

# Ein stärkender und ermutigender Rundgang durch die Kirche mit inspirierenden Stationen zum Thema Hoffnung



## Einladung aktiv zu werden

Wir erleben gerade eine herausfordernde Zeit. Veränderung, Verunsicherung und die Hoffnung auf eine gute Zukunft, all das bewegt und prägt unser Leben derzeit.

Mit dem Projekt „Schritte der Hoffnung“ wollen wir Pfarren einladen, diese Themen aufzugreifen und in ganz einfacher Form stärkende Impulse zu setzen. Ein Rundgang mit Stationen in der Kirche soll Gelegenheit bieten, bewusst innezuhalten, Kraft zu schöpfen, Danke zu sagen und den Blick wieder in die Zukunft zu richten.

## Eine einfache Umsetzung

Bei den 6 Stationen, die ohne großen Aufwand an verschiedenen Punkten in der Kirche vorbereitet werden können, haben die BesucherInnen Gelegenheit, sich auf unterschiedliche Weise mit dem Thema Hoffnung auseinanderzusetzen.

## Schritte der Hoffnung:

- Ich habe trotzdem Hoffnung
- Ich bin ein geliebtes Kind
- Ich bin dankbar/Ich bitte ...
- Hoffnung ist für mich ...
- Ich schenke Hoffnung
- Ich schöpfe Hoffnung

Für jede Station gibt es einen vorbereiteten Vorschlag zur Gestaltung und eine A3-Plakatvorlage mit den jeweiligen Impulsen.

Wir haben für jede Besucherin und jeden Besucher auch einen kleinen Reiseführer entwickelt. Beim Eingang aufgelegt, soll der Reiseführer individuell alle Reisenden durch die Kirche begleiten. Sie finden dort zu jeder Station die passenden Texte und Impulse und können ihre Gedanken darin auch schriftlich festhalten.

Die Stationen sind aufgrund der derzeitigen Situation bewusst sehr einfach und mit wenig Materialien gestaltet. Günstig wäre es, wenn die BesucherInnen ihren eigenen Stift verwenden. Die gültigen Hygienevorschriften sind jedenfalls einzuhalten. Im folgenden Konzept haben wir für jede Stationen auch einen Ort vorgeschlagen.

## Stationen mit Beschreibung

### *Ich habe trotzdem Hoffnung* Eingangsbereich

**Vorbereitung:** Eine Klagewand/Pinnwand dekoriert mit Masken sowie das Plakat mit den Impulsfragen

Wir mussten uns bei vielen Begegnungen und Treffen eine Maske aufsetzen, das war ungewohnt und befremdend. Die Masken haben unser Leben verändert und teilweise schwieriger gemacht.

Wie hat sich diese schwere Zeit auf mich und meine Familie ausgewirkt?

Was ist mir schwergefallen?

Wo bin ich an meine Grenzen gekommen?

Wie ging es mir damit, mein Gesicht verbergen zu müssen, schwer Luft zu bekommen, die anderen nicht erkennen zu können?

Ich notiere meine Gedanken.

**Variante:** Die eigenen Gedanken eventuell mit Stiften auf vorgefertigte Masken schreiben, diese können dann auf eine Pinnwand geheftet werden, oder es kann eine Schnur gespannt werden, auf die man die Masken heftet.

### *Ich bin ein geliebtes Kind* Taufbecken

**Vorbereitung:** Beim Taufbecken wird ein Spiegel aufgestellt und daneben findet sich ein ansprechender Text (z.B. der Liedtext von „Du bist du“). Das Plakat erklärt die Station.

Du bist mein geliebtes Kind, meine geliebte Tochter, mein geliebter Sohn.  
So wie du bist, mit Maske, ohne Maske, bist du von Gott geliebt,  
ein von Gott geliebtes Kind.

Ein Blick in den aufgestellten Spiegel gibt mir Gewissheit:  
So wie ich bin, ist es gut, ich bin von Gott geliebt.

### *Ich bin dankbar/Ich bitte für* Kerzenständer

**Vorbereitung:** Das Plakat mit dem Impuls

Kerzen erhellen die Dunkelheit. In schwierigen Zeiten schenken sie Hoffnung und Wärme.

Wofür bin ich dankbar?

Wer braucht mein Gebet?

Worum möchte ich Gott bitten?



Während ich eine Kerze der Hoffnung entzünde, spreche ich meinen Dank und meine Bitten aus.

**Variante:** Ein Fürbittbuch auflegen bzw. eine Box für diese Fürbitten, die dann auch im Gottesdienst Platz finden.

## *Hoffnung ist für mich* beim Ambo

**Vorbereitung:** Einige Hoffnungsgedanken auf Kärtchen schreiben und beim Ambo (ev. Stiegen) aufstellen, sowie Plakat mit Impuls

Gedanken der Hoffnung inspirieren mich für den Alltag:

- eine positive Grundstimmung
- ich traue mir etwas zu
- ich fühle mich getragen
- neue Zuversicht, die mich beflügelt
- wie ein Regenbogen am Himmel
- mich in schweren Zeiten getragen zu wissen
- der Glaube an eine gute Zukunft
- ein Neuanfang
- eine Tür in die Zukunft
- Freude, die mich belebt
- ein Geschenk Gottes.

Ein Projekt der PfarrCaritas der Diözese St. Pölten

Ich nehme mir meine Gedanken mit in den Alltag.

Ergänzend kann auch das Gotteslob mit einem Liedvorschlag aufgelegt werden:  
Meine Hoffnung und meine Freude (Nr. 365)

## *Ich schenke Hoffnung* Seitenaltar

**Vorbereitung:** Das Plakat mit den 7 Werken, kleine Karten mit je einem Werk können zusätzlich aufgelegt werden.

Die 7 Werke der Barmherzigkeit laden zur gelebten Nächstenliebe ein.

Gestärkt und voller Zuversicht nehme ich eine Person in den Blick, die meine Unterstützung und Begleitung braucht.

Wem und womit könnte ich Freude bereiten?



## *Ich schöpfe Hoffnung* Weihwasserbecken

**Vorbereitung:** Im Weihwasserbecken liegen stärkende und hoffnungsvolle Bibelzitate zum Mitnehmen. Das Plakat weist darauf hin. Für die Karten gibt es auch eine Vorlage.

Ich gebe euch Zukunft und Hoffnung (Jer 29,11)

Der Herr ist mein Hirte, er führt mich an Wasser des Lebens (Ps 23,1-2)

Jesus sandte die Jünger aus: Gehet hinaus und verkündet (Mk 16,15)

Ich schöpfe Hoffnung und nehme mir beim Verlassen der Kirche einen Bibelspruch mit in den Alltag.

### **Vorbereitete Materialien**

- Zum Download auf der Homepage unter [www.caritas-stpoelten.at/pfarrcaritas](http://www.caritas-stpoelten.at/pfarrcaritas)
- Plakat für den Schaukasten (als Einladung)
- Für jeden Besucher einen Reiseführer
- Plakate für die Stationen mit den jeweiligen Impulsen
- Vorlage für Kärtchen mit den 7 neuen Werken der Barmherzigkeit
- Vorlagen für Bibelstellen zum Thema „Hoffnung“

Wir laden ein, dieses Projekt in den Pfarrgemeinden umzusetzen.

Es ist auch möglich, nur ein paar Stationen herauszugreifen.

Wenn Sie dazu noch Fragen haben, stehen wir gerne mit Rat und Tat zur Verfügung.

*Viel Erfolg mit den  
Schritten der Hoffnung  
wünscht Ihnen  
das Team der PfarrCaritas*