

MEIN BLICK AUF DIE WELT

METHODISCHE ANNÄHERUNGEN
AN DAS HUNGERTUCH



Das Misereor-Hungertuch 2025 „Gemeinsam träumen – Liebe sei Tat“ von Konstanze Trommer © Misereor

misereor
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT

Anneliese Wohn

langjährige Referentin im Bistöflichen Ordinariat in Limburg, zunächst für Frauenarbeit, dann für das 3./4. Lebensalter. Nun im Ruhestand und freiberuflich tätig.

Aktionsform: Annäherung an das Hungertuch für Erwachsenen-Gruppen; die Texte und Impulse sind als Bausteine zu verstehen, die je nach Gruppe und Zeitrahmen verwendet oder ausgelassen werden können. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer (TN) setzen sich mit dem Hungertuch auseinander, sie verknüpfen die Themen des Hungertuchs mit ihrem eigenen Leben, machen sich den eigenen Blick auf die Welt bewusst und lernen unterschiedliche Sichtweisen kennen.

Zielgruppe: (Frauen)Gruppen in Gemeinden und Verbänden, auch ältere Menschen, einzelne inklusive Elemente
Zeit: Pro Einheit 20-90 Minuten, je nach Gruppengröße und Auswahl der Bausteine

Vorbereitung: Wenn Sie Zeit haben und gerne basteln, fertigen Sie für die TN Brillengestelle aus etwas stärkerem Papier oder leichter Pappe an. Man muss durch die Brille durchschauen können. Vorschläge dazu finden Sie beispielsweise hier: <https://brillen-wohlfart.de/2020/04/07/brillen-bastelaktion-fuer-gross-und-klein/>. Sie benötigen pro TN je zwei Brillen, eine in einem dunklen Farbton (Dunkelgrau, Braun oder Schwarz) und eine in Rot. Falls Ihnen das zu aufwändig ist, besorgen Sie sich rote und schwarze Bänder, 2-3 cm breit und etwa 30 cm lang. Die Bänder müssen sich um die Handgelenke schlingen lassen. Drucken Sie die Anlage „Sichtweisen auf die Welt“ auf etwas stärkerem Papier aus. Sie können sie gerne ergänzen. Jeder Begriff sollte mehrfach vorhanden sein. Außerdem benötigen Sie Zettel und Stifte in ausreichender Menge und Stecknadeln.

misereor
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT

Machen Sie sich bitte mit den Hauptaussagen des Hungertuches vertraut. Für die Veranstaltung benötigen Sie ein möglichst großes Hungertuch. Stellen Sie einen Stuhlkreis.

Infos zu Hungertuch und Künstlerin finden Sie im Arbeitsheft, die Filme auf der beiliegenden DVD und dem YouTube-Kanal von Misereor. Eine Einführung in Leichte Sprache gibt es ebenfalls auf der DVD. Eine kurze bebilderte Lesehilfe zum Hungertuch finden Sie auf dem Ausklapper am Ende des Arbeitsheftes. Bildblätter, Prospekte, Meditationen zum Hungertuch und kostenlose Gebetsbildchen sind hier bestellbar: www.misereor-medien.de

Kurze Version

Einstieg

Das Hungertuch ist zunächst so aufgehängt, dass man das Bild nicht sieht: Heften Sie den unteren Teil mit Stecknadeln an den oberen.

Jede und jeder von uns bringt einen bestimmten Blick mit, mit dem er oder sie auf die Welt schaut. Diese Perspektive ist durch unser Elternhaus, durch Schule und Beruf, unsere Erfahrungen, die Menschen, die uns umgeben, geprägt. Wir übernehmen diese Sichtweisen oder setzen uns bewusst davon ab. Lebt man unter lauter Pessimisten, ist es schwer, optimistisch zu bleiben. Mein Blick hängt auch von meinen Lebensumständen ab: Geht es mir gut? Lebe ich einigermaßen gesichert? Je nach Sichtweise oder auch Haltung betrachtet man das Geschehen in der Umgebung, dem Land, in dem man lebt oder gar der ganzen Welt. Unsere Sichtweise prägt unser Handeln.

Was ist Ihre Sichtweise, Ihr Blick auf die Welt?

Konkret

Ich habe hier Kärtchen mitgebracht, auf denen verschiedene Sichtweisen notiert sind. Diese lege ich nun aus. Bevor Sie die Kärtchen lesen, bitte ich Sie, überlegen Sie einen Moment für sich: Wie ist mein Blick auf die Welt? Wie schaue ich auf Menschen, meine Familie, meine Nachbarschaft, alles, was mich umgibt und die Ereignisse weltweit?

Ich mache dazu etwas Musik an. Sie können im Sitzen überlegen oder im Raum herum gehen. Ich bitte Sie, nicht miteinander zu sprechen.

Nach drei bis fünf Minuten: Gehen Sie nun zu den Kärtchen und suchen Sie sich eines heraus, das zu Ihrer Perspektive passt.

Kurze Rückmeldung

Wie ist es Ihnen mit der Übung gegangen? Was ist Ihnen aufgefallen?

Rundgespräch

Wir haben das aktuelle Hungertuch von Misereor hier vor Augen.

Die Fastenzeit ist für uns Christinnen und Christen die Zeit, in der wir eingeladen sind, umzukehren und für das gute Leben aller Menschen aufzustehen. In diesen sieben Wochen vor Ostern hängt das Misereor-Hungertuch in vielen Kirchen und Gemeinden und lädt dazu ein, innezuhalten und sich auf seine eindrucksvolle Bildsprache einzulassen.

Das neue Hungertuch der Erfurter Künstlerin Konstanze Trommer trägt den Titel „Gemeinsam träumen – Liebe sei Tat“. Das Bild ist im Atelier der Künstlerin in Erfurt-Ermstedt entstanden.

Nachdem Sie „Ihren Blick“ gefunden haben, schauen Sie mit dieser Sichtweise auf das Hungertuch. Was sehen Sie? Was fällt Ihnen auf? Gibt es etwas, das Sie stört oder besonders anspricht? Welche Gefühle löst das Bild in Ihnen aus?

Als Leiterin achten Sie bitte darauf, dass alle zu Wort kommen und ergänzen gegebenenfalls, was von den TN nicht gesehen wurde.

Schluss

Beenden Sie diese Einheit mit einem Lied oder einem Gebet. Sie können das Gebet frei formulieren oder aus dem Gotteslob die Nr. 29, 2 oder 29,3 wählen.

Machen Sie nach dem **Einstieg** wie folgt weiter:

Konkret

Durch die dunkle Brille

Teilen Sie den TN Papierzettel aus, auf die sie ihre je eigene Sicht kurz aufnotieren. Diese Zettel bleiben bei den TN.

Legen Sie nun die Kärtchen mit den Sichtweisen, die man als eher negativ, gleichgültig oder distanziert einordnen würde so aus, dass der Begriff nicht sichtbar ist.

Geben Sie den TN eine dunkle Brille oder das schwarze Band, das sie sich um das Handgelenk binden.

Die TN werden eingeladen, je ein Kärtchen zu ziehen und die Rolle einer Person einzunehmen, die dieser Blickrichtung folgt. Es ist eine Rolle, nicht die je persönliche Sichtweise. Deutlich machen wir das durch die dunkle Brille oder das schwarze Band am Handgelenk. Ermutigen Sie die TN immer wieder, in dieser Rollensicht zu bleiben.

Wenn sie das Gefühl haben, dass das Bild beschrieben ist, verhängen Sie das Hungertuch wieder. Laden Sie die TN ein, die Rolle abzulegen.

Wir legen nun die Rollen ab. Schütteln Sie gründlich die Hände, die Arme, die Beine, den ganzen Körper, nehmen Sie die schwarzen Bänder ab und werfen Sie sie auf den Boden.

Nehmen Sie wieder Ihren Platz ein.

Rundgespräch

Wie ging es Ihnen in der Rolle? Was ist Ihnen aufgefallen? War es hilfreich oder störend, dass alle eine ähnliche Sichtweise hatten?

Durch die rosarote Brille

Legen Sie nun die Kärtchen verdeckt aus, deren Begriffe man als eher als positiv, liebevoll oder teilnehmend einordnen würde.

Die TN werden eingeladen, eine rote Brille aufzusetzen oder sich ein rotes Bändchen zu nehmen und ein Kärtchen zu ziehen. Alle nehmen die Rolle einer Person ein, die diese Blickrichtung hat.

Beschreiben Sie nun aus dieser Rolle heraus, was Sie auf dem Hungertuch sehen.

Das Hungertuch wird wieder sichtbar.

Ermutigen Sie als Leiterin die TN wieder, in ihrer Rolle zu bleiben.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass das Bild beschrieben ist, verhängen Sie das Hungertuch wieder. Laden Sie die TN ein, die Rolle abzulegen.

Wir legen nun auch diese Rolle ab. Bewegen Sie sich durch den Raum, recken und strecken Sie sich und legen Sie die roten Bänder ab.

Impressum:

Bischöfliches Hilfswerk Misereor e.V., Mozartstraße 9, 52064 Aachen

Tel.: 0241/442-0, Fax: 0241/442-188, postmaster@misereor.de, www.misereor.de

Rundgespräch

Wie ging es Ihnen in dieser Rolle? Was ist Ihnen diesmal aufgefallen? Was war anders als in der ersten Rolle?

Wenn Sie die beiden Rollen, die Sie eingenommen haben, vergleichen: Was war schwerer, was einfacher?

Decken Sie noch einmal das Hungertuch auf.

Nehmen Sie nun den Zettel heraus, auf den Sie zu Beginn Ihre Sichtweise beschrieben haben. Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um Ihre Sicht mit den beiden Rollen abzugleichen. Können Sie sich einer der beiden Sichtweisen zuordnen? Oder liegen Sie irgendwo dazwischen? Sie brauchen dazu nichts zu sagen, Sie können es einfach für sich wahrnehmen.

Aktion

Der Titel des diesjährigen Hungertuchs lautet: Gemeinsam träumen – Liebe sei Tat!

Legen Sie die roten Bänder in die Mitte des Stuhlkreises.

Stellen Sie sich vor, es hinge mit von Ihnen und Ihrer Sichtweise ab, was mit den Kindern und ihrem Zelt geschieht. Was würden Sie gerne tun? Wen und was brauchen Sie dazu? Bilden Sie Gruppen zu dritt und tauschen Sie sich aus. Schreiben Sie ihren Hauptgedanken auf eines der roten Bänder.

Rundgespräch

Lesen Sie die Aufschrift auf Ihrem Band laut vor und heften Sie es dann zwischen die Kinder und den Tornado.

Abschluss

Lied und oder Gebet zu Abschluss (siehe oben).

Tipp

Eine Andacht zum Hungertuch für (Frauen) Gruppen „Liebe sei Tat“ von Andrea Kett und Barbara Verholen finden Sie im Arbeitsheft und ebenfalls einen Familiengottesdienst zum Thema „Alles im Eimer?!“ Gebetsbilder zum Hungertuch und Meditationen von Wilhelm Bruners zum Hungertuch können Sie bestellen unter www.misereor-medien.de

<p>positiv Wir haben es bisher noch immer geschafft.</p>	<p>negativ Es geht eh alles den Bach runter.</p>
<p>skeptisch Ob das gut geht?</p>	<p>gleichgültig Mir egal, wie es in der Welt zugeht.</p>
<p>distanziert Eigentlich geht mich das alles nichts an.</p>	<p>hoffnungsvoll Wir können es noch immer schaffen.</p>
<p>zuversichtlich Wir schaffen das.</p>	<p>voll Vertrauen Alles wird am Ende gut.</p>
<p>ängstlich Wo soll das noch enden?</p>	<p>ironisch Ihr glaubt, ihr könnt die Welt noch retten?</p>
<p>zynisch Jeder bekommt, was er/sie verdient.</p>	<p>zukunftsgläubig Der technische Fortschritt löst das Problem.</p>
<p>egoistisch Was gehen mich die anderen an?</p>	<p>liebepoll Die Welt ist so schön.</p>
<p>zornig Wenn ich das alles sehe, ich könnte reinschlagen.</p>	<p>fatalistisch Es kommt, wie es kommt.</p>
<p>voll Hass Es ist alles sowieso nur Dreck!</p>	<p>voll Vertrauen auf Gott Die Welt liegt in Gottes Hand.</p>