

PRAXISNAH



„ÖFFNET EUCH TORE, ÖFFNET EUCH, URALTE PFORTEN“ Neue Zugänge zu Advent und Weihnachten

Frauenwerk



- Ursula Duensing
- Hanne Finke
- Christiane Gundelach-Just
- Brigitte Radeck



Haus kirchlicher Dienste
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	1
„Öffnet euch, Tore, öffnet euch uralte Pforten“	2
Ruminatio – eine Übung aus der klösterlichen Tradition <i>Hanne Finke</i>	
„Adventsweg“ – An sechs Stationen auf Weihnachten zugehen	5
<i>Ursula Duensing/Hanne Finke</i>	
„Schritte auf dem Weg von Advent bis Weihnachten“ Drei Einheiten zu verschiedenen Symbolen nach der Kaufmann-Kett-Methode	10
<i>Brigitte Radeck</i>	
„Erwartung“ „Adventliche Haltungen“ erproben und einüben anhand eines Bildes von Eva Rubin	23
<i>Christiane Gundelach-Just</i>	
„Geöffnete Türen“	28
Eine kalendarische Reise durch die Traditionen der Advents- und Weihnachtszeit <i>Ursula Duensing</i>	



Haus kirchlicher Dienste
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers

PRAXISNAH **Arbeitshilfe aus dem Frauenwerk, Heft 6**

Herausgeber: Haus kirchlicher Dienste der
Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers
Verantwortlich: Frauenwerk, Franziska Müller-Rosenau (v.i.S.d.P.)
Hausanschrift: Archivstraße 3, 30169 Hannover
Postanschrift: Postfach 2 65, 30002 Hannover
Fon: 0511 1241-424 **Fax:** 0511 1241-186
E-Mail: frauenwerk@kirchliche-dienste.de
Internet: www.frauenwerk-hannover.de
Fotos: privat (Ursula Duensing, Hanne Finke)
Satz und Layout: Christiane Rettig
Druck: Haus kirchlicher Dienste; gedruckt auf Recycling-Papier aus 100% Altpapier
2. Auflage: 50 **Ausgabe:** September 2009 **Artikelnummer:** 545575

**„Öffnet euch, Tore,
öffnet euch, uralte Pforten“¹
Mit dieser Verheißung in den Advent
und auf Weihnachten zugehen?**

Am Anfang stand ein Erlebnis: die Teilnahme an einem „Adventsweg“ bei einer Veranstaltung, die von Frauen in Göttingen vorbereitet worden war. Neue bewegende Erfahrungen ermöglichten ganz andere Zugänge zum Advent. Wenig später, angesteckt von der neuen Idee, probierten einige von uns diesen „Adventsweg“ noch einmal, abgestimmt auf die Gegebenheiten vor Ort in ihrer Gemeinde. Die positive Resonanz ermutigte uns, eine Arbeitshilfe im Frauenwerk zu erstellen, um das Angebot vielen Frauen (Männern, Jugendlichen...) in unserer Landeskirche zur Verfügung zu stellen. Dieses Praxisheft halten Sie nun in den Händen.



Ein doppeltes Anliegen verbinden wir damit: Ihnen in der Fülle des verfügbaren Materials zu Advent und Weihnachten Ungewohntes zu präsentieren und ...

Anregungen zu geben, die Adventszeit jenseits von Veranstaltungs- und Kaufrummel zu gestalten.

Wir meinen, dass sich gerade die adventliche Zeit des Wartens ganz besonders dazu eignet, unserer Sehnsucht nach Gott Raum zu geben, Kraftquellen im persönlichen Glauben neu zu entdecken oder die Offenheit für unsere Nächsten zu erfahren.

Wir wünschen Ihnen, unseren Leserinnen und Lesern, dass diese Arbeitshilfe Ihre Kreativität beflügelt und sie ermutigt, den einen oder anderen Vorschlag umzusetzen, und dabei gemeinsam mit anderen ganz persönliche Zugänge zur Weihnachtsbotschaft zu finden und eine Haltung, die den je eigenen Bedürfnissen entspricht.

Ihre

Ursula Duensing Hanne Finke C. Gundelach-Just Brigitte Radeck

Ursula Duensing

Hanne Finke

Christiane Gundelach-Just

Brigitte Radeck

¹ Psalm 24,7 in der Übersetzung der „Bibel in gerechter Sprache“



„ÖFFNET EUCH, TORE, ÖFFNET EUCH, URALTE PFORTEN“¹

Eine spirituelle Übung für den Advent mit dem Psalm 24,7 -10

Einführung

Gerade im Advent – aber auch zu anderen Zeiten des Jahres – gelingt es uns immer weniger, zur Ruhe zu kommen. Wie können wir das Warten bewusst wahrnehmen und gestalten? Wie können wir Gott in uns Raum geben?

Das Angebot besteht darin, in der Gruppe eine spirituelle Übung auszuprobieren, die in der täglichen Praxis, z. B. zu Hause, jede und jeder für sich nach Bedarf nutzen kann: eine Kraftquelle könnte sich auftun!

Die Übung heißt „Ruminatio“. Ruminatio kommt aus dem Lateinischen und meint das Wiederkäuen von Nahrung, etwa durch Kühe. Menschen der frühen Mönchsbewegung bezeichneten damit ein stetes Wiederholen bestimmter heiliger Worte oder Sätze. Aus vielen Religionen kennen wir solche „mantrischen Meditationen“. Die Wüstenväter und –mütter kamen auf diese Form des Vor-sich-hin-Sprechens, des Murmelns, um Gott nahe zu sein. Später wurden im Christentum viele ähnliche Meditationen vor allem von Frauen und Männern der Mystik entwickelt und verbreitet.

In den letzten Jahren sind solche Übungen wiederentdeckt worden (z.B. auch das Herzensgebet). In der Gegenwart besteht ein großer spiritueller Hunger und wenn wir Dorothee Sölle folgen, sollten wir dieses Bedürfnis mit dem „Essen“, dem „Kauen“ von Psalmen stillen, denn Psalmen sind Gottes Brot für uns.

Das ist zunächst sehr fremd für viele von uns. Ruminatio ist eine Übung, die einmal wiederentdeckt, gerade in der Adventzeit einen Weg aufzeigt, wie wir die Nahrung Gottes zu uns nehmen können und damit immer wieder neu gestärkt werden.

In der „Bibel in gerechter Sprache“ finden wir eine Übersetzung der Verse 7 - 10 des 24. Psalms, die sich für die Ruminatio in der Advents- und Weihnachtszeit gut eignet.

Auch andere Psalmen bzw. ausgewählte Bibelverse sind möglich.

Allerdings ist es hilfreich, sich zunächst auf einen kleinen Text zu beschränken und nicht ständig zu wechseln.

Wichtig ist, dass die Übung in einem Raum durchgeführt wird, der genügend Platz für ein freies Umhergehen bietet. Besonders schön wäre eine Kirche oder ein Sakralraum, womög-

lich ein Kreuzgang in einem Kloster.

Das „Schnupperangebot“ Ruminatio lässt sich in eine Andacht einbauen, kann eine Reihe im Advent bilden (z. B. ein wöchentlicher Termin mit wechselnden Texten) oder auch im Rahmen eines Gruppenabends oder -nachmittags ein Element darstellen. Wichtig ist, dass diese Methode erst eine Wirkung für Leib und Seele zeigen kann, wenn in einem längeren Zeitraum selbst probiert wird, wie und wann die Übung gut tut. Darauf sollte die Gruppenleitung auch hinweisen.



Hanne Finke



Titel	„Öffnet euch, Tore, öffnet euch, uralte Pforten“: eine spirituelle Übung für den Advent mit dem Psalm 24, 7- 10
Ziel	Eine alte Übung kennen und für sich in der heutigen Zeit nutzen zu lernen; Abstand zur hektischen Adventszeit zu bekommen; zur Ruhe und zu Gott zu finden
Personenkreis	Frauen jeden Alters, (Empfehlung: bis zu 15 TN) , aber auch Männer und Frauen
Zeitraumen	etwa 35 – 45 Minuten

Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
	Begrüßung und Lied: EG 1 „Macht hoch die Tür...“	Stuhlkreis, wenn gewünscht, gestaltete Mitte: ein dunkelrotes Tuch, eine Kerze	Gesangbuch
	Einführung	Kurzreferat der Leitung	Einführungstext
	Hinführung zur Übung	LN stellt den Ablauf kurz vor	
	Durchführung der Übung	Ruminatio Auswählen des Textabschnittes Mit einem ausgewählten Textabschnitt aus Psalm 24 gehen die TN für sich allein im Raum umher und sprechen, murmeln, „kauen“ die Worte, wie sie mögen, es geht um stimmhaftes Sprechen	Psalm 24, 7- 10 siehe M 1 wird versweise kopiert (Anzahl vielfach) und auf den Boden verteilt (oder auch um eine gestaltete Mitte gelegt), so dass ein Abschnitt ausgewählt werden kann
	Erfahrungsaustausch	Gespräch im Stuhlkreis zu den Erfahrungen mit der Ruminatio und Verknüpfung mit der Einführung; Gesprächsführung durch die Leitung Alle TN, die sich äußern möchten, sollten zu Wort kommen, kein Zwang	
	Die Psalmverse im Zusammenhang wahrnehmen	Ln liest Psalm 24, 7- 10 als Ganzes (aus der Bibel in gerechter Sprache, siehe M 1)	M 1 Text des Psalms für alle TN vorbereiten
	Abschluss Lied	gemeinsames Singen eines Adventliedes, z. B. aus: „Singen von deiner Gerechtigkeit“: Nr. 111 „Nada de turbe“ oder Nr. 52 „Tut mir auf die schöne Pforte“, Strophen 1+2	Gruppensatz des Liederbuches von Erhard Domay u.a. (Hg), Singen von deiner Gerechtigkeit, Gütersloher Verlagshaus 2005 oder Liedblatt



M 1

Psalm 24, 7 – 10
(Bibel in gerechter Sprache)
Kopiervorlage

Öffnet euch Tore,

öffnet euch, uralte Pforten.

Es kommt, der würdig ist, König zu sein.

Wer ist würdig, König zu sein?

Adonaj, gewaltig und mächtig,

Adonaj, mächtig im Kampf.

Öffnet euch, Tore,

öffnet euch, uralte Pforten.

Es kommt, der würdig ist, König zu sein.

Wer ist allein würdig, König zu sein?

Adonaj, gebietend über Himmelmächte.

Gott ist als einziger würdig, König zu sein.



ADVENTSWEG – AN SECHS STATIONEN AUF WEIHNACHTEN ZUGEHEN



„Wie soll ich dich empfangen?“ Sich vorbereiten auf die Ankunft Gottes in der Welt – das ist der Sinn der Adventszeit. Aber wie kann das geschehen? Eine konkrete Möglichkeit der eigenen inneren Vorbereitung ist der Adventsweg. Der hier vorgeschlagene Adventsweg buchstabiert das Wort „Advent“ einmal durch, d.h. für jeden der 6 Buchstaben gibt es eine Station. Pro Station sind es zwei Begriffe (aufgedruckt auf einem Aufsteller), die einmal ein vorweihnachtliches Lebensgefühl (etwas, das wir in unserer Umgebung wahrnehmen), zum anderen eine spirituelle Chance der Adventszeit (etwas für unsere Seele) beschreiben. Dabei geht es nicht um eine Bewertung oder die Darstellung von Gegensätzen, die TN sollen aber zum Nachdenken angeregt werden. Deshalb gibt es zu jedem Begriff einen besonderen Impuls, ebenfalls aufgedruckt. Die Stationen sind auf farbigen Tüchern aufgebaut und enthalten neben den jeweiligen Texten auch Gestaltungselemente. Ein solcher Adventsweg ist ein besonderes Angebot. Liebevoller Gestaltung, Sorgfalt und Achtsamkeit machen den spirituellen Gehalt aus.

Dieses Angebot ist geeignet für ein adventliches Frauentreffen (Frauenkreis), kann aber auch für die Gestaltung adventlicher Andachten oder Gottesdienste genutzt werden. Die Stationen können, wo das möglich ist, durch die Adventswochen hindurch im Gemeindehaus oder in der Kirche aufgebaut bleiben und Menschen zu einem eigenen meditativen Weg einladen. Die ersten 5 Stationen sollen in Gruppen aufgesucht werden. Dabei ist die Reihenfolge beliebig. An den Stationen sollte Kommunikation der TN möglich sein, beim Einsatz im Gottesdienst empfiehlt es sich, die Stationen mit einer Person zur Betreuung zu besetzen. Die 6. Station wird gemeinsam aufgesucht.

Anregungen bekamen wir durch:

- Oliver Gussmann,
„Ein Adventsweg in der Kirche“
in „Kirchenpädagogik“, Ausgabe 2/2004, S. 33
- Silvia Mustert, Hans-Georg
und Irmi Spangenberg,
„Weihnachtslandschaften“
Don Bosco Verlag München, 2002



Titel	Adventsweg		
Ziel	Die TN sollen spirituelle Chancen der Adventszeit (Nachdenken über den persönlichen Glauben, die eigene Gottesbeziehung) als Kraftquelle neu für sich entdecken		
Personenkreis	Frauen eines Frauenkreises 35 – 65 Jahre		
Zeitraumen	90 Minuten		
Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
5 Min	Begrüßung mit Lied (z. B. EG 11, „Wie soll ich dich empfangen“) und Erläuterungen zum Adventsweg	Teilnehmerinnen (TN) sind um die Mitte versammelt, die Stationen für den Adventsweg sind im Raum rundum aufgebaut Kerzen in der Mitte der Reihe nach entzünden und die entsprechenden Texte dazu lesen	Gesangbücher Mitte: weißes Tuch 4 Kerzen mit beigelegten Texten (s. M 1)
60 Min	Gehen des Adventsweges	TN suchen die Stationen gemeinsam auf, bei TN-Zahl über 8 Personen kleine Gruppen bilden, Station 6 gemeinsam aufsuchen Verweildauer pro Station: 7 Min Zeit zum Wechseln: 1 Min Wechsel durch Einspielen von Engel-Musik markieren	CD-Player, CD (z. B. Hans-Jürgen Hufeisen, „Das Engelkonzert“ Kreuz Verlag 1992)
	1. Station Impuls 1: Arbeit In vielen Berufen ist jetzt Hochsaison. Hausfrauen und Mütter haben alle Hände voll zu tun. Allgemeine Hektik breitet sich aus. Impuls 2: Angebot Hat diese hektische Zeit ein Angebot, eine Chance für mich?	Austausch im Gespräch Stummer Austausch im Schreibgespräch	Gestaltung der Station: grünes Tuch, Tannenzweige, Draht, Rosenschere, großes Papier, Stifte
	2. Station Impuls 1: Durchhalten Nur noch zweieinhalb Wochen bis Heiligabend! Impuls 2: Du Wem kann ich in dunkler Zeit Licht bringen? Wer hat mir in schwieriger Situation Licht gebracht?	Austausch zum „Wochenplan“ Was jede für sich im Herzen bewegt, schließt sie ab mit dem Anzünden einer Kerze	Gestaltung: dunkles Tuch, Wochenplan Schale mit Wasser, Schwimmkerzen, Streichhölzer
	3. Station Impuls 1: Verwandte An wen wollen wir denken, wem schreiben, wen beschenken? Wen wollen wir besuchen? Wer kommt dieses Jahr Weihnachten zu uns? Impuls 2: Vertrauen „Spuren im Sand“ (Text s. unter M 2)	Austausch im Gespräch Text lesen	Gestaltung: sandfarbenes Tuch, Familienfotos, Einladung Sand mit Fußspuren, Texte „Spuren im Sand“ zum Mitnehmen, Kopien für jede TN M 2



Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
	<p>4. Station Impuls 1: Eile Alles muss schnell gehen! Einkaufen, Plätzchen backen, Geschenke einwickeln ...</p> <p>Impuls 2: Engel Engel – gibt's die?</p>	<p>Austausch im Gespräch</p> <p>Texte lesen</p>	<p>Gestaltung: blaues Tuch, Weihnachtspapier Paket-Set, Teig- rolle, Ausstech- formen</p> <p>Engelfiguren, Engel-Text zum Mitnehmen, Kopien für jede TN (siehe M 3)</p>
	<p>5. Station Impuls 1: Nächstenliebe Auf unserer Erde gibt es viel Leid, Krankheit, Hunger und Tod ...</p> <p>Impuls 2: Nähe Machen Sie sich mit Jesus auf den Weg von der Krippe bis zum Kreuz. Wo möchten Sie am liebsten stehen? Wo fühlen Sie sich ihm am nächsten? Finden Sie Ihren Stand- Punkt!</p>	<p>Austausch im Gespräch</p> <p>Stand-Punkt suchen und einnehmen</p>	<p>Gestaltung: rotes Tuch, Bitt- briefe, Zahlkarten, Brot-für-die-Welt- Tüten</p> <p>Krippe, Hirte mit Schaf, Öllampe, Brot und Wein, Kreuz (auch Gestaltung einer Szene aus dem Leben Jesu mit Egli-Puppen möglich)</p>
	<p>6. Station</p> <p>Impuls 1: Tunnel An den Feiertagen ist die Einsamkeit für viele Menschen besonders schlimm. Sie sehnen sich nach Wärme und Licht.</p> <p>Tür (Impuls nicht nötig, Gestaltung und Lied sprechen für sich)</p>	<p>Diese Station wird von der Gesamtgruppe gemeinsam aufgesucht, Leiterin führt durch den Ablauf. Betrachtung der Gestaltung „Tunnel“</p> <p>Danach werden die ersten vier Strophen des Liedes EG 1 „Macht hoch die Tür“ gemeinsam gesungen</p> <p>Eine Tür öffnet sich, dahinter befindet sich die Krippe, gemeinsam wird die 5. Strophe des angefangenen Liedes gesungen</p>	<p>Gesangbücher</p> <p>Gestaltung: Tunnel aus schwarzem Karton zum Hineinsehen, darin gekrümmte Figur, Licht am Ende</p> <p>Tür zum Öffnen, Krippe</p>
25 Min	<p>Reflexion</p> <p>Abschluss: Weg durch den Advent</p> <p>Lied (z. B. EG 10, „Mit Ernst, o Menschenkinder“, Verse 1-4) und Segen (Vorschlag M 4)</p>	<p>TN sitzen im Kreis Gespräch: TN tauschen sich über ihre Eindrücke aus</p> <p>TN versammeln sich noch einmal um die Mitte und lesen die Kerzentexte vom Beginn noch einmal TN singen</p>	<p>Mitte mit weißem Tuch und 4 Kerzen mit Texten Gesangbücher M 4</p>



M 1

Texte zu den 4 Adventskerzen

1. Advent

Die erste Kerze sagt uns: Jesus ist das Licht der Welt. Er bringt Licht in unser Leben und hilft uns.

2. Advent

Die zweite Kerze sagt uns: Jesus ist das Licht der Welt. Wenn wir traurig sind, tröstet er uns.

3. Advent

Die dritte Kerze sagt uns: Jesus ist das Licht der Welt. Wir vertrauen ihm. Er behütet uns.

4. Advent

Die vierte Kerze sagt uns: Jesus ist das Licht der Welt. Wir freuen uns, denn Jesus kommt zu uns.

Aus „Kirchenpädagogik“ 2/2004

M 2

Spuren im Sand

Eines Nachts hatte ich einen Traum.

Ich ging am Meer entlang mit meinem Herrn. Vor dem dunklen Nachthimmel erstrahlten, Streiflichtern gleich, Bilder aus meinem Leben.

Und jedes Mal sah ich zwei Fußspuren im Sand, meine eigene und die meines Herrn. Als das letzte Bild an meinen Augen vorübergezogen war, blickte ich zurück.

Ich erschrak, als ich entdeckte, dass an vielen Stellen meines Lebensweges nur eine Spur zu sehen war.

Und das waren gerade die schwersten Zeiten meines Lebens.

Besorgt fragte ich den Herrn:

„Herr, als ich anfang, dir nachzufolgen, da hast du mir versprochen, auf allen Wegen bei mir zu sein.

Aber jetzt entdecke ich, dass in den schwersten Zeiten meines Lebens nur eine Spur im Sand zu sehen ist.

Warum hast du mich allein gelassen, als ich dich am meisten brauchte?“

Da antwortete er:

„Mein liebes Kind, ich liebe dich und werde dich nie allein lassen, erst recht nicht in Nöten und Schwierigkeiten. Dort, wo du nur eine Spur gesehen hast, da habe ich dich getragen.“

Originalfassung des Gedichts „Footprints“

© 1964 Margaret Fishback Powers

Deutsche Fassung des Gedichts

„Spuren im Sand“

© 1996 Brunnen Verlag Gießen



M 3

Es müssen nicht Männer mit Flügeln sein,
die Engel.
Sie gehen leise, sie müssen nicht schreien,
oft sind sie alt und hässlich und klein,
die Engel.
Sie haben kein Schwert, kein weißes Gewand,
die Engel.
Vielleicht ist einer, der gibt dir die Hand
oder er wohnt neben dir, Wand an Wand,
der Engel.
Dem Hungernden hat er das Brot gebracht,
der Engel.
Dem Kranken hat er das Bett gemacht,
und er hört, wenn du ihn rufst, in der Nacht,
der Engel.
Er steht im Weg, und er sagt: Nein,
der Engel,
groß wie ein Pfahl und hart wie ein Stein –
es müssen nicht Männer mit Flügeln sein,
die Engel.

*Aus: „Der Esel des Herrn Bileam“
von Rudolf Otto Wiemer; aus:
„Jetzt und Hier – Biblische Spielstücke“
Deutscher Theaterverlag, Weinheim/Bergstraße*

Im Dunkeln sitzen,
ängstlich und traurig,
und plötzlich kommt
jemand
und zündet eine Kerze an.
Und die stille Flamme
tröstet und wärmt.

Im Dunkeln stehen,
den Kopf müde gesenkt,
und plötzlich kommt
jemand
und weist zum Himmel.
Und du staunst
über die Vielzahl
der leuchtenden Sterne.

Im Dunkeln liegen,
schlaflos die Nacht
durchweinen,
und plötzlich kommt
jemand
und zeigt nach draußen,
wo über den Dächern
die Morgenröte aufsteigt
und den neuen Tag ankündigt.

Im Dunkeln gehen,
fern von den anderen,
und plötzlich kommt
jemand
und lädt dich ein,
in sein erleuchtetes Haus,
und in den Kreis seiner Freunde.

*Ute Latendorf, gefunden auf „Leipziger Karte“ 38 „Engel“
Text aus ferment 4/93, Pallotiner-Verlag Gossau*

M 4

Gott segne euch und behüte euch,
Gott lasse sein Licht leuchten über euch
und erwärme euch.
Gott gebe sein Licht in eure Herzen
und in eure Familien
und schenke euch Frieden. Amen.

*Hanna Strack, „Segen strömt aus der Mitte“,
Hanna Strack Verlag Pinnow/Schwerin, 1. Aufl.
1998*



„SCHRITTE AUF DEM WEG VON ADVENT BIS WEIHNACHTEN“

erarbeitet mit der „Kaufmann-Kett“ – Methode

Die „Kaufmann-Kett“ – Methode ist ein ganzheitlicher, auf Erfahrungen aufbauender Weg. Er wurde von Schwester Ester Kaufmann entwickelt und von Franz Kett u.a. weitergeführt unter dem Namen „Religionspädagogische Praxis“ (RPP). Zunächst für katholische Vor- und Grundschulpädagogik konzipiert, konnte diese Methode in abgewandelter Form auch für Erwachsene fruchtbringend eingesetzt werden. Die Leiterin sollte mit diesem ganzheitlichen Weg die Teilnehmerinnen einladen, sich zu sammeln durch Hören und Begegnen mit Personen und mit Dingen. Sie geht dabei mit den Teilnehmerinnen symbolisch den Weg von außen nach innen, zunächst durch äußere Gestaltung der Mitte, danach durch Verinnerlichung des adventlichen Glaubensweges. Je nach Neigung können sich die Teilnehmerinnen an den Gestaltungen aktiv oder mehr rezipierend beteiligen.

Das „Tun“ wird in der „Kaufmann-Kett“ – Methode bisweilen neu, ungewöhnlich oder auch ganz gewöhnlich auf andere wirken.

Die folgenden drei Bausteine/Schritte können unabhängig voneinander als Einzelveranstaltungen, nacheinander an einem Tag oder in größeren Abständen (z.B. wöchentlich) im Rahmen einer Reihe durchgeführt werden.

Unabdingbar sind für jeden der drei Bausteine zwei Elemente, die zur Kaufmann-Kett-Methode dazu gehören: Eine so genannte Zentrierungsübung zu Beginn und eine so genannte „Aufhebung“ der entstandenen Bodenbilder am Ende der Einheit.

Die Zentrierungsübung dient der Hinführung zur Stille und der Konzentration. Sie kann bei einander unbekanntem Teilnehmerinnen mit einer kurzen Nennung des eigenen Namens verbunden werden oder in einer Gruppe, deren Teilnehmerinnen miteinander vertraut sind, mit einer ersten kurzen Assoziation zum Thema verknüpft werden.

Die „Aufhebung“ zum Schluss der Einheit geschieht so, dass die Teilnehmerinnen zunächst das entstandene Bodenbild einen Moment auf sich wirken lassen, dann die Augen schließen, um sich so den Eindruck zu verinnerlichen. Erst danach bringt jede die Gegenstände und Materialien, die sie für ihr Bild benutzt hat, in die dafür vorgesehenen Behältnisse zurück.

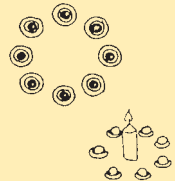
Ein letzter Hinweis zum Schluss: Die Methode erfordert von der Leiterin, dass sie mit den einzelnen Schritten vertraut ist, sie sozusagen selbst verinnerlicht hat, damit sie die Teilnehmenden in einer Haltung konzentrierter Ruhe und Aufmerksamkeit von Schritt zu Schritt führen kann.¹

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit diesen Bausteinen und möchten Sie ermutigen: Probieren Sie diesen neuen Weg aus!

¹ Bei Bedarf ist Brigitte Radeck bereit, für Frauenkreisleiterinnen einen Workshop zu den vorliegenden Entwürfen anzubieten.
Kontakt: Frauenwerk im Haus kirchlicher Dienste,
Fon: 0511 1241-425

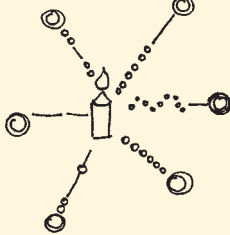
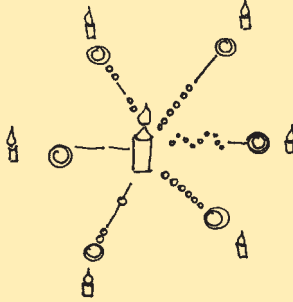


Titel	Schritte auf dem Weg von Advent bis Weihnachten. Baustein 1: Licht ¹
Ziel	Eigenes Erleben mit Licht ermöglichen. Ganzheitlicher Zugang zum Symbol Licht als Bild für die Gegenwart Gottes, dadurch erfahrungsbetonte Auseinandersetzung mit biblischen Worten zum Advent. Mit dem Symbol Licht zu Konzentration, Stille und vertiefter Anschauung führen.
Personenkreis	Frauen jeden Alters, 8-30 Teilnehmerinnen (TN)
Zeitrahmen	40-70 Minuten, je nach Teilnehmerinnenzahl
Organisation	Wichtig: ausreichend großer Raum für Erstellung von Bodenbildern und Tanz, auch bei größerer Teilnehmerinnenzahl
Vorüberlegung	In der Lichterflut der Advents- und Weihnachtszeit kann uns das bescheidene Licht einer einzelnen Kerze besonders ansprechen. Das Dunkel wird durch sie nicht grell ausgeleuchtet, sondern nur ganz sacht erhellt. Die leisen Töne unseres Lebens können zum Klingen kommen. Die Sehnsucht nach Gutem, nach Zeichen des Göttlichen bekommt Raum. Einige Bibelstellen erinnern uns daran. (Vgl. M1)

Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
2 Min	Begrüßung	Leiterin (LN) begrüßt die Gruppe ; alle sitzen im Kreis, die Mitte ist leer	
5-10 Min	Zentrierungsübung ²	LN bringt eine Holzkugel in einer großen Schale für alle TN sichtbar in Schwung. Wenn die Kugel zum Stillstand kommt, nennt sie ihren Namen und gibt die Schale weiter an die nächste TN.	große Schale, Holzkugel
5-10 Min	Mittelpunkt bilden (für Gruppen bis 12 TN, bei mehr als 12 TN s. Variante B im Anschluss) 	LN beginnt und legt einen Ring relativ nah zu ihrem Platz vor sich hin und bittet die TN ebenso zu verfahren, so dass ein weiter Kreis entsteht (= Abbild der Gruppe, s. Abb.). Jeder Ring ist Platzhalter für je eine TN. Je eine rote Perle oder Holzkugel wird in den Ring gesetzt. LN stellt eine große, einfache, rote (oder weiße) Kerze in die Mitte des Kreises und zündet sie an. Evtl. spricht sie dazu ein biblisches Lichtwort.	Ein Holzring und eine rote Perle oder Holzkugel pro TN eine große rote(weiße) Kerze Zimbel S. Bibelworte M1
5-10 Min	Kerzenflamme wahrnehmen und verinnerlichen Nachahmung der Kerzenflamme oder geleitete Meditation der Kerzenflamme	LN leitet die TN an wahrzunehmen, wie die Kerze brennt, flackert, ruhig wird. TN stimmen sich mit ihrem Atem auf das ruhige Brennen der Kerze ein. In einer Gruppe, die in Körperarbeit erfahren ist, kann die LN die TN anregen, mit den Händen das Brennen der Flamme nachzuahmen, die Gesten der jeweils anderen zu imitieren – zu deuten. Können Gebetsgesten wahrgenommen werden? <u>Alternative:</u> LN leitet die TN an wahrzunehmen, wie die Kerze brennt (s.M2) TN äußern eigenen Gedanken und Einfälle zum Anblick der brennenden Kerze und Wahrnehmung des Lichts	Text M2

1 Nach: Religionspädagogische Arbeitsheften, RPA-Verlag Landshut
2 Siehe auch die Einleitung zu „Schritte“, S. 10 Eine Variation dieser Übung: Leiterin legt einen großen Holzreif in die Mitte, lässt eine Kugel an dessen Rand entlangrollen. Die TN, vor der die Kugel zum Stillstand kommt, sagt ihren Namen/ bzw. einen kurzen Satz zum gegebenen Impuls. Anschließend lässt sie die Kugel erneut den Reifen entlangrollen.

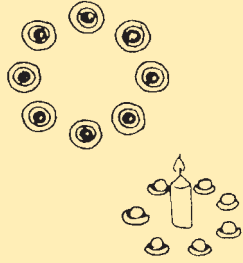
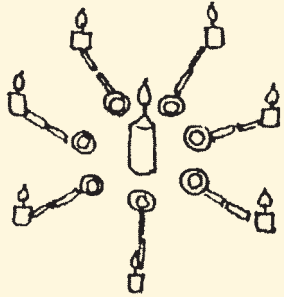


Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
10-20 Min	Vertiefende Übung: „Erleuchten und erleuchtet werden“	LN führt den folgenden Schritt ggf. ein, indem sie den TN sagt: „Ich möchte Sie einladen, eine überraschende Erfahrung zu machen und bitte Sie, sich dafür auf eine etwas ungewöhnliche Übung einzulassen. Dazu werde ich Sie gleich auffordern, die Augen zu schließen. Ich werde dann die Kerze zu einer von Ihnen hintragen. Sie wird die Kerze ohne sie zu sehen spüren können. Die Aufgabe ist, diesem Gespür zu folgen, bis sie sich erleuchtet fühlt. Dann öffnet sie die Augen, nimmt selbst die Kerze und trägt sie zur nächsten Person. Die Kerze wandert so von Person zu Person, die Flamme soll dabei ruhig brennen. Am Ende wird die Kerze wieder in der Mitte abgestellt. <u>Variation:</u> Bei einem größeren Personenkreis kann bei diesem Kerzengang leise (!) Meditationsmusik eingespielt werden, die die Frauen in ihrer inneren Sammlung unterstützt.	Große brennende Kerze s.o. CD mit Meditationsmusik CD – Spieler
5-10 Min	Lichtstern herstellen 	LN gibt Impuls zu folgender Legeübung: Jede TN gestaltet mit Legematerial einen Weg von ihrem Platzhalter (Ring/Kugel) zur Kerze in der Mitte des Kreises.	M3 Legematerial für jede TN: z.B.: Holzstäbchen, Strohhalm, Deko-Goldketten usw.
ca. 15 Min	Lichtwort zusprechen 	LN bringt kleinen Korb mit biblischen Lichtworten auf (gelben) Karten, Korb mit Teelichtern. LN nimmt eine Karte mit Bibelwort, entzündet ein Teelicht an der Kerze in der Mitte, geht zu einer TN spricht ihr das Lichtwort zu und stellt das Licht zum Platzhalter der TN TN lässt dies kurz auf sich wirken, verfährt dann genauso mit anderer TN, so lange bis jede im Kreis ein Lichtwort mit einem Licht empfangen hat.	Karten mit Bibelworten (M1) Teelichter oder Kerzen für jede TN (evtl. Übersetzer für Teelichte)
10 Min	Lichtertanz	<ul style="list-style-type: none"> „Mache dich auf und werde Licht“ 	Tanzanleitungen s. M4
5 Min	Aufhebung	<ul style="list-style-type: none"> s. Einleitung S. 10 	
10 Min	Evtl.: Abschlussrunde	LN ermöglicht Austausch über das Erlebte und verabschiedet die TN	



Variante B (TN-Zahl über 12 Personen)

Der größere Platzbedarf erfordert einen umgekehrten Weg: Der Stern wird statt von den TN hin zur Mitte von der Mitte hin zu den TN gelegt.

Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
5-10 Min	Mittelpunkt bilden 	LN legt von ihrem Platz aus einen Ring in die Mitte in relativer Nähe zur Kerze, aber so, dass eine Kreisbildung mit der Gesamtanzahl der Ringe aller Teilnehmenden möglich ist. Fortsetzung wie oben bis Arbeitsschritt: „Lichtstern herstellen“.	Ein Holzring und eine rote Perle oder Holzkugel pro TN eine große rote Kerze
5-10 Min	Lichtstern herstellen 	LN stellt einen Korb mit Teelichten bereit. Jede TN sucht sich ein anderes Gruppenmitglied aus und legt von deren Ring aus mit zwei bis drei Holzstäbchen einen Weg zu ihr hin, so dass nach und nach ein Stern entsteht. Anschließend zündet sie ein Licht an und stellt es an das Ende des Weges vor die andere TN. Evtl. mit Bibelwort verbinden s. o. Vorschlag für kleinere Gruppen.	Pro TN zwei bis drei Holzstäbchen (oder Strohhalme) sowie ein Teelicht evtl. Bibelworte M1
5 Min	Aufhebung bei einer großen Runde ist es sinnvoll, das Bodenbild vor dem Tanz aufzulösen	s. Einleitung S. 10	
10 Min	Lichtertanz	„Mache dich auf und werde Licht“	Tanzanleitung s. M4
10 Min	Evtl.: Abschlussrunde	LN ermöglicht Austausch über das Erlebte und verabschiedet die TN	



M 1

Biblische „Lichtworte“¹

	<p>„Da sprach Gott: ‚Licht werde‘, und Licht wurde. Gott sah das Licht: Ja, es war gut. Und Gott trennte das Licht von der Finsternis.“ (1. Mose 1, 3-4)</p>
<p>„Gott ist mein Licht und mein Heil, vor wem sollte ich mich fürchten?“ (Psalm 27,1)</p>	<p>„Gott wird dein Recht aufgehen lassen wie das Licht“ (Psalm 37,6)</p>
<p>„Sende dein Licht und deine Wahrhaftigkeit! Sie sollen mich leiten zu den Orten deiner Gegenwart.“ (Psalm 43,3)</p>	<p>„Du hast meine Kehle dem Griff des Todes entzogen, meine Füße dem Straucheln, damit ich befreit gehe vor dem Antlitz Gottes im Licht des Lebens.“ (Psalm 56, 14)</p>
<p>„Licht ist ausgesät denen, die gerecht sind, Freude denen, die von Herzen aufrichtig sind.“ (Psalm 97,11)</p>	<p>„Dein Wort ist meines Fußes Leuchte und ein Licht auf meinem Weg.“ (Psalm 119,105)</p>
<p>„Das Volk, das im Finstern wandelt, sieht ein großes Licht; über denen, die das Todschattenland bewohnen, geht ein Licht auf.“ (Jesaja 9,1)</p>	<p>„Steh auf, werde Licht, denn dein Licht kommt und der Glanz Gottes strahlt über dir auf.“ (Jesaja 60,1)</p>
<p>„Ihr seid das Licht der Welt“ (Matthäus 5,14a)</p>	<p>„Lasst den Menschen euer Licht leuchten, damit sie eure guten Taten sehen und euren Gott im Himmel loben.“ (Mt 5,16)</p>
<p>Jesus sagt: „Ich bin das Licht der Welt; alle, die mir folgen, werden nicht mehr in der Finsternis umherirren, sondern das Licht des Lebens haben.“ (Johannes 8,12)</p>	<p>Jesus sagt: „Ich bin als Licht in die Welt gekommen, damit alle, die an mich glauben, nicht in der Finsternis bleiben.“ (Joh 12,46)</p>
<p>„Lebt als Kinder des Lichts. Denn die Frucht des Lichts besteht in lauter Güte, Gerechtigkeit und Wahrheit.“ (EpheserInnen, 5, 8b-9)</p>	<p>„Gott ist Licht und in diesem Licht ist überhaupt keine Dunkelheit.“ (1. Johannesbrief 1, 5b)</p>

¹ zitiert nach den Übersetzungen der „Bibel in gerechter Sprache“ sowie der „Lutherbibel“ in der Revision von 1984



M 2

Mögliche Worte zur Lichtmeditation (Nachdem die dicke, große Kerze entzündet ist und in der Mitte steht)

Das Licht einer einzelnen Kerze durchbricht die Finsternis.
Es leuchtet warm und füllt sanft den Raum.
Ich betrachte die Flamme.
Manchmal flackert und zuckt sie unruhig hin und her.
Dann wiederum brennt sie ganz still und ruhig.
Die brennende Kerze lädt mich ein innezuhalten, ruhig zu werden.
Ich achte auf meinen Atem.
Ich atme durch die Nase ein und mit leicht geöffneten Lippen lange und ruhig aus.
Ich lasse meinen Atem ruhig strömen und spüre, wie ich selbst zur Ruhe komme, so wie die Flamme der Kerze.
Aus der Ruhe heraus kann ich die Gedanken aussprechen, zu denen mich der Anblick der Kerze anregt.

M 3

Impuls zur Gestaltung des Lichtsterns

Gott will im Dunkel wohnen und hat es doch erhellt, so formuliert es ein Adventslied.
Advent, das ist die Zeit der Erwartung, die Zeit der Sehnsucht.
In dieser dunklen Zeit warten wir auf das Licht, auf das Ankommen Gottes auch in uns.
Als Zeichen für diese Erwartung legen wir von unserem „Platzhalter“ aus mit den zur Verfügung gestellten Legematerialien einen Verbindungsweg zur großen Kerze in der Mitte unseres Kreises.
(LN stellt die zu verwendenden Körbe mit Legematerialien in den TN-Kreis)



M 4

Mache dich auf und werde licht

1.
Ma - che dich auf und wer - de licht.

2.
Ma-che dich auf und wer-de licht.

3.
Ma-che dich auf und

4.
wer - de licht, denn dein Licht kommt.

Einstimmiger Kanontanz

Aufstellung:

Einzeln in einem engen Kreis mit dem Gesicht zur Mitte, in der rechten Hand eine Kerze



(oder ein Glasschälchen mit einem Teelicht)
Die linke Hand schirmt das Licht ab.

*Mache dich auf
und werde licht.*

Alle wenden sich mit 4 Schritten um die rechte Schulter nach außen und nehmen dabei die linke Hand unter die Kerze oder das Schälchen mit dem Teelicht.

*Mache dich auf
und werde licht.*

Mit 4 Schritten nach außen gehen, die Kerze in Augenhöhe halten.

*Mache dich auf
und werde licht,*

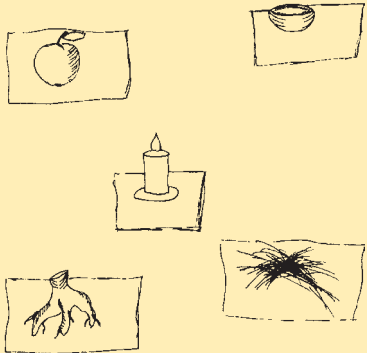
Eine halbe Drehung um die rechte Schulter.

denn dein Licht kommt.

Mit 4 Schritten zur Kreismitte gehen, bei „kommt“ die Kerze senken und mit der linken Hand wieder abschirmen.



Titel	Schritte auf dem Weg von Advent bis Weihnachten. Baustein 2: Adventliche Zeichen ¹
Ziel	Sich von Gegenständen ansprechen lassen und das Zeichen- bzw. Symbolhafte darin entdecken. Ausgestaltung der Zeichen/Symbole durch Gesten und bildhafte Darstellungen.
Personenkreis	Frauen jeden Alters, 8-30 Teilnehmerinnen
Zeitraumen	ca 60-80 Minuten, je nach Teilnehmerinnenzahl

Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
5 Min	Begrüßung, Hinführung	LN beschreibt mit wenigen Worten das Thema und führt je nach Teilnehmerinnenkreis evtl. kurz in die Kaufmann-Kett- Methode ein. Die Mitte ist leer.	
5 Min	Zentrierung	Siehe Einführung S. 10	Schale, Holzkugel
10 Min	Gegenstände wahrnehmen, sich ansprechen lassen, Symbolgehalt verinnerlichen 	Die LN baut in der Mitte des Kreises nacheinander auf: - Kerze (Symbol Licht) - leere Tonschale (Empfängnis Marias, innere Haltung der Erwartung und Offenheit im Advent)) - Wurzel („Wurzel Jesse“ – Jesu Herkunft aus dem Stamm Davids) - roter Apfel (Frucht am Lebensbaum) - Strohhalme bzw. Stroh Bündel (Armut Jesu) Anschließend: Betrachtung der Gegenstände evtl. mit leiser Adventsmusik im Hintergrund LN bittet TN, die Augen zu schließen: Können Sie noch alle Gegenstände „sehen“? An welche erinnern Sie sich zuerst?	gelbes Tuch, brennende Kerze braunes Tuch, Tonschale, braunes Tuch, Wurzel grünes Tuch, roter Apfel gelbes Tuch, Strohhalme CD o.ä.
5-10 Min	Beziehung zwischen „meinem“ Zeichen und mir entdecken Evtl. Gesten finden zu den Zeichen und sie nachahmen	Jede wendet sich dem Zeichen/Symbol zu, das sie besonders angesprochen hat: Was sagt es mir? Warum berührt es mich? Was spricht in mir zu ihm? LN gibt die Möglichkeit zu kurzen unkommentierten Äußerungen und bittet ggf. die jeweilig sich äussernden TN eine Geste zu „ihrem“ Zeichen zu finden und – so es die Gruppensituation zulässt – ahmen alle diese Geste nach (z. B.: – offene Hände – leere Schale usw.)	

¹ Nach: Religionspädagogische Arbeitshilfen, RPA-Verlag Landshut



15-20 Min	Bildung von thematischen Kleingruppen Vertiefende Gestaltung	Jede TN setzt sich zu dem Zeichen/ Symbol, das sie besonders angesprochen hat. Die entstandene Gruppe tauscht sich über ihre Gedanken zu dem jeweiligen Zeichen/ Symbol aus: Was hat dieser Gegenstand für mich mit Advent/Weihnachten zu tun? Sie gestaltet das Tuch um ihren Gegenstand herum: Die Beziehung des Gegenstandes zum bevorstehenden Fest kann dabei ausgedrückt werden (evtl. schriftlich)	Naturmaterialien Samen, Zapfen, Bucheckern, Perlen, Holzringe, Spanstä- be, Strohhalme, vergoldete Kerne usw. Papier und Stifte
10-15 Min	Austausch in der Gesamtgruppe Verknüpfung von Gestaltung und biblischer Botschaft	Die Gesamtgruppe versammelt sich wieder im Kreis. Die einzelnen Gruppen berichten im Plenum über ihren Gegenstand und seine Ausgestaltung. Sie ordnen Bibelworte den entsprechenden Bildern zu	Karten mit Bibelworten M1
5 Min	Aufhebung	Siehe Einführung S. 10	
5 Min	Lied und Verabschiedung	Je nach Zeitpunkt im Kirchenjahr bietet sich ein Adventslied an, z. B. EG 17 „Wir sagen euch an den lieben Advent“ oder ein Weihnachtslied wie EG 27, „Lobt Gott ihr Christen“ zu singen. Die sechste Strophe von EG 27 korrespondiert besonders schön mit dem Zeichen/Symbol des „Paradies“apfels	Gesangbuch



M 1

Lukas 1,38

Siehe ich bin des Herrn Magd; mir geschehe, wie du gesagt hast.
(rev. Lutherübersetzung 1984 = L)

oder:

Siehe, ich bin die Sklavin Gottes. Es soll geschehen, wie du mir gesagt hast.
(Bibel in gerechter Sprache=BigS)

Johannes 1,9

Das war das wahre Licht, das alle Menschen erleuchtet, die in diese Welt kommen. (L)

oder:

Die Weisheit war das wahre Licht, das allen Menschen leuchtet, die in die Welt kommen. (BigS)

2. KorintherInnen 8,9

Obwohl er reich war, wurde er doch arm um euretwillen, damit ihr durch seine Armut reich werdet. (L)

oder:

Er, der reich war, ist um euretwillen arm geworden, damit ihr durch seine Armut reich werden sollt. (BigS)

Offenbarung 22,16b

Ich bin der Spross aus der Wurzel und dem Geschlecht Davids, der helle Morgenstern.
(L)

oder:

Ich bin die Wurzel und die Nachkommenschaft Davids, der leuchtende Morgenstern.
(BigS)

2. KorintherInnen 9, 8

Gott aber kann machen, dass alle Gnade unter euch reichlich sei, damit ihr in allen Dingen allezeit volle Genüge habt und noch reich seid zu jedem guten Werk. (L)

oder:

Gott hat die Macht, all die freundliche Zuwendung bei euch überfließen zu lassen, so dass ihr in allem, allezeit, alles zur Genüge habt und dazu noch Überfluss zu jeder guten Tat. (BigS)

Johannes 10,10b


Ich bin gekommen, damit sie das Leben und volle Genüge haben sollen. (L)

oder:

Jesus Christus sagt: Ich bin gekommen, damit alle Leben und Überfluss haben. (BigS)

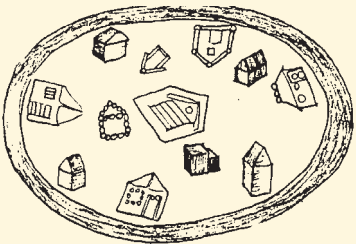

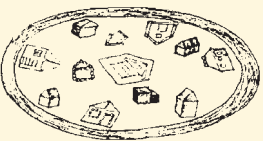


Titel	Schritte auf dem Weg von Advent bis Weihnachten. Baustein 3: Erzählung und Gestaltung der Weihnachtsbotschaft ¹
Ziel	Den Aufbau einer Weihnachtsskrippe erleben und mitgestalten. Die Weihnachtsbotschaft durch bildhafte Darstellung, Texte, Klänge und gemeinsames Tun neu erfahren.
Personenkreis	Frauen jeden Alters, 8-30 Teilnehmerinnen (TN)
Zeitraumen	40-70 Minuten, je nach Teilnehmerinnenzahl

Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
5 Min	Ankommen, Einstimmung	TN sitzen im Kreis, hören weihnachtliche Musik.	CD mit Weihnachtsmusik
5 Min	Zentrierung	siehe Einleitung S. 10	Schale/ Holzkugel
10 Min	Beginn des Krippenaufbaus 	LN stellt eine große Wurzel auf und formt mit dunklen Tüchern darunter eine Höhle. TN breiten davor grüne Tücher als Wiesen und Felder aus und legen weitere dunkle Tücher zu einem Weg. LN breitet Stroh in der Höhle aus, stellt eine Futterkrippe, Ochs und Esel hinein.	Große Wurzel 2-3 dunkle Tücher mehrere grüne Tücher mehrere kleine dunkle Tücher Stroh, Krippe, Ochse, Esel
10 Min	HirtInnen und Schafe Wortmeditation M 1	LN und TN stellen – evtl. zu einer selbst gemachten - „Hirtenmusik“ HirtInnen und Schafe ein Stück entfernt auf. LN liest dazu erläuternden Text.	Flöte, Zimbeln, kleine Glöckchen oder CD HirtInnen, Schafe s. M 1
5 Min	Maria und Josef Wortmeditation M 2	LN und TN: Maria und Josef werden langsam den dunklen Weg entlang geführt Untermalung der Handlung durch dunkle Töne LN liest erläuternden Text	Krippenfiguren: Maria und Josef Instrument für dunkle Töne (z.B. Xylophon) s. Text M 2

¹ Nach: Religionspädagogische Arbeitshilfen, RPA-Verlag Landshut



Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
15 Min	<p>Die Stadt Bethlehem</p>  <p>Wortmeditation M3</p>	<p>LN gibt einen Impuls und regt TN an, kleine Häuser aus einer Serviette zu falten oder mit Stäbchen, Tüchern, Bausteinen oder anderen Materialien zu legen und zu einer kleinen Stadt zusammen zu fügen und anschließend die Häuseransammlung mit einer dunklen „Mauer“ zu umgeben.</p> <p>LN liest erläuternden Text</p>	<p>Servietten oder Stäbchen, Tücher, Bausteine</p> <p>dunkle Tuchstreifen, Seile oder schwarze Kartonstreifen</p> <p>Text M3</p>
5 Min	<p>Maria und Josef auf dem Weg</p>	<p>LN liest erläuternden Text, schlägt an entsprechender Stelle eine Holzblocktrommel o.ä. an</p>	<p>M4 Holzblocktrommel o.ä.</p>
10 Min	<p>Die Geburt des Kindes</p> <p>Wortmeditation M5</p> <p>Ein großes Licht erleuchtet die Stadt</p>  	<p>LN legt Jesuskind in die Krippe. Musik erklingt (entweder als Rahmung oder als Hintergrundmusik zur Wortmeditation)</p> <p>LN bringt einen Strohstern über der Krippe an. TN können evtl. gestisch mit den Händen einen Stern aufleuchten lassen.</p> <p>LN zündet eine große Kerze an und stellt sie zur Krippe, Musik erklingt. LN regt TN ggf. an, zur Musik mit den Händen ein großes Licht aufgehen lassen.</p>	<p>Krippenfigur: Jesuskind leise Musik s.o. Strohstern</p> <p>M5</p> <p>große Kerze</p>
8 Min	<p>Die HirtInnen auf dem Feld</p> <p>Wortmeditation M6</p> <p>Lied</p>	<p>TN versetzen sich mittels Musik und Worten in die Situation der HirtInnen von damals</p> <p>Alle singen: Kommet ihr Hirten</p>	<p>Musik mit hell klingenden Instrumenten M6</p> <p>EG 48</p>
7 Min	<p>Die Verkündigung der HirtInnen Wortmeditation M7</p> <p>Abschluss mit einem Lied</p>	<p>Die Verkündigung der HirtInnen hören, evtl. mit Gesten nachvollziehen. Lied/Kanon singen: Seht, die gute Zeit ist nah</p>	<p>M7</p> <p>EG 18</p>
5 Min	<p>Aufhebung</p>	<p>s. Einleitung S. 10</p>	
5 Min	<p>Verabschiedung</p>		



M 1

Draußen vor der Stadt Bethlehem sind Hirtinnen und Hirten mit ihren Schafen auf der Weide. Sie gehören zu den ärmsten Menschen. Sie leben draußen bei ihren Tieren und sind allenfalls notdürftig in Zelten oder Höhlen vor Wind und Wetter geschützt.

Hirten und Hirtinnen sind Menschen, die die Sehnsucht nach Gott im Herzen tragen.

Sie warten auf das Kommen des Erlösers, darauf, dass Gott selbst sie aus Unterdrückung und Not befreit.

Sie hoffen auf Frieden und Gerechtigkeit.

Eine Hoffnung, die der Prophet Jesaja lange vor der Geburt Jesu in Worte fasst:

„Siehe, die Jungfrau wird empfangen und einen Sohn gebären; sein Name wird sein Im-man-uel¹.“

M 2

Maria und Josef sind auf beschwerlichen Wegen unterwegs.

Der römische Kaiser hat eine Volkszählung angeordnet.

Wer Menschen beherrschen und auspressen will, braucht genaue Daten.

So gehen die beiden von Nazareth nach Bethlehem.

Beth Lehem – Haus des Brotes – Stadt Davids. Äußerlich ein Weg der Beschweren, innerlich ein Weg zum Heil?

M 3

Bethlehem ist dunkel. Ein verlassener, trostloser Ort am Rande der Weltgeschichte.

Auf den Retter, den Heiler der Welt wartet hier niemand.

Dass er in dem kleinen Wesen, das Maria unter dem Herzen trägt, zur Welt kommen wird, weiß noch niemand.

Jesus – auf hebräisch Jeschua – wird er genannt werden.

Ein Name, voller Verheißung. Denn Jeschua heißt: Gott rettet, Gott hilft.

M 4

Die hochschwängere Frau, der Mann suchen nach einer Unterkunft in Bethlehem. Maria hat Wehen. Aber die Häuser sind verschlossen. Niemand lässt sie ein. Niemand gibt ihr Obdach. Kein Ort, nirgends. Kein Schutzraum, in dem sie ihr Kind behütet zur Welt bringen kann. Obdachlos bringt sie ihr Kind zur Welt. Draußen

auf den Feldern vor Bethlehem, in einem zugigen Stall. Nicht eine Wiege, eine Futterkrippe dient ihrem Kind als Bettchen. Wie vielen Kindern dieser Welt geht es genauso?

M 5

Diese Nacht ist kalt und unwirtlich. Und doch ist es eine heilige Nacht.

Denn Maria bringt ein Kind zur Welt. Jeschua, unseren Retter, unseren Heiland.

Im Stall kommt er zur Welt, eine Futterkrippe ist sein Bett.

Die Sehnsucht nach Gerechtigkeit wird nicht in Palästen geboren.

Der die Welt hell und heil macht, kennt ihre Dunkelheiten.

M 6

Draußen auf den Feldern bei den Hirtinnen und Hirten geschieht Unerwartetes.

Ein Bote, ein Engel Gottes tritt in ihre Mitte und plötzlich strahlt der Glanz Gottes unter ihnen auf. Sie wissen nicht, wie ihnen geschieht, sie fürchten sich.

Aber der Bote spricht zu ihnen, die alten Worte, die jede Gottesbegegnung begleiten: „Fürchtet euch nicht.“

Und dann verspricht er die große Wende, die das ganze Volk erleben wird.

Und er sagt: „In der Stadt Davids ist euch heute der Befreier geboren, welcher Christus, der Herr ist.“ Und er gibt ihnen ein Zeichen: „Ihr werdet das Kind in Windeln gewickelt in einer Krippe liegend finden.“

Und um sie beginnt es zu singen: „Glanz in den Höhen bei Gott!

Und Friede auf der Erde bei den Menschen, die Gott wohl gefallen!“

Da machen sie sich auf, das göttliche Wunder zu suchen, das ihnen die Engel bezeugt haben.

M 7

Die Hirtinnen und Hirten erreichen den Stall. Sie finden Maria und Josef, das Kind. Sie öffnen ihre Herzen und Hände.

Im Dunkel ihrer Nacht bricht ein neuer Morgen an. Mitten im Elend wird es hell.

Sie erzählen, was ihnen über dieses Kind gesagt worden ist.

Mit Jubel auf den Lippen kehren sie heim, sie loben und preisen Gott für alles, was sie gehört und gesehen haben.



„ERWARTUNG“

so lautet der Titel des angefügten Bildes von E. Rubin

Eine Frau sitzt auf einem Hocker, ihre Körperumrisse nimmt die Betrachterin von der Seite wahr.

Der Rücken ist gekrümmt, beide Füße berühren die Erde, ihre Arme liegen mit nach oben geöffneten Handflächen auf den Beinen. Der Körper ist nach vorne gebeugt, ihr Gesicht den Handflächen zugewandt. Die vordere Körperhälfte, die Beine, Hände Arme und das Gesicht werden hell erleuchtet. Der gekrümmte Rücken wird von dieser Helligkeit nicht erfasst, bleibt dunkel.

Die Haltung der Frau zieht meine Blicke an. Fragen nach der Hoffnung auf das Licht, den eigenen Möglichkeiten des Handelns oder Abwartens sowie Gefühlen der Trauer, des Ausgebranntseins, der Müdigkeit und Erschöpfung drängen sich mir in Anbetracht dieser Haltung auf. Die Hände der Frau sind scheinbar leer. Doch sind sie das wirklich?

Licht bestrahlt ihr Gesicht, ihre Arme und Beine. Das Bild wirft eine Menge Fragen auf und fordert die Betrachterin geradezu auf, sich in die Haltung der Frau hinein zu begeben.

Was verbinden Frauen im Zusammenhang mit der Adventzeit und mit Blick auf die Weihnachtsbotschaft mit dieser Haltung?

In welcher Lebenssituation befinden sich die Frauen und sehen sie Veränderungsmöglichkeiten dieser Situation?

Was erwarten die Frauen?

Warum, aus welchem oder besser gesagt auf welchem Grund?

Warten sie ab oder werden sie aktiv und machen sich auf den Weg?

Woher kommt für die Frauen das Licht?

Unterschiedlichste Frauen begegnen einander und es wird gerade von ihnen erwartet, dass sie das Zusammenleben menschenwürdig gestalten. Religiöse Werte und Normen, die ihr Handeln bestimmen, werden durch die Biografie der Frauen und die überlieferten kulturgeschichtlichen (Lebens-) Erfahrungen begründet. Sie entwickeln sich in Abhängigkeit von der ganz individuellen Lebensgeschichte der einzelnen Frau, ihrer religiösen Sozialisation. Es werden also sowohl die gesellschaftlichen Sozialisationsbedingungen als auch die

individuellen Lebenssituationen der Frauen als Erfahrungshintergrund berücksichtigt.

Hier setzt die folgende Einheit an. Sie ermöglicht einerseits einen ganzheitlichen Zugang zu dem Kunstwerk und motiviert Frauen, sich intensiv mit der Thematik im Kontext der Gruppe auseinander zu setzen. Sie bietet Erfahrungsräume, in denen Frauen sich über Wege und Zielperspektiven austauschen, andere „Bilder“ entdecken und ihre Lebenssituation kreativ gestalten und somit verändern können. Es geht darum, Interaktionsstrukturen herzustellen, die es den Frauen ermöglichen, eigene religiöse Erfahrungen einzubringen und sie gleichzeitig anregen, neue Erfahrungen zu organisieren. Durch die kreative Tätigkeit „konstruieren“ sie ihre Wirklichkeit, bringen eigene Lebens- und Glaubensvorstellungen zur Sprache und werden ermutigt, in Gemeinschaft Ängste und Handlungsunsicherheiten zu überwinden, um Probleme zu bewältigen. Zusammenhänge und Wechselwirkungen zwischen religiösen Vorstellungen und Verhaltensmustern sowie der Beschaffenheit der Umwelt werden nicht aus der Diskussion ausgeklammert oder einseitig rational behandelt, sondern ganzheitlich reflektiert.

Persönliche Bilder des Glauben und damit verbundene religiöse Erfahrungen kommen zum Ausdruck. So wird eine sinnstiftende und ermutigende Auseinandersetzung mit der vielschichtigen ambivalenten Wirklichkeit sowie traditionell-religiösen Vorstellungen in Form von Texten und Bildern ermöglicht.





Eva Rubin
(1926-2001),
Erwartung (1946)
©Eva Rubin



Titel	Erwartung
Ziele	Die Frauen sollen sich mit eigenen und fremden Erwartungshaltungen/ Lebenssituationen auseinander setzen und die Bedeutung von Advent und der Weihnachtsbotschaft als Zeit der Erwartung, die damit verbundenen Hoffnungen, Wünsche und deren Wirksamkeit darüber hinaus erfahren.
Personenkreis	Frauen (keine Altersbeschränkung)
Zeitraumen	2 mal 90 Minuten

Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material/Raum/Sozialform
5 Min.	Begrüßung und Vorstellen des Ablaufs, gemeinsames Lied	Adventszeit als Zeit der Erwartung, Lebenssituation der Frauen	TN sitzen im Kreis Plenum/Gesamtgruppe Gesangbücher
10 Min	Bildbetrachtung in Ruhe	Annäherung an das Bild, Leerstellen des Bildes werden erfasst	Kreis wird zum Halbkreis geöffnet, der einen Blick auf die Leinwand ermöglicht, Overheadprojektor, Leinwand und Folie zum Bild
10 Min	Ausfüllen der Leerstellen durch Schreiben	Erste Eindrücke, Gedankenketzen, Gefühle werden ungeordnet in Stichworten, keine ganzen Sätze, aufgeschrieben	Stifte und Schreibunterlagen, Zettel
15 Min	Assoziationen veröffentlichen	Assoziationen werden der Reihe nach vorgelesen, Einladung dieses zu tun, kein Zwang	Das Vorgehen der Reihe nach fordert die Frauen, lässt aber auch Raum des Rückzugs
30 Min	Collagieren Leerstellen werden ausgefüllt Auseinandersetzung mit der eigenen Lebenssituation, dem Alltag in der Adventzeit	Verändern der Vorlage/der Kopie mit dem Schwerpunkt Hintergrund/Umgebung und/oder Leerstelle „geöffnete Hände“ bzw. Licht Assoziationen aus der vorherigen Phase können verwendet werden, müssen es aber nicht eigene und fremde Gedanken kommen zusammen und werden bildlich ausgestaltet	DIN A 3-Kopien des Kunstwerkes, verschiedene Zeitschriften, Zeitungen, Kataloge dicke Stifte (Edding) Klebstoff leere Blätter in DIN A3-Format Fragestellungen, die diese Gestaltungsphase begleiten: Wo sitzt die Frau? Warum sitzt sie dort? Was hat sie erlebt? Was führt zu ihrer Haltung? Warum nimmt sie diese Haltung ein? ... Woher kommt das Licht? Was hat sie in den Händen? zusammengestellte Tische, Material in der Mitte Einzelarbeit



Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material/Raum/Sozialform
20 Min	<p>Austausch, Veröffentlichung der Collagen und Gespräch</p> <p>Fremde und eigene Haltungen, innere Bilder werden veröffentlicht</p> <p>andere Haltungen zur Kenntnis nehmen</p> <p>Sich aufeinander beziehen</p>	<p>Gespräch</p> <p>Vorstellen der eigenen Collage, eigene und fremde Deutungen, Gemeinsamkeiten und Auseinandersetzung mit der jeweiligen Lebenssituation, eigenen und fremden Erwartungshaltungen mit Blick auf die Veränderbarkeit von Lebenssituationen</p> <p>Bedeutung der Adventszeit als Zeit der Erwartung</p> <p>Zusammenhang Krippe und Kreuz,</p> <p>Geburt- Aufstehen- Auferstehen</p> <p>Orte, Zeiten und Begegnungen zur Sprache bringen</p>	<p>Stühle im Kreis</p> <p>Plenum/ Gesamtgruppe</p> <p>Collagen werden nach der Vorstellung in die Mitte gelegt</p> <p>Blickrichtungen: Wie wurde der Hintergrund verändert? Was sagt das Bild über die Erwartungen der Frau aus? Was führt zu der Haltung? Wie wird die Haltung der Frau interpretiert? Wurde etwas in die geöffneten Hände „gelegt“ (collagiert)? Was? Woher kommt das Licht? Woher nehme ich Kraft? Woraus schöpfe ich Hoffnung?</p> <p>Wie erlebe ich diese Zeit? Was belastet mich? Was bedrückt bzw. erdrückt mich? Wodurch finde ich Entlastung? Wo finde ich Ruhe? Was wünsche ich mir? Was/Wen erwarte ich? Was/Wen erwarte ich?</p> <p>Gibt es die Haltung des Wartens? Empfangens? Orte?</p>
30 Min	<p>Gespräch und Ausprobieren anderer Haltungen</p>		<p>Kleingruppen à 4 Frauen</p> <p>Fragestellungen: Welche Rolle spielt mein Glaube, spielen Rituale und das Brauchtum? Welche Rolle spielt mein Glauben, die Glaubenserfahrungen? Welche Rolle spielt die Gemeinschaft, andere Menschen? Gibt es Orte und Zeiten, die meine Haltung prägen, geprägt haben? Sind Erwartungs-Haltungen über die Jahre hinweg gleich geblieben? Wie haben sie sich verändert? Was hat zu den Veränderungen der Haltungen geführt? Innere und äußere Bilder?</p>



Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material/Raum/Sozialform
40 Min	<p>Erstellen eines lebensgroßen Wandbildes, auf dem die veränderten Körperhaltungen sichtbar werden</p> <p>Sich aufeinander beziehen und Haltungen verändern</p> <p>neue Symbolisierungen, gemeinsame Deutungen</p> <p>Veränderungen in Gemeinschaft?</p>	<p>eine oder mehrere Frauen probieren andere, veränderte Körperhaltungen</p> <p>sie stellen sich in veränderter Körperhaltung vor das Papier</p> <p>Veränderte Körperhaltungen werden auf das Papier gezeichnet</p> <p>Veränderte Haltungen werden deutlich, z. B. aufrechte Frauen, allein oder zusammen, stehende, sitzende, liegende Frauen, farblich gestaltete Körper</p>	<p>von hinten mit Paketklebeband zusammen geklebte Papierbahnen (festeres Papier) oder Tapetenrolle</p> <p>Lichtquelle zum Anstrahlen der Körper, z. B. Diaprojektor oder Stehlampe</p> <p>Das Papier wird mit Reißzwecken an der Wand befestigt</p> <p>Achtung: je schwerer das Papier desto kleiner Abstände zwischen den Reißzwecken</p> <p>Papierqualität sollte abhängig von den verwendeten Farben gemacht werden</p> <p>Vorschlag: Acryl- oder Wasserfarben dicke schwarze Eddings oder Bleistifte für die Umrisse</p>
20 Min	<p>Abschließendes Gespräch</p> <p>Reflexion (Methode)</p>	<p>Welche Veränderungen sind sichtbar?</p> <p>Was hat die Frauen <i>bewegt</i>, ihre Haltung verändert?</p> <p>Veränderung im geschützten Raum, Ausnahmesituation oder auch im Alltag möglich?</p>	<p>Plenum</p>



„GEÖFFNETE TÜREN“

Eine kalendarische Reise durch die Traditionen der Advents- und Weihnachtszeit



„Macht hoch die Tür“ ... zu keiner Zeit des Jahres werden so viele Türen geöffnet wie im Advent – und dabei meine ich nicht nur die Türen am Adventskalender. Da öffnen sich Türen, die oft lange verschlossen waren, zu anderen Menschen. In den Liedern bitten wir darum, dass unsere Herzenstür sich öffnet und Jesus als unser Retter und Erlöser einziehen kann. Und nicht zuletzt ist es die Tür zum Paradies, die durch die Ankunft des Heilands in der Welt zu Weihnachten aufgeschlossen wird. Der Faszination, Türen zu öffnen und das Verborgene dahinter zu entdecken, erliegen nicht nur Kinder. Der folgende Vorschlag bedient sich des Adventskalenders als Rahmen, um in einem

Frauenkreis das adventliche Warten erfahrbar zu machen. Gleichzeitig macht die Symbolik der sich nacheinander öffnenden Türen die schrittweise Öffnung der einzelnen Teilnehmerin hin zum Wunder von Weihnachten deutlich. Einen solchen Kalender gibt es natürlich nicht zu kaufen, er muss selbst hergestellt werden. Das ist sicherlich aufwändig, aber in jedem Fall der Mühe wert. Vielleicht können auch mehrere Frauen aus einer Kreisarbeitsgemeinschaft zum Beispiel sich für die Herstellung zusammen tun. Einmal sorgsam gefertigt, kann der Kalender dann immer wieder in unterschiedlichen Gruppen verwendet werden, auch über mehrere Jahre hinweg.



Titel	Geöffnete Türen
Ziele	Adventliches Warten erfahrbar machen, schrittweises Heranführen der TN an das Wunder von Weihnachten unter besonderer Berücksichtigung des Symbols „Tür“
Personenkreis	Frauen eines Frauenkreises ab der Lebensmitte, 15-20 Teilnehmerinnen (TN) (auch für gemischtgeschlechtliche Gruppen jeden Alters möglich bei veränderter Ausgestaltung)
Zeitraumen	120 Min

Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
5 Min	Begrüßung der TN durch die Leiterin Einführung in die Arbeit mit dem Kalender	Gruppe sitzt am Tisch, der Kalender ist in der Mitte aufgestellt, dazu vier Kerzen oder Gruppe sitzt im Stuhlkreis, Kalender hängt an der Wand Stummer Impuls: Der Kalender fordert die TN zu Aktivitäten heraus. Leiterin behält den Ablauf im Auge, achtet auf die Zeit, moderiert die Gespräche, lädt TN zum Öffnen der nächsten Tür ein	Kalender (s. M 1) Bibeln, Gesangbücher, Lösungsblatt (Vorlage s. M 3), 4 Kerzen, Streichhölzer, Schreibzeug liegen bereit
115 Min	Arbeit mit dem Adventskalender „Geöffnete Türen“ (Ein Vorschlag für den Inhalt des Kalenders unter M 2) 1. Tür: Lied „Macht hoch die Tür“ 2. Tür: Psalm 24 3. Tür: Eintrittsrituale – Rätsel 4. Tür: Türen in meinem Leben 5. Tür: Bonhoeffer-Text und Lied „O Heiland, rei die Himmel auf“ 6. Tür: Adventskalender – Rätsel 7. Tür: Adventskalendergeschichte 8. Tür: Verschlussene Türen Rätsel 9. und 10. Tür: Eingangstüren - 2 Rätsel 11. bis 13. Tür: Gestaltung von Türen – 3 Rätsel 14. bis 16. Tür: Türen in der Bibel verbunden mit Rätseln	Aktivitäten der TN: TN öffnen nacheinander die Kalendertüren, lesen die Texte vor, führen die Arbeitsanweisungen aus, zünden nach dem Öffnen von 6 Türchen jeweils eine Kerze an TN singen TN sprechen den Psalm im Wechsel TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt TN liest vor, TN erzählen eigene Erlebnisse TN liest Text vor, evtl. Gespräch TN singen TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt TN liest vor TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt Evtl. lesen sie biblische Geschichten vor, wenn unbekannt	Gesangbuch Gesangbuch Lösungsblatt Gesangbuch Lösungsblatt Lösungsblatt Lösungsblatt Lösungsblatt Bibel



Zeit	Arbeitsschritt	Methode	Material
	17. Tür: Geschichte von Leo Tolstoi „Wo Liebe ist, da ist Gott“	TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt; Leiterin liest Tolstoi-Geschichte vor, wenn gewünscht (Dauer: 20 Min) Geschichte kann auch vor dem Öffnen der beiden letzten Türen gelesen werden als Abschluss.	Lösungsblatt Vorlesebuch mit Tolstoi-Geschichte
	18. Tür: Türen in Sprichwörtern und Redensarten mit Rätsel	TN sammeln Sprichwörter	(Anregungen s. M 5)
	19. Tür: Türen im Märchen – Rätsel	TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt	Lösungsblatt
	20. Tür: Himmelsschlüssel – Rätsel	TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt	Lösungsblatt
	21. Tür: Rätselauflösung (s. M 4) und Lied „Wie soll ich dich empfangen“ EG 11, bes. V.6	TN lösen Rätsel, tragen Ergebnis ein auf Lösungsblatt TN suchen Lösungssatz, tragen ihn ein auf Lösungablatt TN singen	Lösungsblatt Gesangbuch
	22. Tür: Die Weihnachtstür meiner Kinderzeit	TN erzählen	
	23. Tür: Meditatives Gebet	TN beten	
	24. Tür: Lied: „Lobt Gott, ihr Christen alle gleich“	TN singen	Gesangbuch



M 1

Anleitung zum Bau eines Kalenders

Der Fantasie sind bei der Gestaltung des Kalenders kaum Grenzen gesetzt. Wichtig ist, dass er Türen enthält, die sich öffnen lassen, damit die Symbolik deutlich wird. Säckchen oder Taschen, in denen sich etwas verbirgt, sind nicht angebracht.

Ich habe den Kalender aus Tonpapier gefertigt in zwei Farben, braun für den Hintergrund mit den Giebeln, grün für die Türen. Ich habe 4 Teile hergestellt, jeden mit 6 Türen, die Teile können mit Büroklammern zusammengesteckt werden und auf einem Tisch aufgestellt werden (siehe Foto), sie können aber auch einzeln an einer Wand aufgehängt werden.

1. Zugeschnitten habe ich aus braunem Papier 4 Teile, jeweils 70 cm breit und 25 cm hoch, aus grünem Papier 4 Teile, jeweils 66 cm breit und 16 cm hoch.

2. Die braunen Teile habe ich in jeweils 6 Felder eingeteilt von 11 cm Breite, an den Seiten habe ich jeweils 2 cm umgeknickt, an diesen Falzen können die einzelnen Teile miteinander verbunden werden.

3. Die grünen Teile habe ich in jeweils 6 Felder eingeteilt von 11 cm Breite, hier sind keine Falze nötig.

4. Auf dem grünen Papier habe ich in die entstandenen Felder Rechtecke mittig eingepasst von 8 x 12 cm Seitenlänge, die ich oben und unten und an einer Seite als Türen aufgeschnitten habe.

5. Auf dem braunen Papier habe ich die Giebel in unterschiedlichen Formen gestaltet.

6. Nun habe ich die grünen Teile auf die braunen geklebt (Vorsicht: nur den umlaufenden Rahmen einstreichen, nicht die Türen zukleben!)

7. Auf den grünen Stegen zwischen den Türen habe ich mit Musterklammern kleine, bewegliche Riegel befestigt, so lassen sich die Türen auch bei wiederholtem Gebrauch immer wieder sicher verschließen.

8. Jede Tür habe ich mit einem Türenbild und einer Zahl versehen, nicht fortlaufend sondern bunt durcheinander.

9. Hinter jede Tür habe ich auf das braune Papier den entsprechenden Text geklebt (Vorschläge unter M 2). Wenn der Text zu lang war, habe ich den unteren Teil nach oben geknickt. Beim Öffnen der Tür klappt er sich dann von selber herunter und der Text ist zu lesen.

Gutes Gelingen!

M 2



1. Tür

„Macht hoch die Tür“

Dieses alte Adventslied wollen wir zu Beginn unseres Weges durch den Adventskalender singen. Es steht im Gesangbuch unter der Nummer 1.



2. Tür

Das Lied „Macht hoch die Tür“ ist nach einem alten Pilgerpsalm gedichtet. Wenn Pilger an die Tore des Tempels kamen und Einlass begehrten, entspann sich zwischen ihnen und den Türwächtern ein Frage- und Antwortritual, das – einem Passwort gleich – den Zugang ermöglichte. Der Psalm 24 gibt dieses Ritual wieder.

Wir sprechen diesen Psalm miteinander im Wechsel. Diejenigen, die in der ersten Jahreshälfte Geburtstag haben, sprechen die Verse links am Rand, die die in der zweiten Jahreshälfte geboren sind, sprechen die eingerückten Verse. Gesangbuch Nr. 712



3. Tür

Besondere Eintrittsrituale kennen wir auch aus dem Mittelalter. Wenn damals ein Gast an das Tor eines Zisterzienserklosters klopfte, benachrichtigte der Bruder Pförtner den Abt. Dieser empfing den Gast, betete mit ihm und hieß ihn danach willkommen mit den Worten:

„Die Pforte ist aufgetan, mehr noch das“



4. Tür

Am Ende
wie vieler Wege
standen Türen –

Türen
an denen zu
klopfen war –

Türen
durch die ich
hineingerufen wurde –



Türen,
vor denen ich
zitterte vor Angst –

Türen,
die hinter
mir zuflogen –

Türen,
die nach oben und
unten führten –

Türen,
hinter denen
nichts war –

Türen,
hinter denen mehr
war, als ich
ersehnte.

Gab es auch in meinem Leben
„Türenerlebnisse“?



5. Tür

In der Adventszeit spielen Türen eine besondere Rolle.

Dietrich Bonhoeffer schreibt im Gefängnis über diesen Zusammenhang:

„Eine Gefängniszelle ist ein ganz guter Vergleich für die Situation des Advents: man wartet und hofft und tut dies oder jenes; aber die Tür ist verschlossen und kann nur von außen geöffnet werden.“

Und wer kann die Tür öffnen?

Ein altes Adventslied gibt Antwort:

Wir finden es im Gesangbuch unter der Nr. 7.

Wir wollen es zusammen singen.



6. Tür

Das Türenöffnen ist der Kinder liebste Beschäftigung an den adventlichen Tagen.

Zwischen dem 1. Dezember und dem Heiligen Abend ist es Brauch, jeden Tag eine Tür zu öffnen. Damit wird nicht nur die Zeit des Wartens bis Weihnachten überbrückt. Das Öffnen von Türen ist auch ein Sinnbild dafür, dass sich uns eine verborgene Welt öffnen wird.

Wie heißen die speziellen Kalender für diese Zeit des Jahres, die es seit etwa 100 Jahren gibt?



7. Tür

Nur einen Kalender!

Ann-Christin (9 Jahre alt) hat in diesem Jahr fünf Adventskalender: zwei Kalender mit Schokolade, einen mit Geschichten über Hirten und einen mit Zeichenfiguren. Jeder ist ein gut gemeintes Geschenk; sie hängen verteilt an den Wänden ihres Zimmers. Der 5. Kalender ist ein sperriger Pappkarton.

Hinter jedem Türchen verbirgt sich etwas aus Lego: ein Schneemann, ein Elch, ein Auto, ein Männchen und 20 weitere Gegenstände. Nach 8 Tagen kommt Ann-Christin entnervt zum Frühstück: „Ich schaff das nicht. Jeden Tag vergesse ich ein Türchen. Im nächsten Jahr will ich nur noch einen Schokoladenkalender.“



8. Tür

Seit Menschen Häuser und Städte bauen, gibt es Türen und Tore. Ihre Gestaltung und Architektur spiegeln Armut, Reichtum, Macht, Bescheidenheit oder Heiliges. Sei es die klapprige Tür zu einer Hütte oder das prunkvoll verzierte Portal eines Palastes, eines Tempels oder einer Kathedrale, sei es das alte Hoftor oder das Stadt- oder Burgtor, Türen und Tore laden ein, wenn sie offen stehen. Gesucht wird jetzt der Zustand, in dem sie schützen und verbergen.



9. Tür

Dem Eingangsbereich von Häusern kommt häufig eine besondere Bedeutung zu. Es ist ein jüdischer Brauch, an den Haupteingangstüren eines Hauses kleine Kapseln zu befestigen. Sie enthalten Pergamentrollen, auf denen Verse aus den Kapiteln 6 und 11 des 5. Mosebuchs stehen, das Glaubensbekenntnis Israels: „Höre, Israel, der Herr ist unser Gott, der Herr allein.“

Wie ist der Name der Kapseln?



10. Tür

Eine römische Gottheit zierte römische Häuser und Stadttore. Türen und Tore waren ihr geweiht. Durch eine Besonderheit konnte diese Gottheit über beide Seiten der Türen wachen, so den Innenraum schützen und Bedrohungen von außen abhalten. Sie hatte nämlich ein zweites . . .





11. Tür

Türen trennen Äußeres und Inneres, markieren den Übergang in einen anderen Bereich. Sie können geöffnet werden, können aber gleichzeitig auch Ausgänge versperren oder Zugänge verwehren. So ist ihre Symbolsprache durchaus ambivalent.

Wir suchen einen Teil der Tür, der Symbol ist für den Übergang von einem Ort oder einem Zustand in den anderen. Beliebter Brauch ist es, an einem besonderen Tag im Leben, jemanden darüber zu tragen.



15. Tür

Ganz besonders schlimm ist es, vor der Tür zu stehen und den rechten Zeitpunkt für den Einlass verpasst zu haben. Jesus erzählt ein Gleichnis, in dem fünf naive junge Mädchen genau dieses Schicksal ereilte. Im Gegensatz zu ihren Gefährtinnen hatten sie nämlich keine Vorratswirtschaft betrieben, standen im Dunkeln und durften deshalb am geplanten Fest nicht teilnehmen.

Traditionell nennen wir es das Gleichnis von den klugen und den törichten



12. Tür

Eine Tür hat natürlich unterschiedliche Teile. Wir suchen einen ganz speziellen: Mal kleiner, mal größer verschließt er eine Tür, ein Fenster oder sichert ein Gerät. Oft kunstvoll gefertigt aus Stoff, hält er ein Kleidungsstück zusammen. Aus Schokolade hingegen ist er manchmal schnell aufgezehrt, ganz gleich ob klein oder groß.



16. Tür

In einer Geschichte in der hebräischen Bibel ergreift ein mit wundersamer Kraft ausgestatteter Held beide Flügel eines Stadttores samt Pfosten und Riegel, hebt sie aus den Angeln, legt sie auf seine Schultern und trägt sie auf das Gebirge hinauf.

Wie hieß die Stadt, die plötzlich ohne Stadttore da stand?

Die Geschichte findet sich im Buch der Richter Kap. 16.



13. Tür

Eine der höchsten Bronzetüren des Mittelalters verschließt in einer niedersächsischen Stadt das Portal des Domes. 4,72 m ist sie hoch und jeder Flügel ist 1,15 m breit. Ihr Stifter, der Bischof Bernward, hat darauf biblische Szenen darstellen lassen, gewissermaßen eine Bilderbibel für des Lesens unkundige Menschen seiner Zeit.

Wie heißt die Stadt?



17. Tür

Nicht nur in der Bibel, auch in der großen Weltliteratur gibt es viele Geschichten, in denen Türen eine Rolle spielen. In einer Legende von Leo Tolstoi öffnet ein Handwerker Notleidenden mehrfach die Tür zu seiner Kellerwohnung. Ohne es zu ahnen, erfüllt er damit uneigennützig die Weisungen Jesu.

Wir suchen den Vornamen dieses Mannes.



14. Tür

Kirchentür und Himmelstür werden oft miteinander verglichen. Manchmal stehen Bibelverse darüber und machen das deutlich, zum Beispiel: „Hier ist die Pforte des Himmels“.

Diesen Satz sprach ein Betrüger, der auf der Flucht auf einem ungemütlichen Kopfkissen ruhend einen seltsamen Traum hatte. Wieder erwacht, fürchtete er sich, als ihm klar wurde, dass in diesem Traum eine Begegnung mit einem Bereich stattgefunden hatte, der nicht von dieser Welt ist.

Wie hieß der Mann?



18. Tür

Wie wichtig Türen und ihre Symbolik im Leben von Menschen sind, zeigen uns Sprichwörter und Redensarten.

„Der fällt mit der Tür ins Haus“, sagen wir, wenn ein Mensch ohne große Vorankündigung gleich zur Sache kommt. Wenn wir jemanden nicht ins Haus lassen und ihn oder sie schnell abfertigen, dann tun wir das zwischen

Fallen Ihnen noch mehr Redensarten ein?





19. Tür

Auch im Märchen gibt es häufig verschlossene Türen. Oft sind sie nur mit einem Zauberwort zu öffnen. Einer von zwei Brüdern erfuhr durch Zufall diese Formel, die ihm den Zugang zu einer Höhle, gefüllt mit Schätzen, öffnete. Wie heißt die Formel?



20. Tür

Diese Schlüssel öffnen keine Türen, auch nicht zu dem Bereich, der in ihrem Namen steckt. Jedoch sind sie alte Heilpflanzen. Die Wirkstoffe in ihren Wurzeln sollen bei Bronchitis helfen.



21. Tür

Alle Rätsel gelöst? Dann müssen nur noch die Buchstaben in die richtige Reihenfolge gebracht werden!

Es ergibt sich ein Teil eines Verses aus einem Lied von Paul Gerhardt, in dem die Tür nur ganz versteckt vorkommt!

Das Lied findet sich als Nr. 11 im Gesangbuch. Wir wollen es zusammen singen.



22. Tür

Türen können Geheimnisse verbergen. Da war die verschlossene Tür zum Weihnachtszimmer in der Kinderzeit. Mit welchen Gefühlen standen wir davor? Welche Erinnerungen haben wir, wie war das damals?



23. Tür

Wir beten:

Die Wärme eines Zimmers,
ein Dach gegen den Regen,
ein Licht in der Dunkelheit –
du führst uns nach Hause.

Mein Vertrauen in die Zukunft,
ein plötzlicher Ausweg,
eine überraschende Freude –
du öffnest die Tür.

Kerzen im Adventskranz,
ein leuchtender Stern,
ein bisschen mehr Frieden –
so ziehst du bei uns ein.

Ewiger Gott,
wir heißen dich willkommen!
Amen.



24. Tür

Das ist die Tür, die zu Weihnachten aufgeschlossen wird, die Tür zum Paradies.

Das Lied Nr. 27 im Gesangbuch beschreibt das in seinem letzten Vers. Wir singen alle Verse.

Anmerkungen:

• 3., 8., 9., 10., 11., 12., 13., 14., 16., 17., 19., 20., 21. Tür:
*Anregungen zu den Rätselfragen aus EZ-Weihnachtsrätsel
EZ Nr.51/52 2005*

• 5. Tür:

*Dietrich Bonhoeffer, aus „Widerstand und Ergebung“ (KT 100)
Chr. Kaiser/Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 1997*

• 7. Tür:

*Text von Andreas Schimmer, aus Kalender „Der andere Advent“ 2000/2001
Hrsg. Andere Zeiten e.V., Hamburg*

• 17. Tür:

*Die Geschichte von Leo Tolstoi, „Wo Liebe ist, da ist Gott“ findet sich z. B. in
Rudolf Hagelstange (Hrsg.): „Ein Licht scheint in die Finsternis“
Rufer Verlag, Gütersloh 1958*



M 4

Alle Lösungen auf einen Blick

3. Herz
6. Adventskalender
8. verschlossen
9. Mesusa
10. Gesicht
11. Schwelle
12. Riegel
13. Hildesheim
14. Jakob
15. Jungfrauen
16. Gaza
17. Martyn
18. Tür und Angel
19. Sesam, öffne dich
20. Himmelsschlüssel

Als gesuchter Liedteil ergibt sich:

Seid unverzagt, ihr habet die Hilfe vor der Tür (EG 11, Vers 6)



M 5

Türen-Redensarten und Sprichwörter

Vor der eigenen Tür kehren.

Sich um die eigenen Angelegenheiten kümmern.

Offene Türen einrennen.

Ein vermeintliches Hindernis war keines.

Tür und Tor öffnen.

Einer Person oder einer Sache ungehindert Lauf lassen, ggf. mit negativen Folgen.

Türen zuschlagen.

Kontakte abbrechen.

Man öffnet bald die Tür, wenn Menschen klopfen an.

Wie oft klopft Gott ans Herz und wird nicht aufgetan.

Deutscher Hausspruch

Eine Tür muss entweder offen oder geschlossen sein.

Man muss sich für eine von zwei Möglichkeiten entscheiden.

Frz. Sprichwort



DIE AUTORINNEN



Brigitte Radeck

Regionalbeauftragte des Frauenwerks in der Region Göttingen, Lehrerin und Fachseminarleiterin für evangelische Religion im Ruhestand, für das Frauenwerk vielfach tätig als Referentin.



Ursula Duensing

stellvertretende Landesbeauftragte des Frauenwerks, früher Lehrerin, jetzt Haus- und Pfarrfrau mit viel Gemeindeerfahrung.



Hanne Finke

Landesbeauftragte des Frauenwerks, Erzieherin und Dipl. Pädagogin, Kindergartenleitung und Familienberatung, 10 Jahre kommunale Frauenbeauftragte, seit zwei Jahren kommunale Sozialarbeit, beim Frauenwerk mehrere Jahre Mitglied des ehem. Landesarbeitsausschusses.



Christiane Gundelach-Just

Regionalbeauftragte des Frauenwerks in der Region Göttingen, Dipl.-Pädagogin und nebenberufliche Kirchenmusikerin. Seit 10 Jahren im Evangelischen Fröbelseminar des Diakonischen Werkes Kurhessen Waldeck in der Fachschule für Sozialpädagogik und Höheren Berufsfachschule für Sozialassistenten tätig.



PRAXISNAH

545575