

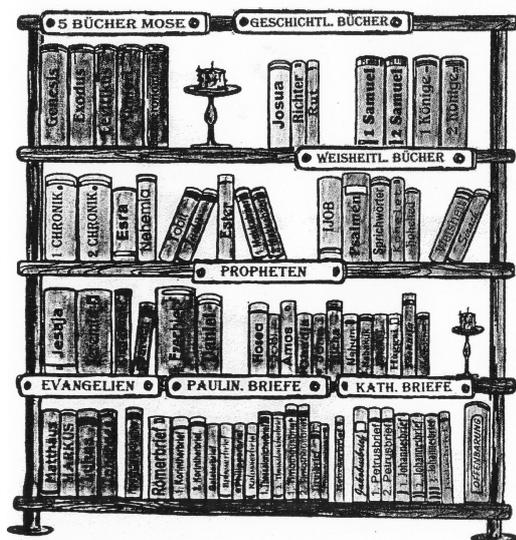
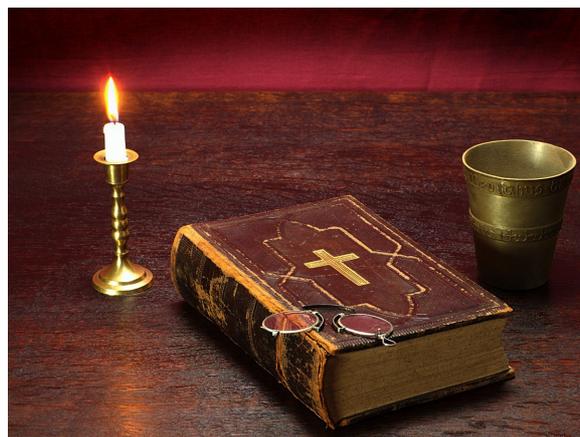
GRUNDWISSENKATALOG KATHOLISCHE RELIGION



*Erarbeitet für den Religionsunterricht und zur Vorbereitung auf
den Qualifizierenden Hauptschulabschluss*

"Die Bibel ist ein Fenster in dieser engen Welt, durch das wir in die Ewigkeit zu schauen vermögen." (Timothy Dwight)

Die Bibel ist kein einheitliches Buch wie ein Roman oder ein Sachbuch. Sie ist eine **Sammlung von Büchern**, die im Zeitraum von 1200 v.Chr. bis 135 n.Chr. im Vorderen Orient entstanden ist. Dabei waren die verschiedensten Autoren tätig und so finden sich in der Bibel auch so **unterschiedliche Textsorten** wie Geschichtsbücher, Lehrweisheiten, prophetische Schriften, Gleichnisse oder Mythen. In jedem Fall soll die Bibel nicht als naturwissenschaftliches Werk oder historisches Dokument verstanden werden. Biblische Schriften sind stets **Interpretationen der Beziehung zwischen den Menschen, Gott und der Welt**.



Grob lässt sich die Bibel in **Altes und Neues Testament** teilen. Das Alte Testament, welches in hebräischer Schrift verfasst wurde, übernahmen die Christen fast vollständig von den Juden. Das Neue Testament erzählt von Jesus und den ersten christlichen Gemeinden. Es wurde in Griechisch aufgeschrieben. Bevor es jedoch zu den ersten schriftlichen

Dokumenten kam, wurden die Geschichten der Bibel zunächst mündlich weitererzählt. In den früheren Kulturen war dies eine sehr wichtige und zuverlässige Form der Informationsweitergabe. Später wurden die **mündlichen Erzählungen** und einzelne Schriftstücke **gesammelt und aufgeschrieben**. So entstand die Bibel, die ins Lateinische übersetzt wurde, als das Christentum den Status einer Weltreligion erlangte. Jahrhunderte später, am Ende des Mittelalters, übersetzte sie Martin Luther ins Deutsche.

Das Alte Testament:

Die Bücher der Geschichte des Volkes Gottes (*Erschaffung der Welt, Noach, Abraham und seine Nachkommen, Mose und der Auszug aus Ägypten, Zeit der Könige, Zeit des Exils*)

Die Bücher der Lehrweisheiten und die Psalmen (*Gebete, Lieder und Sprichwörter*)

Die Bücher der Propheten (*Jesaja, Jeremia, Daniel*)

Das Neue Testament:

Die Vier Evangelien und die Apostelgeschichte (*Jesus, Urchristentum*)

Die Briefe (*Briefe von Paulus und anderen Aposteln*)

Die Offenbarung (*Erzählung vom Ende der Welt*)

GRUNDWISSENKATALOG KATHOLISCHE RELIGION
GESCHICHTEN AUS GENESIS
SEITE 02

"Im Anfang schuf Gott Himmel und Erde." (Genesis 1,1)

Genesis ist das erste Buch der Bibel und enthält viele bekannte Geschichten, beispielsweise die von Noach und seiner Arche oder den Turmbau zu Babel. Doch alles beginnt mit der Urgeschichte über die **Entstehung der Welt**, die voll von fantasiereichen Bildern und kraftvollen Symbolen ist. Fast jeder kennt die Erzählung, in der Gott innerhalb von sieben Tagen den Kosmos, die Erde und die ersten Menschen **Adam und Eva** erschafft. Doch es ist wichtig, dass man Genesis nicht mit einem naturwissenschaftlichen Bericht verwechselt. Es geht dem ersten Buch der Bibel nicht um historische Korrektheit, sondern um ganz andere Themen und Fragestellungen.



Genesis beschäftigt sich mit dem Verhältnis zwischen Gott und Mensch, dem Platz des Menschen in der Schöpfung und der Beziehung zwischen Mann und Frau. Dabei lassen sich folgende Kernaussagen herauslesen:

- 1. Es gibt nur einen Gott, der bereits am Anfang von allem stand.**
- 2. Die Schöpfung ist ein Entwicklungsprozess und bringt Ordnung in das Chaos.**
- 3. Der Mensch steht am Ende von diesem Prozess und ist ein Ebenbild Gottes.**
- 4. Der Mensch hat den Auftrag, die Schöpfung zu pflegen und zu bewahren.**
- 5. Der Mensch ist als Mann und Frau geschaffen, sie sind aufeinander angewiesen.**



Nach den Urgeschichten folgen im Buch Genesis die Vätergeschichten, in denen von **Abraham** und seinen Nachkommen erzählt wird. Hierbei geht es nicht um Beschreibungen bestimmter Personen, denn sehr wahrscheinlich hat es einen historischen Abraham nie gegeben. Zentral sind auch hier die **Erfahrungen, die Menschen mit Gott machen**. Abraham lernt ihn als treuen Wegbegleiter kennen, als er auf ihn vertraut und seine Heimat verlässt. Doch er macht auch die Erfahrung, dass Gott für den Menschen unbegreiflich bleibt. So wird Abraham auf seinen Glauben geprüft, indem von ihm gefordert wird, seinen Sohn Isaak zu opfern.

GRUNDWISSENKATALOG KATHOLISCHE RELIGION
MOSE UND DER AUSZUG AUS ÄGYPTEN
SEITE 03

"So spricht Jahwe, der Gott Israels: Lass mein Volk ziehen." (Exodus 5,1)

Viele Jahre nach Abrahams Tod müssen seine Nachkommen wegen einer Hungersnot ihre Heimat verlassen. Sie siedeln sich in **Ägypten** an, wo sie zunächst ein gutes Leben führen. Doch Exodus, das zweite Buch der Bibel, erzählt von einem **Pharao**, der die Israeliten versklavt und zu schwerer Arbeit zwingt. Dennoch wird dieses Volk immer zahlreicher, weswegen der Pharao einen **Kindermord** befiehlt. Ein Junge namens **Mose** überlebt diesen grausamen Befehl und wächst sogar am Königshof auf.

Mose wird erwachsen und muss die Misshandlungen seines Volkes mit ansehen. Eines Tages tötet er jedoch aus Wut einen ägyptischen Aufseher und flieht darauf ins Land Midian. Dort heiratet er und wird Hirte. Auf dem Berg Horeb hat Mose eine Begegnung mit Gott, der ihm in Form eines **brennenden Dornbuschs** erscheint. Gott teilt ihm seinen Namen mit: **Jahwe**, was so viel bedeutet wie **"Ich-bin-da-für-euch"**. Mose erhält den Auftrag, die Israeliten aus Ägypten zu führen, doch der Pharao weigert sich zunächst, seine kostbaren Sklaven ziehen zu lassen. Daraufhin lässt Gott schwere **Plagen** über die Ägypter kommen – unter anderem wird das Wasser im Nil zu Blut, Frösche und Stechmücken quälen die Menschen und die Sonne verfinstert sich. Allerdings ist es erst die letzte Plage, die den Widerstand des Pharaos bricht: Alle ägyptischen Erstgeborenen sterben.



Mose führt die Israeliten bis ans **Schilfmeer**, wo sie von ägyptischen Streitwagen eingeholt werden: Der Pharao möchte seine Sklaven zurück haben. Doch Gott spaltet das Meer, damit die Israeliten sicher hindurch können, während das ägyptische Heer von den zurückkehrenden Fluten vernichtet wird. Eine historische Person mit dem Namen Mose hat vermutlich nicht existiert. Allerdings wissen wir, dass es während der Zeit des **Pharao Ramses** (1290 bis 1224 v.Chr.) Sklavenarbeiter in Ägypten gab. Es ist denkbar, dass es unter diesen Arbeitern frühere **Nomadengruppen** gab, die gegen die Unterdrückung aufbegehrten und zurück in ihre Heimat geflohen sind. Ebenso ist es möglich, dass jene Nomaden ihre Flucht als eine Rettung durch einen Gott mit dem Namen Jahwe interpretierten.

DIE ZEHN GEBOTE

*"Ich bin Jahwe, dein Gott, der dich aus Ägypten geführt hat, aus dem Sklavenhaus.
Du sollst neben mir keine anderen Götter haben." (Exodus 20,2)*

Das Buch Exodus erzählt, wie Mose die Israeliten durch die Wüste zum Berg **Sinai** führt. Dort erhält er von Jahwe – als Zeichen der neu bestärkten Freundschaft zwischen Gott und den Menschen – die **Zehn Gebote**.



1. Du sollst keine anderen Götter neben mir haben.
2. Du sollst den Namen Gottes nicht missbrauchen.
3. Denk daran, dass du den Sabbat heiligst.
4. Du sollst Vater und Mutter ehren.
5. Du sollst nicht töten.
6. Du sollst nicht die Ehe brechen.
7. Du sollst nicht stehlen.
8. Du sollst nicht falsch gegen deinen Nächsten aussagen.
9. Du sollst nicht begehren deines Nächsten Frau.
10. Du sollst nicht begehren deines Nächsten Hab und Gut.

Wir haben heute oft das Bild vor Augen, wie Mose vom Berg Sinai heruntersteigt, zwei Tafeln mit den Zehn Geboten in der Hand, die er direkt von Gott erhalten hat. Tatsächlich sind die Gebote in einem **langen und komplexen Prozess** entstanden. Für das Volk Israel war es wichtig, Regeln und Gesetze zu entwickeln, um in ihrem verheißenen Land zusammen leben zu können. Die ersten drei Gebote schützen dabei das **Vertrauen der Menschen gegenüber Gott**, während die restlichen Gebote das **Miteinander der Menschen** regeln. Heute werden die Zehn Gebote als wichtige Eckpfeiler unserer Vorstellungen von Moral und Ethik angesehen.

GRUNDWISSENKATALOG KATHOLISCHE RELIGION
DIE GESCHICHTE DES VOLKES ISRAEL
SEITE 05

"Sie haben mich verlassen und anderen Göttern gedient." (1 Samuel 8,7)

Nach der Befreiung aus Ägypten eroberten die einstigen Sklaven jenes Land, welches wir heute unter dem Namen **Israel** kennen. Ab hier tauchen in der Geschichte Namen auf, die nach Meinung der meisten Forscher tatsächlich als **historische Persönlichkeiten** existiert haben.

Die Israeliten wollten wie die anderen Völker auch von einem König regiert werden. Ihr erster Herrscher war **Saul**, der jedoch von Gott verworfen wurde. Ihm folgte **David** auf den Königsthron. Er war Gott gegenüber treu, vergrößerte das Reich und machte **Jerusalem** zu seiner Hauptstadt. Doch auch David hatte Fehler. So begann er eine Affäre mit Batseba, einer verheirateten Frau. Um sie für sich haben zu können, positionierte er Batsebas Ehemann in den vordersten Schlachtreihen, sodass dieser getötet wurde. **Salomo**, der Sohn Davids, wurde Israels dritter König. Er erbaute in Jerusalem einen prachtvollen **Tempel** und bewahrte dort die Gesetzestafeln mit den Zehn Geboten auf. Doch Salomo ließ es auch zu, dass fremde Götterkulte im Land angebetet wurden. Nach seiner Amtszeit **zerbrach Israel in ein Nord- und ein Südreich** mit jeweils einem König. Einige von ihnen waren weise und erfolgreich, doch ebenso viele regierten schlecht und hörten nicht auf die Warnungen Gottes, die durch **Propheten** wie Jesaja und Jeremia verkündet wurden.



Die beiden israelitischen Königreiche wurden bald zum Spielball der damaligen Großmächte, was die Bibel als Folge der Untreue gegenüber Gott interpretiert. Das Nordreich wurde von den **Assyrern** erobert, während das Südreich einige Jahre später von den mächtigen **Babylonieren** angegriffen wurde. Jerusalem fiel, Salomos Tempel wurde zerstört und viele Israeliten wurden ins **Exil** nach Babylon verschleppt. Dort formte sich die jüdische Religion, die den ersten **Monotheismus** in der Geschichte darstellt – also der Glaube an einen einzigen Gott, neben dem es keine anderen gibt.

Die **Perser** lösten die Babylonier ab und erlaubten es den Israeliten, in ihre alte Heimat zurückzukehren und einen zweiten Tempel zu errichten. Eine Zeit lang lebte das Volk Israel unabhängig, bevor es von einer weiteren Großmacht überfallen wurde: Den **Römern**.

GRUNDWISSENKATALOG KATHOLISCHE RELIGION
MARTIN LUTHER UND DIE REFORMATION
SEITE 06

"Darum kann und will ich nicht widerrufen, weil gegen das Gewissen zu handeln weder sicher noch lauter ist. Gott helfe mir. Amen." (Martin Luther)

Der 1483 geborene Augustinermönch **Martin Luther** hatte, wie alle Menschen des Mittelalters, große **Angst vor Gott**. Luther fürchtete Gott als strengen und rachsüchtigen Richter, den der Mensch nicht einmal mit den besten frommen Leistungen gändig stimmen kann. Doch dann begann er, in der Bibel zu lesen, was zu seiner Zeit nicht einmal für einen Mönch selbstverständlich war. Im **Römerbrief des Apostels Paulus** fand Luther die befreiende Erkenntnis: Gott möchte keine Leistungen vom Menschen. Er ist ein **liebender und gnädiger Gott**, dem der Glaube des Menschen völlig ausreicht. Luther wurde **Professor** an der Universität Wittenberg, wo er seinen Studenten diese Erkenntnis näher brachte.



In jener Zeit brauchte der Papst Geld für den **Neubau der Peterskirche** in Rom. Der Bau sollte mit Hilfe von **Ablässbriefen** finanziert werden. Es gelang der Kirche, die Menschen davon zu überzeugen, dass man durch den Kauf eines Ablassbriefes seine Zeit im Fegefeuer verringern kann. Luther entsetzte diese ausbeuterische Praxis aus Rom. Im Jahre **1517** erarbeitete er zusammen mit seinen Studenten **95 Thesen**, die die Kirche wieder auf den richtigen Weg führen sollten. Die drei Kernaussagen dieser Thesen lauteten folgendermaßen:

- 1. Jesus Christus ist der einzige Zugang zu Gott.**
- 2. Der gädige Gott verlangt nur den Glauben der Mensehe, keine frommen Leistungen.**
- 3. Die Bibel ist wichtiger als die kirchliche Tradition.**



Mit diesen Thesen legte sich Luther nicht nur mit dem **Papst**, sondern auch dem **Deutschen Kaiser** an. Während eines Verhörs kam es zum Streit, in welchem Luther den Papst sogar als Antichrist bezeichnete. Er musste fliehen und fand Zuflucht auf der **Wartburg**.

Hier **übersetzte er das Neue Testament ins Deutsche**, während seine Freunde und Kollegen die Thesen in die Tat umsetzten. Beispielsweise heirateten nun einige Priester oder hielten die Gottesdienste auf Deutsch. Doch die Lage eskalierte. So kam es zu blutigen **Bauernaufständen** oder der Zerstörung wertvoller kirchlicher Kunstgegenstände. Bestimmt hatte sich Luther die Reformation so nicht vorgestellt, aber durch diese Ereignisse spaltete sich die Kirche in **katholische und evangelische Konfessionen**.

Das **Kirchenjahr** ist im Christentum eine festgelegte Abfolge von Festen und Festzeiten, die sich jedes Jahr wiederholt. Im Gegensatz zum Kalenderjahr beginnt das Kirchenjahr nicht im Januar, sondern mit dem **ersten Adventssonntag**. Das Kirchenjahr lässt sich in drei wichtige Zeiten unterteilen: Weihnachtsfestkreis, Osterfestkreis und die Zeit im Jahreskreis.



Weihnachtsfestkreis

Mit dem **Advent** beginnt sowohl der Weihnachtsfestkreis, als auch das gesamte Kirchenjahr. Man bereitet sich in dieser Zeit auf Weihnachten vor und erinnert sich außerdem an verschiedene Heilige, beispielsweise den **Heiligen Nikolaus**. An **Weihnachten** feiert man die Geburt Jesu, also die Menschwerdung Gottes. Das **Dreikönigsfest**, an welchem als Könige verkleidete Kinder und Jugendliche von Haus zu Haus ziehen und für Arme sammeln, schließt den Weihnachtsfestkreis ab.



Osterfestkreis

Am **Aschermittwoch** werden den Kirchgängern Kreuze aus Asche auf die Stirn gemalt, was an die Sterblichkeit des Menschen erinnern soll. Hier beginnt der Osterfestkreis und die **Fastenzeit**, welche eine Vorbereitung auf das Osterfest ist. Höhepunkt des Osterfestkreises ist die Karwoche, welche aus verschiedenen Feiertagen besteht: **Palmsonntag** erinnert an den Einzug Jesu in Jerusalem, **Gründonnerstag** an das Letzte Abendmahl und **Karfreitag** an den Tod Jesu. In der Nacht von Karsamstag auf Ostersonntag feiern die Christen **Ostern**, die Auferstehung Jesu. Den Abschluss des Osterfestkreises bildet **Pfingsten**, was als Geburtsstunde der Kirche gilt, denn ab hier begannen die Jünger Jesu, die Botschaft ihres Herrn in die Welt hinaus zu tragen.



Zeit im Jahreskreis

Auch im sonstigen Kirchenjahr gibt es viele Feste, wie beispielsweise das **Erntedankfest** im Oktober. Im November feiert man **Allerheiligen** und **Allerseelen**. Hier denkt man an die Heiligen, beziehungsweise die Verstorbenen.

GRUNDWISSENKATALOG KATHOLISCHE RELIGION
DER KIRCHENRAUM
SEITE 08

"So will ich zum Altar Gottes treten, zum Gott meiner Freude." (Psalm 43,4)



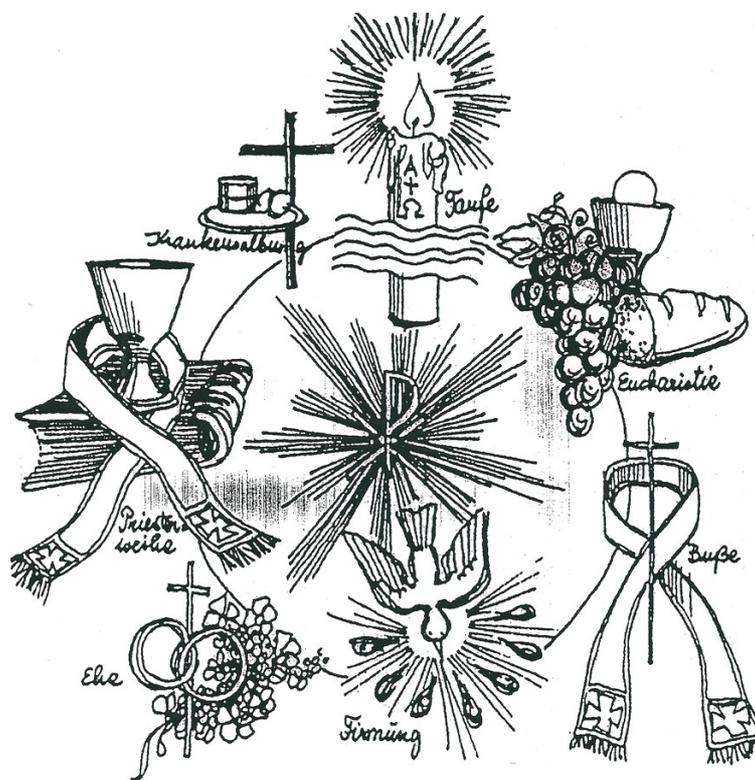
Am **Taufbecken** werden Taufen durchgeführt, die die Aufnahme in die Kirche darstellen. Oft stehen sie in der Nähe des Eingangs eines Kirchengebäudes. Im **Beichtstuhl** werden Gläubige von ihren Sünden losgesprochen. Der **Ambo** ist eine Art Rednerpult, von wo aus gepredigt, beziehungsweise aus der Bibel gelesen wird. Die **Osterkerze** wird in der Osternacht am Osterfeuer entzündet. Auf dem **Altar** findet die Wandlung von Brot und Wein in Leib und Blut Christi statt. Im **Tabernakel** werden die Hostien – sehr dünne Brotscheiben – nach der Wandlung aufbewahrt. Katholische Christen sind nämlich davon überzeugt, dass das gewandelte Brot stets Leib Christi bleibt und deswegen besonders verwahrt werden muss.



GRUNDWISSENKATALOG KATHOLISCHE RELIGION
DIE SIEBEN SAKRAMENTE
SEITE 09

*"Die Taufe ist der Anbeginn des geistlichen Lebens und das Tor zu den Sakramenten."
(Thomas von Aquin)*

Die **sieben Sakramente** sind von Jesus eingesetzt, symbolhafte Handlungen, die ein äußeres, sichtbares Zeichen haben, aber gleichzeitig etwas Inneres und Unsichtbares vermitteln. Die Katholische Kirche ist der Auffassung, dass über diese Handlungen eine **Begegnung zwischen Mensch und Gott** stattfindet – die Gnade Gottes wird also direkt spürbar. Außerdem sind die Sakramente darauf ausgelegt, dass sie wichtige Punkte im Lebenslauf eines Menschen unterstützen.



In der **Taufe** wird der Mensch – egal ob Kind oder Erwachsener – mit dem Übergießen von Wasser in die Gemeinschaft der Kirche aufgenommen. Außerdem soll die Taufe verdeutlichen, dass Gott den Menschen aus der Macht der Sünde und des Todes befreit. Bei der **Firmung** bestätigt der Firmling – meist ein Jugendlicher – die Taufe und wird ein vollkommenes Mitglied der Kirche. In der **Eucharistie** feiert man durch Brot und Wein, also Leib und Blut Christi, die Gemeinschaft mit Gott. Deutsche Christen nehmen meistens im Grundschulalter erstmals an der Kommunion teil. Bei der **Beichte** wird man von seinen Sünden losgesprochen, wenn man sie bereut und beispielsweise in einem Beichtstuhl gesteht. Das Sakrament der **Ehe** verdeutlicht, dass Gott auch in der Liebe zwischen zwei Menschen gegenwärtig ist. Durch die **Weihe** kann man sich als Diakon, Priester oder Bischof in besonderer Weise der Kirche verpflichten. Bei der **Krankensalbung** sollen Schwerkranke innerlich gestärkt werden.

"Eine jüdische Seele kann man nicht ergründen." (Jüdisches Sprichwort)

Auch wenn das Judentum weltweit nur etwa **15 Millionen Anhänger** hat, zählt es wegen seiner Bedeutung trotzdem zu den Weltreligionen. Die jüdische Religion war der erste Glaube, der an der Existenz eines einzigen Gottes festhält – dies nennt man **Monotheismus**.

Die Heilige Schrift der Juden ist fast identisch mit dem Alten Testament der Christen. Eine besondere Bedeutung hat allerdings die **Thora**, die auf spezielle Rollen geschrieben ist. Sie enthält unter anderem die Erzählungen von der Erschaffung der Welt, Noach und Abraham. Aber auch die wichtigste Geschichte des Judentums lässt sich hier finden: Der **Auszug aus Ägypten**. Beim alljährlichen **Pessachfest** erinnern sich gläubige Juden während eines besonderen Festmahls im Kreis der Familie an diese Befreiung.



Die wichtigste Stadt des Judentums ist **Jerusalem**. Nach biblischer Überlieferung machte **König David** sie zur Hauptstadt seiner Religion. Im Lauf der Geschichte ist viel mit Jerusalem geschehen, doch es steht noch immer ein Teil der Mauer des zweiten jüdischen Tempels. An dieser **Klagemauer** lesen, singen und beten Gläubige aus der ganzen Welt. Ihre Gottesdienste feiern Juden in den **Synagogen**. Männer müssen dort eine kleine Kopfbedeckung, die sogenannte **Kippa** tragen.

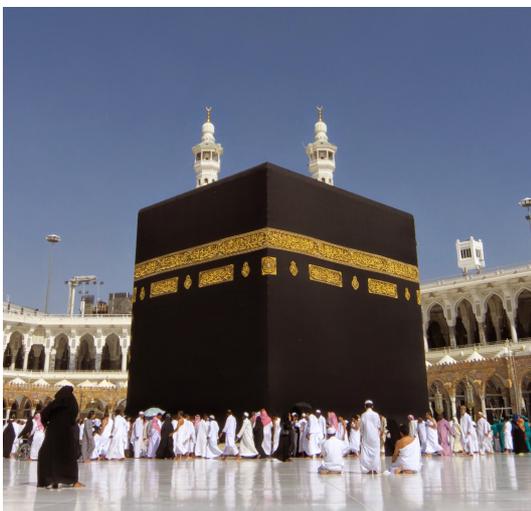
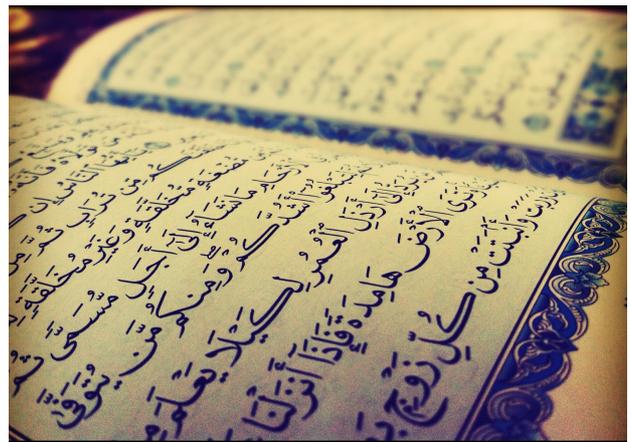
Die Geschichte zwischen Christen und Juden ist von Gewalt geprägt. Schon im **Mittelalter** warf man den Juden vor, für Naturkatastrophen und Krankheiten verantwortlich zu sein. Die christliche Mehrheit verfolgte sie – und vergaß dabei, dass Jesus selbst Jude war. Einen traurigen Höhepunkt erreichten die Judenverfolgungen im **Dritten Reich**. Die Nationalsozialisten bezeichneten die Juden als eine minderwertige Rasse und sorgten dafür, dass etwa sechs Millionen von ihnen ermordet wurden. Heute versucht man, Respekt und Freundschaft zwischen den Religionen zu fördern.



"Es gibt keinen Gott außer Allah." (Glaubensbekenntnis des Islams)

Etwa **1,6 Milliarden Anhänger** zählen heute zum Islam. Diese Religion geht auf den Propheten **Muhammad** zurück, der Ende des 6. Jahrhunderts in Arabien lebte.

Muhammad wurde etwa 570 n.Chr. in der arabischen Stadt **Mekka** geboren und begleitete seinen Onkel auf Handelsreisen. Dabei lernte er die Religionen der **Juden** und **Christen** kennen, die ihn einerseits faszinierten, aber andererseits nicht vollständig zufriedenstellten. Er begann, an einen einzigen Gott zu glauben, während seine Landsleute viele Götter anbeteten. Eines Tages erschien ihm im Traum der **Erzengel Gabriel** und teilte ihm die wahre Botschaft Gottes mit. Diese wurde von Muhammad im **Koran**, der späteren Heiligen Schrift des Islam, aufgeschrieben.



Muhammad wollte in seiner Heimat die Menschen von seinen neuen Einsichten überzeugen, doch er wurde vertrieben. Später kehrte er mit einem Heer nach Mekka zurück. Er zerstörte dort alle Götzenbilder anderer Götter und erklärte die **Kaaba** zum Heiligtum. Juden und Christen erkannten Muhammad allerdings nicht als Propheten an, weswegen es zur Entstehung einer neuen, eigenständigen Religion kam – der **Islam** war geboren.

Heutige Anhänger des Islams nennen sich **Muslime**. Besonders wichtig ist für sie das Einhalten der **Fünf Säulen** des Islam: Das Glaubensbekenntnis, das fünf mal am Tag stattfindende Pflichtgebet, die Abgabe von Spenden an Arme, das Fasten im Fastenmonat Ramadan und die Pilgerfahrt nach Mekka.

Für ihre Gottesdienste gehen die Muslime in die **Moschee**. In islamisch geprägten Ländern sind viele dieser Gebetshäuser sehr prächtig, beispielsweise die Blaue Moschee in Istanbul. Vom Turm einer Moschee aus ruft der **Muezzin** zum Gebet. Wenn Muslime eine Moschee betreten, müssen sie sich vor dem Gottesdienst **rituellen Waschungen** von Händen, Gesicht und Füßen unterziehen. Gebetet wird in bestimmten Haltungen auf **Gebetsteppichen**.

