

BAUSTEINE ZUR HUNGERTUCHWALLFAHRT 2025

GEMEINSAM TRÄUMEN – LIEBE SEI TAT



Dieses Foto wurde bei der Hungertuchwallfahrt 2017 aufgenommen und zeigt im Vordergrund den Künstler Chidi Kwubiri.

Von Steffi Spiegel,
Thomas Schmidt,
Waltraud Zehender-
Liedke

Aktionsform: Fünf Bausteine zum Hungertuch, die einzeln oder komplett verwendet werden können. Auszug aus dem Wallfahrtsheft der Hungertuch-Wallfahrer und Wallfahrerinnen.

Zielgruppe: Gruppen in der Gemeinde, Pilgergruppen, Schulen

Material: Alle Materialien bestellen Sie bitte hier:
www.misereor-medien.de

Videoclips zum Hungertuch 2025 und zu „50 Jahre Hungertücher“
finden Sie hier:

- <https://www.youtube.com/watch?v=ihggUmzJ4gg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZbGxGqnSSc8>

misereor
GEMEINSAM GLOBAL GERECHT



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

Textbausteine zum Hungertuch

„Um Armut zu überwinden, braucht es Zusammenarbeit und strategisches Denken. Aber das reicht nicht. Es braucht mehr als all dies: Es braucht Liebe!“

Felix Wilfred, Theologe aus Indien

Entwicklung braucht Zusammenarbeit, Strategien, Engagierte vor Ort und Finanzierung – das leuchtet ein. Aber nun: Es braucht auch Liebe! Liebe scheint weit weg zu sein. Oder doch nicht? Tägliche Nachrichten von Krieg bis Klimakatastrophe lassen die Zukunft als einen Ort ohne Hoffnung erscheinen. Was gibt Kraft für eine andere Sicht auf das Morgen – eine, die inspiriert und Zuversicht schenkt?

Die Erfurter Künstlerin Konstanze Trommer hat das Bild als Fotocollage am PC entworfen und auf Leinwand drucken lassen. Die Fotos wurden übermalt und verfremdet. Die Fotos hat Konstanze Trommer zum Teil bei Misereor ausgesucht: Sie zeigen Kinder aus Misereor-Projekten, andere hat die Künstlerin selbst aufgenommen.

Ein weißes Zelt bildet das Zentrum. Es erinnert an die biblische Geschichte von Gott, der dem Volk Israel durch die Wüste in einem Zelt voranzog und versicherte: Ich bin da.

Der kahle Sandstreifen ist kein Sehnsuchtsort, der kindertauglich wäre. Diese Insel im Nirgendwo ist Neuland. Wie in einem Brennglas sehen wir Paradies und Apokalypse auf kleinstem Raum. Und doch legt das Bild Hoffnungsspuren: Es erzählt viele kleine Geschichten von trotziger Zuversicht, die sich der Gleichgültigkeit und Verzweiflung entgegenstemmen.

Die Frage ist nicht: Woher kommst du?
Sondern: Wohin gehen wir gemeinsam?

Dr. Claudia Kolletzki, Misereor



Die Künstlerin

Konstanze Trommer ist 1953 in Erfurt geboren. Seit 1977 ist sie als freischaffende Künstlerin tätig. Ihre meist großformatigen Bilder sind Anklage und Appell, sie setzen sich kritisch mit gesellschaftspolitischen und ökologischen Themen auseinander. Sie lenken den Blick aber auch auf eine glücklichere Zukunft, sofern wir tätig werden und etwas verändern.

Weitere Infos: www.kostanze-trommer.de

„Für mich als Künstlerin ist Liebe einzig darstellbar über die Handlungen, die aus der Liebe erwachsen. Denn, „alles, was ihr tut, geschehe in Liebe“! (1.Korinther 16,14). Für mich zeigt sich die echte Liebe in der Tat und nicht im Gerede darüber.“

„Alles, was wir hinter- und unterlassen, wird uns einholen, wie die Flüchtlingsbewegung, die eine Folge unser aller Gier ist, die wir die Erde und Menschen ausbeuten, die ärmer sind und bedürftiger. Wir müssen etwas in LIEBE tun, wir müssen die Gesellschaft verändern, von Grund auf. Mit friedlichen Mitteln, mit ganzer Kraft, Bildung, Hilfsbereitschaft, Solidarität, Gerechtigkeit!“

Konstanze Trommer

Ablauf einer Hungertuchwallfahrt

Wenn die Impulse für eine Wallfahrt zum Beispiel von Kirche zu Kirche (oder zu besonderen Orten) einer Gemeinde mit dem Hungertuch genutzt werden sollen:

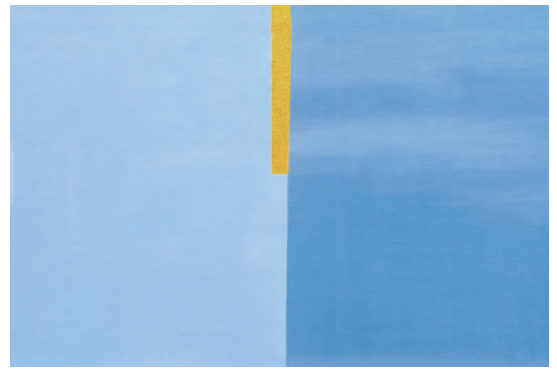
Ablauf einer Station

Lied – Hinführung – Bibeltext – Besinnung – Lied – Impuls für die nächste Wegstrecke

Für eine Wallfahrt benötigen Sie ein großes Hungertuch, das Sie säumen und an zwei Stangen befestigen, so dass Sie es mit sich tragen können.

Ablauf einer Gruppenarbeit mit dem Hungertuch

Ein kleines Hungertuch für alle sichtbar hinlegen – Lied – Thema und/oder Ausschnitt des Hungertuchs vorstellen – Methodische Gruppenarbeit/ Gespräch – Besinnlicher Text – Gebet und/oder Fürbitten und Dank



1. Etappe: Geteilter Himmel

Blick auf das Hungertuch

Wir haben das ganze Hungertuch bereits gemeinsam in den Blick genommen. Daher möchten wir euch bei unserer ersten Station einladen, den Himmel in den Blick zu nehmen. Konzentrieren wir uns auf den geteilten Himmel.

Blauer Himmel links:

Freundlicher Himmel, mir geht das Herz auf. Ich genieße die Sonne, die Wärme, den Tag. Ich fühle mich motiviert und gut gelaunt. Es kommt Urlaubsstimmung in mir auf.

Dunkler Himmel rechts:

Ein Gewitter zieht auf, der Himmel verdunkelt sich. In mir entstehen Ängste. Was wird das Gewitter bringen? Zerstörung durch Überschwemmung, Sturm oder sogar eine plötzliche Windhose, die eine Schneise der Verwüstung schlägt?

Geteilter Himmel
was bedeutet er für mich
in meinem Leben?
Für meinen Alltag,
für meine Lebensart,
für meine Lebensführung?

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Bibeltext

Deuteronomium 30,19 – 20a

Impuls

Blauer Himmel und die Insel

Segen

Gottes Weg bedeutet Segen
gemeinsam die Erde gestalten
rücksichtsvoll, achtsam, bescheiden, bedeutsam,
....

miteinander nicht gegeneinander
tatkraftig in Liebe
du und ich,
mit meinen Talenten und Fähigkeiten.

Dunkelblauer Himmel und die Erde

Fluch

Gottes Weg verlassen, bedeutet Fluch
gemeinsam die Erde ausbeuten
rücksichtslos, schonungslos, egoistisch, bedeutungslos ...
gegeneinander nicht miteinander
tatkünftig in Lieblosigkeit
nicht du und ich
ich mit meinen Forderungen und Ansprüchen.

Zwei Seiten des Himmels,
wo stehe ich?
Ich habe die Wahl,
welche Farbe überwiegt.
Für welche Seite entscheide ich mich?
Welchen Grundsätzen will ich folgen?
Wähle ich das Leben?
Wähle ich die Liebe?

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gebet

Liebender Gott.
Wir leben unter dem geteilten Himmel,
auf unserer gemeinsamen Insel – Erde
Pflanzen, Tiere und Menschen.
Wir wollen Ausschau halten
nach Veränderung im Hier und Jetzt,
das Leben wählen.

Hilf du uns,
nicht aufzugeben,
sondern die kleinen Schritte zu erkennen,
die du in uns angelegt hast,
in der Gewissheit,
dass du unsere noch so geringe Tatkraft
in dein segensreiches Handeln einbeziehst.
Amen.

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/2026

Gedanken auf dem Weg

Geteilter Himmel

Hellblau: befreiender Geist, kühle Frische, weit und wenig greifbar, sich immer wieder neu erfindend
Dunkelblau: Unergründlichkeit, Meerestiefe und -weite, besinnliche Melancholie, innere Einkehr, Auseinandersetzung mit Wahrheit, Erfassung komplexer Zusammenhänge durch den nötigen Weitblick.

<https://alpina-farben.de/artikel/farbsymbolik-bedeutung-blau/#:-:text=Dunkelblau%2FIndigo%2FNachtblau%3A,in%20eine%20melancholische%20Besinnlichkeit%20gesteigert>

Gehen wir unter dem Himmel – blau oder dunkelblau – unsere erste Etappe und tauschen wir uns aus. Welche Blautöne inspirieren uns?

Lied: Um Himmelswillen gebt die Erde nicht auf



2. Etappe: Spielende Kinder

Blick auf das Hungertuch

An unserer zweiten Station wollen wir die Kinder in den Blick nehmen. Kinder aus unterschiedlichen Nationen: aus Brasilien, Nigeria, Indien, Afghanistan und europäischen Ländern, gemeinsam auf der kleinen Insel. Es scheint, dass sie sich sicher fühlen.

Die Kinder: eine Vision von himmlischem Frieden!?

Bibeltext

Jes, 11, 6b und 8

Impuls

Vision von himmlischem Frieden
zusammenfallen von Raum und Zeit
Himmel leben
im Hier und Jetzt.

Im Hier und Jetzt leben
wie ein Kind
spielen, lachen, träumen,
Fantasie wirklich leben
unabhängig von Sprache, Nation, Geschlecht,
imaginär und doch real,
ganz da.

Im Hier und Jetzt leben
Himmel auf Erden
Utopie?
Utopie
ist wie ein Horizont
zugehen auf den Horizont
ich komme ihm nicht näher.
Aufbrechen
Sinnlos?
Aufbrechen?
Ja,
in Bewegung kommen
unsere Vision leben
vom himmlischen Frieden
im Hier und Jetzt.

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gebet

Wir alle sind Kinder Gottes
schärfe unser Bewusstsein,
den Augenblick zu genießen,
und lass uns auch die Zwischentöne wahrnehmen;
dass wir mit Phantasie gemeinsam die Welt
umgestalten.

Hilf uns,
dass wir dich viel größer Denken
und uns durch unser Wissen nicht einschränken
lassen.

Gib uns die Kraft,
dass wir tolerant und wertfrei sind,
um allen Menschen in Würde zu begegnen.

Bewege uns,
dass wir unsere Bequemlichkeit verlassen,
und im Hier und Jetzt beginnen.

Darum bitten wir dich, Gott.
Amen.

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gedanken auf dem Weg

Auf der nächsten Wegetappe möchten wir euch
zum Gespräch anhand eines Impulses von Hanne-
lore Bares einladen, was es für euch bedeutet, im
Hier und Jetzt zu beginnen.

Alte Wege verlassen
Unbekanntes wagen
Fesseln lösen
Ballast abwerfen
Radikal umdenken
Entschieden JA sagen
Chancen erkennen
Härten nicht ausweichen
Erste Schritte wagen
Neugierig bleiben

(© Hannelore Bares / www.aufbrechen-ins-leben.de)

Lied: Steh auf, bewege dich ...



3. Etappe: Die Tiere

Blick auf das Hungertuch

Neben den Kindern sehen wir verschiedene Tiere.
Einen kecken Lemur, der mit dem Jungen spielt,
einen Storch, der standhaft dem Sturm entgegen-
blickt, und Grindwale, welche die kleine Sand-
bank umkreisen.

Bibeltext

Gen 1, 20-21 und 24-25

Impuls

Drei friedliche Tierarten sind auf dem Hungertuch
abgebildet. Die Zahl symbolisiert für uns Christen
und Christinnen Gott den Vater – Jesus den Sohn
Gottes – den Heiligen Geist.

Die Zahl drei steht aber auch für Vergangenheit –
Gegenwart – Zukunft.

Der Lemur, das soziale Wesen, spielt mit dem Kind
am Boot, die Grindwale umschwimmen die Insel.
Sie halten zusammen, selbst wenn ihr eigenes Le-
ben in Gefahr ist.

Der Storch, auf allen Erdteilen zu Hause, der
Glücksbote, dem man im Mittelalter zuschrieb,
die Kinder aus der Quelle des Lebens zu bringen,
blickt eher gelassen in Richtung der Windhose.
Die Gemeinschaft ist sehr verletzlich.

Mitwelt nicht Umwelt
Schöpfung
Pflanzen, Tiere, Menschen
gleichberechtigt
Menschen
Erdlinge nicht Herrscher,
Tiere
Mitgeschöpfe nicht Untertanen
Einheit der Schöpfung
Achtung und Fürsorge
für alle Lebewesen

Liebe sei Tat

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gebet

Psalm 148

Gedanken auf dem Weg

Die Klage der Schöpfung steht in unmittelbarem Zusammenhang mit den vielen Klagen der Menschen. Wo finden wir in uns und auf unserem Weg die Klage der Schöpfung?

Lied: Eine Handvoll Erde



4. Etappe: Mädchen mit Baby

Blick auf das Hungertuch

Mitten in dem Traumbild steht eine Person verloren, erschrocken, ängstlich da: Ein Mädchen aus Afghanistan mit einem viel zu schweren Baby auf dem Arm. Es ist die Mutter oder Schwester des Babys. Wie ein modernes Marienbild symbolisiert es mütterliche oder geschwisterliche Liebe.

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Bibeltext

Matthäus 5,9-10

Impuls

Mädchen aus Afghanistan,
altes, greises Baby?
Sinnbild für die Krisen in der Welt.

Krieg
Gefahr für Leib und Leben
Perspektivlosigkeit.

Hunger
fehlende Nahrungsmittel
Aussichtslosigkeit.

Klimaveränderung
schwindende Lebensgrundlage
Zukunftsangst.

Flucht
Einziger Ausweg?
Flucht
Verlust der Heimat
der Boden unter den Füßen weg
ausgeliefert
ungewisse Zukunft

Ich in Deutschland
demokratisches Land
zukunftsorientiert
Erster Artikel Grundgesetz
die Würde ist unantastbar
für mich -
und für Andere?

Abschottung
EU-Außengrenzen
my home is my castle
meine Zukunft sicher.
Meine Zukunft sicher?

Der Sturm ist gefährlich nahe.
Wer ist der Rettung näher?
Fühle ich mich auf der Insel noch sicher?
Geht die Insel im Sturm unter?
Zerreißt die Insel endgültig?

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gebet

Die Würde des Menschen ist unantastbar.
Jesus, du bist Mensch geworden;
bekamst keine Herberge,
warst auf der Flucht,
wurdest verspottet,
unschuldig beschuldigt,
gegeißelt und getötet.
Du fühlst mit den Menschen,
deren Würde in den Dreck gezogen wird.
Schenke uns Mut und Kraft,
unser Reden und Handeln
allein an dir auszurichten.

W eniger ist mehr
Ü berlegt reden
R echte gewähren
D emut üben
E ntschlossen handeln
L iebe ist tatsächlich
O bdach gewähren
S elbstlos agieren

Alles, was du den Menschen geschenkt hast,
ist unantastbar.
Amen.

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gedanken auf dem Weg

Wann wage ich, ins Dunkle zu schauen, auf die Schattenseite, in die Ausgrenzung?
Wo lebe ich Solidarität, Mitgefühl, meine christlichen Werte ...

Gehe deinen Weg in Stille

Lied: Meine engen Grenzen



5. Etappe: Zelt Gottes mitten unter uns

Blick auf das Hungertuch

Das Zelt steht ohne Verankerung auf der Insel. Ein Nomadenzelt, das Zelt Geflüchteter? Goldrand auf der linken Seite vor hellblauem Himmel. Die goldene Farbe weist auf Gottes Gegenwart hin.

Bibeltext

Offenbarung 21,1 –2a, 3,

Impuls

Zelt,
fragil, beweglich,
nicht verankert,
gibt Schutz, Gefühl von Sicherheit,
keine Privatsphäre,
erinnert an die UN-Flüchtlingszelte.

Zelt,
nicht nur Symbol für die Flucht,
beweglich,
keine Abschottung,
keine Mauern,
Gott schlägt sein Zelt bei uns auf.
Gott hat in uns Wohnung genommen,
symbolisiert durch die goldene Farbe.

Impressum:

Bischöfliches Hilfswerk Misereor e.V., Mozartstraße 9, 52064 Aachen
Redaktion: Dr. Claudia Kolletzki; Kontakt: fastenaktion@misereor.de, www.misereor.de

Ist diese Hoffnung in mir lebendig?
Ist das die Hoffnung, die mein Leben trägt?
Wie verändert sie meine Einstellung?

Unser Glaube sagt:
Eine andere Welt ist möglich!
Gottes Reich ist schon unter uns.
Wir kommen auf der Erde nicht zur Vollendung,
aber auf den Geschmack des Himmels.

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gebet

Ich glaube,
dass die Anwesenheit Gottes unter uns
die Welt verändern kann.

Ich glaube,
dass Gott in uns Wohnung genommen hat.

Ich glaube,
dass alles,
was Gott den Menschen geschenkt hat,
unanantastbar ist.

Ich glaube
an eine Mitwelt,
in der alle Geschöpfe gleichberechtigt sind.

Ich glaube
an die Vision vom himmlischen Frieden.
Ich glaube,
dass wir mit deinem Segen, Gott,
die Erde schrittweise verändern können.

Steffi Spiegel und Waltraud Zehender-Liedke 2025/26

Gedanken auf dem Weg

Glaube ich, dass die Anwesenheit Gottes unter uns alles ändern kann?

Dafür brauche ich nicht nur die Gemeinschaft der Glaubenden, ich brauche eine ganz persönliche Entscheidung. Will ich mich entscheiden? Welche Konsequenzen hat diese Entscheidung für mich?

Lied: Da berühren sich Himmel und Erde