

Gottesdienstgestaltung
Kinder Spiritualität Jugend
Familie Liturgiebörse

Katholische
Kirche
Vorarlberg

Stationen der Trauerräume
Caritas Vorarlberg

www.kath-kirche-vorarlberg.at/liturgieboerse

Stationen

Komm bei dir selber an

Ein Labyrinth aus Kastanien liegt auf einem runden Stehtisch, in der Mitte eine Kerze, ev. extra Tisch für Steinen + Ballonfrüchten in Körben zum Hineinlegen für das Schwere und das Leichte.

Text:

Im Labyrinth spiegelt sich das Leben des Menschen,
das Sterben, der Tod und die Auferstehung.

Ankommen und Aufbrechen,
zur Mitte finden und sie wieder verlassen.

Sich wenden müssen,
und doch immer weiterkommen.

Auch wenn das Einzelne noch so verwirrend ist,
auch wenn der Weg von so vielen Umwegen gekennzeichnet ist,
auch wenn das Herz sich abschnittsweise noch so verloren fühlt:

Im ganzen Überblick ist die Vollkommenheit und Schönheit des Weges erstaunlich.

Gernot Candolini/Hannes Wechner

Beschreibung:

Ankommen – Achtsamkeit – ich lasse mich ein, komme zu meiner Mitte
Legen Sie einen Stein, symbolisch für das Schwere, und eine Ballonfrucht für das Leichte in
Ihrem Leben in das Labyrinth.

Spuren im Sand

Sand auf ein blaues Tuch, Tonfußspuren im Korb

Text:

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 anfing, 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."

Margaret Fishback Powers

Beschreibung:

Sie können eine Fußspur in den Sand legen, als Symbol für ihre schwierigen Zeiten, bzw.: für einen Menschen um den Sie trauern. Denn die Spuren seines Lebens, sind in Gedanken, Bildern und Augenblicken in unserer Erinnerung.

Tonscherben im Herzen

Zwei Weidenherzen mit Rosenblüten, Tonscherben in Körben, ev. auch eine zerbrochenen wieder zusammen geklebte Schale mit Kerze darin aufstellen

Text:

Fang den Tag von heute nicht mit dem Scherben von gestern an!
Der Tag gestern, alle Tage und alle Jahre von früher sind vorbei, begraben in der Zeit.
An ihnen kannst du nichts mehr ändern.
Hat es Scherben gegeben?
Schlepp sie nicht mit dir herum!
Denn sie verletzen dich Tag für Tag und zum Schluss kannst du nicht mehr leben.
Es gibt Scherben, die wirst du los, wenn du sie Gott in die Hände legst.
Es gib Scherben, die kannst du heilen, wenn du ehrlich vergibst.
Und es gibt Scherben, die du mit aller Liebe nicht heilen kannst.
Die musst du liegen lassen. Phil Bosmans

Beschreibung:

Legen Sie eine Tonscherbe/Tonfragment in das Herz, als Symbol für Zerbrochenes in Ihrem Leben. Ihr Herz darf heil werden.

Brücke

Brücke, Tücher in Blautönen als Fluss, Steine, Schilf, ...

Text:

Brücke der Trauer
Lange stand ich vor der schmalen Holzbrücke,
die sich im stillen Gewässer spiegelte.
Es war eine Brücke zum Hin- und Hergehen,

hinüber und herüber.
Einfach so, des Gehens wegen und der Spiegelungen.
Die Trauer ist ein Gang hinüber und herüber.
Hinüber, dorthin, wohin der andere ging.
Und zurück, dorthin, wo man mit ihm war
in der Zeit des gemeinsamen Lebens.

Und dieser Hin- und Hergehen ist wichtig.
Denn da ist etwas abgerissen.
Die Erinnerung fügt es zusammen, immer wieder.
Da ist etwas verloren gegangen.
Die Erinnerung sucht es auf und bringt es zurück.

Da ist etwas von einem selbst weggegangen.
Man braucht es und geht ihm also nach.
Man muss es bewahren, um weiter zu leben.
Man muss das Land der Vergangenheit erwandern,
hin und her,
bis einmal der Gang über die Brücke
auf einen neuen Weg führt. Jörg Zink

Beschreibung:

Wenn Sie möchten, dürfen Sie auf der Brücke in Ihrem Tempo hin und her gehen.

Klagemauer

Mit Ziegelsteinen aufbauen, Teelichter aus Glas, Zettel, Stifte, Becher für reine und gebrauchte Stifte.

Text:

So war das nicht ausgemacht
Du bist nicht mehr da,
gegangen, gestorben, ganz plötzlich,
niemand – auch du nicht – hast mich gefragt, was ich davon halte
jetzt allein zu sein
übriggeblieben
verstört in der Vergangenheit wühlend
fragend
entmutigt
Du mein Kind, mein Mann, meine Frau, meine Freundin, mein Bruder, ...
Ihr alle seid nicht mehr da
langsam oder auch von einer Minute auf die andere
von mir gegangen ihr habt mich zurückgelassen
aber wie sonst hättest ihr gehen können?
Ich bin gern hier, mitten im Leben,

traurig und wütend und wütend und traurig im Wechselschritt
Ich streichle meine Katze trinke meinen Tee und schaue aus dem Fenster
Ich vermisste euch ich würde so gern mit euch reden, lachen, blödeln und schweigen
mir fehlt eure Nähe, eure Stimme, eurer Lachen, eure Gedanken,
eure Liebe und auch eure kritischen Gedanken zu mir
Ich mach weiter
Irgendwie
Stunde um Stunde am Anfang, später dann Tag um Tag
und später ...
Aber wirklich, so war das nicht ausgemacht!

Christina Repolust

Beschreibung:

Schreiben Sie sich Ihren Kummer, Ihre Klage, oder Ihre Bitte von der Seele und vertrauen Sie Ihre Gedanken und Gefühle der Klagemauer an.
Klagen, Kummer und Bitten werden im Anschluss an den Trauerraum verbrannt und die Asche wird dem Traisen-Fluss übergeben.

Weihrauch – Wandlung

Ständer mit Schale von Marina – mit Sand füllen, kleiner runder Tisch für Weihrauchkörner in kleinen Schalen

Text:

In Südarabien und in Somalia wachsen Bäume, die ein besonderes Harz in sich tragen.
Es tritt nach außen, wenn der Baum verletzt wird.
Das Harz fließt aus den Wunden der Bäume. An der Luft wird es hart.
Es verschließt die Verletzungen und schützt so den Baum.
Beim Verbrennen entsteht balsamartiger Duft: **Weihrauch**.

Weihrauchkörner sind hart gewordene Wunden.

Jedes Korn hat seine eigene Größe, Form und Farbe.
Jedes Korn ist für sich zu einem kleinen, harten Schutzpanzer geworden.

Wir selbst spüren das von Zeit zu Zeit ähnlich.

Wenn wir enttäuscht oder verletzt werden, wenn wir schuldig werden,
bleibt manchmal eine harte Stelle zurück.
Häufig bleiben uns diese harten Stellen in uns verborgen.
Denn, wir sehen sie nicht gerne an, suchen nicht nach ihnen.
Manche Menschen sagen, dass sie hart geworden sind in ihrem Leben:
Die vielen Verletzungen haben sie hart gemacht.
Sie sind wie die Bäume, die sich mit festem Harz schützen, ihre Wunden abdecken.
Wenn das Harz der Bäume gesammelt und verbrannt wird,
wird aus dem Wundharz ein wunderbarer Duft.

Der Weihrauch kann uns zeichenhaft zeigen:
Das kleine, harte und unnachgiebige Weihrauchkorn ist nicht alles und nicht das Letzte:
**Die glühende Kohle macht es wieder weich,
verwandelt es in wohlriechenden, leicht aufsteigenden Rauch.**

Beschreibung:

Legen Sie ein kleines Weihrauchkorn auf die Kohle,

Steine im Wasser

Flussteine, Wasserbehälter, Efeu,

Text:

Gott wird ihr Hirte sein und für sie sorgen.

Er wird sie zu den Quellen führen, aus denen das Wasser des Lebens strömt. Und Gott wird alle ihre Tränen abwischen. Und er sagte auch: »Es ist vollendet! Ich bin das Alpha und das Omega - der Anfang und das Ende.

Jedem, der durstig ist, werde ich aus der Quelle, die das Wasser des Lebens enthält, umsonst zu trinken geben!

Und der Engel zeigte mir einen reinen Fluss mit dem Wasser des Lebens, so klar wie Kristall...
Offenbarung

21

Beschreibung:

Ein Stein für das Schwere in mir. Ich übergebe meine Last der reinigenden Kraft des Wassers.
Legen Sie einen Stein in den Wasserbehälter.

Olivenbaum und weiße Bänder

Olivenbaum oder ähnliches, weiße Bänder ca. 20 – 25 cm lang

Text:

Das weiße Band am Olivenbaum

Einmal saß ich bei einer Bahnfahrt neben einem jungen Mann, dem sichtlich etwas Schweres auf dem Herzen lastete. Schließlich rückte er dann auch damit heraus, dass er ein entlassener Sträfling und jetzt auf der Fahrt nach Hause sei. Seine Verurteilung hatte Schande über seine Familie und Freunde gebracht.

Sie hatte ihn nie im Gefängnis besucht und auch nur ganz selten geschrieben. Er hoffte aber trotzdem, dass sie ihm verziehen hatten.

Um es ihnen aber leichter zu machen, hatte er ihnen in einem Brief vorgeschlagen, sie sollten ihm ein Zeichen geben, an dem er, wenn der Zug an der Kleinen Farm vor der Stadt vorbeifuhr, sofort erkennen könnte, wie sie zu ihm stünden. Hatten die Seinem ihm

verziehen, so sollten sie am Olivenbaum an der Strecke ein weißes Band anbringen. Wenn sie ihn aber nicht wieder daheim haben wollten, sollten sie gar nichts tun. Dann werde er im Zug bleiben und weiterfahren, weit weg, Gott weiß wohin.

Als der Zug sich seiner Vaterstadt näherte, wurde seine Spannung so groß, dass er es nicht über sich brachte, aus dem Fenster zu schauen. Ein anderer Fahrgast tauschte den Platz mit ihm und versprach auf den Olivenbaum zu achten. Gleich darauf legte er dem jungen Sträfling die Hand auf den Arm. „Da ist er“, flüstert er, und Tränen standen ihm plötzlich in den Augen, „alles in Ordnung. Der Baum ist voller weißer Bänder.“

In diesem Augenblick schwand alle Bitternis, die sein Leben vergiftet hatte. „Mir war“, sagte der Mann später, „als hätte ich ein Wunder miterlebt.“

Und vielleicht war's auch eines.

Beschreibung:

Binden Sie für einen Menschen, mit dem Sie sich versöhnen möchten, ein Band in den Baum.

Ich zünde eine Kerze an

Lebensbaumkerzenständer aus Metall, oder andere Formen zum Abstellen der brennenden Kerzen, Opferkerzen (Firma Birmelin –Opferkerzen auf Lieferschein und die ausgebrannten werden zurückgenommen – wiederverwertet)

Text:

Ich zünde eine Kerze für dich an.

Du bist gegangen.

Dein Lebenslicht ist erloschen.

Du bist nicht mehr.

Ich kann es noch gar nicht fassen.

Wir lebten gemeinsam.

Nun ist es einsam geworden.

Das Dasein füreinander – das Besorgt sein umeinander –

Alles ist zu Ende.

Es gibt nur noch Nachworte,

Nachgedanken.

Wie unerbittlich der Schlusspunkt beim Lebenslauf ist.

Wie kurz das Leben, wenn es mit wenigen Daten beschrieben wird.

Wer kann ermessen, was dein Leben gewesen ist?

All die vielen wertvollen Augenblicke –

In Worte kann ich das nicht fassen.

Das Wesentliche trage ich im Herzen.

Meine Gedanken kreisen um das, was war.

Es wird nie mehr so sein.

Ich weiß, was ich hergeben muss.

Ich zünde eine Kerze für dich an –

Und denke an dich.

Du bist gegangen –
Ich bin mit meinen Gedanken
allein zurückgeblieben.

Peter Klever

Beschreibung:

Endzünden Sie eine Kerze, ein Licht für Hoffnung und Zuversicht

Dankstelle

Schatzkiste mit Symbolen für Dank befüllen – ein paar Erinnerungs- Schatzstücke die schon in der Kiste liegen, Körbe, kleine Schachteln oder Schalen mit bunten Steinen, Perlen, Naturmaterialien – Symbole für Schatz

Text:

Je schöner die Erinnerung, desto schwerer ist die Trennung,
aber die Dankbarkeit verwandelt die Erinnerung in eine stille Freude.
Man trägt das vergangene Schöne nicht wie einen Stachel,
sondern wie ein kostbares Geschenk in sich.

Dietrich Bonhoeffer

Beschreibung:

Als Symbol für Ihren Dank legen Sie ihren Erinnerungsschatz, eine Perle, Muschel, bunte Steine in die Schatzkiste

Bank

Eine kleine Gartenbank, Polster, das RollUp mit dem Text – Kompetenzstelle Trauer, Freecard, Bücher zum Lesen

Text:

Ein Blick in die Weite.
Wer da saß, ist nicht mehr da.
Der Platz bleibt leer. Abschied tut weh.
Trauer macht sich breit,
Wehmut und was da sonst noch so alles mitkommt.
Es braucht Mut,
sich dem Schmerz oder der Wut oder der Verzweiflung zu stellen.
Auf der Bank ist Platz, sich niederzulassen.
Der Trauer Zeit geben und Raum.
Platz für ein Gespräch oder ein schweigendes Zusammensein.
Da sein – in der Trauer – miteinander.
Bis der Himmel hell wird.

Veronika Prüller Jagenteufel

Beschreibung:

Nehmen Sie Platz und gönnen Sie sich etwas Ruhe und Zeit zum Innehalten, Nachspüren, ...

Ein Stern für DICH – Ein Stern für MICH!

Blaue Himmelleinwand oder blaue Pinnwand/Tücher, Sterne ausgeschnitten in verschiedenen Größen, Stifte, Kleber, Pickerl (Sterne, Blumen, ...), Glizersterne

Hallo Kinder!

Habt ihr euch schon mal überlegt, was Sterne für euch bedeuten?

Hier ein paar Ideen der Kinder aus einer Kindertrauergruppe von Elke Kohl:

„Sterne geben Licht!“, Julia 7 Jahre

„Sterne lassen mich nicht im Dunkeln!“, Tobias 8 Jahre

„Sterne sind die Lichter der Verstorbenen!“, Angelina 11 Jahre

„Sterne sind bei den Toten, weil die Toten dem Sternenhimmel näher sind!“, Luka 10 Jahre

„Der größte Stern ist der von meinem Papa, den hab ich mir schon ausgesucht!“, Matheo 5 Jahre

Beschreibung:

Ich lade dich ein unseren Sternenhimmel hier im TrauerRaum zu schmücken und dir dafür einen Stern für dich und einen Stern für deinen lieben Verstorbenen auszusuchen. Beschrifte die Sterne mit den Namen, male sie an oder beklebe sie, wenn du magst, und gib ihnen dann einen Platz am Sternenhimmel.

Gerne kannst du dir zur Erinnerung auch einen kleinen Glitzerstern mitnehmen.

Segen

Verschiedene Schirme von oben an einer Angelschnur aufhängen, Segenssätze an Schnüren an den Schirmen an kluppen – zum Pflücken, Tisch für Segenstext, und alle Textkarten

Text:

Segen für Trauernde

Gesegnet sei deine Trauer, dass du nicht erstarrst vor Schmerz, sondern Abschied nehmen und dich behutsam verändern kannst, ohne dich verloren zu geben.

Gesegnet deine Klage, dass du nicht verstummst vor Entsetzen, sondern herausschreien kannst, was über deine Kraft geht und dir das Herz zerreißt.

Gesegnet deine Wut, dass die Entmutigung dich nicht überwältige, sondern die Kraft in dir wachse, für dich zu kämpfen, trotzdem dein Leben zu wagen.

Gesegnet deine Einsamkeit, dass du Raum findest, Vergangenes zu ordnen, ohne schnellen Trost zu suchen und in blinder Flucht neues Unheil auf dich herabzuziehen.

Gesegnet seist du, dass du Unsicherheit aushalten und Ängste bestehen kannst, bis du wieder festen Grund spürst unter deinen Füßen und ein neuer Tag dir sein Licht schenkt.

S.Naegli

Beschreibung:

Stellen Sie sich unter einen Schirm, schließen Sie die Augen und fühlen Sie den Schutz unter dem Schirm, den Segen, der Sie auf Ihren Weg begleiten wird. Nehmen Sie sich einen Segenstext mit.

Segenssätze zum Pflücken:

Gesegnet Deine Gedanken,
dass sie immer wieder aus dem Grübeln heraus ins Leben zurückfinden.

Gesegnet Dein Gesicht,
damit es die Tränen aushalten und Lachen zulassen kann.

Gesegnet Dein Herz,
damit es die Liebe findet, die der Quell allen Trostes ist.

Gesegnet Deine Schultern,
damit sie Dir Kraft geben, die kommende Zeit zu tragen.

Gesegnet Deine Mitte,
damit Du darin den Quell der Stärke erfährst.

Gesegnet Dein Mut, der Dich durch die Trauer trägt.

Gesegnet Deine Tränen, die den Schmerz von Dir lösen.

Gesegnet Deine Kreativität,
damit Du immer wieder Wege findest, die Dich weitertragen.