

# Erläuterungen zur Geschichte

## Es geht um Frieden in mir und in der Welt

---



Hase, Fuchs und Bär sind nicht die besten Freunde.

Sie jagen sich.

Der Hase hat große Angst vor dem Fuchs, und der Fuchs vor dem Bären.

Und der Bär große Angst vor Wanja.

Wanja ist nämlich Jäger.

Aber in dieser kalten Nacht, in der alle sehr gefroren haben, ist die Angst vergessen. Alle vier rücken zusammen. Jetzt ist ihnen nicht mehr kalt. Wanjas Haus im Wald ist ziemlich klein, da hat nicht jeder sein eigenes Zimmer. In Wanjas Haus schlafen alle nebeneinander, so steht es in der Geschichte.

Auch wir rücken in unseren Häusern etwas zusammen, nicht jeder hat ein eigenes Zimmer. Das heißt nicht jeder hat eine Rückzugsmöglichkeit, wenn es zu ENG wird.

### Oder doch?

- Wir können uns außerhalb unserer Wohnung erholen und neue Energie tanken
- Ein Spaziergang an der frischen Winterluft tut Körper, Geist und Seele gut
- Eine kleine Auszeit jeden Tag wirkt oft Wunder
- Die Gedanken schweifen lassen bei schöner Musik
- Den Sonnenaufgang oder Untergang bewusst erleben
- Somit entspannt in den Tag starten und sich vom Tag dankend verabschieden
- Den Tag mit einem Kreuzzeichen beginnen und mit einem Abendlied oder Gebet beenden.
- Die Spuren des Tages noch einmal in den Blick nehmen.
- Dies alles dient der Entschleunigung und stiftet Frieden

### Wanja hatte nur eine Bedingung:

„Aber nur! Wenn ihr friedlich miteinander seid.“

Das klingt erstmal sehr einfach. Friedlich sein kann doch jeder oder?

Frieden halten ist eine der größten Herausforderungen für uns Menschen.

- In jedem Gottesdienst bekommen wir den Frieden vom Altar.
- In jedem Gottesdienst „schenken“ wir uns gegenseitig den Frieden.

### Der Kleine Frieden

Der kleine Frieden hat Kraft um wie ein Freund zu sein.

Der kleine Frieden kann gut verstehen und verzeihn.

Er weiß, dass wir nur Menschen sind  
und hat sich doch für uns entschieden,  
will uns behüten wie ein Kind,  
er gibt nicht auf – der kleine Frieden.

(Rolf Zuckowski)