

Andrea Erkert

Im vertrauten Kreis durch das Kirchenjahr

Praxisentwürfe für die Seniorenarbeit

Inhalt

Vorwort	7
Zu den Praxisideen	10
Gott heißt uns willkommen	13
<i>Servus, Grüß Gott & Hallo! – Gemeinsam anfangen</i>	
Warten auf das Christkind	29
<i>Die Adventszeit entdecken & erleben</i>	
Der Stern von Betlehem	49
<i>Die Geburt von Jesus Christus feiern</i>	
Auferstehung Jesus Christi	63
<i>Vom Palmsonntag bis Ostermontag – Eine biblische Klangreise</i>	
Gott für die Ernte danken	81
<i>Miteinander das Erntedankfest feiern</i>	
Sankt Martin – Es werde Licht!	97
<i>Teilen und Nächstenliebe – Die Geschichte von Sankt Martin</i>	

Allerheiligen, Allerseelen und Ewigkeitssonntag	115
--	------------

Was ich dir noch sagen möchte – Trauer, Hoffnung und Zuversicht

Segenswünsche zum Abschied	135
---	------------

Bibelverse, Sprüche, Dankgebete & Co. – Bis zum nächsten Mal

Anhang

Register	153
--------------------	-----

Fachliteratur	157
-------------------------	-----

Die Autorin	160
-----------------------	-----

Vorwort

Das Kirchenjahr beginnt am ersten Adventssonntag (erster Sonntag nach dem 26. November) voller Erwartung des Erlösers im Advent und endet am letzten Sonntag vor dem Advent: bei den Katholiken mit dem Christkönigssonntag und bei den evangelischen Kirchen mit dem Ewigkeitssonntag (Totensonntag). Es enthält zwei große Festkreise (Weihnachts- und Osterkreis), die in der katholischen und evangelischen Kirche übereinstimmen. Darüber hinaus gibt es weitere Feste und Gedenktage, an denen sich auch jeder Gottesdienst unter anderem durch die Auswahl der Kirchenlieder und biblischen Texte orientiert. Auch die liturgischen Farben der Messgewänder und Antependien sind nicht beliebig, sondern wechseln im Laufe des Kirchenjahrs. Sie erinnern uns an das Leben, Sterben und Auferstehen Jesus Christus.

Im Laufe eines Kirchenjahrs gibt es sehr viele Fest- und Feiertage, wobei sich beide Konfessionen die wichtigsten davon teilen. Es gibt aber auch christliche Feste und Feiertage, die selbst für Andersgläubige oder nicht religiöse Menschen bedeutsam sein können. Dazu gehört zum Beispiel Allerheiligen, das allen Heiligen gewidmet ist und zu den hohen Feiertagen der katholischen Kirche gehört. Dennoch besuchen gerade auch an diesem Tag viele Menschen, die nicht der katholischen Kirche angehören, die Gräber ihrer Verstorbenen, derer an Allersee-len gedacht wird.

Der vorliegende Praxisbegleiter enthält abwechslungsreiche Praxisentwürfe zu den bekannten christlichen Festen und Feiertagen, die jährlich wiederkommen und so groß gefeiert werden, dass diese selbst für nichtgläubige Menschen bedeutsam sein können.

Im ersten Kapitel **„Gott heißt uns willkommen“** finden Sie zahlreiche Praxisideen, die das Ankommen, Kennenlernen und Orientieren geradezu leicht machen. Sie fördern die positive Stimmung der Teilnehmer:innen und machen mehr als deutlich, dass bei Gott alle herzlich willkommen sind.

Das zweite Kapitel **„Warten auf das Christkind“** startet mit dem Beginn des neuen Kirchenjahrs. Es enthält jede Menge Praxisideen für die vierwöchige Vorbereitungszeit auf das Weihnachtsfest, bei der die Teilnehmer:innen auf vielfältige Weise den wahren Grund für Weihnachten entdecken und erleben können.

Im dritten Kapitel **„Der Stern von Bethlehem“** geht es um den Heiligen Abend – Die Weihnachtsgeschichte. Es wird gezeigt, wie ältere Menschen, die in Seniorenheimen oder einfach alleine leben, mit anderen auf höchst vielfältige Weise Gemeinschaft erleben und voller Freude Weihnachten feiern können.

Das vierte Kapitel **„Auferstehung Jesu Christi“** widmet sich der Karwoche von Palmsonntag bis Ostermontag. Die Teilnehmer:innen beschäftigen sich mit dem Einzug Jesu in Jerusalem bis hin zur Kreuzigung und Auferstehung von Jesus Christus. Darüber hinaus werden christliche Symbole und Bräuche an Ostern wiederentdeckt, die so manche schöne Erinnerung wecken.

Im fünften Kapitel **„Gott für die Ernte danken“** tauschen sich die Teilnehmer:innen darüber aus, wie sie früher Erntedank gefeiert haben und welche Bräuche sie dazu kennen. Nicht zuletzt wird gezeigt, wie sie Sachen teilen, Erntedank feiern und innehalten und Gott, dem

Schöpfer, nicht nur, aber auch für die Ernte im vergangenen Jahr danken können.

Das sechste Kapitel „**Sankt Martin – Es werde Licht!**“ hält jede Menge Praxisideen zum Sankt-Martins-Fest bereit. Die Teilnehmer:innen erinnern sich an die Legende vom Heiligen Martin, bei der wohl die Überlieferung der Mantelteilung seine bekannteste Tat ist. Neben den schönen Bräuchen zu Sankt Martin wird den Teilnehmer:innen bewusst gemacht, wie wichtig gerade auch in der heutigen Zeit das Teilen und Helfen ist.

Im siebten Kapitel „**Allerheiligen, Allerseelen und Ewigkeitssonntag**“ geht es um deren Ursprung, Bedeutung und Bräuche. Zudem werden Rituale zum Abschied und zur Erinnerung an geliebte Menschen vorgestellt. Darüber hinaus wird den Senior:innen anschaulich gezeigt, was sie tun können, wenn sie aus irgendwelchen Gründen nicht den Friedhof besuchen können oder wollen.

Das achte Kapitel beinhaltet „**Segenswünsche zum Abschied**“. Damit sind jedoch nicht nur die lieben Wünsche für Verstorbene gemeint. Vielmehr sollen die Teilnehmer:innen sich gegenseitig einen Segen zusprechen und somit auch ihrem Gegenüber etwas Gutes mit auf dem Weg geben. Auf diese Weise werden noch weitere Möglichkeiten vorgestellt, um miteinander ein christliches Fest oder einen christlichen Feiertag besonders harmonisch ausklingen zu lassen.

Zu den Praxisideen

Die Praxisideen aus diesem wertvollen Praxisbegleiter sind für den Stuhlkreis gedacht und so konzipiert, dass insbesondere Senior:innen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen gut daran teilnehmen können.

Es empfiehlt sich, jedes Seniorentreffen, zu dem gegebenenfalls auch die Kinder, Enkel- und Urenkelkinder der Senior:innen eingeladenen werden können, mit jeweils einer Praxisidee aus dem ersten Kapitel „Gott heißt uns willkommen“ zu beginnen und gegebenenfalls auch mit jeweils einer Praxisidee aus dem achten Kapitel „Segenswünsche zum Abschied“ zu beenden.

Sämtliche Praxisideen sind für Senior:innen geradezu ideal: Sie können im vertrauten Stuhlkreis auch mit einer größeren Anzahl an Personen mit und ohne Handicaps durchgeführt werden. Zudem gibt es jede Menge Praxisideen, die die Senior:innen gemeinsam mit ihren Enkeln und Urenkeln durchführen können.

Unabhängig davon, lassen mit zunehmenden Alter nicht nur die Seh- und Hörkraft, sondern auch die Koordination und Beweglichkeit nach. Deshalb sollten Sie darauf achten, dass alle eine geeignete Sitzgelegenheit erhalten und eine gute Armlänge entfernt zusammen im Kreis sitzen. Auf diese Weise hat jede Person ausreichend Platz, so dass alle in der Gruppe von Anfang an begeistert und motiviert mitmachen können. Das gibt älteren Menschen viel Sicherheit, Halt und Orientierung. Zudem wird so viel Vertrauen unter den Teilnehmer:innen geschaffen, was vor allem auch den Senior:innen gut tut, die von sich aus nicht so ohne Weiteres auf andere zugehen und soziale Kontakte knüpfen können.

Und noch etwas: Indem alle im Kreis gleich weit von der Mitte entfernt sitzen, fällt das aktive Mitmachen wesentlich einfacher. Im Kreis

können alle sich besonders gut ansprechen, schneller miteinander kommunizieren, das Gesagte viel leichter verstehen und alles gut im Blick behalten. Dabei haben auch alle stets die Kreismitte vor Augen, die, so wie in den Kapiteln 2-7 beschreiben, mit thematisch passenden Farben und Gegenständen besonders einladend gestaltet werden kann. Das wiederum bietet sich für einen guten Gesprächseinstieg geradezu an.

Zur leichteren Orientierung werden übrigens bei jeder Praxisidee auch Angaben zu den Materialien, Liedern, Gedichten und Bibelstellen gemacht, sofern diese benötigt werden.

Ein besonderes Highlight sind gerade auch die Lieder und Angebote, die für Sie im Downloadbereich kostenlos zur Verfügung gestellt werden. So können Sie zum Beispiel einen Liedtext, den Sie gerade für Ihre Gruppe brauchen, mit großer Schrift für die Senior:innen ausdrucken, sodass alle besonders motiviert und engagiert mitmachen können.

Ziel ist es, die Senior:innen im vertrauten Kreis auf eine höchst unterhaltsame und einfühlsame Weise durch das Kirchenjahr zu begleiten, um ihnen Vertrauen, Hoffnung, Kraft und Zuversicht zu geben und natürlich in ihrem christlichen Glauben zu stärken.

Das Downloadmaterial zum Buch finden Sie unter www.neukirchener-verlage.de/zusatzmaterial (Passwort: Kreis23).

Gott heißt uns willkommen

Servus, Grüß Gott & Hallo! –
Gemeinsam anfangen

Es gibt viele schöne Bibelverse über das Willkommenheißten. Einer davon lautet:

„Darum nehmt einander an, gleichwie auch Christus uns
angenommen hat, zur Ehre Gottes!“

Römer 15,7 (SLT)

So wie Christus uns alle mit offenen Armen und ohne Vorbehalte überall aufnimmt und herzlich willkommen heißt, sollten auch wir uns gegenseitig freundlich zugewandt sein und annehmen. Das schafft Vertrauen und ein Zugehörigkeits- und Gemeinschaftsgefühl, sodass sich jeder von uns wohl fühlen kann.

Im ersten Kapitel finden Sie nun wertvolle Praxisideen, die Ihnen zeigen, wie die Senior:innen sich im Stuhlkreis gegenseitig voller Freude begegnen und willkommen heißen können. Sie eignen sich hervorragend zu Beginn einer jeden Zusammenkunft und läuten so auch christliche Feste und Feiertage besonders schön und harmonisch zugleich ein, die Sie gemeinsam mit den Senior:innen und gegebenenfalls auch deren Familienangehörigen feiern können. Zudem werden auch Möglichkeiten vorgestellt, wie die Teilnehmer:innen auch an diejenigen Personen, die aus irgendwelche Gründen nicht aktiv teil-

nehmen können, auf eine besonders schöne Weise denken und für diese etwas Liebevolltes machen können.

Zu alledem soll Jesus Christus, der stets in unserer Mitte ist, von uns allen herzlich willkommen geheißen werden.

Wertschätzende Worte

Material: für jede Person ein Notizblatt und ein Stift, eine Klangschale

Zu Beginn begrüßen Sie alle Senior:innen im Kreis. Danach lesen Sie Folgendes vor:

„Wenn jemand einen lieben Brief erhält, wie oft fährt seine Hand in die Tasche und liest ihn von neuem?“

Lassen Sie die Senior:innen darüber nachdenken, ob sie das, was der schweizer Pfarrer und Erzähler Jeremias Gotthelf (1797-1854) uns durch die von ihm gestellte Frage zu verstehen geben möchte, nachvollziehen können. Vielleicht haben sie auch schon einmal eine Karte oder gar einen Brief von einem lieben Menschen erhalten. Wie oft wurde dann die Karte oder der Brief gelesen? Bestimmt mehr als einmal.

Liebe Worte tun einfach gut und sollten auch in der heutigen Runde nicht zu kurz kommen. Laden Sie die Senior:innen dazu ein, ein paar wertschätzende Worte einer anderen Person in der Runde schriftlich zukommen zu lassen. Das kann beispielsweise ein guter Wunsch, ein Kompliment oder ein Dankeschön für etwas Bestimmtes sein. Hierfür erhalten alle jeweils ein Notizblatt und einen Stift.

Während Sie nun ein paarmal hintereinander die Klangschale anschlagen, geben die Senior:innen ihre Zettel, auf denen sie etwas Schönes aufgeschrieben haben, von Hand zu Hand links im Kreis herum. Das geht jedoch nur so lange, bis der Klang verklungen ist. Danach dürfen die Zettel nicht mehr weitergereicht werden. Eine be-

liebige Person, die Sie namentlich benennen, darf dann das, was auf ihrem Zettel steht, laut vorlesen. Danach darf diejenige Person, die links neben ihr im Kreis sitzt, ebenfalls das, was sie soeben schriftlich erhalten hat, vorlesen.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis alle an der Reihe gewesen sind.

Am Schluss können Sie der Gruppe ein dickes Lob für die vielen herzergreifenden Worte aussprechen. Die Zettel dürfen die Senior:innen natürlich behalten, sodass sie die darauf aufgeschriebenen wertschätzenden Worte immer wieder lesen und sich ins Gedächtnis rufen können.

Willkommen heißen

Material: ein Greif- oder Softball, ein Gong oder eine Handtrommel

Den Ball werfen sich alle so lange gegenseitig zu, bis Sie den Gong kräftig anschlagen oder einfach einmal laut trommeln. Diejenige Person, die gerade den Ball in den Händen hält, erzählt kurz etwas über sich und wirft dann den Ball einer anderen Person zu. Dabei sagt sie laut:

„Ich heiße Sie/dich herzlich willkommen!“

Die betreffende Person bedankt sich und eröffnet mit dem Ball eine neue Spielrunde, indem sie kurz etwas über sich erzählt.

Auf diese Weise geht es so lange weiter, bis alle im Kreis ein bis zwei Sätze über sich erzählen und jemand anderen aus der Runde den Ball zuwerfen und somit auch die betreffende Person willkommen heißen konnten.

Am Schluss heißen Sie alle auch im Namen unseres Herrn Jesus Christi herzlich willkommen.

Seid allzeit fröhlich

Zu Beginn begrüßen Sie alle Senior:innen in der Runde. Dabei teilen Sie den Senior:innen mit, wie sehr Sie sich auf das Kommende freuen. Es ist schließlich ein Geschenk, wenn man Freude am Leben hat und diese auch mit anderen teilen kann. In diesem Zusammenhang können Sie den Senior:innen den folgenden Bibelvers vorlesen:

„Freut euch, allezeit! Betet ohne Unterlass! Seid in allem dankbar; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch.“

1 Thessalonicher 5,16-18 (SLT)

Im Anschluss daran können Sie den Senior:innen noch ausreichend Gelegenheit für ein stilles Gebet geben, damit sie Gott für die heutige Zusammenkunft und für das, worauf sie sich dann freuen dürfen, danken können.

Bin überall willkommen, weil ...

Material: ein aufblasbarer Globusball oder Softball

Zunächst heißen Sie alle im Kreis herzlich willkommen. Danach lesen Sie das folgende Zitat von Johann Wolfgang Goethe (1749-1832), einer der bedeutendsten Repräsentanten deutschsprachiger Dichtung, vor:

„Bin überall willkommen, weil ich die Menschen lasse, wie sie sind, niemandem etwas nehme, sondern nur empfangen und gebe.“

Anschließend dürfen die Senior:innen, die gerne wollen, der Reihe nach kurz erzählen, wo und bei wem sie das letzte Mal herzlich aufgenommen wurden. Dabei können sie auch berichten, wie wichtig es ihnen ist, dass sich andere in ihrer Gegenwart wohl fühlen und was sie letztendlich alles dafür tun. Dabei kommt ein Globusball zum Ein-

satz, den diejenige Person erhält, die gerade das Wort hat. Danach wirft sie den Ball einer anderen Person zu, die sich per Handzeichen meldet.

Im Anschluss daran können Sie den Senior:innen berichten, dass vor allem auch Gott mit Liebe uns zugewandt ist und uns willkommen heißt, egal, woher man kommt.

Gott sei Dank

Material: ein rotes Herz aus Pappe, Holz oder Stoff

Es gibt viele Gründe, Gott für etwas zu danken, das passiert oder zum Glück nicht geschehen ist. In dieser Runde dürfen die Senior:innen sich auf Ihre Bitte hin überlegen, für was sie gerade dankbar sind und vielleicht auch gerne Gott von Herzen danken wollen. Die Antworten können sehr vielfältig sein und sich unter anderem auf eine überstandene Krankheit, das heutige Wiedersehen oder einfach die Vorfreude auf das Kommende beziehen.

Passend dazu erhält eine beliebige Person aus der Runde ein rotes Herz zum Beispiel aus Pappe. Während nun die Person das Herz in der Hand hält, berichtet sie der Gruppe in ein bis zwei Sätzen, für was sie besonders dankbar ist und gegebenenfalls auch Gott danken möchte. Danach übergibt sie derjenigen Person, die links neben ihr im Kreis sitzt, das Herz. Die betreffende Person erhält dann das Wort und erzählt der Gruppe, falls sie möchte, für was sie dankbar ist.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis alle im Kreis an der Reihe gewesen sind.

Im Anschluss daran können Sie der Gruppe mitteilen, wie sehr Sie Gott für die heutige Zusammenkunft danken und deshalb auch alle recht herzlich in der Runde willkommen heißen wollen.

Im christlichen Gotteshaus

Während Sie sich nun derjenigen Person, die links neben Ihnen im Stuhlkreis sitzt, zuwenden, sagen Sie Folgendes:

„Der Seniorennachmittag fängt nun an. Herzlich willkommen
(*Namen einsetzen*)! Du/Sie bist/sind nun dran!“

Die betreffende Person tut es ihnen gleich, indem sie sich derjenigen Person zuwendet, die sich links neben ihr auf der Kreisbahn befindet. Zum Begrüßen verwendet sie ebenfalls den Spruch.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis Sie wieder an der Reihe sind.

In diesem Moment erzählen Sie den Senior:innen, dass auch die Kirche stets eine offene Tür für große und kleine, dicke und dünne, arme und reiche, gesunde und kranke Menschen hat. Denn im christlichen Gotteshaus ist jeder von uns, egal woher er kommt, herzlich willkommen.

Ich freue mich auf dich

Material: eine Klangschale mit Klöppel

Einer beliebigen Person, die gerne anfangen möchte, übergeben Sie einen Klöppel und legen ihr eine Klangschale auf die flache Hand. Dabei können Sie allen im Kreis erzählen, dass die Klangschale aus Tibet stammt, gerne zum Entspannen eingesetzt wird und dem Instrument der Glocke zuzuordnen ist.

Die ausgewählte Person schlägt dann auf Ihre Anweisung die Klangschale kräftig mit dem Klöppel an. Während nun der Klang erklingt, lässt sie behutsam die Klangschale auf die flache Hand derjenigen Person, die links neben ihr im Kreis sitzt, rutschen. Diese Person tut es ihr gleich, indem sie die Klangschale genauso im Uhrzeigersinn

einen Platz weiterreicht. Auf diese Weise geht's immer weiter, bis der Klang verklungen ist. Daraufhin darf diejenige Person, die gerade die Klangschale in den Händen hält, eine Person im Kreis namentlich begrüßen, indem sie zum Beispiel sagt:

„Ich freue mich, dass Frau/Herr N.N. heute da ist!“

Danach übergeben Sie der ausgewählten Person die Klangschale mit dem Klöppel, sodass diese jetzt die Klangschale auf ihrer flachen Hand mithilfe des Klöppels anschlagen kann.

Das geht so immer weiter, bis alle im Kreis sich gegenseitig begrüßen konnten.

Am Schluss heißen Sie noch alle Anwesenden herzlich willkommen.

Gottes Wort ist die rechte Sonne

Material: ein Gymnastikreifen, für jede Person, die zu der Gruppe gehört, jeweils ein Chiffontuch in Gelb, Orange oder Rot

Zu Beginn legen Sie einen Gymnastikreifen in die Kreismitte und drücken dann jeder Person ein Chiffontuch in die Hand. Danach falten alle ihre Tücher zu einem Dreieck, das sie schließlich einrollen.

Eine beliebige Person, die Sie nun auswählen, darf aufstehen und zu dem Reifen gehen. Dort angekommen, ordnet sie ihr eingerolltes Tuch wie einen Sonnenstrahl am Reifen an. Dabei kann sie den anderen mitteilen, auf was sie sich heute besonders freut. Das kann beispielsweise das gute Miteinander, die tiefgründigen Gespräche oder gar das gemeinsame Beten sein. Sobald jedoch die betreffende Person wieder auf ihrem Platz sitzt, darf diejenige Person, die sich links neben ihr auf der Kreisbahn befindet, ihr eingerolltes Tuch genauso am Reifen anordnen und über das sprechen, auf das sie sich jetzt schon freut.

Auf diese Weise geht's immer weiter, bis alle an der Reihe gewesen sind. Sollten jedoch Senior:innen aus irgendwelchen Gründen fehlen, dann ordnen Sie für die betreffenden Personen, die Sie auch namentlich erwähnen, jeweils ein eingerolltes Tuch so wie bereits beschrieben direkt am Reifen an. Dabei können Sie der Gruppe sagen, dass Sie sich jetzt schon auf ein Wiedersehen mit den betreffenden Personen freuen.

Im Anschluss können Sie den deutschen Theologen Martin Luther (1483-1546) zitieren, der Folgendes zum Besten gab:

„Gottes Wort ist die rechte Sonne, die uns den ewigen Tag gibt, zu leben und fröhlich zu sein!“

In diesem Sinne können Sie allen im Kreis ganz viel Freude und gute Gespräche im heutigen Seniorenkreis wünschen.

Grüß euch Gott

Das altbekannte französische Kinderlied „Frère Jacques“ („Bruder Jakob“) ist eigentlich ein vierstimmiger Kanon. Indem man den Text etwas ändert, eignet es sich auch als Begrüßungslied, das Sie so zunächst einmal Ihrer Seniorengruppe vorsingen können:

Bruder Jakob! Bruder Jakob!
Schlaft ihr noch? Schlaft ihr noch?
Hört ihr nicht die Glocken? Hört ihr nicht die Glocken!
Ding, dang, dong! Grüß euch Gott!

Danach teilen Sie die Gruppe in vier gleich große Gruppen ein, die am besten nebeneinander im großen Kreis sitzen. Bevor es jedoch losgeht, vereinbaren Sie gemeinsam mit den Senior:innen ein Handzeichen für den Schluss des Gesangs.

Danach fängt die erste Gruppe an, das Lied so wie gewohnt zu singen. Wenn sie das zweite Mal „Schlaft ihr noch?“ gesungen haben,

Auferstehung Jesus Christi

Vom Palmsonntag bis Ostermontag –
Eine biblische Klangreise

„Denn so (sehr) hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab, damit jeder, der an ihn glaubt, nicht verlorengeht, sondern ewiges Leben hat.“

Johannes 3,16 (SLT)

Die Karwoche, die mit dem Palmsonntag beginnt und am Karsonnabend endet, wird auch als „heilige oder stille Woche“ bezeichnet. Das Wort ist abgeleitet vom althochdeutschen Wort „kara“ oder „chara“ und bedeutet „Kummer“, „Wehklage“ oder „Trauer“. Es ist die letzte Woche der Passions- und Fastenzeit und somit die Woche vor Ostern. Dabei erinnert die Kirche daran, warum und wie Jesus Christus gestorben ist. So gedenken Christ:innen am Gründonnerstag des letzten Abendmals von Jesu mit seinen Jüngern und am Karfreitag des Leidens und Sterbens Jesu Christi am Kreuz. Der Karsonnabend ist der letzte Tag der Karwoche und Fastenzeit. Mit dem Ostersonntag beginnt dann für Christ:innen die Freudenzeit. Es wird der Auferstehung Jesu Christi aus dem Grab gefeiert, der als Sohn Gottes den Tod überwunden hat. Der zweite Feiertag des Osterfestes ist der Ostermontag, der an die Geschichte von den zwei Jüngern, die ihrem Herrn begegneten und die gute Nachricht von der Auferstehung Jesus Christus überall verbreiteten, im Lukas-evangelium erinnert.

Das Osterfest an sich hat jedoch kein festes Datum im Jahr, da das wichtigste und älteste Fest der Kirche stets am ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond im Frühling begangen wird. Dementsprechend fällt der frühestmögliche Termin auf den 22. März und der späteste auf den 25. April.

In diesem Kapitel erfahren Sie nun, wie Sie gemeinsam mit Ihrer Seniorengruppe und gegebenenfalls auch weiteren kleinen und großen Gästen eine biblische Reise vom Palmsonntag bis Ostermontag durchführen und letztendlich Ostern im wahrsten Sinne des Wortes im Osterkreis feiern können. Außerdem dürfen sich alle Anwesenden auf vielfältige Weise mit den verschiedenen Osterbräuchen beschäftigen, zu denen beispielsweise das Färben und Suchen der Ostereier sowie der Osterspaziergang gehören.

Neben dem Austausch über die wichtigsten Bräuche zum Osterfest und der Freude bei der Ostereiersuche sollen die Teilnehmer:innen sich jedoch in erster Linie auf sprachlicher und musikalische Ebene mit der wahren Bedeutung von Ostern befassen, die im besonderem Maße das eigene Leben positiv verändern und bereichern und somit auch etwas in jedem von uns bewirken kann.

Willkommen im Osterkreis

Material: ein Tisch, ein weißes Tischtuch, eine LED-Osterkerze, ein paar Gänseblümchen

Das wichtigste Fest der Kirche ist so wie das Weihnachtsfest der liturgischen Farbe Weiß zugeordnet. Es ist nämlich auch die Farbe der Auferstehung. Dementsprechend können Sie in der Kreismitte einen kleinen Tisch platzieren, auf dem Sie ein weißes Tischtuch ausbreiten. Auf die Tischmitte stellen Sie dann eine angeschaltete und somit leuchtende LED-Osterkerze, um die Sie schließlich noch einen Kranz aus Gänseblümchen legen können. Auf diese Weise wird das Erwa-

chen des Frühlings nach dem harten Winter symbolisiert. Das wiederum passt zum Osterfest, das auch für Aufbruch und Neuanfang steht.

Sobald jedoch alle zusammen im Kreis sitzen, bietet sich die Praxisidee „Eine Osterkerze für dich“ (s. S. 23) zum Ankommen und Begrüßen geradezu an.

Klanggeschichte: Vom Palmsonntag bis Ostermontag

Material: ein Becken mit Schlägel, eine Triangel, eine Holzblocktrommel, eine Ocean-Drum oder ein Regenstab, für alle übrigen bis auf vier Personen Klangstäbe und Rasseln, für Sie eine Handtrommel und eine Klangschale

Zu Beginn laden Sie alle im Kreis zu einer Klangreise vom Palmsonntag bis Ostermontag ein, bei der gegebenenfalls auch eingeladene Kinder gut mitmachen können. Bis auf die Handtrommel und Klangschale, teilen Sie hierfür die oben genannten Rhythmusinstrumente aus, mit denen alle im Kreis den folgenden Text, den Sie vorlesen, musikalisch begleiten dürfen. Dabei deuten sie immer kurz auf die Person(en), deren Instrument gerade zum Einsatz kommen soll:

Ostern ist das höchste Fest: mal im März und mal im April.
Ostern heißt Aufbruch. Es ist dann nicht mehr so still.
Klangstäbe anschlagen

Wir fangen am besten mit der heiligen Woche an.
Was sagt die Bibel? Wir tasten uns langsam heran.
Leise trommeln

Am Palmsonntag jubelte das Volk Jesus Christus zu.
Er kam auf einem Esel nach Jerusalem in aller Ruh'.
Alle Instrumente bis auf die Klangschale erklingen lassen

Auf die Straße legten sie Palme, Ölzweige und viel mehr.
Die Römer konnten es nicht fassen und wunderten sich sehr.
Mit den Fingerspitzen auf der Trommel reiben

Am Gründonnerstag denken wir an das letzte Abendmahl.
Jesus saß am Tisch mit seinen Jüngern. Zwölf lautete die Zahl.
Zwölfmal kurz trommeln

Jesus Christus wusste, dass ein Jünger ihn verraten würde.
Was für eine seelische Last. Was für eine riesengroße Bürde.
Mit einem Schlägel ein hängendes Einzelbecken anschlagen

Seine Verfolger wollten ihn töten. Jesus sollte kein König sein.
Den hohen Priestern fiel eine große Belohnung für Judas ein.
Triangel anschlagen

Für 30 Silberlinge und durch einen Kuss wurde er verraten.
Jesus Christus ahnte das und roch sozusagen den Braten.
Dreißigmal kurz hintereinander die Triangel anschlagen

Jesu Christi Schicksal nahm eine sehr tragische Wende.
Im Garten Gethsemane fiel er seinen Verfolgern in die Hände.
Einmal kräftig trommeln

Es folgten dann große Trauer und Wehklage.
Es waren wirklich mehr als schreckliche Tage.
Holzblocktrommel kräftig anschlagen

Jesus starb am Kreuz für uns alle, auch hier in unserem Kreis.
Denn mit dem Tod ist nicht alles vorbei. Hier ist der Beweis:
Ocean Drum oder Regenstab erklingen lassen

Am letzten Tag der Karwoche ist zunächst noch Ruh'.
Ein Engel wälzte dann den Grabstein um. So viel dazu.
Mit den Fingern kreisförmig auf der Handtrommel reiben

Das Grab war leer. Jesus lebt! Was für eine große Freude.
Deshalb feiern alle Christen und Christinnen Ostern heute.
Klangschale anschlagen

Der Herr ist mein Hirte

Material: ein großes Foto, auf dem ein Hirte oder eine Hirtin mit einer Schafherde abgebildet ist.

Zeigen Sie den Senior:innen ein Foto, auf dem ein Hirte mit seiner Schafherde abgebildet ist. „Warum brauchen wohl Schafe einen Hirten oder eine Hirtin?“ Die Antwort könnte lauten: „Weil sie sonst von niemandem beschützt würden!“, „Weil sonst kranke und schwache Schafe unterwegs zurückbleiben würden!“ Oder: „Weil die Schafe sonst nicht wüssten, wo sie eine grüne Weide mit saftigem Gras befindet.“

Würden ein paar plausible Antworten im Kreis gegeben, können Sie die Teilnehmer:innen noch fragen, ob sie wissen, welcher Psalm Gott als Hirten und uns Menschen als seine Schafe darstellt. Weiß jemand im Kreis, dass es sich hierbei um einen der bekanntesten Texte der Bibel, nämlich um den Psalm 23 „Der Herr ist mein Hirte“ handelt, dann können Sie den Teilnehmer:innen auch bewusst machen, dass Gott sich wie ein Hirte um das Wohl seiner Schafherde kümmert. Für Christen ist der Psalm 23 ein Grundgebet, aus dem sie neue Kraft schöpfen. Damit jedoch alle sich wieder daran erinnern, können Sie nun den Psalm 23 (SLT) so wie hier beschrieben, vorsprechen, den dann alle Satz für Satz wiederholen:

Sie: Der Herr ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.

Alle: Der Herr ist mein Hirte, ...

Sie: Er weidet mich auf grünen Auen und führt mich zu stillen Wassern.

Alle: Er weidet mich auf grünen Auen ...

Sie Er erquicket meine Seele; er führt mich auf rechter Straße
um seines Namen willen.

Alle: Er erquicket meine Seele; ...

Sie: Und wenn ich auch wanderte durchs Tal der Todesschatten,
so fürchte ich kein Unglück, denn du bist bei mir; dein Ste-
cken und Stab, die trösten mich.

Alle: Und wenn ich auch wanderte ...

Sie: Du bereitest vor mir einen Tisch angesichts meiner Feinde;
du hast mein Haupt mit Öl gesalbt, mein Becher fließt über.

Alle: Du bereitest vor mir einen Tisch ...

Sie: Nur Güte und Gnade werden mir folgen mein Leben lang,
und ich werde bleiben im Haus des HERRN immerdar.

Alle: Nur Güte und Gnade ...“

Im Anschluss daran können Sie allen Senior:innen verdeutlichen, dass die Passionszeit hinter uns liegt. Dabei können Sie den Senior:innen in Erinnerung rufen, dass wir alle schon einmal dunkle Zeiten erlebt haben wie z. B. Trauer und Krankheit. Fragen Sie die Senior:innen, wie sie dennoch schwere Zeiten überwunden haben. Vielleicht gab es jemand in ihrem Bekanntenkreis, dem sie sich anvertrauen konnten. Vielleicht war es aber auch ihr Glaube an Gott, dem sie vertraut haben und auf den sie bauen konnten. Erklären Sie den Senior:innen, dass sie heute zusammen das Osterfest feiern, das uns daran erinnern soll, wie Jesus Christus auferstanden ist und den Tod besiegt hat. Machen Sie den Senior:innen bewusst, dass Gottes Liebe stärker ist als der Tod und wir uns ihm stets anvertrauen können.

Downloadbereich

Psalm 23 (SLT)

Großer Gott, wir loben dich

Material: für jede Person eine Kopie des Liedtextes „Großer Gott, wir loben dich“, ein einfaches Holzkreuz

Erzählen Sie den Senior:innen zu Beginn, dass es sich bei dem Lied „Großer Gott, wir loben dich“ um ein sehr bekanntes ökumenisches Kirchenlied handelt, dessen Text im 18. Jahrhundert von dem schlesischen katholischen Theologen und Kirchenliederdichter namens Ignaz Franz (1719-1790) geschrieben wurde. Es wird bei vielen hohen Festen wie Weihnachten und Ostern sowohl von Katholiken als auch Protestanten gerne gesungen.

Nach den Erläuterungen zum Loblied teilen Sie die Kopiervorlagen aus. Danach übergeben Sie einer beliebigen Person ein einfaches Holzkreuz, das daran erinnern soll, dass Jesus am Kreuz gestorben und danach auferstanden ist. Dabei können sie auch erwähnen, dass auch wir durch unseren Glauben ewig bei Gott weiterleben. Während nun alle das Lied singen, wandert das Holzkreuz von Hand zu Hand links im Kreis herum:

1. Großer Gott, wir loben dich;
Herr, wir preisen deine Stärke.
Vor dir neigt die Erde sich
und bewundert deine Werke.
Wie du warst vor aller Zeit,
so bleibst du in Ewigkeit.

2. Alles, was dich preisen kann,
Cherubim und Seraphinen
stimmen dir ein Loblied an;
alle Engel, die dir dienen,
rufe dir stets ohne Ruh
„Heilig, heilig, heilig!“ zu.

3. Heilig, Herr Gott Zebaoth!
Heilig, Herr der Himmelsheere!
Starker Helfer in der Not!
Himmel, Erde, Luft und Meere
sind erfüllt von deinem Ruhm;
alles ist dein Eigentum.

4. Der Apostel heiliger Chor,
der Propheten hehre Menge
schickt zu deinem Thron empor
neue Lob- und Dankgesänge;
der Blutzegen lichte Schar
und lobt und preist dich immerdar.

5. Dich, Gott Vater auf dem Thron,
loben Große, loben Kleine.
Deinem eingebornen Sohn
singt die heilige Gemeinde,
und sie ehrt den Heiligen Geist,
der uns seinen Trost erweist.

6. Du, des Vaters ewger Sohn,
hast die Menschheit angenommen,
bist vom hohen Himmelsthron
zu uns auf die Welt gekommen,
hast uns Gottes Gnad gebracht,
von der Sünd uns frei gemacht.

7. Durch dich steht das Himmelstor
allen, welche glauben, offen;
du stellst uns dem Vater vor,
wenn wir kindlich auf dich hoffen;
du wirst kommen zum Gericht,
wenn der letzte Tag anbricht.

8. Herr, steh deinen Dienern bei,
welche dich in Demut bitten.
Kauftest durch dein Blut uns frei,
hast den Tod für uns gelitten;
nimm uns nach vollbrachtem Lauf
zur dir in den Himmel auf.

Downloadbereich:

Liedtext: Großer Gott, wir loben dich
Hilf uns, segne, Herr, dein Erbe;

9. Sieh dein Volk in Gnaden an.
Hilf uns, segne, Herr, dein Erbe;
leit es auf der rechten Bahn,
dass der Feind es nicht verderbe.
Führe es durch diese Zeit,
nimm es auf in Ewigkeit.

10. Alle Tage wollen wir
dich und deinen Namen preisen
und zu allen Zeiten dir
Ehre, Lob und Dank erweisen.
Rett aus Sünden, rett aus Tod,
sei uns gnädig, Herre Gott!

11. Herr, erbarm, erbarme dich.
Lass uns deine Güte schauen;
deine Treue zeige sich,
wie wir fest auf dich vertrauen.
Auf dich hoffen wir allein:
Lass uns nicht verloren sein.

Sankt Martin – Es werde Licht!

Teilen und Nächstenliebe –

Die Geschichte von Sankt Martin

Am 11. November ist es alljährlich wieder soweit: Mit einbrechender Dunkelheit finden zu Ehren des heiligen Martins von Tours unzählige Laternenumzüge mit Fackeln und Martinsliedern statt, die hoch zu Ross von einem verkleideten „Martin“ angeführt werden können.

Doch wer war eigentlich Sankt Martin, an den überwiegend in katholischen Regionen erinnert wird? Martin wurde um 316/317 n. Chr. geboren und war ein römischer Soldat. Der Legende nach ritt er an einem kalten Wintertag an einem frierenden Bettler vorbei. Er hatte Mitleid und schenkte ihm die Hälfte seines Mantels, den er mit seinem Schwert in der Mitte teilte. Nachts im Traum begegnete ihm Jesus Christus bekleidet mit seinem halben Mantel. Martin ließ sich aufgrund des Erlebnisses taufen und verließ die Armee, da er seinen Militärdienst mit seinem christlichen Glauben für unvereinbar hielt. Er kehrte in seine alte Heimat im heutigen Ungarn zurück und arbeitete dann zunächst als Missionar, bevor die Menschen ihn dazu drängten, ihr Bischof der Stadt Tours (heute Frankreich) zu werden.

Der Überlieferung zufolge, war er jedoch sehr bescheiden und glaubte diesem hohen Amt nicht würdig sein. So kam es, dass er sich in einem Gänsestall versteckte, um diesem hohen Amt zu entgehen. Es verrieten ihn dort die schnatternden Gänse, sodass er entdeckt und schließlich doch noch zum Bischof geweiht wurde.

Neben dem Nikolaustag gehört Sankt Martin sicherlich zu den Festen, die nicht nur Menschen, die an Jesus Christus glauben, emotional fesseln.

Durch die Teilung des Mantels werden nämlich grundlegende Werte, wie beispielsweise Nächstenliebe und Hilfsbereitschaft vermittelt, die sich auch im Christum wiederfinden. Sie ziehen sich wie ein roter Faden durch das Kapitel rund um den Schutzheiligen der Bettler, Reisenden und Flüchtling.

Zu Sankt Martin gibt es jedoch nicht nur viele Legenden, sondern auch interessante Bräuche, zu denen beispielsweise die traditionelle Martinsgans, die leckeren Martinswecken und das große Martinsfeuer gehören. Mithilfe der nachfolgenden Praxisideen können Sie nun gemeinsam mit den Senior:innen im Stuhlkreis mit viel Licht und Wärme und gegebenenfalls auch Weckmännern bzw. Stutenkerlen aus Hefeteig so manche Legende und manchen Brauch (wieder-)entdecken und nicht zuletzt miteinander den Martinstag gebührend feiern.

Willkommen zum Sankt-Martins-Fest

Material: ein Tisch, drei bis vier rote Chiffontücher, eine Laterne mit einem weißen LED-Licht

Der Martinstag ist ein Tag der Freude und der Gemeinschaft, aber auch der Erinnerung an das Leben und Wirken von Martin von Tours.

Für das Fest des Heiligen Martin können Sie rote Chiffontücher verwenden, die viele sofort an den roten Mantel und das Martinsfeuer erinnern. Die roten Tücher ordnen Sie kreisförmig um eine Laterne mit einem weißen LED-Licht an, die Sie zuvor auf einem Tisch in der Kreismitte stellen. Die Farbe Weiß gilt als Farbe der Hoffnung und versinnbildlicht vor allem auch Jesus Christus als das „Licht der Welt“.

Unabhängig davon, können Sie den Raum etwas abdunkeln, sodass das helle Licht in der Kreismitte besonders gut zur Geltung kommt.

Danach laden Sie alle herzlich in den Stuhlkreis ein, der von Ihnen beispielsweise durch die Praxisidee „Lehr, o Gott, mich Gutes tun“ (s. S. 25) besonders schön und harmonisch eröffnet werden kann.

Sankt Martin – Wer weiß was?

Material: für jede Person eine LED-Kerze

Alle im Kreis werden von Ihnen zu einem Gedächtnisspiel eingeladen, bei dem sie ihr Wissen rund um den Martinstag testen dürfen. Dazu teilen Sie die LED-Kerzen im Kreis aus, die die Senior:innen anschalten und immer dann hochheben dürfen, wenn sie davon überzeugt sind, dass die Aussage inhaltlich stimmt. Sollte jedoch eine Antwort falsch sein, dürfen alle im Kreis überlegen, wie die richtige Antwort lautet. Die Lösungen sind kursiv in Klammern gedruckt und dienen der Kontrolle.

Lesen Sie nun die folgenden sechzehn Sätze vor, die der Wahrheit entsprechen können oder nicht:

1. Der Martinstag wurde nach der historischen Person Martin Luther benannt.
(Der Martinstag wurde nicht nach Martin Luther, sondern nach dem heiligen Bischof Sankt Martin benannt.)
2. Sankt Martin wurde um 316/317 in Ungarn geboren.
3. Martin von Tours war ursprünglich Soldat und wurde später Bischof.
4. Martin war der erste Bischof von Myra.
(Martin war nicht der erste Bischof von Myra, sondern der dritte Bischof von Tours.)

5. Martin lebte in der Türkei.
(Martin lebte nicht in der Türkei, sondern in Frankreich)
6. Martins eigentlicher Name lautete Martin von Goethe.
(Martins eigentlicher Name lautete nicht Martin von Goethe, sondern Martin von Tours.)
7. Martin teilte seinen Mantel mit einer Schere, um eine Hälfte des Mantels einem frierenden Bettler zu geben.
(Martin teilte seinen Mantel nicht mit einer Schere, sondern mit einem Schwert, um eine Hälfte des Mantels einem frierenden Bettler zu geben.)
8. Martin erschien der Bettler im Traum bekleidet mit dem halben Mantel.
(Nicht der Bettler, sondern Jesus Christus erschien Martin im Traum bekleidet mit dem halben Mantel.)
9. Martin versteckte sich in einem Gänsestall, weil er nicht zum Bischof geweiht werden wollte
10. Martin wurde bereits als Kind getauft.
(Martin wurde nicht als Kind, sondern erst als Erwachsener getauft.)
11. Die Schafe verrieten Martin im Stall, sodass ihn die Menschen, die ihn zum Bischof haben wollten, fanden.
(Martin wurde nicht durch das Blöken der Schafe, sondern durch das Schnattern der Gänse verraten.)
12. Der Begriff „Sankt“ in seinem Namen steht für „Heiliger“.
13. Sankt Martin kann uns wichtige Werte wie Nächstenliebe und Bescheidenheit vermitteln.

14. Die leuchtenden Laternen und das Martinsfeuer sollen uns daran erinnern, dass Martin durch seine mutigen Taten Licht in das Dunkle der Welt gebracht hat.
15. Laternenumzüge, Martinsfeuer, Weckmänner und Martinslieder – das sind nur ein paar der interessanten Bräuche, die sich um den Martinstag ranken.
16. Sankt Martin wurde am 11. November 397 n. Chr. in Tours geboren. (*Sankt Martin wurde am 11. November 397 n. Chr. nicht in Tours geboren, sondern unter großer Anteilnahme der Bevölkerung beerdigt.*)

Nach diesem Prinzip können die Senior:innen dann auch der Reihe nach einen Satz bilden, der der Wahrheit entsprechen kann oder nicht. Dabei dürfen die übrigen Personen im Kreis immer wieder von Neuem entscheiden, ob sie ihre Lichter hochhalten wollen oder nicht.

Downloadbereich:

Martins-Quiz: Sankt Martin – Wer weiß was?

Sankt Martin ritt durch Schnee und Wind

Material: eine Handtrommel, für alle Personen bis auf eine jeweils eines der übrigen Rhythmusinstrumente (Klangstäbe und Rasseln); evtl. für jede Person eine Kopie des Liedtextes „Sankt Martin ritt durch Schnee und Wind“

Im Kreis stellen Sie nun den Senior:innen das traditionelle Lied „Sankt Martin ritt durch Schnee und Wind“ vor, das bei Martinsumzügen kaum wegzudenken ist. Der Text wurde als Volkslied geschrieben und dürfte vielen Senior:innen noch geläufig sein.

Nach den einleitenden Worten teilen Sie die Instrumente im Kreis aus und lesen dann die einzelnen Strophen des Liedes vor, die die Se-

nior:innen mit ihren Instrumenten vertonen. Dabei deuten Sie immer kurz auf diejenige(n) Person(en), deren Instrument(e) gerade zum Einsatz kommen:

1. Sankt Martin, Sankt Martin,
Sankt Martin ritt durch Schnee und Wind,
sein Roß, das trug ihn fort geschwind.
Klangstäbe erklingen lassen
Sankt Martin ritt mit leichtem Mut:
Sein Mantel deckt' ihn warm und gut.

2. Im Schnee saß, im Schnee saß,
im Schnee da saß ein armer Mann,
hatt' Kleider nicht, hatt' Lumpen an.
Auf der Handtrommel kreisförmig reiben
„O helft mir doch in meiner Not.
sonst ist der bittere Frost mein Tod!“

3. Sankt Martin, Sankt Martin,
Sankt Martin zog die Zügel an,
sein Roß stand still beim armen Mann,
Kräftiger Trommelschlag
Sankt Martin mit dem Schwerte teilt'
den warmen Mantel unverweilt.

4. Sankt Martin, Sankt Martin,
Sankt Martin gab den halben still,
der Bettler rasch ihm danken will.
Rasseln erklingen lassen
Sankt Martin aber ritt in Eil'
hinweg mit seinem Mantelteil.

Im Anschluss daran sammeln Sie die Instrumente wieder ein. Danach können Sie alle im Kreis noch dazu einladen, gemeinsam das Lied

„Sankt Martin ritt durch Schnee und Wind“ zu singen. In diesem Fall teilen Sie zuvor die Kopiervorlagen aus.

Downloadbereich:

Liedtext: Sankt Martin ritt durch Schnee und Wind

Ein Hoch auf die Freundschaft

Material: eine Sanduhr

Martin von Tours hat seinen Mantel geteilt und die eine Hälfte einem Bettler geschenkt. Das war sehr großzügig und eine sehr gute Tat.

Es gibt jedoch noch viele weitere Dinge, die man ebenfalls mit Freunden teilen kann und die das Leben gleich doppelt so schön machen.

Die Senior:innen dürfen sich nun untereinander austauschen und sagen, was ihnen spontan dazu einfällt. Mögliche Antworten können beispielsweise sein: das Frühstück, alte Geschichten, Neuigkeiten, das Lieblingslied, eine Parkbank oder gar den Sonnenuntergang.

Im Anschluss daran drehen Sie in der Kreismitte die Sanduhr um. Während nun der Sand langsam durchrieselt, sollten die Senior:innen dieses Mal der Reihe nach im Uhrzeigersinn wieder jeweils etwas Bestimmtes benennen, das man mit Freunden teilen kann. Sollte jedoch eine Person nichts Neues hinzufügen können, dürfen die anderen weiterhelfen.

Wie viele tolle Sachen werden sie wohl gemeinsam aufzählen können?

In der zweiten Spielrunde wiederholen Sie das Gedächtnisspiel, jedoch gegen den Uhrzeigersinn. Dabei sollen die Senior:innen nach Möglichkeit noch mehr Sachen als in der vorherigen Runde aufzählen.

Ziel ist es, den Senior:innen aufzuzeigen, wie schön es sein kann, miteinander Zeit zu verbringen und füreinander da zu sein.

Gott teilt sich uns mit

Material: Eine Bibel

Das Thema „Teilen“ spielt nicht nur am Martinstag eine zentrale Rolle, sondern vor allem auch bei Gott, der mit uns beispielsweise das Leid teilen, sich uns aber auch mitteilen kann.

Nach den kurzen Erläuterungen zum Thema „Teilen“, fragen Sie die Senior:innen, wie Gott sich uns mitteilt.

In diesem Zusammenhang wird bestimmt vielen sofort die Bibel in den Sinn kommen. Fragen Sie die Senior:innen, was das Besondere an diesem Buch ist, das Sie nun holen und für alle im Kreis gut sichtbar in den Händen halten. Bei dem Austausch können sich die Teilnehmer:innen zum Beispiel daran erinnern, dass die Bibel für gläubige Christ:innen das allerwichtigste Buch und somit besonders wertvoll ist. Zudem ist es das meistgedruckte Buch der Welt. Die Bibel ist Gottes Wort, das von Menschen aufgeschrieben wurde. In der Bibel begegnet uns ein liebender Gott, der die Welt geschaffen hat und uns nicht im Stich lässt.

Des Weiteren können die Senior:innen auch alleine oder mit Ihrer Hilfe im Gespräch darauf kommen, dass wir durch das Gebet stets Gott ansprechen, seine Liebe spürbar annehmen und mit ihm im Austausch sein können. Nicht zuletzt können wir die Worte Gottes mit Angehörigen und Freund:innen teilen.

Bibelverse über das Teilen

Material: fünf weiße DIN A5 Blätter Papier und ein Stift

Vorbereitung

Auf jeden Zettel schreiben Sie einen der unten aufgeführten Bibelverse:

„Wenn ihr in eurem Land die Getreideernte einbringt, sollt ihr eure Felder nicht ganz bis an den Rand abmähen und auch keine Nachlese halten. Überlasst die Reste den Armen und Fremden! Ich bin der HERR, euer Gott.“

3. Mose 23,22 (HFA)

„Johannes gab ihnen zur Antwort: Wer zwei Hemden hat, soll dem eins geben, der keines hat. Und wer etwas zu essen hat, soll es mit dem teilen, der nichts hat.“

Lukas 3,11 (NGÜ)

„Einer trage des andern Last, so werdet ihr das Gesetz des Christi erfüllen.“

Galater 6,2 (Luther 1912)

„Verweigere keine Wohltat dem, welchem sie zukommt, wenn es in der Macht deiner Hände liegt, sie zu erweisen!“

Sprüche 3,27 (SLT)

„Wenn du den Armen etwas gibst, soll deine linke Hand nicht wissen, was die rechte tut. Was du gibst, soll verborgen bleiben. Dann wird dein Vater, der in das Verborgene sieht, dich belohnen.“

Matthäus 6,3f (NGÜ)

Durchführung

Die Zettel mit den Bibelversen übergeben Sie fünf verschiedenen Personen im Stuhlkreis. Eine beliebige Person, die einen Zettel in den Händen hält, liest dann das, was auf den Zettel steht, laut vor. Alle übrigen Senior:innen im Kreis hören gut zu und überlegen, was und wie etwas geteilt wurde. Auf diese Weise kommen auch die anderen Zettel mit den Bibelversen zum Einsatz.

Ziel ist es, den Senior:innen zu verdeutlichen, dass gläubige Christ:innen sowohl materielle als auch immaterielle Güter teilen sol-

len. Dafür gibt es in der Bibel genügend Bibelverse, die darauf hinweisen und zeigen, was man tun soll, um Gott zu gefallen.

Abends, wenn es dunkel wird

Material: für jede Person eine Kopie des Gedichtes „Abends, wenn es dunkel wird“

Der Text „Abends, wenn es dunkel wird“ stammt aus der Feder des deutschen Ingenieurs und Schriftstellers Heinrich Seidel (1842-1906). Er war der Sohn des evangelischen Theologen und Pastors Heinrich Alexander Seidel, der ebenfalls ein bekannter Schriftsteller war.

Nach den einleitenden Sätzen können Sie die Kopiervorlagen ausgeben und die Senior:innen dazu einladen, das unten gedruckte Gedicht mitzusprechen, während Sie es vorlesen. Dabei wird stets die Zeile „Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne“ von allen im Kreis voller Freude mitgesungen:

1. Abends, wenn es dunkel wird,
und die Fledermaus schon schwirrt,
zieh'n wir mit Laternen aus
in den Garten hinterm Haus.
Und im Auf- und Niederwallen
lassen wir das Lied erschallen:
Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne.

2. Plötzlich aus dem Wolkentor
kommt der gute Mond hervor,
wandelt seine Himmelsbahn
wie ein Hauptlaternenmann.
Leuchtet bei dem Sterngefunkel
lieblich aus dem blauen Dunkel.
Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne.

3. Ei, nun gehen wir nach Haus,
blasen die Laternen aus,
lassen Mond und Sternlein leuchten
in der Nacht allein,
bis die Sonne wird erwachen,
alle Lampen auszumachen.
Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne.

Downloadbereich

Text: Abends, wenn es dunkel wird

Laterne, Laterne

Material: eine kleine Laterne mit LED-Licht auf einem Tisch in der Kreismitte, für jede Person eine Kopie des Liedtextes „Laterne, Laterne“

In der Zeit um den Martinstag gibt es nach Einbruch der Dunkelheit in vielen Gegenden Laternenumzüge, an denen vorwiegend Kinder mit ihren selbst gebastelten Laternen singend durch die Straßen ziehen. Während eine als ein römischer Soldat verkleidete Person auf einem Pferd vorausreitet und so Martin auf seinem Pferd darstellt, tragen alle im Umzug ihr Licht vor sich her, das die Nacht und die Herzen erhellt. Miteinander folgen sie so Martin, der ohne sein inneres Licht den frierenden Bettler nicht erkannt hätte.

Nach der kurzen Einführung können Sie die Kopiervorlagen ausgeben und den Raum etwas abdunkeln. Danach laden Sie alle im Kreis dazu ein, das altbekannte Lied „Laterne, Laterne“, das seit 1740 in mehreren Text- und Melodievarianten veröffentlicht wurde, zu singen. Dabei reichen die Senior:innen von Hand zu Hand die Laterne mit dem von Ihnen eingeschalteten LED-Licht vom Platz aus im Uhr-

zeigersinn herum. Auf diese Weise kann die Laterne für alle Licht in das Dunkle bringen und die Herzen erwärmen und erfreuen.

1. Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne.
Brenne auf mein Licht, brenne auf mein Licht,
aber nur meine liebe Laterne nicht.

2. Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne.
Sperrt ihn ein, den Wind, sperrt ihn ein, den Wind,
er soll warten, bis wir zuhause sind.

3. Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne.
Bleibe hell mein Licht, bleibe hell mein Licht,
denn sonst strahlt meine liebe Laterne nicht.

Downloadbereich

Liedtext: Laterne, Laterne

Martinsfeuer

Material: jede Menge kleine Holzstücke, Chiffontücher in Gelb, Orange und Rot, ein Softball, eine Handtrommel, eine Stoppuhr oder Uhr mit Sekundenzeiger

Zu Beginn ordnen Sie im Innenkreis die Holzstücke auf dem Boden für das „Martinsfeuer“ an, über die Sie dann die zerknüllten Chiffontücher legen.

Danach holen Sie sich einen Softball, der anstelle der Senior:innen gleich über das dargestellte Feuer „springen“ darf.

Für das Ballspiel bilden die Senior:innen einen großen Sitz- oder Stehkreis. Danach übergeben Sie den Ball einer beliebigen Person, die sobald Sie die Stoppuhr anschalten und einmal trommeln, den „Sprung über das Martinsfeuer“ eröffnen darf. Dabei wirft sie den

Ball über das „Martinsfeuer“ einer anderen Person zu, die den Ball auffängt. Kurz drauf trommeln Sie erneut, sodass der Ball abermals über das „Martinsfeuer“ in Richtung einer anderen Person geworfen werden kann.

Je schneller sie trommeln, desto mehr Schwung kommt ins Ballspiel.

Wie lange wird es wohl dauern, bis der Ball die Richtung verfehlt und nicht mehr gefangen werden kann?

Stoppen Sie die Zeit, sobald das Ballspiel beendet ist.

Danach probieren alle das Ballspiel noch einmal aus, bei dem Sie wieder so wie im vorherigen Spiel beschrieben erst langsam, dann immer schneller trommeln. Sobald der Ball wieder auf den Boden fällt, stoppen Sie die Zeit erneut.

Sollte jetzt die Spielzeit länger als in der vorherigen Spielrunde gewesen sein, dann hat die Seniorengruppe das Ballspiel mit Bravour gemeistert.

Ansonsten am besten gleich noch einmal das Ballspiel durchführen.

Brauchtum an Sankt Martin

Weshalb finden Laternenumzüge an Sankt Martin statt? Und welche Bedeutung hat das Gänsebraten-Essen?

Während die Senior:innen im Kreis sitzen, überlegen Sie sich einen Martinsbrauch wie zum Beispiel den Laternenumzug. Danach benennen Sie der Reihe nach die Buchstaben immer mit dem „Laut-Namen“ (also „L“ statt „El“). Wer kann wohl den gesuchten Begriff benennen? Die Senior:innen dürfen sich auch untereinander beratschlagen. Wurde das Rätsel geknackt, dürfen die Senior:innen sich darüber austauschen, was sie speziell über dieses Brauchtum wissen.

Dabei können Sie auch das Wissen der Senior:innen vertiefen und erweitern, indem Sie die Aussagen der Senior:innen ergänzen.

Danach können Sie oder eine andere Person aus der Runde pas-

send dazu einen neuen Begriff auf die gleiche Weise vorstellen, den alle anderen genauso erraten dürfen.

Auf diese Weise finden noch ein paar Spiele zum Knobeln statt. Dabei können die erratenden Begriffe wieder ein Anlass sein, um miteinander ins Gespräch zu kommen.

Beispiele:

Laternenumzug: In vielen Gegenden finden Martinsumzüge mit Laternen und Fackeln zum Gedenktag des heiligen Martin von Tours statt. Für die Laternenumzüge gibt es verschiedene Erklärungen: So soll es am Grab des Sankt Martins bereits Lichterprozessionen gegeben haben. Das Feuer war jedoch in der dunklen Jahreszeit vor allem in früheren Zeiten für die Menschen besonders wichtig und wurde auch als Dank für die Ernte von den Bauern auf den bereits abgeernteten Feldern gemacht.

Martinsgans: Das traditionelle Martinsgansessen wird gerne mit der Legende der schnatternden Gänsen in den Stallungen hinter dem Kloster verbunden, in denen sich Martin von Tours versteckt hielt. So asketisch wie Martin von Tours lebte, fühlte er sich auch viel zu bescheiden für das hohe Amt des Bischofs. Er konnte jedoch dank der schnatternden Gänsen gefunden und somit trotz seiner großen Bedenken zum Bischof geweiht werden.

Heischegang: An den Martinstagen ziehen meist die Kinder durch die Straßen von Haus zu Haus. Sie singen Martinslieder und erbitten (nicht erbetteln) Gaben wie beispielsweise Süßigkeiten. Eine schöne alter Tradition, die vor allem auch zwischen Weihnachten und Neujahr stattfindet, wenn die Kinder als Sternsinger:innen von Haus zu Haus gehen.

Martinssingen: Viele Kinder nehmen singend auch mit ihren Eltern am Laternenumzug teil. Zudem können Kinder auch in kleinen Grup-

pen mit ihren Laternen durch die Straßen von Haus zu Haus ziehen. Vor den Haustüren singen sie jeweils ein traditionelles Martinslied. Von dem Publikum erhalten Sie dann kleine Geschenke, wie beispielsweise Gebäck, Obst und Schokolade.

Martinsweck: Die Männchen aus Hefeteig werden traditionell um den Martins- und Nikolaustag gebacken und werden unter anderem auch als Weckmann oder Stutenkerl bezeichnet. Die Gebäckform soll einen Bischof darstellen. So symbolisiert beispielsweise die Mütze die Mitra und die Pfeife den Bischofsstab.

Martinsfeuer: Das große Freudenfeuer wird zu Ehren des heiligen Bischofs von Tours auch bekannt als Sankt Martin am Ende des Laternenzugs entzündet. Das Freudenfeuer soll Licht ins Dunkle bringen. Auf dem Platz vor dem Freudenfeuer angekommen, wird häufig auch noch die bekannte Geschichte von Martin als römischen Soldat und seine Begegnung mit dem Bettler nachgespielt.

Weckmänner am Martinsfeuer

Material: ein Martinsfeuer (s. S. 108), eine Schüssel gefüllt mit Weckmännern bzw. Stutenkerlen aus Hefeteig

Während alle zusammen auf das Martinsfeuer in der Kreismitte blicken, laden Sie die Senior:innen dazu ein, sich zu überlegen, was es mit dem Martinsfeuer auf sich hat. Dabei tauschen Sie ihr Wissen untereinander aus, das Sie auch ergänzen können.

Auf dem Platz vor dem Martinsfeuer verteilt der verkleidete Sankt Martin häufig Leckereien wie zum Beispiel Weckmänner aus Hefeteig an die Kinder, die nun auch die Senior:innen miteinander teilen dürfen.

Für diesen Zweck gehen Sie mit der Schüssel im Innenkreis herum. Jede zweite Person holt sich einen Weckmann aus der Schüssel.

Danach dürfen immer die beiden Personen, die direkt nebeneinander im Stuhlkreis sitzen jeweils einen Weckmann miteinander teilen. Dabei halten die Zwei den Weckmann an jeweils einem Ende fest.

Auf Ihr Kommando zählen die Senior:innen ganz laut bis drei. Bei der letzten Zahl ziehen alle die Weckmänner so lange zu sich her, bis jeder ein abgebrochenes Stück in den Händen hält. Wer hat wohl das größte Stück ergattert? Der Spaßfaktor und das Gelächter in der Runde dürfte sicherlich groß sein.

Im Anschluss daran bekommen alle von Ihnen noch jeweils einen Weckmann, den sie nicht zu teilen brauchen.

Kinderfest im Herbst

Material: für jede Person einen Apfel und eine Kopie des Gedichts „Kinderfest im Herbst“

Das Gedicht stammt von dem deutschen Dichter und Germanisten August Hoffmann von Fallersleben (1798-1874), der übrigens das Lied der Deutschen, auch Deutschlandlied genannt, 1841 auf Helgoland gedichtet hat. Nach den einleitenden Sätzen teilen Sie die Kopiervorlagen aus. Danach lesen Sie das Gedicht Zeile für Zeile langsam und laut vor, sodass die Senior:innen die einzelnen Zeilen wiederholen und dabei auch Folgendes machen können:

Doch ehe der Herbst uns ganz verlässt,
so bringt er uns noch ein Kinderfest:
Alle zehn Finger in der Luft zappeln lassen
Sobald es Abend, zieh'n wir aus
und wandern singend von Haus zu Haus,
Laden Sie die Senior:innen dazu ein, die erste Strophe des bekannten Liedes „Laterne, Laterne“ zu singen, s. S. 107

und bitten dem heiligen Martin zu Ehren
uns kleinen Kindern was zu bescheren.

Ganz leise und schnell klatschen.

Da reicht man uns Äpfel und Nüsse dar,
zuweilen auch Honigkuchen sogar.

Teilen Sie die Äpfel im Kreis aus, die alle mitnehmen dürfen.

Wir sprechen unsern Dank dafür aus
und wandern dann in ein anderes Haus.

Mit den Füßen zu jeder Silbe leise auf den Boden stampfen

Nun lasst uns heute singen auch,
wie's ist am Martinstag der Brauch!

*Laden Sie die Senior:innen noch einmal dazu ein, die erste Strophe des
bekanntes Liedes „Laterne, Laterne“ zu singen.*

Downloadbereich

Gedicht: Kinderfest im Herbst

Martinsgänse teilen

Natürlich soll auch das leibliche Wohl bei einem Martinsfest nicht zu kurz kommen: Anstelle der traditionellen Martinsgans kann es auch eine leckere Kürbissuppe, einen gesunden Salat oder einfach Kaffee und Kuchen sowie Martinsgänse aus Hefeteig gegebenfalls auch für Diabetiker:innen geben. Sobald jedoch alle gemütlich an den herbstlich dekorierten Tischen sitzen, um miteinander die Köstlichkeiten zu teilen und zu verzehren, können Sie alle Anwesenden für das Mitwirken am Martinsfest und vor allem auch Gott nicht nur, aber auch für das gelungene Martinsfest danken. Hierfür würde sich zum Beispiel auch die Praxisidee „Nun danket alle Gott“ (s. S. 145) geradezu anbieten.

Anhang

Register

- Abendempfindungen 130
Abends, wenn es dunkel wird 106
Ach, du lieber Nikolaus 46
Advents-Quiz 32
Adventsbräuche 37
Adventserinnerungen 38
Alle Jahre wieder 51
Apfel, Apfel, Apfelbaum 86
Aufbruch und Neuanfang 71
Austausch zu Ostereiern 73
Befehl du deine Wege 122
Bibeldverse über das Teilen 104
Bibeldverse über den Segen 140
Bin überall willkommen, weil ... 16
Bleibe bei uns, Herr 129
Brauchtum an Sankt Martin 109
Das Samenkorn 87
Das Vaterunser 52
Dem Schöpfer für seine Gaben danken 94
Der Herr denkt an uns 28
Der Herr ist mein Hirte 67
Der Tod bedeutet gar nichts 118
Die heilige Nacht 55
Die Weihnachtsgeschichte 59
Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst 148
Ein Hoch auf die Freundschaft 103
Ein Licht für dich 141
Eine Osterkerze für dich 23
Es klappert die Mühle am rauschenden Bach 89

Es war eine Mutter	83
Fürbitte am Ende der Andacht	132
Fürchte nicht, dass dein Leben enden wird	128
Gemeinsam durch die Trauer	127
Gemeinsam sind wir stark	126
Gemeinschaft leben	125
Gott danken	132
Gott, der Vater, kröne dich	143
Gott für die Wohltaten danken	150
Gott segne dich – Gott behüte dich	141
Gott sei Dank	17
Gott teilt sich uns mit	104
Gottes Wort ist die rechte Sonne	19
Großer Gott, wir loben dich	69
Grüß euch Gott	20
Gutes tun und mit anderen teilen	24
Häschen in der Grube	74
Hejo, spann den Wagen an	88
Hoffnungslicht	131
Holler boller Rumpelsack	47
Hurra, der Nikolaus ist da!	46
Ich bin das Brot des Lebens	93
Ich freue mich auf dich	18
Ich verkündige euch große Freude	22
Ihr Kinderlein kommet	53
Im christlichen Gotteshaus	18
Kinderfest im Herbst	112
Klanggeschichte: Das Kornwunder	44
Klanggeschichte: Vom Palmsonntag bis Ostermontag	65
Komm in unseren Adventskreis	30
Lasst Blumen sprechen	27
Lasst uns das Brot teilen!	92
Lasst uns froh und munter sein	42
Laterne, Laterne	107

Lehr, o Gott, mich Gutes tun	25
Leise rieselt der Schnee	40
Liebe und Dankbarkeit	144
Lobe den Herren, den mächtigen König der Ehren	151
Macht hoch die Tür	35
Martinsgänse teilen	113
Martinsfeuer	108
Mit der Liebe ist es wie mit dem Pflanzen	85
Nikolaus feiern im Adventskreis	42
Nun danket all und bringet Ehr	136
Nun danket alle Gott	145
O du fröhliche	60
O Gott, wir danken dir!	95
O Herr, wir danken dir	91
Osterbräuche erraten	73
Osterei verstecken	77
Osterhas	75
Osterjubel	78
Osterkorb füllen	75
O Tannenbaum	58
Sankt Martin ritt durch Schnee und Wind	101
Sankt Martin – Wer weiß was?	99
Schoko-Nikoläuse, Zimtsterne & Co.	39
Segenswünsche	139
Seid allzeit fröhlich	16
So nimm denn meine Hände	121
Sonnenblume	142
Verse zum Advent	30
Von ganzem Herzen	26
Vorfreude, allerschönste Freude	21
Weckmänner am Martinsfeuer	111
Weihnachtserinnerungen	57
Wertschätzende Worte	14
Wiedersehensfreude	149

Willkommen heißen	15
Willkommen im Osterkreis	64
Willkommen im Weihnachtskreis	50
Willkommen zum Erntedankfest	82
Willkommen zum Sankt-Martins-Fest	98
Willkommen zur Andacht	116
Willkommen zur Nikolausfeier	22
Wohlauf in Gottes schöne Welt	71
Wohlfühlwörter	147
Zum Gedenken an liebe Verstorbene	117