



## 1. Fastensonntag 21.02.2021



### Material:

- Bibel, Kerze, Kreuz, ...
- Augenbinden/Schals
- Gegenstände für Hörübung
- großes Blatt Papier mit rotem Herz und Stifte

### Lied:

### Einstieg: Hörübung

→ *alle schließen die Augen, bekommen sie verbunden oder setzen sich mit dem Rücken zu dem, der die Geräusch macht. Die Geräusche sollen erraten werden.*

z.B.:

- Papier rascheln oder Seite umblättern
- Ball auftops lassen
- Wasser in ein Glas gießen
- Streichholz/ Feuerzeug
- Kugelschreiber /Stift auf- und zumachen
- Wasserflasche öffnen
- Nutellaglas öffnen
- ...

Es ist nicht immer leicht nur im Hören zu erkennen, was da gerade geschieht. Da muss man sehr gut aufpassen und hinhören. Um das richtige Hören und Spüren geht es heute in unserem Gottesdienst. Und so beginnen wir die Zeit, in der wir besonders auf Gottes Wort hören mit dem Kreuzzeichen.

### Kreuzzeichen

### Gebet

Guter Gott, du bist uns nahe und willst zu uns sprechen. Hilf uns, dass wir immer bereit sind dein Wort zu hören und in unser Herz aufzunehmen. Amen.

## **Bibelstelle Markus 1,12-15**

In jener Zeit trieb der Geist Jesus in die Wüste. Jesus blieb vierzig Tage in der Wüste und wurde vom Satan in Versuchung geführt. Er lebte bei den wilden Tieren und die Engel dienten ihm. Nachdem Johannes ausgeliefert worden war, ging Jesus nach Galiläa; er verkündete das Evangelium Gottes und sprach: Die Zeit ist erfüllt, das Reich Gottes ist nahe. Kehrt um und glaubt an das Evangelium!

### **oder für Kinder:**

Jesus geht in die Wüste, d.h. er geht in die Stille. Er will sich nicht ablenken lassen vom Trubel, von der Unruhe der Menschen. Er will mit seinem Herzen und seinen Gedanken ganz bei Gott sein. Hier, in der menschenleeren Stille, kann er Gott, seinem Vater ganz nahe sein. In der Wüste, in der Stille, bei Gott hat er dann Kraft getankt für den Auftrag, den er erfüllen soll: den Menschen die Liebe Gottes ganz nahe bringen. Im Erzählen. Im Vorleben. Im Handeln.

Und genau wie den Menschen damals ist uns heute gesagt: Spür die Liebe Gottes, lass dich anrühren, verwandeln. Sei selbst Bote der Liebe.

(GR Georg Kalkum)

### **Predigt**

Wir haben zu Beginn die Übung des Hörens gemacht. Es ist nicht immer leicht zu hören was wichtig ist, was mir jemand Liebevolleres sagen oder eine als liebevolle Berührung spüren lassen möchte. Solche Erfahrungen geben mir aber Kraft und Mut.

Jesus ging dafür 40 Tage in die Wüste. 40 Tage hatte er dort keine Ablenkung. In der Wüste ist es still. Es gibt dort nichts was einen ablenken kann. So konnte er das Wort Gottes hören und spüren. So bekam er Kraft und Energie und das Vertrauen in Gott, dass alles gut wird.

40 Tage können wir alle jetzt nicht in die Wüste gehen. Aber wir versuchen in den 40 Tagen der Fastenzeit mal genauer auf unser Leben zu schauen, mal weniger Computer, TV, Naschi, dafür mehr Familie, mehr Natur, .... zu erleben. (s. <https://www.pg-st-georg-karlstadt.de/seelsorge/kinderseite> → „Fastenweg für die ganze Familie“. Hier gibt es Ideen, gemeinsam mit kleinen Aktionen den Tag besonders zu gestalten und aufmerksam zu werden.)

Heute stellen wir uns mal die Frage: **Was gibt mir Kraft?**

Überlegen wir mal gemeinsam, was uns Kraft und gute Laune gibt und schreiben das in und um das **Herz!**

→ z.B.: Mama/Papa, unsere Kinder, Buch lesen, Sonne tanken, freundliches Wort, Lächeln, Oma/Opa besuchen, ein schönes Spiel gemeinsam spielen, mal eine kleine Überraschung bekommen oder jemanden mit etwas Tollem überraschen, ein Spaziergang, die Freude des Hundes wenn ich heim komme, wieder in die Schule zu dürfen, Freunde treffen, draußen spielen,...



### **Auftrag an alle in der Familie:**

Den anderen in der nächsten Zeit Kraft und Energie schenken.

Wie können wir das machen? Was nehmen wir uns dafür diese Woche vor?

→ z.B. *weniger motzen und meckern, ersteinmal durchatmen; öfter lächeln, ...*

→ *Jeder soll sich einen konkrete Aufgabe für diese Woche nehmen, die ihm schwer fällt.*

### **Vater Unser**

Wenn wir jetzt das Vater Unser sprechen, dann dürfen wir uns hinstellen:

- die Füße fest wie ein Baum im Boden verwurzelt
- die Beine locker stehend
- ganz gerade stehend, als würde der Kopf zum Himmel gezogen werden
- die Arme wie ein Baum weit ausgebreitet nach oben zu Gott  
oder wie eine Schale weit ausgespannt um von Gott alles was er an Gutem uns wünscht zu empfangen.

### **Segen**

- Der Herr sei vor dir,  
um dir den rechten Weg zu zeigen,
- der Herr sei neben dir,  
um dich in die Arme zu schließen und dich zu schützen,
- der Herr sei hinter dir,  
um dich zu bewahren vor der Heimtücke böser Menschen,
- der Herr sei unter dir, um dich aufzufangen,  
wenn du fällst und dich aus der Schlinge zu ziehen,
- der Herr sei in dir,  
um dich zu trösten, wenn du traurig bist,
- der Herr sei um dich herum, um dich zu verteidigen,  
wenn andere über dich herfallen,
- der Herr sei über dir, um dich zu segnen.

Altirischer Segenswunsch

So segne uns und alle Menschen, die wir im Herzen tragen der liebende Gott: Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

### **Lied**

