

Moringa - der Wunderbaum

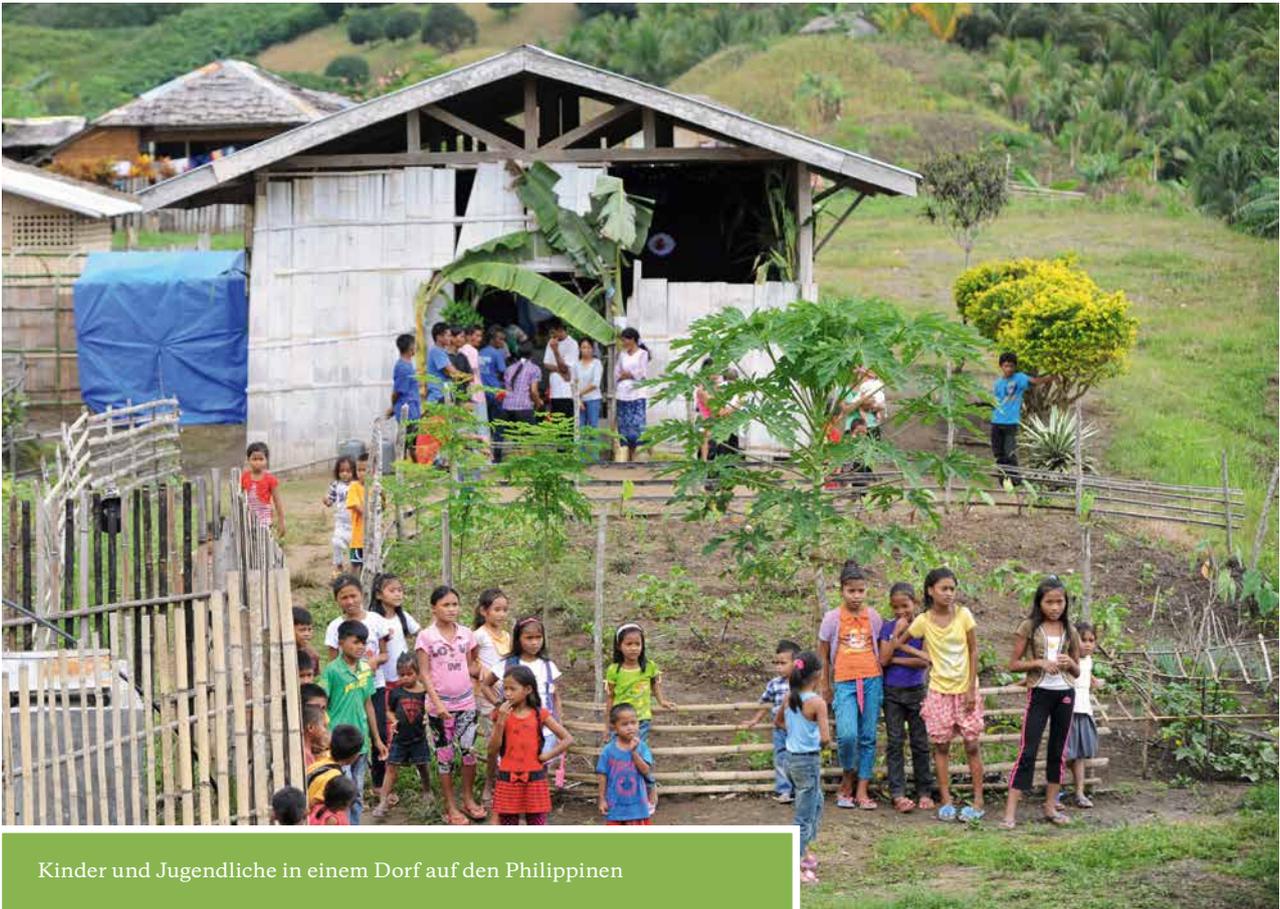
Entwurf zu einem Familiengottesdienst zu Erntedank

VON TATJANA GRUNDEI UND VERONIKA ULLMANN

Das Sinnbild des Baumes - biblisch und als Symbol für ein gesundes Leben mit den Gaben der Schöpfung - trägt diesen Entwurf für einen Familiengottesdienst zum Erntedankfest. Das Projekt „Das Glück kommt aus dem Garten“ von der philippinischen Insel Mindanao, das von Brot für die Welt unterstützt wird, bildet den Rahmen. In den Dörfern im Süden von Mindanao sind die Menschen auf Nahrungsmittel angewiesen, die sie selbst anbauen. Einkaufsmöglichkeiten gibt es kaum und die Dörfer in den Bergen sind schwer erreichbar. Es gab immer wieder Zeiten, in denen die Ernte kaum ausreichte, die Menschen ausreichend zu ernähren. Deshalb sind die Familien froh über die Veränderungen, die überall um sie herum wachsen, seit Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von BIHMI (Brokenshire Integrated Health Ministries), einem Partner von Brot für die Welt, in ihre Region gekommen sind.

Die Menschen legen jetzt Gemüsegärten an, sie werden in Ernährung und Landwirtschaft geschult und lassen sich zu Gesundheitshelfern ausbilden. In vielen der Gärten wächst ein Moringabaum. Doch warum ist es gerade dieser Baum, und was ist an ihm so besonders? Dazu werden Sie in diesem Entwurf vieles erfahren. Die Kinder in Ihrer Gemeinde lernen die Lebenswelt eines Dorfes auf den Philippinen kennen - mit den Augen der kleinen Patricia-Maria - und sie erfahren, was der Moringabaum alles kann. Dazu gibt es ein Anspiel, eine Bildergeschichte und Bastelideen. Auch zu dem Projekt können Sie Material bestellen - zur Information und Unterstützung. Bitte beachten Sie dazu die Hinweise am Schluss dieses Beitrages.





Kinder und Jugendliche in einem Dorf auf den Philippinen

Lied zu Beginn 🎵

Morgenlicht leuchtet, EG 455

Begrüßung

Heute zu Erntedank sagen wir Danke. Wir danken Gott für alles, was er geschaffen hat. Er hat die Erde so geschaffen, dass wir alles finden, was wir zum Leben brauchen. Gott hat uns diese Erde geschenkt. Dieses Geschenk teilen wir mit allen Menschen auf dieser Erde. Darum werden wir uns in diesem Gottesdienst mit Menschen verbinden, die weit entfernt von uns, auf einer der Inseln der Philippinen leben. Mit Brot für die Welt besuchen wir dort ein Projekt und hören, wie die Menschen leben und was ihnen die Schöpfung für ihr Leben gibt.

Lasst uns diesen Gottesdienst feiern
im Namen Gottes des Vaters,
der diese Welt in seiner Hand hält
im Namen des Sohnes,
der unser Bruder ist und uns zur Liebe befreit hat
im Namen des Heiligen Geistes, der uns Mut macht,
die Schöpfung zu bewahren.

Psalmgebet nach Psalm 1

Der ist wie ein Baum, der an Wasserbächen
gepflanzt ist, der zur rechten Zeit seine
Frucht bringt und dessen Blätter nicht welken.
Alles, was er tut, wird ihm gut gelingen.
Wie eine Sonne gehst du auf über uns
und bist unser Licht.

Wie gerne möchten wir sein wie Bäume,
gepflanzt an Wasserbächen, grünend
und Früchte tragend.

Wie gerne möchten wir blühen,
gestärkt von deiner Kraft,
gewärmt von deinem Licht.

Gott, du siehst uns, siehst unser Bemühen
und unser Sehnen,
du siehst uns auch, wenn wir matt sind,
ohne Ausstrahlung, ohne Frucht.

Du siehst uns, wenn wir zu schwach sind,
anderen Schatten zu spenden,
du leidest mit uns,
wenn wir nicht fest und verwurzelt stehen.
Zeige uns dein Erbarmen und deine Liebe.
Schenke du uns die Kraft fest zu stehen,
zu blühen und Frucht zu bringen.

Denn wir wissen, dass wir auf deinem Boden wurzeln,
dass dein Geist uns zum Grünen und Strahlen bringt.

Amen

Lied 🎵

„Meinem Gott gehört die Welt“, EG 408

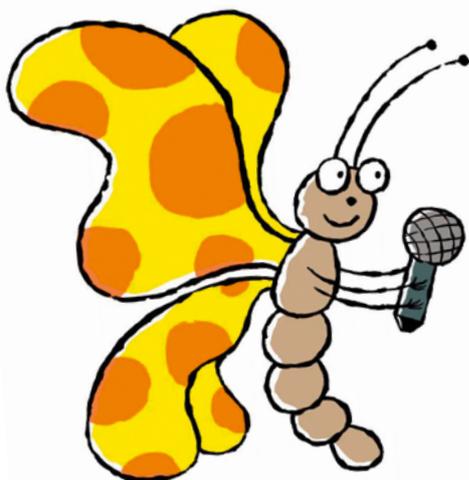
Lilias Reise auf die Philippinen

LILIA UND PATRICIA MARIA KÖNNEN VON KINDERN GESPIELT WERDEN. LILIA KANN MIT GEBASTELTEN SCHMETTERLINGSFLÜGELN DARGESTELLT WERDEN ODER MIT KINDERSCHMINKE IM GESICHT. WIE SIE DIE BILDER VON DEN PHILIPPINEN WÄHREND DES GOTTESDIENSTES EINSETZEN, RICHTET SICH NACH DEN MÖGLICHKEITEN IN IHRER GEMEINDE. WIR BIETEN IHNEN EXTRA ZU DIESEM FAMILIENGOTTESDIENST EINE POWERPOINT-PRÄSENTATION IM WELTGEMEINDE-PORTAL VON WWW.BROT-FUER-DIE-WELT.DE. DAMIT KÖNNEN SIE DIE BILDER ENTWEDER MIT EINEM BEAMER PROJIZIEREN ODER SIE DRUCKEN SIE AUS.

Einleitung

Bäume wachsen überall auf der Erde! Und überall sehen sie ganz unterschiedlich aus! Bei uns ernten wir im Herbst vieles, was an Bäumen gewachsen ist. Aber kennt jemand einen Baum, der nicht bei uns wächst und dessen Früchte wir trotzdem kennen? (Kokospalme, Bananenpflanze, Feigenbaum, Orangen- und Zitronenbäume usw.). Heute haben wir Besuch von einem Schmetterling, der Lilia heißt. Lilia reist für Brot für die Welt um die ganze Erde! Und wenn Lilia dann die Familien und die Kinder in der Kirche besucht, berichtet sie von ihren Reisen!

Lilia: Liebe Kinder, heute erzähle ich Euch von meiner letzten Reise. Ich war ganz weit weg - im Südosten von Asien, in einem Land, das auf über 7000 Inseln liegt und Philippinen heißt. Und auf EINER dieser Inseln habe ich Patricia Maria getroffen: Schaut mal!



Patricia Maria (rechts) und ihre Mama Michelle

Sie lebt mit ihren Eltern in einem Dorf, das Paraiso heißt. Sie haben in Ihrem Garten einen „Wunderbaum“. Und warum dieser so wunderbar ist, habe ich mir von ihr erklären lassen ...

Schmetterling kommt von hinten angefliegen und landet direkt vor Patricia Maria.

Patricia Maria: Hallo, wer bist du denn?

Lilia: Ich bin Lilia, der Schmetterling von Brot für die Welt, der überall auf der Welt Kinder besucht. Und wo bin ich hier gelandet?

Patricia Maria: Hallo Lilia! Schön, dass du mich besuchst. Du bist in unserem Garten auf dem Moringabaum gelandet. Und ich bin Patricia-Maria. Aber alle nennen mich PM.

Lilia: Oh, hallo PM!

M-o-r-i-n-g-a ... was ist denn das für ein Baum?

Patricia Maria: Das kann ich Dir erklären. Er wird auch Wunderbaum genannt, weil alles an ihm sooo gesund ist. Wir sammeln die Blätter und trocknen sie, um Vorräte anzulegen, falls mal nichts im Garten wächst. Meine Mama zerreibt sie mit dem Mörser zu feinem Pulver. Und das streut sie auf meinen Maisbrei. Es schmeckt würzig und ein bisschen würzig und irgendwie grün. Das musst du auch einmal probieren!

Komm ich zeige dir, was noch alles in unserem Garten wächst. Hier haben wir Süßkartoffeln, Papaya, Bananen und Zwiebeln. Welches Obst und Gemüse wächst denn bei dir zuhause?

HIER KÖNNEN DIE KINDER REINRUFEN, WELCHES OBST UND GEMÜSE BEI IHNEN ZUHAUSE WÄCHST.



So sehen die Blätter des Moringabaumes aus.

Erzählung

Patricia-Maria nimmt uns mit in ihr Dorf Paraiso

Hallo Kinder, das ist mein Dorf Paraiso. Das ist Filipino und heißt Paradies. Und so schön ist es hier auch - wie im Paradies.

Unser Dorf liegt auf der philippinischen Insel Mindanao. Mein Papa, meine Mama und ich leben in einem kleinen Bambushaus in den Bergen. Manchmal regnet es durch das Dach rein, aber das ist gar nicht so schlimm, denn hier ist es auch sehr warm und daher trocknet alles schnell wieder.

Papa steht immer sehr früh auf und kommt erst spät abends wieder. Er arbeitet auf unserem Feld, und bis dahin ist es ein weiter Weg. Dort wächst unser Mais. Wir essen oft Maisbrei. Aber meine Mama sagt, das ist nicht genug. Es ist ganz wichtig auch Obst und Gemüse aus dem Garten zu essen. Und natürlich Moringa. Das ist der Baum, von dem ich Lilia vorhin schon erzählt habe.

Früher gab es manchmal nicht genug zu essen oder es gab immer das Gleiche - Mais oder Reis. Das macht zwar satt, ist aber nicht ausreichend um gesund und fröhlich zu leben. Deshalb waren die anderen Kinder und ich oft krank und einfach zu müde, um zu spielen oder zu kraftlos, um den weiten Weg bis zur Schule zu laufen.

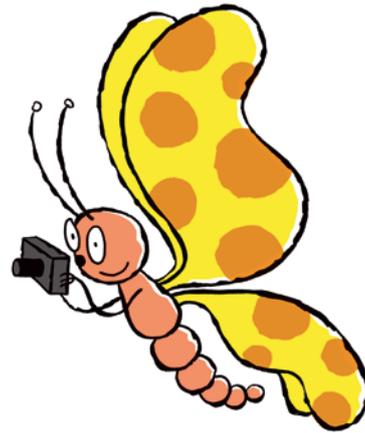
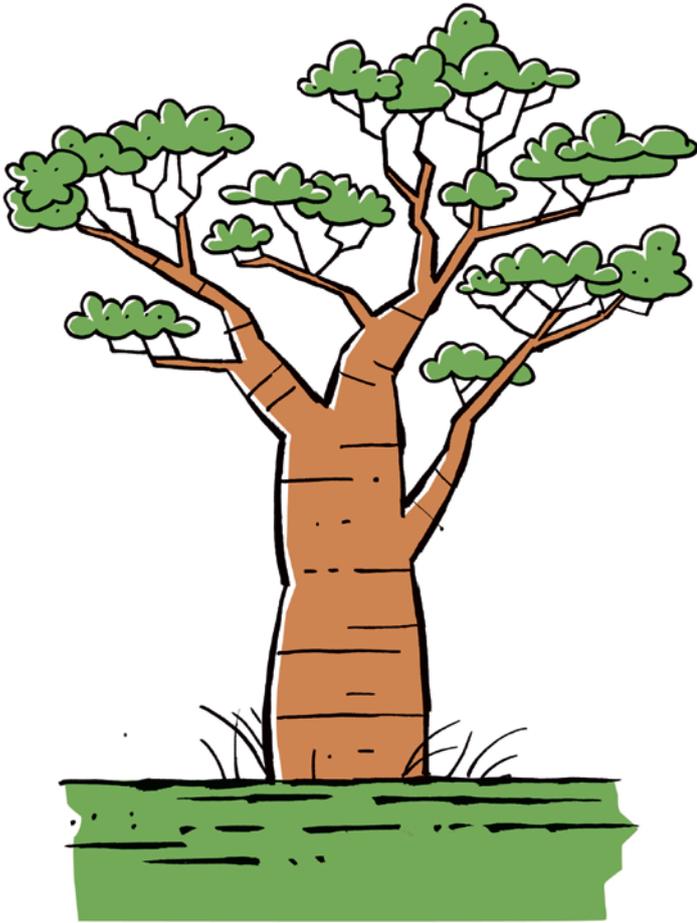
Seit die Leute von BIHMI uns regelmäßig besuchen, hat sich einiges verändert. BIHMI ist eine Organisation, die für Menschen arbeitet - ein Partner von Brot für die Welt. Die BIHMI-Leute haben allen im Dorf gezeigt, was man essen muss um gesund zu bleiben und wie man unseren Gemüsegarten vor den frechen Hühnern schützt. Die finden unsere Bohnen, Gurken und Paprika nämlich genauso lecker wie wir.

Wir machen jetzt auch unseren eigenen Dünger, das stinkt zwar ganz schön, aber es hilft, dass die Pflanzen noch besser wachsen und die Tomaten noch dicker werden. Und seit wir einen Brunnen direkt im Dorf haben, müssen wir gar nicht mehr weit gehen, um Wasser für den Garten und uns zu holen.

Die BIHMI-Leute haben uns auch erklärt, wie wertvoll die Blätter des Moringabaumes für unsere Gesundheit sind. Sie enthalten alles, was man so an Vitaminen braucht um groß und stark zu werden.

Meine Mama ist außerdem Gesundheitshelferin geworden. Das ist gut, denn hier gibt es weit und breit keinen Arzt und schon gar kein Krankenhaus.

Wir essen jetzt immer gemeinsam und alle Mamas und Papas im Dorf achten sehr darauf, dass wir Kinder genügend Gemüse essen. Und wisst ihr was? Das mache ich sogar gerne, denn es ist einfach so schön bunt und macht mich außerdem super stark!



Lied 🎵

Pflanzt den Baum der Hoffnung
aus „Durch Hohes und Tiefes“, Nr. 378

Pflanzt den Baum der Hoffnung vor unser Haus,
dass er seine Zweige streckt weit hinaus.
Jeden begrüßt er, er lässt dich ein und aus
Pflanzt den Baum der Hoffnung vor unser Haus.

Pflanzt den Baum des Lebens in unsre Stadt
dass der graue Stein eine Frage hat.
Lebensraum schafft er für uns Blatt um Blatt.
Pflanzt den Baum des Lebens in unsre Stadt.

Pflanzt den Baum des Friedens in unser Land,
pflegt ihn und begreift seinen schweren Stand.
Für alle blüht er, macht ihn weltbekannt.
Pflanzt den Baum des Friedens in unser Land.

Predigtimpuls

Liebe große und kleine Menschen,

„Der ist wie ein Baum, gepflanzt an den Wasserbächen,
der seine Frucht bringt zu seiner Zeit.“ – So steht es
in der Bibel, im Psalm 1. Die Psalmen sind wie
Gebets-Gedichte in der Bibel – und Ihr kennt bestimmt
auch andere Gedichte und Lieder über Bäume. Der,
der dieses Gebet geschrieben hat, den ersten Psalm,
vergleicht den Menschen mit einem Baum. Nicht mit
irgendeinem Baum, sondern mit einem kräftigen,

Was ist Moringa?

Der Moringabaum (botanisch: Moringa Oleifera) kommt ursprünglich aus der Himalayaregion, wächst aber in allen Ländern der Tropen und Subtropen sehr schnell und pflegeleicht. Auf den Philippinen heißt er Malunggay. Er wird auch Meerrettichbaum genannt, da seine Wurzeln leicht scharf schmecken.

Den Namen Wunderbaum verdient er sich, da die essbaren Pflanzenteile, vor allem die Blätter, einen hohen Gehalt an Proteinen, Vitaminen (vor allem Vitamine A und C) und Mineralstoffen (Kalzium, Magnesium, Kalium, Eisen und Natrium) haben. Das macht ihn zu einer leicht zugänglichen und wertvollen Nährstoffquelle vor allem in Regionen, die mit Unter- und Mangelernährung zu kämpfen haben. Essbar sind auch die Früchte des Baumes. Sie werden „Drum sticks“ genannt, sehen aus wie grüne Bohnen und schmecken wie Spargel. Das Pulver der Moringasamen kann außerdem zur Trinkwasseraufbereitung verwendet werden.

dessen Wurzeln sich glücklicherweise an einem Wasserlauf in die Erde graben, der also gut versorgt ist mit dem, was er zum Grünen und zum Fruchttragen: zum Leben braucht. Und nun sagt unser Psalm, wir Menschen sind auch wie solche schönen Bäume mit guten Früchten, wenn wir so leben, wie es Gott gefällt.

Die kleine PM, Patricia-Maria, von der Insel Mindanao, sie hat uns gerade erzählt, wie ihrer Familie und allen in ihrem Dorf geholfen wurde, so dass nun alle besser leben. Und das ist, was Gott gefällt: So leben, dass wir alles, was wächst und gut für uns ist, nutzen und uns

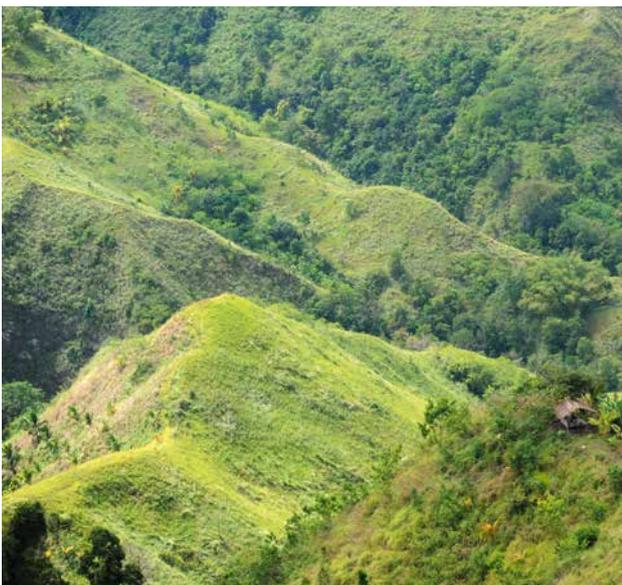
damit gesund erhalten. Für Patricia Maria ist der Moringa ein Wunderbaum. Er hat ihr und vielen anderen mehr Gesundheit gebracht. Das ist noch besser, als nur satt zu sein: Gesund essen und davon auch satt werden! Das hilft Patricia und allen anderen Kindern und Erwachsenen, ein besseres Leben zu haben. Sie werden weniger krank und haben mehr Kraft und Lust, ihre Arbeit zu tun oder zur Schule zu gehen.

Wir sagen Gott heute Danke für alles, was wächst. Wir denken dabei auch an die Menschen, die weit von uns entfernt leben. Überall auf dieser Erde wächst genug, damit es allen Menschen gut gehen kann und sie Gesundes zu essen haben. Wie Patricia-Maria und ihrem Wunderbaum soll es allen Kindern auf dieser Erde gehen! Und auch wir wollen wie ein Baum sein, uns ausstrecken und weiterwachsen und dabei auf Gottes Wort hören. Amen

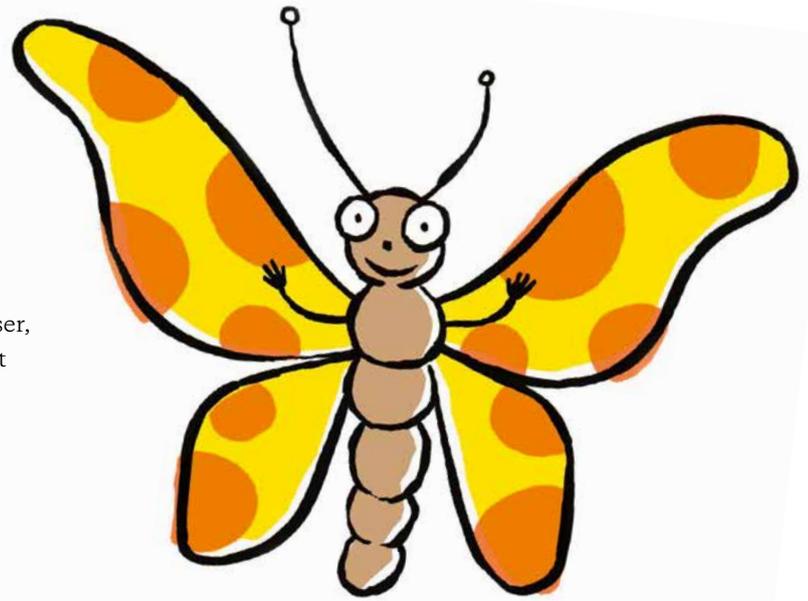
Lied ☺

Kanon „Er ist wie ein Baum“

„Wenn ein Mensch auf Gott sein Leben baut, wenn er Tag und Nacht auf ihn vertraut, hat er Zukunft, Hoffnung. Lebenskraft, weiß bei Gott sich ganz geborgen. Er ist wie ein Baum, der am frischen Wasser steht und



So sieht Landschaft auf den Inseln der Philippinen aus.



dessen weit gespanntes Blätterdach niemals mehr vergeht. Er wird leben, blühen, Farben sprühen, Früchte schenken ohne Zahl.“

Zu finden in: Durch Hohes und Tiefes, Nr. 235

Fürbittengebet ☩

Guter Gott, lass uns wachsen und gedeihen wie ein Baum. Kräftig wollen wir werden und mit anderen zusammenstehen. Lass uns auf dein Wort hören und daran denken, was du uns geschenkt hast - damit wir es pflegen, bewahren und gerecht mit allen Menschen auf der Welt teilen.

Guter Gott, wir bitten dich für alle Kinder auf dieser Erde, für Patricia Maria und alle Kinder und Erwachsenen in ihrem Dorf Paraiso. Schenk ihnen viele gute Früchte für ihr Essen, lass sie gesund sein und sich deiner Schöpfung erfreuen.

Vater unser ☩

Segen ☩

Gott segne uns und beschütze uns.
Er lasse uns wachsen wie einen Baum,
der in der Tiefe wurzelt und Stürmen widerstehen kann.
Er lasse uns spüren, was alles in uns steckt.
Er lasse Früchte in uns reifen, gute Ideen, mit denen wir uns und auch anderen Freude bereiten können.
Gehet hin im Frieden des Herrn.

Lied ☺

Solang es Menschen gibt auf Erden, EG 427



So fröhlich und gesund sind die Kinder im Dorf jetzt.

Aktion mit den Kindern

Wir machen selber Moringapulver!

Was Sie für die Aktion brauchen:

- Mörser und Stößel
- Moringablätter geschnitten
(bestellbar unter www.brot-fuer-die-welt.de/downloadcenter Stichwort „Erntedank“.)

Ablauf

1. Die Kinder dürfen die Moringablätter erst einmal sinnlich erfahren und sie ansehen, anfassen und an ihnen riechen.
2. Dann werden die Moringablätter in den Mörser gelegt und jedes Kind darf reihum dabei helfen sie zu zerreiben. Die Kinder können dabei erfahren, dass es Zeit und Mühe kostet, etwas für das eigene Essen herzustellen. Das fördert die Wertschätzung von Lebensmitteln.
3. Am Ende darf jedes Kind natürlich probieren und wenn möglich auch etwas vom Gewürz mit nach Hause nehmen.

→ Bestellung

Das Faltblatt mit der Fassung für den Kindergottesdienst finden Sie ab 1.6. im Shop von Brot für die Welt unter der Art.-Nr. 119 107 726

Zum Projekt von BIHMI auf den Philippinen: Die dazu gehörige Fotoserie können Sie ebenfalls im Shop bestellen: Art.-Nr. 119307460

Eine ausdrückbare Projektinformation und eine Powerpoint-präsentation zum Projekt finden Sie hier (ganz nach unten scrollen und den Reiter downloads öffnen) www.brot-fuer-die-welt.de/projekte/projektliste/philippinen-bihmi.html

Auch die Tütchen mit den Moringa-Blättern gibt es über den Zentralen Vertrieb: Art.-Nr 119 111 390.

Bastelideen

Wir malen unseren eigenen Moringabaum!

MATERIAL: PAPIER, STIFTE, WATTSTÄBCHEN, FARBEN

Wir legen unsere Hand auf ein Blatt Papier und malen mit einem Stift die Umrisse von Hand und Arm nach. Das ist unser Baumstamm, welchen wir nun mit brauner Farbe ausmalen können.

Danach tupfen wir mit Wattestäbchen und Farbe in unterschiedlichen Grüntönen die Blätter auf.

Unser Wattestäbchen-Tupfer-Baum bekommt so viele kleine Blätter wie der echte Moringabaum.

Danach kann jedes Kind in den Baum hinein malen oder schreiben, wofür es heute dankbar ist.



TATJANA GRUNDEI ist Bildungsreferentin mit dem Schwerpunkt Kinder bei Brot für die Welt.

VERONIKA ULLMANN ist Redakteurin für Gemeindepublikationen bei Brot für die Welt.