch sie waren wie mit Blindheit geschlagen, sodass sie ihn nicht erkannten. Er fragte sie: Was sind das für Dinge, über die ihr auf eurem Weg miteinander redet? Da blieben sie traurig stehen, und der eine von ihnen - er hieß Kleopas - antwortete ihm: Bist du so fremd in Jerusalem, dass du als einziger nicht weißt, was in diesen Tagen dort geschehen ist? Er fragte sie: Was denn? Sie antworteten ihm: Das mit Jesus aus Nazareth. Er war ein Prophet, mächtig in Wort und Tat vor Gott und dem ganzen Volk. Doch unsere Hohenpriester und Führer haben ihn zum Tod verurteilen und ans Kreuz schlagen lassen. Wir aber hatten gehofft, dass er der sei, der Israel erlösen werde. Und dazu ist heute schon der dritte Tag, seitdem das alles geschehen ist. Aber nicht nur das: Auch einige Frauen aus unserem Kreis haben uns in große Aufregung versetzt. Sie waren in der Frühe beim Grab, fanden aber seinen Leichnam nicht. Als sie zurückkamen, erzählten sie, es seien ihnen Engel erschienen und hätten gesagt, er lebe. Einige von uns gingen dann zum Grab und fanden alles so, wie die Frauen gesagt hatten; ihn selbst aber sahen sie nicht. (Lk 24, 15 – 24)

Gedanken

Zu zweit sind sie gegangen. Sie waren vertieft in ihre Gedanken, Vorstellungen und Probleme. Ihre Gedanken kreisten. Sie fanden keine Antworten, keinen Sinn in ihren Fragen und Sorgen. So merkten sie auch nicht, dass sich einer dazugesellte. Er kam einfach hinzu. Ohne Begrüßung, ohne großartige Rede. Er hielt sie auch nicht an oder auf. Er ging mit ihnen, hielt Schritt. Nun waren sie nicht mehr allein auf ihrem Weg. Auch nicht mehr allein in ihren Gedanken und Fragen. Das Gedankenkarussell wurde unterbrochen – aufgebrochen.

Fragen für den Weg

Mit wem kann ich über meine Probleme reden?
Wer interessiert sich für meine Gedanken, Träume, Ängste und Hoffnungen?

3. STATION: Den Sinn wiederfinden

Aus dem Evangelium

Da sagte er zu ihnen: Begreift ihr denn nicht? Wie schwer fällt es euch, alles zu glauben, was die Propheten gesagt haben. Musste nicht der Messias all das erleiden, um so in seine Herrlichkeit zu gelangen? Und er legte ihnen dar, ausgehend von Mose und allen Propheten, was in der gesamten Schrift über ihn geschrieben steht. So erreichten sie das Dorf, zu dem sie unterwegs waren. Jesus tat, als wolle er weitergehen, aber sie drängten ihn und sagten: Bleib doch bei uns; denn es wird bald Abend, der Tag hat sich schon geneigt. Da ging er mit hinein, um bei ihnen zu bleiben. (Lk 24, 25 – 29)

Gedanken

Der Fremde wird zum Freund, er kann den roten Faden „Sinn“ wieder zusammenknüpfen. In die dunklen Vorgänge kommt Licht. Zusammenhänge werden klar, der Bann der schrecklichen Ereignisse wird gebrochen. Jesus lädt die Jünger, er lädt dich ein, dich einzulassen auf die Vergangenheit, auch auf das, was du am liebsten verdrängen, ja vergessen willst. Er fordert dich heraus, Sinnspuren in Katastrophen zu entdecken.

Fragen für den Weg

Hat mir ein Gespräch einen neuen Weg gezeigt?
Wann konnte ich jemanden trösten und ihn durch meine Worte ermutigen und aufrichten?

4. STATION: Brot teilen, Leben teilen

Aus dem Evangelium

Und als er mit ihnen bei Tisch war, nahm er das Brot, sprach den Lobpreis, brach das Brot und gab es ihnen. Da gingen ihnen die Augen auf und sie erkannten ihn; dann sahen sie ihn nicht mehr. Und sie sagten zueinander: Brannte uns nicht das Herz in der Brust, als er unterwegs mit uns redete und uns den Sinn der Schrift erschloss? Noch in derselben Stunde brachen sie auf und kehrten nach Jerusalem zurück und sie fanden die Elf und die anderen Jünger versammelt. Diese sagten: Der Herr ist wirklich auferstanden und ist dem Simon erschienen. Da erzählten auch sie, was sie unterwegs erlebt und wie sie ihn erkannt hatten, als er das Brot brach. (Lk 24, 30 – 35)

Gedanken

Beim gemeinsamen Mahl erkannten sie Jesus. Es war etwas Vertrautes, Bekanntes für sie. Und dann wurde ihnen klar, durch seine Reden auf dem Weg hätten sie ihn schon erkennen müssen. Doch plötzlich, kaum dass sie Jesus erkannten, war er nicht mehr da. Denn der Auferstandene ist anders da als Jesus vor seinem Tod.

Schon zu seinen Lebzeiten hat Jesus uns versprochen: Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, bin ich mitten unter euch.

Vater unser

Gemeinsames Segensgebet

Unser Gott der uns Leben verheißt,
segne und behüte uns.

Er sei mit uns auf dem Weg
und trage uns in seiner Liebe,
besonders dort, wo unsere Schritte schwerer
werden.

Er lasse sein Angesicht leuchten über uns
und sei uns zugeneigt,

denn seine Zuneigung gibt uns das Leben.

Er wende uns sein Angesicht zu und schenke uns
Frieden.

Er lege seinen Geist auf uns, und wir sind gesegnet.
Amen

Zusammengestellt von: Veronika Fleischhacker

Meditationsreise

Wanderung zur inneren Quelle

Wie kann ich diese „Wanderung zur inneren Quelle“ machen?

- Jemand liest Ihnen den Text vor. Langsam und mit vielen Pausen. Das ist auch telefonisch möglich.

- Oder Sie können den Text selbst in der für Sie angenehmen Geschwindigkeit mit Pausen lesen und dabei die Teile mitvollziehen.

- Oder Sie lesen den Text und machen eine Tonaufnahme davon. So ist es möglich die Wanderung immer wieder zu machen (nach Lust und Laune oder regelmäßig zu einem festgesetzten Zeitpunkt am Tag.).

Vorbereitung

Nehmen Sie sich gut Zeit und bereiten Sie sich einen Ort vor an dem Sie entspannt sitzen oder liegen können.

Die Reise zur Quelle

Richten Sie den Blick nach innen, indem Sie die Augen ganz oder halb schließen.

Ihre Aufmerksamkeit richtet sich auf Ihren Atem. Es ist nichts zu tun...

Sie spüren, wie Ihr Atem ausfließt und einfließt, so wie er gerade geht und kommt. Richten Sie Ihre

Aufmerksamkeit auf den Atem. Luft strömt aus und ein. Bleiben Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit hier und spüren Sie einige Atemzüge lang dem nach, was es zu spüren gibt ...

Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit langsam auf Ihren Leib. Nehmen Sie wahr, wie Ihr Leib die Unterlage berührt ... atmen Sie aus und ein richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf diese Berührung.

Wandern Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit durch Ihren Leib:

Langsam Stück für Stück von den Fußsohlen, die Füße, Unterschenkel, Knie, Oberschenkel, Hüfte und Bauch über die Wirbelsäule und die inneren Organe – Herz – hinauf zu den Schultern in die Arme und die Hände.

Dann zurück über die Arme, den Hals, in den Kopf.

Nehmen Sie wahr, dass Sie da sind.

Es ist nichts zu tun.

Atmen Sie aus und ein...

Lassen Sie das Bild von einem Waldweg auftauchen. Der Weg führt in den Wald hinein. Schauen Sie sich um und nehmen Sie wahr – die Bäume, die Gewächse, die Geräusche und die Düfte. Lassen Sie sich Zeit, diesen Bereich zu betreten ...

Gehen Sie im Wald auf dem Waldweg weiter und nehmen Sie wahr, wie die Sonne durch die Bäume blitzt.

Sie können einen angenehmen Sonnenstrahl fühlen. Gehen Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit in diesen Moment und nehmen Sie wahr ...

Wandern Sie durch den Wald, so wie Ihnen gerade ist – langsam und gemächlich, springend und hüpfend, laufend und lachend oder ... alles ist möglich - so, wie Sie es gerade brauchen.

Sie kommen dann zur Ruhe. Sie gehen weiter Ihren Weg, nehmen sich selbst und Ihre Umgebung wahr: die Farben, die Formen, die Geräusche und die Gerüche...

Der Weg führt jetzt zu einer Waldlichtung... Sie sehen sich um ...

Die Lichtung weitet sich und Sie sehen, dass es hier eine kleine Felswand gibt. Aus einem Felsspalt plätschert Wasser: kühles, reines Wasser.

Sie gehen zu dem Rinnsal und nehmen wahr. Langsam strecken Sie Ihre Hand aus und lassen das Wasser darüber rinnen. Sie spielen mit dem Wasser und Genuss steigt auf. Fühlen Sie das klare, reine Wasser auf Ihren Händen, Fingern, Armen, ...

Jetzt formen Sie mit Ihren Händen eine Schale. Das Wasser sammelt sich darin. Die Schale der Hände füllt sich bis sie überfließt. Sie sehen und spüren das Fließen des Wassers ... Sie sind Teil dieses Fließens ... lassen es zu ... Sie können sich darin bewegen und es spüren. Es fließt.

Sie lassen die Schale Ihrer Hände wieder voll werden. Führen die Hände mit dem klaren, frischen Quellwasser an Ihr Gesicht. Sie benetzen ihr Gesicht, so dass es angenehm ist: klares, frisches Wasser erfrischt Ihr Gesicht und Sie selbst.

Genießen Sie das Geschenk dieser Erfrischung. Sie können auch von dem Quellwasser trinken. Es ist rein, klar und erfrischend.

Verweilen Sie ein paar Augenblicke ... nehmen Sie wahr.

Wenn Sie möchten, setzen Sie sich in die Sonne und spüren Sie nach. Ein Moment der Ruhe und der Erholung.

Dann, wenn es für Sie stimmig ist, erheben Sie sich. Sagen Sie Dank diesem Ort in Ihren Worten und verabschieden Sie sich.

Gehen Sie in Ihrem Tempo zurück durch den Wald und richten Sie Ihre Aufmerksamkeit wieder auf Ihren Atem. Es fließt aus und ein.

Mehr und mehr kommen Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit in Ihren Leib, nehmen sich hier und jetzt wahr: wie Sie sitzen oder liegen.

Sie nehmen drei tiefe Atemzüge.

Sie können sich reckeln und strecken. Spüren Sie die Kraft in Ihren Armen und Beinen. Kehren Sie vollkommen zurück ins Hier und Jetzt. Wenn Sie soweit sind, öffnen Sie Ihre Augen. Sie sind jetzt ganz in der wachen Welt.



... mit einer Osterkrippe

Die Tradition der Osterkrippe reicht weit zurück. Im 18. und 19. Jahrhundert war die Passionskrippe weit verbreitet, bevor sie in Mittel- und Westeuropa fast völlig in Vergessenheit geriet.

Die Osterkrippe kann dazu genutzt werden, Kindern biblische Hintergründe des Fests auf eine leicht verständliche Art zu veranschaulichen. Auch mancher Erwachsener nutzt die Osterkrippe, um sich die Geschehnisse rund um den Tod Jesus in Erinnerung zu rufen.

In diesem Materialpaket bieten wir eine einfache und leicht umsetzbare Variante der Osterkrippe. Sie kommt mit wenigen Materialien aus und soll zum Nachdenken einladen. Die Osterkrippe startet mit

dem Palmsonntag, weiter geht es mit Gründonnerstag, Karfreitag, Karsamstag, Ostersonntag und Ostermontag. Jeder Tag beinhaltet ein Bild, einen Text und eine Anregung für eine Aktion. Natürlich kann auch die entsprechende Bibelstelle gelesen werden.

Anleitung:

Die ausgedruckten Seiten nach Anleitung (siehe Fotos) zusammenkleben.



Schritt 1: Seiten ausdrucken



Schritt 2: Seiten zusammenfalten.
Bild und Text sollten innenliegen.



Schritt 3: Mit allen
Seiten wiederholen.



Schritt 4: Seiten zusammenkleben. Dabei darauf achten, das vom ersten Tag der Text mit der Bildseite vom nächsten Tag zusammengeklebt werden. Am Schluss soll ein Kreis entstehen (siehe letztes Bild).



Palmsontag



Jesus zieht ein in Jerusalem!
Welche Freude, der Messias ist da!
Was soll man da tun,
als sich freuen und jubeln.

Alle jubeln ihm zu,
winken mit Palmzweigen,
es wird herrlich werden!

Aber, wenn der Messias kommt,
muß ich aufbrechen
aus meiner Bequemlichkeit,
aus meiner eingerichteten Welt,
die zwar Ecken und Kanten hat,
aber in der ich mich doch
irgendwie geborgen fühle.

Der Messias kommt!

Wenn ich so tu,
als hätte ich es nicht gehört?
Als ginge das mich nichts an?

Ob ich dann in meiner Welt bleiben

*Aktion: Lege einen Palmbuschen oder einen
Palmzweig zum Bild.*

Gründonnerstag



Herr, mach mich heute Abend zu einem Kelch,
offen zum Nehmen,
offen zum Geben,
offen zum Beschenkt werden,
offen zum Bestohlen werden.

Herr, mach mich zu einem Kelch für dich,
aus dem du etwas nehmen kannst,
in den du etwas hineinlegen kannst.

Wirst Du bei mir etwas finden, was Du nehmen könntest?
Bin ich wertvoll genug, sodass Du in mich etwas hineinlegen
wirst?

Herr, mach mich zu einem Kelch für meine Mitmenschen,
offen für die Liebe,
für das Schöne, das sie verschenken wollen;
offen für ihre Sorgen und Nöte,
offen für ihre traurigen Augen und ängstliche Blicke,
die von mir etwas fordern. Herr, mach mich zu einem Kelch.

Aktion: Lege ein Stück Brot zum Bild.

Karfreitag



Im Blick auf den Karfreitag lade ich dich ein,
dein eigenes Kreuz zu betrachten,
es anzunehmen und zu tragen.

Im Blick auf den Karfreitag lade ich dich ein,
dir einzugestehen,
wie viele unnötige Kreuze du dir selbst
aufgeladen hast:

- deinen Stolz, deine Feindschaften,
- deinen Hass, deinen Egoismus.

Im Blick auf den Karfreitag lade ich dich ein,
die Kreuze der heutigen Menschen
anzuschauen.

Wie viele Menschen drohen heute unter
ihrem Kreuz zusammenzubrechen.

Im Blick auf den Karfreitag lade ich dich ein,
darüber nachzudenken,

wem du selbst ein Kreuz auf die Schultern gelegt hast,
wem du das Leben schwer oder sogar zur Hölle machst.

Im Blick auf den Karfreitag lade ich dich ein,
ein Simon von Cyrene zu sein:

Wem kannst du das Kreuz tragen helfen?

Wem kannst du ein Stück von seiner Last
befreien?

Im Blick auf den Karfreitag lade ich dich ein,
dankbar zu sein für Jesus,

der sich an diesem Tag auf die Seite all
derer gestellt hat,

- die schweres Leid zu tragen haben.

So wird Jesus zur großen Stütze für all die, die verzweifeln oder
resignieren möchten.

Er zeigt ihnen,

wie sie aufstehen und auferstehen können.

Aus: Dardeler Fasten-Meditationen 2008

Aktion: Lege ein Kreuz zum Bild.

Karsamstag



Still werden...
Still sein...

Aktion: Lege einen Stein zum Bild.

Ostersonntag



spüren ...
neue Hoffnung bricht auf
im Licht des Ostermorgens
weckt Lebenskräfte
die längst schon tot geglaubt

erkennen ...
der Stein ist weggerollt
das Schwere behält nicht die Macht
Verzweiflung und Trauer
haben nicht das letzte Wort

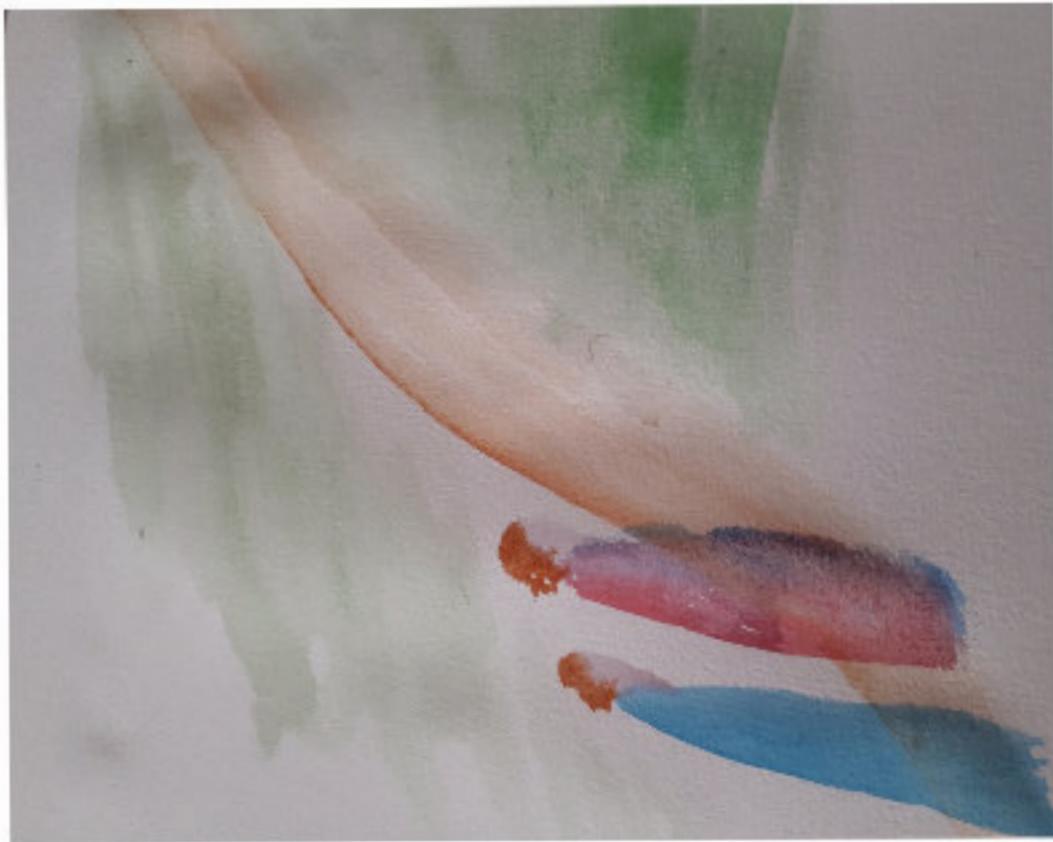
glauben ...
Auferstehung ist möglich
neue Perspektiven tun sich auf
wo wir die Blickrichtung ändern
um dem Leben zu dienen

wagen ...
der verwandelnden Kraft trauen
mutig den Aufstand proben
aufstehen gegen alles was Leben behindert und
zu Zeuginnen und Zeugen der Auferstehung werden

Hannelore Bates

Aktion: Lege ein buntes Osterei zur Krippe.

Ostermontag



Wer sich auf andere einläßt,
läßt sich auf Gott ein.
Wer sich anderen gegenüber öffnet,
öffnet sich für Gott.
Wer sich anderen zuwendet,
wendet sich Gott zu.

Der Weg nach Emmaus
ist mehr als ein Spaziergang!
Der Weg nach Emmaus ist der Weg
von Menschen, zueinander und miteinander,

Der Weg nach Emmaus
ist mehr als ein Spaziergang!
Der Weg nach Emmaus ist
auch ein Weg für mich,
für Dich und für uns alle!

Der Weg nach Emmaus ist ein Weg
der Suche, des Zweifels,
der Erkenntnis, der Freude
und letztlich des inneren Friedens.

Der Weg nach Emmaus ist der Weg
von Gott zu uns Menschen.
Gott kommt aus Liebe auf uns zu!
Kommen wir selbst auch von uns los,
so finden wir auch zum anderen.

Gott geht auf uns zu,
gehen wir mit IHM auf andere zu.
Der Weg nach Emmaus
ist also mehr als nur ein Spaziergang.

Der Weg nach Emmaus
ist Gottes Weg zu uns
durch die Auferstehung seines Sohnes,
unseres Bruders und Herrn
Jesus Christus.

© Heinz Bergels, 5.7. Mai 2009

... mit Kreativität

Palmbuschen binden

Am Palmsonntag ist es üblich, im Rahmen der Gottesdienste, Palmbuschen segnen zu lassen. In der aktuellen Situation ist das so nicht möglich, dennoch kann ein Palmbuschen gebunden werden und ihm Rahmen eines Gottesdienstes zuhause diese Station am Leidensweg Jesu erfahrbarer machen.

Am Palmsonntag wird des Beginns der Passion Christi gedacht. Jesus zieht in Jerusalem ein und wird von Menschen freudig begrüßt „...andere schnitten Zweige von den Bäumen und streuten sie auf den Weg.“ (Mt 21,8) Diese Erzählung wird in der Tradition des Palmbuschenbindens aufgegriffen und erweitert.

Wichtig für jeden Palmbuschen sind Äste mit Weidenkätzchen, diese werden dann mit Ästen von Buchs, Wachholder etc. (Äste von Pflanzen mit bereits grünen oder immer grünen Blättern) ergänzt. Man kann nun alle Ästchen mit Draht um einen Holzstab binden oder sie so zu einem Sträußchen zusammenfassen.

Den Buschen kann man nun mit Bändern verzieren, sei es um den Draht zu verstecken oder Maschen in die Zweige zu binden etc.

Die Bänder können natürlich je nach Vorrat oder Geschmack ausgewählt werden, dennoch gibt es hierfür eine Farbsymbolik, die beachtet werden kann:

- *grüne Bänder - Symbol für die Freude über die Auferstehung*
- *rote Bänder - Symbol für den Bluttod Christi und*
- *weiße Bänder - Symbol für die Unschuld Christi¹*

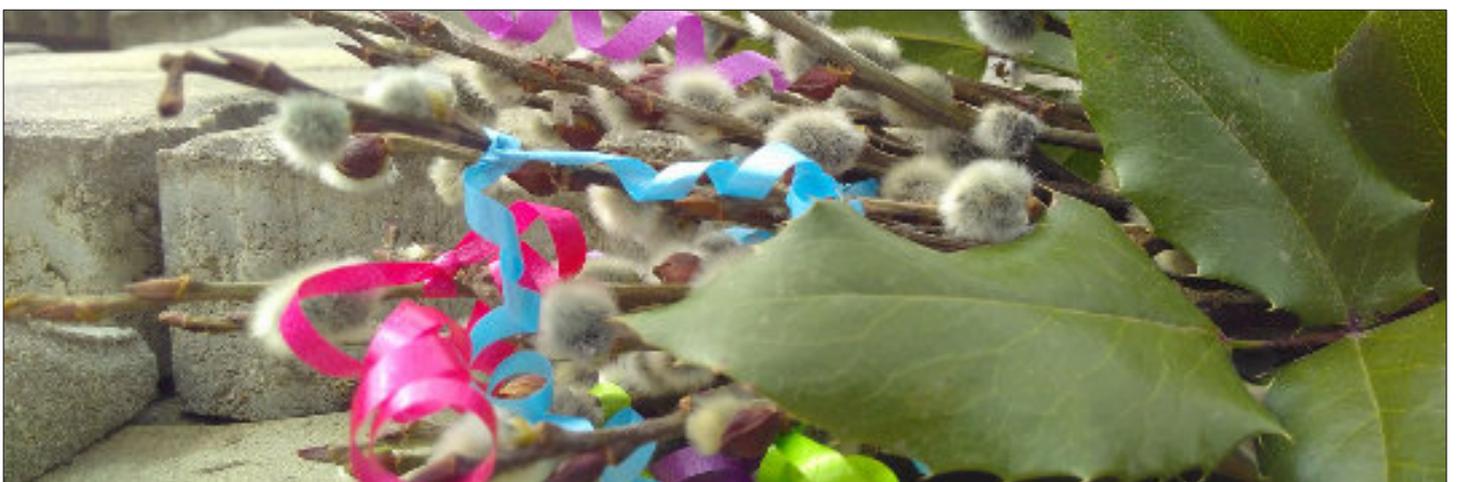
Größere Buschen können noch mit Eiern oder anderen österlichen Dekorationsanhängern geschmückt werden.

Aus der Tradition und Volksfrömmigkeit wird dem gesegneten Palmbuschen eine schützende Wirkung zugesprochen, im Stall, auf Feldern und im Haus soll er Tiere, Ernte und Menschen schützen.

Ein Palmbuschen, der einen Platz im Haus findet, kann auch als Zeichen dafür dienen, dass wir Jesus grüßen und willkommen heißen um mit ihm dieses Stück seines Leidensweges gehen.

¹<https://www.tips.at/nachrichten/linz/land-leute/462838-palmbuschen-binden-war-frueher-reine-maennersache>

http://www.regionalkultur.at/Brauchtum_c.php?Autor=3&Festtag=63
Feste & Brauchtum im Kirchenjahr. Entstehung, Bedeutung und Tradition von Pater



Osterkerze gestalten

Die Osterkerze spielt in der Liturgie der Osternacht eine zentrale Rolle. Sie wird am Osterfeuer entzündet und in die dunkler Kirche getragen, dabei ruft der Priester „Lumen Christi“ und die Gemeinde antwortet „Deo gracias“ – also übersetzt heißt das „Das ist das Licht Christi – Dank sei Gott!“

Eben diese Kerze erhellt die Finsternis des Todes, die in den Kartagen herrscht. Durch die Auferstehung Jesu kommt das Licht – das ewige Leben – in die Welt.

Natürlich ist die Osterkerze ein liturgischer Gegenstand, der natürlich im Gottesdienst anders genutzt wird, als wir es in der aktuellen Situation zuhause tun können. Dennoch können wir für die Osterfeier im Kleinen bei uns im Haus eine Osterkerze selbst gestalten.

Eine Osterkerze sollte eine Bienenwachskerze sein bzw. einen Bienenwachsanteil haben. Im Moment ist es nicht so leicht, eine solche Kerze zu besorgen, also kann auch jede andere Kerze – idealerweise eine Stumpenkerze – genommen werden. Sie sollte eher weiß bzw. natur-bienenwachsfarben sein, damit sie auch gut gestaltet werden kann.

Notwendig dafür sind Wachsplatten oder auch Wachsstifte. Ebenso kann mit Serviettentechnik

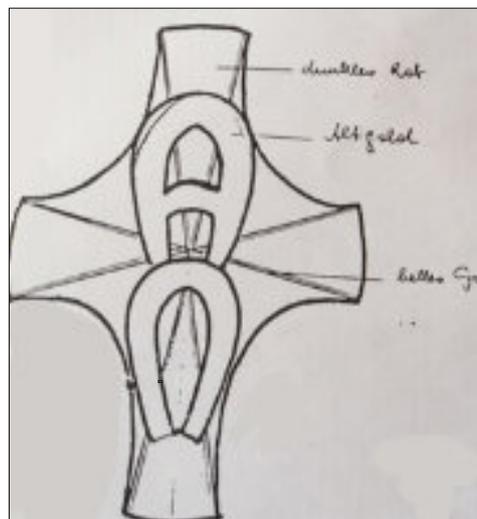
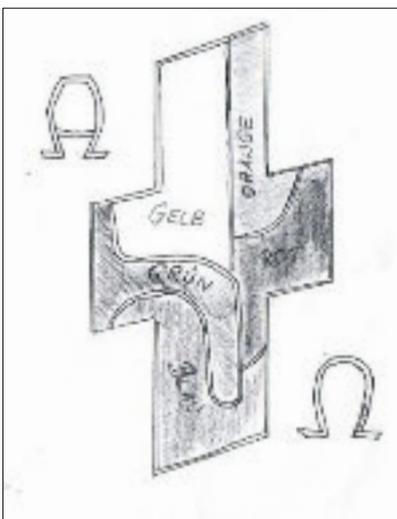
gearbeitet werden, aber bekannter Weise macht Not erfinderisch.

Üblicherweise finden sich auf der Kerze die Jahreszahl, also 2020 und das griechische Alpha α und Omega Ω – als Zeichen für Anfang und Ende – Christus setzt den Anfang und das Ende aller Zeit.

Oft findet man auf Osterkerzen Kreuze, an den Osterkerzen in Kirchen werden die Wundmale Christi mit Weihrauchkörnern und Wachs gekennzeichnet. Für den Hausgebrauch kann man jedoch auch eine Auferstehungsfigur, einen Lebensbaum oder kunstvoll gestaltete Kreuze an die Kerzen anbringen. Je nach Kreativität kann die Kerze gestaltet werden, aber die Ostersymbolik sollte doch klar erkennbar sein. Das Internet bietet viele Anregungen und Ideen zur Gestaltung der Osterkerze. Auch eine Kerze nur mit einem einfachen Kreuz, den griechischen Buchstaben und der Jahreszahl reicht vollkommen aus.

Unten sind einige Anregungen der Katholischen Frauenbewegung der Diözese Eisenstadt zu finden.

Diese Kerze kann dann in der Osternacht (also ab dem Sonnenuntergang am Karsamstag) im Rahmen eines kleinen Gottesdienstes zuhause, feierlich entzündet werden und über die Ostertage ihr Licht verbreiten.



Oster- /Auferstehungsgarten

Der Oster- /Auferstehungsgarten soll uns daran erinnern, worum es an Ostern geht: Jesus hat das Kreuz (=Tod) besiegt und das Grab verlassen. Er lebt und hat uns dazu mit ewigen Leben beschenkt.

Material

- 1 runder Terracotta-Untersetzer (alternativ ein Teller, ein Tablett oder ähnliches)
- 1 Blumentopf
- 1 großer, runder, flacher Stein
- (Blumen-) Erde
- Moos (alternativ kann auch Gras angesät werden)
- Dekoration: kleine Steine, Kies, kleine Blumen
- Gerade Zweige für die Kreuze
- Gartenschere, Blumendraht

Anleitung

Zuerst wird der Blumentopf in der Mitte des Untersetzers quer hingelegt. Danach wird der Boden mit (Blumen-) Erde aufgefüllt. Dadurch wird der Topf auch am Wegrollen verhindert. Anschließend wird über dem Blumentopf der Hügel Golgotha gebildet. Damit die (Blumen-) Erde besser hält, kann man diese etwas befeuchten.



Jetzt kann die (Blumen-) Erde noch mit Moos bedeckt werden. Sollte kein Moos vorhanden sein, kann die Erde auch so belassen werden oder mit Steinen bedeckt werden.



Nun werden die Kreuze hergestellt. Die Äste werden mit der Gartenschere zurechtgeschnitten. Für 3 Kreuze braucht man 6 Sücke, die anschließend mit Hilfe des Blumendrahtes zu den Kreuzen zusammengebunden werden. Es sollte ein größeres und zwei kleinere Kreuze entstehen. Die Kreuze werden nun auf den Hügel gesteckt.



Jetzt kann das Grab noch nach Belieben dekoriert werden. Zum Schluss wird noch der große Stein als Grabstein an die entstandene Grabeshöhle gelegt.

Die Gestaltung des Oster- /Auferstehungsgarten kann natürlich je nach Belieben variieren. Die Größe des Gartens hängt von der Größe der verwendeten Materialien ab.

Sollten sie keine passenden Steine oder Tontöpfe zur Hand haben, können diese Gegenstände auch z. B. aus Salzteig gestaltet werden.

Rezept für Salzteig

Zutaten:

1 Tasse Salz

2 Tassen Wasser

1 Tasse Mehl

Zubereitung:

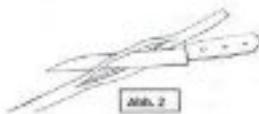
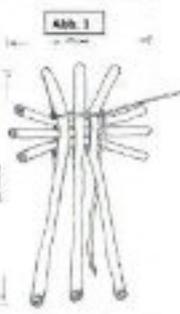
Alle Zutaten verkneten, formen oder ausstechen. Trocknen lassen oder bei 140 Grad Celsius backen.

Quelle: <https://diekoenigskinder.wordpress.com/2015/04/16/ein-ostergarten-furs-wohnzimmer>

Weidenkreuze flechten

Das idealste Material sind die Ruten der gelben Korbweide. Für das Gerippe verwenden wir Weidenruten mit der Stärke eines Bleistiftes (ca. 6mm Ø). Der senkrechte Teil des Kreuzes sollte ca. 20 cm lang sein und der waagrechte ca. 15 cm betragen (Abb. 1).

Angeführte Maße sind relativ: Für ein größeres Kreuz verwendet man stärkeres und längeres und für ein kleineres Kreuz schwächeres und kürzeres Material.



Die Weidenruten, bei uns „Wied“ genannt, sollten aufeinander abgestimmt sein. So sollte das Gerüst oder Gerippe nicht schwächer sein als das Flechtmaterial. Zum Flechten, dünne, gleichmäßig starke und möglichst lange Wied verwenden. Wenn das Material vorbereitet ist, werden die drei längeren Stücke des Gerippes im oberen Drittel mit einem spitzen Messer gespalten (Abb. 2).

Bei der Arbeit ist immer darauf zu achten, dass das Geflecht in Richtung Mitte gedrückt wird.

Beim Wechsel von oben nach unten und umgekehrt wird eines vom anderen niedergehalten und das Gerippe nebeneinander zusammengehalten. Wenn so der Mittelpunkt des Kreuzes umflochten ist, werden ein bis zwei Runden geflochten, jedoch bei jedem der sechs Gerippestücke einmal oben und einmal unten (Abb. 6).

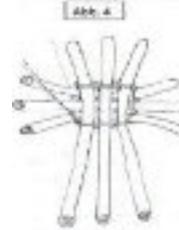
Vor Beginn der zweiten Runde die äußeren der jeweils drei Kreuzgerippe (oben und unten) zur Seite biegen, wie auf den Abbildungen ersichtlich. Dadurch sind die Enden des Kreuzes breiter als die Mitte.

Bei der Arbeit ist immer darauf zu achten, dass das Geflecht in Richtung Mitte gedrückt wird.

In der weiteren Folge werden die vier Kreuzenden, jedes einzeln zu Ende geflochten (Abb. 7).

Vorsicht: Beim Durchstecken aufpassen. Das Holz ist weich. Da geht das Messer leicht ins Flecht!!!

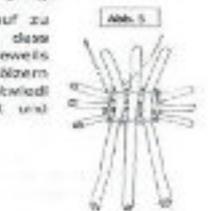
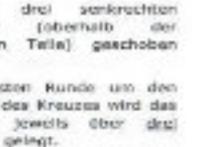
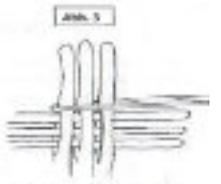
Sowohl spalten, dass die drei waagrecht Teile des Kreuzgerippes nebeneinander durchgeschoben werden können (Abb. 3). Wenn die drei Querhölzer des Kreuzgerippes in die, gerühtmäßig, richtige Stellung gebracht wurden, wird ein langer dünner Wied in der Mitte zusammengelegt und



über die drei senkrechten Kreuzhölzer (oberhalb der waagrecht Teile) geschoben (Abb. 5).

Bei der ersten Runde um den Mittelpunkt des Kreuzes wird das Flechtwied jeweils über drei Kreuzhölzer gelegt.

Es ist darauf zu achten, dass nach den jeweils drei Kreuzhölzern das Flechtwied von oben nach unten wechselt und umgekehrt (Abb. 1, 4, 5).



Bevor ein Flechtwied zu Ende geflochten ist, wird ein neues dazugelegt (Oberlapp, Abb. 8).



Es gibt noch eine weitere Möglichkeit: Das Ende des Wieds mit dem Messer ausspitzen und neben ein Kreuzholz senkrecht in das Geflecht stecken (Abb. 9).

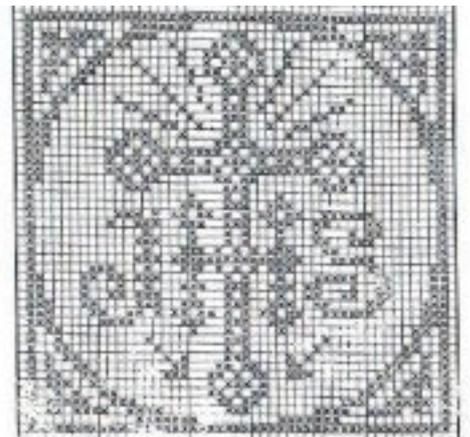
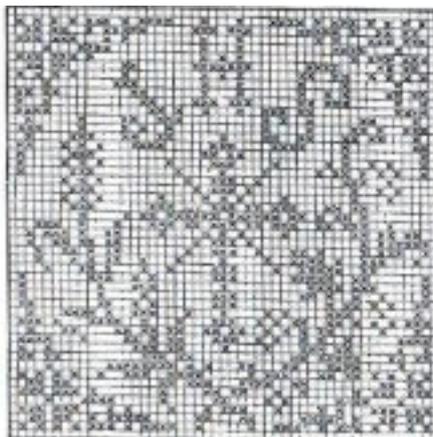
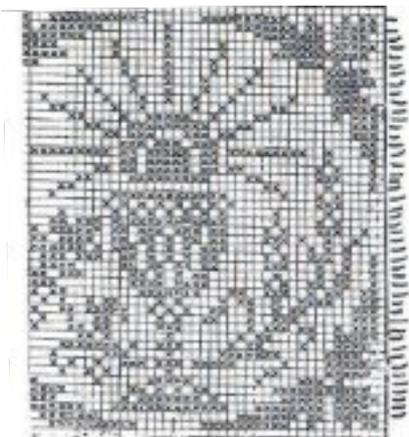
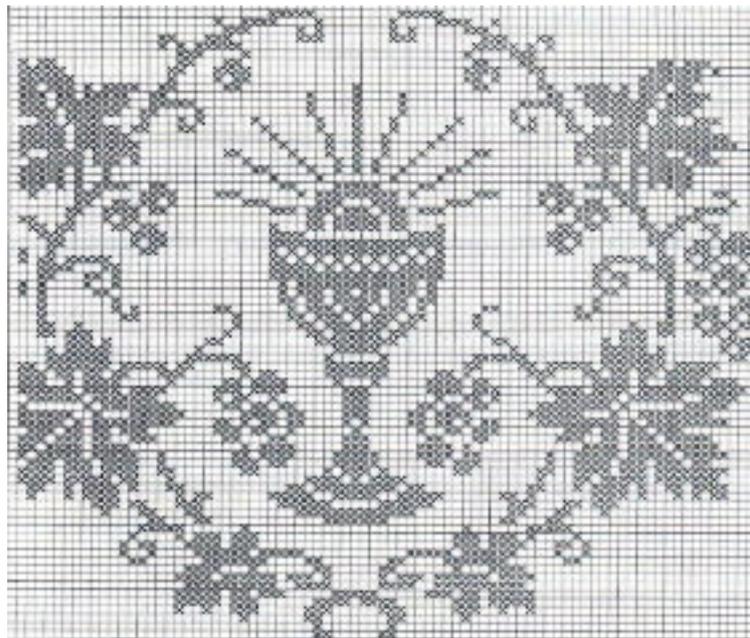
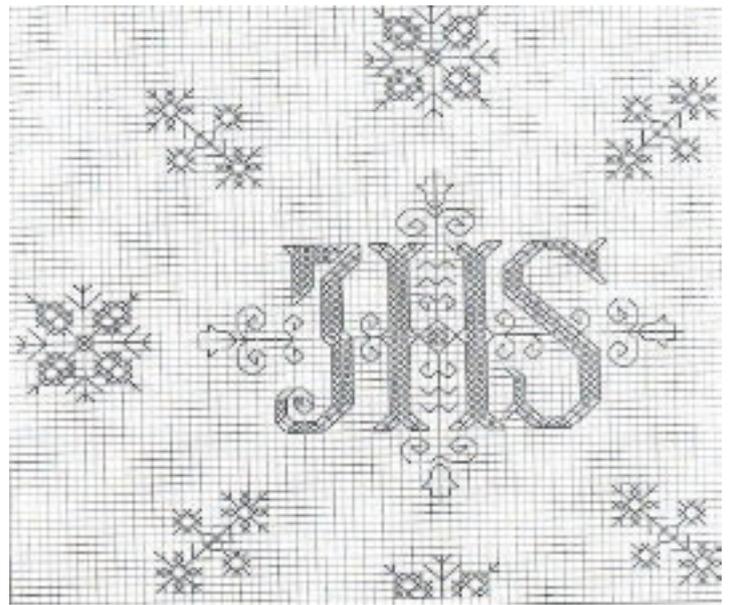
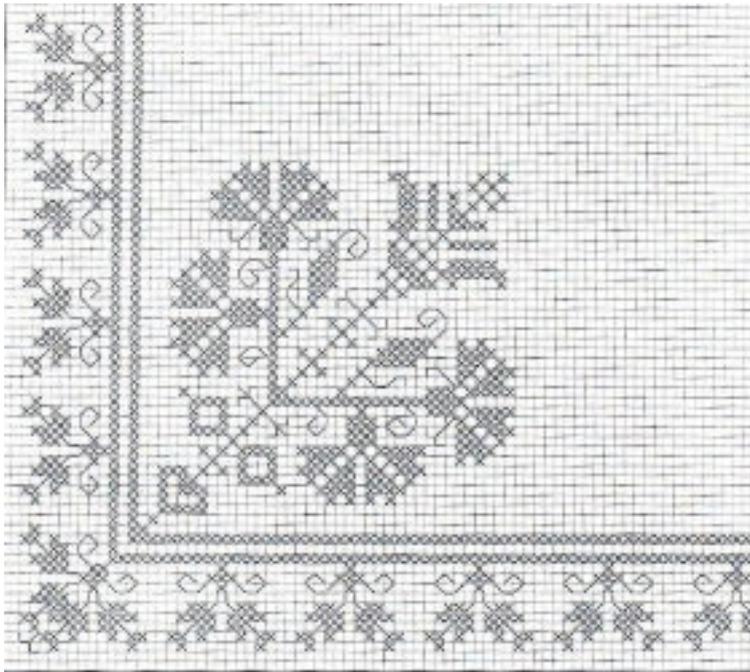
Das Gleiche gilt für das Wied mit dem dann weiter geflochten werden soll (Abb. 9). Derselbe Vorgangsweg wird am Schluss praktiziert (Abb. 10).



Das Flechten ist eine der ältesten Handwerkstechniken und wird heute noch in sehr vielen Arten praktiziert, wie z.B. das Flechten von Körben.

Zusammengestellt von: Christa Fraunschiel

Stick- und Häkelvorlagen



Zu guter Letzt...

Chancen und Möglichkeiten, die sich durch die veränderte Lebens-Situation ergeben

Wir haben vermehrt Zeit zum Nachdenken, haben die Chance, unser Leben zu entschleunigen, uns wesentliche bzw. grundsätzliche Fragen zu stellen, inne zu halten, uns eventuell neu zu orientieren und auszurichten;

Wir können uns bewusst werden, wie gut es uns eigentlich geht bzw. bisher gegangen ist, erkennen, was wirklich wichtig und wesentlich ist in unserem Leben und was weniger wichtig ist;

Wir haben mehr Zeit als Familie, können Zeit miteinander verbringen, miteinander spielen (im Haus, im Garten), gemeinsame Projekte in Haus und Garten angehen (ein Beet für die Kinder anlegen, gemeinsam etwas basteln, Brettspiele spielen, etc.), sich gemeinsam kleine Ziele setzen, eine neue Kultur des Miteinanders entwickeln; sich als Familie gemeinsam auf Ostern vorbereiten (Basteln, Backen, Eier färben, etc.);

Um der Langeweile vorzubeugen, kann man sich (maßvolle) Ziele setzen, die man vielleicht schon längere Zeit vor sich hergeschoben hat, wie z.B.

- sogenannte „dunkle Ecken“ aufräumen (Keller, Dachboden, Garage, Werkstatt, Arbeitszimmer, etc.);
- kleinere Reparaturen und Ausbesserungsarbeiten in und am Haus erledigen;
- das Bücherregal neu ordnen, nach Fachgebieten, Autoren;
- Kleiderschränke entrümpeln, nicht mehr verwendete Kleider für die Altkleidersammlung aussortieren;
- einen umfassenden Osterputz gemeinsam mit der Familie durchführen;
- dem Garten wieder mehr Aufmerksamkeit widmen, vielleicht schon länger geplante Ideen oder Veränderungen umsetzen; jetzt im Frühjahr Gemüse aussäen, die zusätzliche Zeit dabei genießen, keine Hektik aufkommen lassen;

Schreiben Sie doch eine Liste mit den Dingen, die sie tun wollen, wenn diese Zeit vorüber ist.

Ich wünsche dir Zeit

Ich wünsche dir nicht alle möglichen Gaben.
Ich wünsche dir nur, was die meisten nicht haben:
Ich wünsche dir Zeit, dich zu freuen und zu lachen,
und wenn du sie nützt, kannst du etwas draus
machen.

Ich wünsche dir Zeit für dein Tun und dein Denken,
nicht nur für dich selbst, sondern auch zum
Verschenken.

Ich wünsche dir Zeit – nicht zum Hasten und
Rennen, sondern die Zeit zum
Zufriedenseinkönnen.

Ich wünsche dir Zeit – nicht nur so zum
Vertreiben. Ich wünsche, sie möge dir übrig bleiben

als Zeit für das Staunen und Zeit für Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf der Uhr nur zu schauen.

Ich wünsche dir Zeit, nach den Sternen zu greifen,
und Zeit, um zu wachsen, das heißt, um zu reifen.
Ich wünsche dir Zeit, neu zu hoffen, zu lieben.
Es hat keinen Sinn, diese Zeit zu verschieben.

Ich wünsche dir Zeit, zu dir selber zu finden,
jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden.
Ich wünsche dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben.

Ich wünsche dir: Zeit zu haben zum Leben !

Elli Michler