

## „Um die Hand anhalten“

Einige Bausteine für einen Ehevorbereitungstag unter dem Leitbild „Hand“  
L Zum Symbol „Hand“



- Symbolverständnis
- Reichen der Hände
- Hand Gottes
  
- im Neuen Testament

H. Arbeiten mit einem Leitbild in der Ehevorbereitung

HI. Das Leitbild „Hand“ in der Ehevorbereitung

IV. Einige praktische Elemente für die Ehevorbereitung

1. Ein Einstieg
2. Erarbeitung der Begriffe
3. Verschiedene Themen im Bild der Hände bedenken und besprechen
4. Sakrament der Ehe
5. Sexualität
6. Andacht/Wortgottesfeier
7. Abschluss/Verabschiedung

V. Arbeitsblätter/Kopiervorlagen

1. Hände - eine Metaphermeditation
2. Begriffe rund um die Hand
3. Gebet: Christus hat keine Hände
4. Sprechende Hände (J. Heer)
5. Meditation + Bildbetrachtung zu W. Habdank
6. Bild Auguste Rodin: Die Kathedrale

## **I. Symbol Hand (Finger, Arm)**

Die Hand ist das vorzüglichste Glied des Menschen zum Vollzug äußerer Werke, daher im Sprachgebrauch Bild des „Handelns“ in seiner verschiedenen Form. Hände besitzen eine besondere Ausdrucksfähigkeit zur Herstellung eines geistigen Kontaktes mit dem Nebenmenschen.

Wenn ein Mensch dem anderen die Hand reicht, so ergreift er nicht nur das physische Glied, sondern in diesem die ganze geistige Persönlichkeit des anderen, seine Liebe, seine Treue, seine Hingabe oder seine Verzeihung. So ist denn die Hand ein echtes Symbol im Vollsinn des Wortes, (aus D. Forstner: Die Welt der Symbole. Seite 493).

### **Das Darreichen der Hände**

Ist von alters her äußere Kundgabe der Übereinstimmung.... Diesen Sinn hatte auch die Prägung von zwei ineinander gelegten Händen auf sehr vielen römischen Münzen. Die Darreichung der Rechten der Brautleute ist daher nicht erst im Christentum, sondern von jeher wesentliches Zeichen der Ehebandes. (Nach Forstner Seite 493).

### **Hand Gottes**

Hand, Arm oder Rechte Gottes sind an unzähligen Stellen der Bibel Anthropomorphismen, die seine schaffende, helfende, führende, schützende, rettende, siegreiche oder auch strafende Macht bezeichnen.

Die Hl. Schrift gebraucht das Bild der Hände in vielfachem Sinn für Handeln.

Häufig hat in der Bibel eine Handgeste symbolischen Sinn:

Befehl an Mose: "Streck deine Hand aus!" (vgl. Exodus Kap. 8ff)

Beide Hände werden zum Gebet erhoben (vgl. Ex. 17,11)

Zum Schwur wird eine Hand erhoben (vgl. Num. 14,30)

Segnung (Gen. 48,14.17), Übertragung von Schuld (Lv. 1,4) und Übertragung eines Amtes (Num. 27,23) geschah durch Handauflegung.

### **Im Neuen Testament**

Jesus, menschengewordener Gottessohn, ist die „Hand Gottes“

Oftmals besondere Betonung der Hände Jesu in den Evangelien (vgl. alle Schriftstellen die mit Berührung, Handauflegung zu tun haben).

Durch Handauflegung werden Kranke geheilt, wird Segen gesendet. Der sinkende Petrus wird gerettet, Brot wird gebrochen.

Die Wundmale an den Händen werden zu Erkennungszeichen des Auferstandenen.

## - 3 - DL Arbeit

### mit einem Leitbild in der Ehevorbereitung

1. Im Ehevorbereitungstag kommen immer nur einige Aspekte von Ehe zur Sprache. Ein Bild drückt oft viel einfacher aus, Wozu oft sogar viele Worte nicht ausreichen.
2. Bilder sind ausbaufähig, mit eigenen Gedanken und Vorstellungen.
3. Vieles was zu einem Thema noch zu sagen wäre, verdichtet sich im Bild (Symbolgehalt)
4. Das Sprechen und das Tun wird konkreter und anschaulicher. Ein Bild prägt sich besser ein.
5. Der Tag erhält durch das (Leit)bild einen roten Faden, steht unter einem Motto.
6. Verschiedene Themenbereiche des Tages können am Bild anknüpfen, werden in einem Gesamtzusammenhang integriert.

### HL Das Leitbild „Hand“ in der Ehevorbereitung

Ausschlaggebend war für mich der Wunsch anschaulich zu arbeiten (mit allen Sinnen lernen). Eintägige Ehevorbereitungstage sind für mich niederschwellige Angebote für Menschen, bei denen kaum theologische Vorbildung vorausgesetzt werden kann.

Die Sprache muss eher konkret und anschaulich sein.

Im Trauritus spielt das Zeichen Hand eine große Rolle.

Auch praktische Überlegungen spielten eine Rolle: Das Medium Hand ist allen vertraut und es ist jederzeit verfügbar im Seminar, was für einen Einzelreferenten wichtig ist.

### IV. Einige praktische Elemente für den Ehevorbereitungstag

#### 1. Einstieg

1. Jede Tlnin, jeder Tln, zeichnet seine Hand auf buntes Tonpapier und schneidet diese aus.
2. Eigene Erwartungen und Befürchtungen werden auf die Hand geschrieben.
3. Jeder stellt seinen Partner vor; nennt auch dessen Erwartungen und Befürchtungen.
4. Aus den Händen wird eine Mitte gestaltet. Es wird sichtbar, wer da ist und hörbar, was Jede/Jeder mitbringt und einbringt.

#### 2. Die Erarbeitung der Begriffe um das Leitbild Hand

- Geschieht spielerisch  
Pantomimisch
- Mit Ratecharakter
- Als Paarübung
- Bringt in Bewegung

Jedes Paar zieht ein oder zwei Begriffskarten (Worte und Begriffe rund ums Thema Hand) mit der Handlungsanweisung und spielt dann diese Begriffe als Paar vor. Die Begriffe sollen von allen Teilnehmern erraten werden. **Wichtig ist mir,**

- dass Jeder sich beteiligt
- dass sich jeder zeigt
- dass alle ein Erfolgserlebnis haben
- dass sie als Paar etwas gemeinsam tun
- dass sie nicht exponiert reden müssen

ab11/07

### **Begriffe zum Leitbild Hand**

- |                              |                              |                           |
|------------------------------|------------------------------|---------------------------|
| - um die Hand anhalten       | in seine/ihre Hand begeben   | - die Hand reichen        |
| - auf Händen tragen          | da habe ich meine Hand drauf | - die Hand/Hände auflegen |
| - Hände in den Schoß legen - | er/sie hält die Hand drüber  | - die Hände schütteln     |
| - handgreiflich werden       | Händchen halten              | - Hand aufs Herz          |
| - händeringend               | mir sind die Hände gebunden  | - die Hand ausgerutscht   |
| - in die Hände klatschen     | gut behandeln                | - Hand anlegen            |
| - in seiner/ihrer Hand sein  | an der Hand nehmen           | - handeln                 |
| - die Hand erheben           | die Hände erheben            | - in die Hand nehmen      |
| stützen                      | - umarmen                    | - auf den Arm nehmen      |
| in den Arm nehmen            |                              |                           |

**Damit ist der rote Faden gelegt für den Tag. Die Begriffe kommen im Laufe des Tages zur Sprache.**

**Diese Einheit kann ganz gut abgeschlossen werden mit der Metaphermeditation HÄNDE von M. Schneider (vgl. Anhang)**

### **3. Verschiedene Themen des Ehevorbereitungstages im Bild der Hände bedenken und miteinander besprechen;**

#### **a) Thema Kommunikation**

- gelungene K. (gut behandeln; Hand reichen)
- Kommunikationsprozess (z.B. händeringend)
- Gescheiterte K. (z.B. mir ist die Hand ausgerutscht; handgreiflich)

#### **b) Thema Herkunftsfamilie**

Was trage ich in die Ehe hinein?

#### **c) Thema Paarwerdung**

Was möchte ich zum Gelingen unserer Ehe bei- tragen?  
Wie möchte ich handeln? Wie dich behandeln?

#### **d) Thema Konflikte**

- handeln
- behandeln
- in die Hand nehmen

#### **4. Sakrament der Ehe**

Eine hinführende Übung zur Feier der Trauung.

„Das Zeichen der Hände“ (aus: Unterwegs zur Ehe dkv 1993)

##### **Möglichkeit 2: »Das Zeichen der Hände« - Eine hinführende Übung zur Feier der Trauung**

Im Trauritus spielt das Zeichen der Hände eine große Rolle. Es symbolisiert das Zusammengehören des Paares (im Anstecken der Ringe, der Handreichung), gleichzeitig ist es aber auch Zeichen der Segenszusage Gottes für diese Verbindung (in der Handauflegung durch den Priester bei der Umwindung der Hände mit der Stola, in der Handausstreckung bei der Herabrufung des Heiligen Geistes beim Segensgebet).

Die Hand ist somit Abbild «irdischer» Realität und Symbol der Gotteserfahrung. Als sinnenfälliges, menschliches Zeichen ist sie geeignet zu verdeutlichen, daß »Sakrament Ehe« die Verbindung von alltäglichem Leben und Glauben an die Wirksamkeit Gottes in der Paarbeziehung ist.

Mitfügender Übung können die Paare in der Ehevorbereitung hingeführt werden zu einer bewußteren und tiefergehenden Wahrnehmung der symbolischen Handlung im Trauritus.

Die Paare sitzen dabei im Stuhlkreis. Es ist günstig, wenn die Leitung der Gruppe selbst ein Paar ist und die Übung mitmachen kann. Die TN kommen sich dann nicht beobachtet vor.

##### *Übungsanleitung:*

«Wir möchten jetzt mit Ihnen näher auf den Trauritus eingehen und dabei unsere Aufmerksamkeit auf das richten, was Sie mit Ihren Händen dabei ausdrücken. Bei Ihrer Trauung werden Sie, nachdem Sie einander das Ja-Wort gegeben haben, vom Priester aufgefor-

dert, sich die rechte Hand zu reichen. Er umwindet Ihre beiden Hände dann mit der Stola und legt seine eigene rechte Hand darauf, um die Ehe zu bestätigen. Was diese Handreichung und das Handhalten bedeutet, das möchten wir hier ein wenig nachvollziehen.

Bitte setzen Sie sich dazu bequem und nah genug an Ihren Partner/Ihre Partnerin heran, um sich einander an der Hand halten zu können.

Nehmen Sie nun ganz bewußt die Hand Ihres Partners/Ihrer Partnerin wahr: Wie fühlt sie sich an? Welche Gedanken, Empfindungen, Erinnerungen löst diese Berührung bei Ihnen aus?

Sie können diese Gedanken dann einfach in die Runde hinein sprechen, ohne daß sie kommentiert werden. Auf diese Weise können wir tiefer mit der Bedeutung dieser 'Handlung' vertraut werden. «

Wenn nach einiger Zeit Eindrücke genug geäußert worden sind, kann als Anschlußfrage erfolgen, welche Bedeutung die TN in der Handauflegung durch den Priester sehen.

Bedeutung folgender „Handlungen“ bei der Trauung erschließen:

1. „Reichen sie einander die rechte Hand“ vgl. t'lbung- Zeichen der Hände (s. o.)

2. „Der Priester legt seine Hand auf die Hände des Brautpaares“

Stichworte dazu: - der Dritte im Bunde

- da hat einer seine Hand drauf

3. „Dann breitet der Priester die Hände aus (und betet) beim Brautsegnen.“

**Eine Umgestaltung der „Mitte des Raumes“ kann diese Einheit sinnvoll ergänzen.**

**Plakat:**

**Gott spricht: „Ich habe dich in meine Hand geschrieben, mein bist du“ Jes. 49,16**

## 5. Element zum Thema Sexualität (Quelle unbekannt)

### \* 8 Berühren und berührt werden

Eine Übung zum Thema „Sexualität“

Immer zwei Teilnehmerinnen tun sich zusammen. EineR legt sich bequem auf den Boden auf eine Decke, den Kopf im Schoß des Partners. Die Person, die liegt, versucht, ruhig zu werden, sich zu entspannen. Die andere versucht, mit ihrer Aufmerksamkeit ganz in den Händen zu sein. Dann erst beginnt er oder sie das Gesicht des Partners oder der Partnerin zu massieren, zu streicheln, die Konturen des Gesichts nachzuzeichnen ... (*Zeit: 10 Minuten*). Dazu läuft leise, ruhige, „zärtliche“ Musik. Dann wechseln die Partner. Anschließend: Austausch zu zweit.

*Variante:* Es ist auch schön, sich gegenseitig die Füße zu massieren.

## 6. Elemente für die Andacht/ Wortgottesfeier zum Abschluss

- Textstellen mit dem Thema Hände
- Gebet: Christus hat keine Hände (vgl. Anhang)
- Wechselgebet: Sprechende Hände von Josef Heer (vgl. Anhang)

## 7. Element zum Abschluss des Tages/ Verabschiedung

- was Jede/Jeder mitgebracht hat
  - was Jede/Jeder eingebracht hat
  - was Jede/Jeder mitnimmt
- > die Papierhände werden mitgegeben; die Tln werden mit guten Wünschen und Handschlag verabschiedet.

## **Begriffe und Redewendungen zum Leitbild Hand**

- » um die Hand anhalten
- » auf Händen tragen
- » Hände in den Schoß legen -
- » handgreiflich werden
- » händeringend
- » in die Hände klatschen
- » in seiner/ihrer Hand sein
- » die Hand erheben
- » in den Arm nehmen
- » in seine/ihre Hand begeben
- » da habe ich meine Hand drauf
- » er/sie hält die Hand drüber
- » Händchen halten
- » mir sind die Hände gebunden
- » gut behandeln
- » an der Hand nehmen
- » die Hände erheben
- » umarmen
- » die Hand reichen
- » die Hand/Hände auflegen
- » die Hände schütteln
- » Hand aufs Herz
- » die Hand ausgerutscht
- » Hand anlegen
- » handeln
- » in die Hand nehmen
- » auf den Arm nehmen
- » stützen

## **Hände — eine Metaphermeditation**

Hände

sind wie Schalen, die empfangen.

Hände

sind wie ein Haus, das Geborgenheit gibt.

Hände

sind wie ein Schiff, das Lasten trägt.

Hände

sind wie ein Mantel, der wärmt.

Hände

sind wie Balsam, wenn sie heilen.

Hände

sind wie Bäume, wenn sie Schatten geben.

Hände

sind wie Anker, die retten.

Hände

sind wie Brot, wenn sie Gutes tun.  
Hände  
sind wie Burgen, die beschützen.  
Hände  
sind wie eine Schatztruhe, die Kostbarkeiten bewahrt.  
Hände  
sind wie Sterne, die Wege weisen.  
Hände  
sind wie Brücken, wenn sie sich zur Versöhnung reichen.  
Hände  
sind wie Rosen, wenn sie schenken.  
Hände  
sind wie eine Quelle, wenn sie segnen.  
sind wie ein Fels, wenn sie sich zum Schwur erheben. Hände  
Hände  
sind wie ein Blitz, wenn sie falsch schwören.  
Hände  
sind wie eine Keule, wenn sie schlagen.  
Hände sind wie ein Donner, wenn sie drohen.  
Marie Hildeberte Schneider

**Christus hat keine Hände, nur unsere Hände,  
um seine Arbeit heute zu tun.  
Er hat keine Füße, nur unsere Füße,  
um Menschen auf seinen Weg zu führen.  
Christus hat keine Lippen, nur unsere Lippen,  
um Menschen von ihm zu erzählen.  
Er hat keine Hilfe, nur unsere Hilfe,  
um Menschen an seine Seite zu bringen.**



# SPRECHENDE HÄNDE

<i>Männer</i>	<i>Frauen</i>
Auf Deine Schulter lege ich meine Hand, ich zieh Dich sanft an mich. Ich lass Dich mein Begehren spüren. Ich liebe Dich!	
	Ich gebe meine linke Hand in Deine – ohne Zagen. Ich fühl Dein Atmen, Deine Kraft. Ich will mein Leben mit Dir wagen.
Die Hand will ich nicht von Dir nehmen Ich will Dich stützen, Tag für Tag; Ich wird die Jahre mit Dir gehen. Was auch ihr Lauf uns bringen mag.	
	Die rechte Hand deckt meinen Schoß Und sucht Dich zu berühren: Bald wird wohl Deine Kraft in mir Zu neuem Leben führen ...
Wird uns das Spiel der Hände nicht Im Lauf der zeit vergehen? Wird ich, wenn Du Dich wandeln wirst, Dich jeweils neu verstehen?	
	In mir ringt Hoffnung mit der Angst, ob einst die Hände bleiben: ich bitt, dass weder Streit noch Not uns auseinander treiben.
Wir halten hoffend unsere Hände und rufen, großer Gott, zu Dir: In Deiner Hand ist unser Leben, stärk unsre Lieb, hilf uns zum Wir!	
<i>J. Heer</i>	

In verteilten Rollen zu lesen



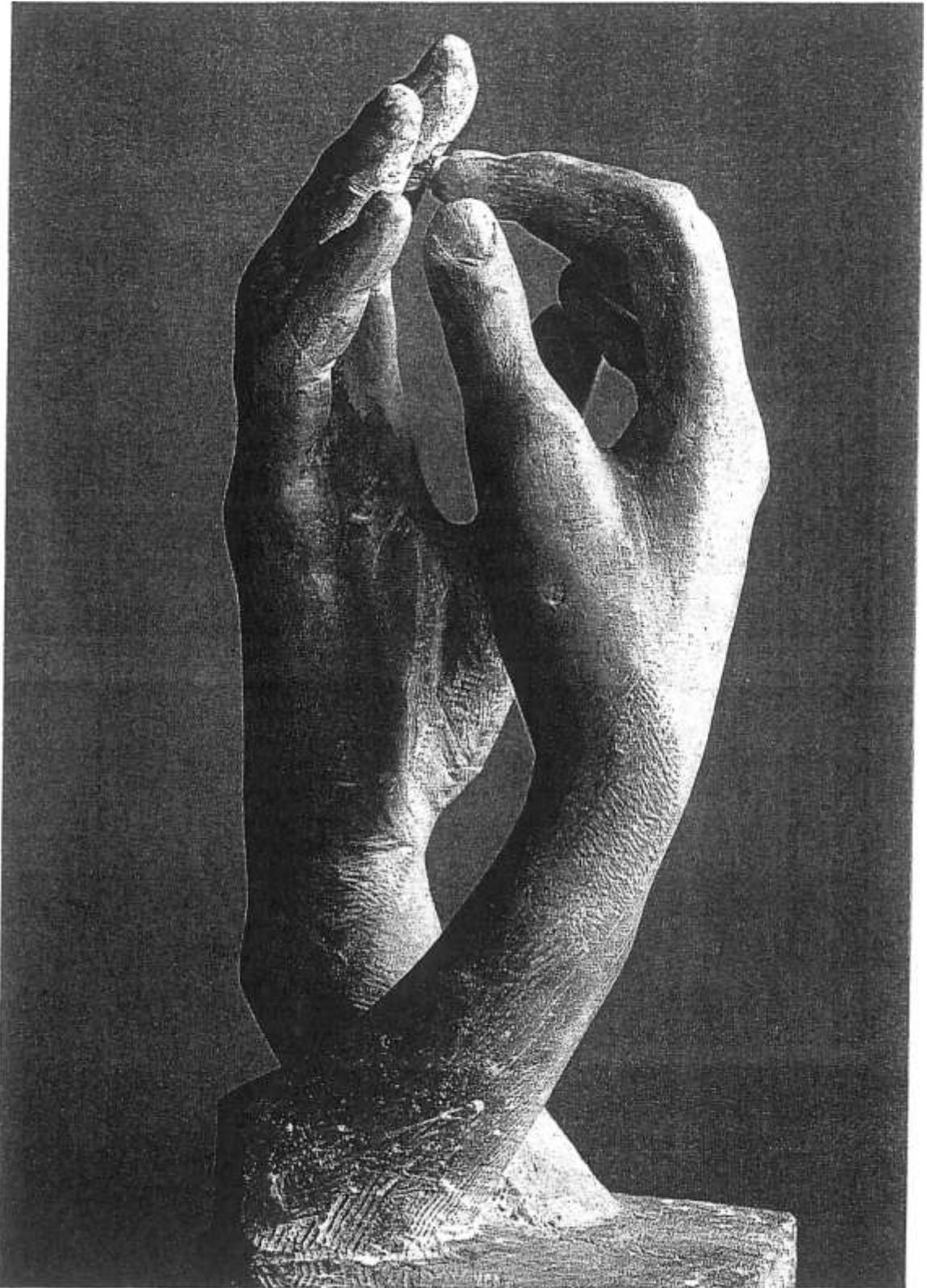
Unser Ja ist ein Ja.  
Unser Ja ist kein Jaja.  
Unser Ja ist kein Möglicherweise,  
kein uiter Umständen,  
kein Probeweise.  
Unser Ja ist kein Naja.  
Unser Ja  
ist ein Ja zu uns,  
wie wir sind  
und wie wir werden können.

Meditation: "3ilol v. 10.

- "Aufgehobensein" in Deinen Händen
- Meditation/Besinnung
  1. Wie Deine Hände mit mir umgehen .....
  - 2.....wie meine Hände mit "Dir" umgehen
  3. Fragen: Bin ich bei Dir geborgen.....?
- Betrachten der eigenen Hände!

Was mache ich mit meinen Händen?  
Unser Ja .....
- Besinnung zum Ja-Wort, das wir uns geben werden

Was heiß es, dem geliebten "DU" das Ja-Wort  
zu geben?



## **INNERES DER HAND**

**Rainer Maria Rilke**

Inneres der Hand.  
Sohle, die nicht mehr geht als auf Gefühl.  
Die sich nach oben hält und im Spiegel  
himmlische Strassen empfängt,  
die selber wandernden.  
Die gelernt hat, auf Wasser zu gehn,  
wenn sie schöpft.  
die auf den Brunnen geht,  
aller Wege Verwandlerin.  
Die auftritt in anderen Händen,  
die ihresgleichen  
zur Landschaft macht:  
wandert und ankommt in ihnen,  
sie anfüllt mit Ankunft.

Außerdem zum Motto „Hand“:

**„La Cathedrale“ - Partner-Übung zu einer Skulptur von Auguste Rodin**  
-bereits seit langem im Referenten-Arbeitsmaterial der Ehevorbereitung,  
Unter-Ordner „Sakrament“, vorhanden! -