ANLEITUNG ZUM

MEMENTO MORI LEBENS-KALENDER

EIN ROTER FADEN DURCH JEDES LEBENSJAHR

TINE HOHL

MEMENTO MORI LEBENSKALENDER

Dieser Memento-Mori-Kalender in textiler Bandform ist mehr als ein Zähler der Jahre. Er ist ein Verlauf des Lebens, ein stiller Begleiter durch die Jahreskreise eines Menschen.

Jedes Jahr ein Feld, jeder gestickte zurückgelegte Weg auf dem Band als ein Spiegel der Zeit und dessen, was war, und ein Hinweis auf das, was vergeht und noch kommen mag. Aus memento mori – gedenke, dass Du sterblich bist – wird ein Instrument der Bewusstheit und Präsenz.

Die Kalenderrolle lädt ein, den Lauf des Lebens zu beobachten, die Übergänge zu achten, und die Vergänglichkeit als natürlichen Rhythmus zu erkennen. Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft gesellen sich in ihm zu einem stillen Tanz der Zeit.

Der Kalender wird so zu einer Chronik des Werdens und Vergehens, in der jeder Moment, jede Erinnerung, jede Entscheidung einen Platz findet und sich wie ein roter Faden fortsetzt –
eine Meditation über das Leben selbst.

PROJEKT

- ein minimalistischer, einfach und schnell umsetzbarer Lebensjahrkalender

MATERIAL

- etwa 320 cm x 5 cm großer Baumwoll- oder Leinenstoff
- Schere
- Maßband oder Lineal
- wasserfester Stift (Textilmarker, Edding, ..)
- rotes Stickgarn, 6 fädig
- Sticknadel
- Rundholz oder Vintage Wäscheklemme

ANLEITUNG

1. Stoffstreifen abreißen:
   einen kurzen Schnitt setzen und beherzt das Band vom größeren Stoffteil trennen, um Größe zu erreichen

2. für 100 Lebensjahrfelder mit einem schwarzen wasserfestem Stift im Abstand von jeweils 3 cm 101 Lebensjahrstriche aufzeichnen

3. Markieren der Jahre in 10-er Sprüngen:
   jedes Lebensjahrzehnt durch die entsprechende Zahl mit dem Stift im dazugehörigen Feld eintragen

4. rotes Stickgarn gut 10 cm länger als die schwarze Strichestrecke abmessen, abschneiden, am Fadenende knoten, dies verankert den Beginn des Lebens

5. ersten Stickstich bei der erster Linie anfangen, danach werden die bereits gelebten Jahre in einer geradlinigen Auf- und Abbewegung in das Band gestickt (running stitch, Vorstich, Heftstich, Laufstich)

6. Ziel ist es, diesen Lebensfaden für jedes Jahr über die Jahresstriche fortlaufend zu sticken und den Rest des Fadens zum späteren Weitersticken hängen zu lassen, bzw. im Todesfall abzuschneiden.
   Ein schönes Ritual ist es, den Memento Mori Lebenskalender zum Geburtstag weiter zu sticken, somit wird das vergangene Jahr reflektiert, visualisiert und der weitere Lebensweg fortgesetzt.

7. Stoffbahn auf ein Rundholz, eine alte Holzwäscheklemme, einen Stift oder in sich selbst rollen und mit dem noch verbleibenden Lebensfaden umwickeln

ANMERKUNGEN

Hat man einen zu kurzen Stoffstreifen, kann entweder der Abstand der gezeichneten Striche propotional angepasst werden oder einfach das Kalenderband durch Hinzufügen weiterer Stoffstreifen verlängert werden.

Zusätzlich kann zu Beginn des Kalenders zum Personalisieren der Name und das Geburtsdatum der Person auf dem Stoff verewigt werden.

Bei Bedarf leichte Handwäsche des Stoffbandes. Dieser Vorgang unterstreicht zusätzlich den ephemeren Charkter des Lebens an sich, da die ungesicherten Kanten sich weiter auflösen können und dürfen.

Das Memento Mori Band wirkt auch gut im aufgehängten Zustand, oder als Tischband, da die vollkommene Länge gut zur Geltung kommen kann.

VARIANTEN

Diese rituelle lineare Form von visueller Darstellung eines Lebens kann natürlich individuell abgewandelt werden:

- ein langes Seil das jedes Jahr einen weiteren Knoten bekommt
- auf eine Schnur können Jahreskugeln oder kleine Erinnerungsartefakte gefädelt werden
- eine leere Kassenpapierrolle oder ein langer Papierstreifen kann ähnliche Dienste leisten: sie werden mit einer Jahresskala versehen, die sehr persönlich jedes Jahr mit diversen Medien gestaltet werden kann

© 2025 - 2026 Tine Hohl