



Katholische Kirche
im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 3 | 12.03.2026 07:50 Uhr | Annkathrin Tadday

Kreuze binden

Guten Morgen, ein kreatives Projekt begleitet meine Fastenzeit. Ich wollte diese Wochen nicht nur als Verzicht erleben, sondern als Zeit, in der etwas Neues entstehen darf – in meinen Händen und in meinem Herzen.

Ich knüpfe kleine Kreuze aus Paracord, vielleicht kennen einige diese Schnur. Sie wird eigentlich für Notfälle verwendet und zur Sicherheit in Überlebenssituationen. Paracord ist reißfest, belastbar und verlässlich. Man kann sich im Ernstfall darauf verlassen.

Ausgerechnet aus diesem robusten Material entstehen bei mir kleine, schlichte Kreuze. Jedes einzelne knüpfe ich von Hand. Knoten für Knoten wächst es heran. Und während meine Hände arbeiten, sind meine Gedanken nicht leer. Im Gegenteil: Dieses Knüpfen ist für mich meditativ. Es bringt Ruhe. Es ordnet. Es öffnet einen Raum.

Bei jedem Kreuz denke ich ganz bewusst an Menschen. An Menschen, die traurig sind. An Menschen, die krank sind. An Menschen, die sich einsam fühlen. Und an jene, die gerade um einen geliebten Menschen trauern. Manchmal tauchen Gesichter ganz klar vor meinem inneren Auge auf. Manchmal rühren mich die Erinnerungen selbst zu Tränen.

So wird jeder Knoten zu einem Gebet. Jede Schlaufe zu einem Gedanken voller Mitgefühl. Es sind keine großen Worte. Oft ist es einfach nur ein "Sei du da" oder "Schenke Trost". Das Kreuz selbst ist ein kleines Zeichen – unscheinbar vielleicht. Und doch bedeutet es mir so viel. Ich verbinde es mit dem Kreuz Jesu. Mit seinem Leiden. Mit seinem Schmerz. Mit seinem Tod. Das Kreuz steht für das Dunkle, für das Schwere, für das, was wir oft nicht verstehen.

Aber es steht eben nicht nur für den Tod. Es steht auch für Hoffnung. Für Liebe, die stärker ist als das Leid. Für einen Gott, der das Menschliche kennt – bis in die tiefste Not hinein. Und hier berühren sich für mich Paracord und Glaube. Diese Schnur, gemacht für Extremsituationen, für Momente, in denen Halt gebraucht wird. Und mein Glaube, der mir genau das schenkt: Halt. Vertrauen. Trost. Er trägt – auch dann, wenn es schwer wird. Er hält Spannungen aus. Er reißt nicht sofort, wenn Belastungen kommen.

Wenn ich die kleinen Kreuze verschenke, dann verschenke ich nicht einfach ein Stück geknotete Schnur. Ich verschenke einen Gedanken. Ein Zeichen der Verbundenheit. Und vielleicht auch ein Stück von dem Vertrauen, das mich selbst trägt. So ist dieses Projekt für mich mehr als ein kreatives Tun in der Fastenzeit. Es ist eine Übung im Hoffen. Eine Übung im Mitfühlen. Und ein stilles Erinnern daran, dass wir in allem, was uns belastet, gehalten sind.

... Traue dich, das schmerzliche Thema anzusprechen – ehrlich, behutsam, offen für Fragen. Und suche bewusst nach Augenblicken des Lichts, die dir und anderen den Weg zeigen. Ich wünsche Ihnen allen heute Mut und Trost.

Annkathrin Tadday aus Detmold