katholische jugend & jungschar burgenland

Feste Feiern im Kleinen

Materialien für die Feiertage und Ereignisse
in der Fastenzeit

Inhalt

Vorwort	3
40 Tage Fastenzeit	4
Fasten-Challenge	6
Aschermittwoch	7
1. Fastensonntag	10
Fasten-Challenge für die 1. Fastenwoche	12
2. Fastensonntag	14
Fasten-Challenge für die 2. Fastenwoche	17
3. Fastensonntag	19
Fasten-Challenge für die 3. Fastenwoche	23
4. Fastensonntag	24
Fasten-Challenge für die 4. Fastenwoche	27
Hl. Patrick	28
Hl. Josef	29
5. Fastensonntag	30
Fasten-Challenge für die 5. Fastenwoche	32
Bußandacht in der Familie	33
Maria Verkündigung	36
Quellenverzeichnis	37

Vorwort

Liebe Familien!

Fast ein Jahr leben wir nun im Schatten des Coronavirus. Unser Alltag ist noch immer ganz schön auf den Kopf gestellt. Und trotzdem: Wieder wird es Ostern werden. Auferstehung. Leben. Auch wir dürfen leben – über den Tod hinaus. Aus Liebe.

Der vorliegende Behelf möchte als Vorbereitung auf das wichtigste Fest der christlichen Kirchen dienen. Er führt vom Aschermittwoch über die fünf Fastensonntage hin zu einer Bußandacht – denn gerade darum geht es in der Fastenzeit. Auch einmal zur Ruhe zu kommen, um dann zu einem neuen Aufatmen gelangen zu dürfen. Es geht aber auch darum, dass wir uns den eigenen menschlichen Fehlern bewusst werden. Wir müssen keineswegs perfekt sein und überall hineinpassen. Gott liebt uns, so wie wir sind. Deshalb verzeiht er uns auch unsere Fehler.

Mit dem vorliegenden Behelf wünschen wir euch eine bewusste Vorbereitung auf Ostern!

Liebe Grüße

Rene Authried
Ehrenamtlicher Vorsitzender
der KJ/KJS Burgenland

Rebecca Gerdenitsch-Schwarz
Bereichsleitung Kinder- und Jugendpastoral
Hauptabteilung Pastorale Dienste

katholische jugend & jungschar burgenland

40 Tage Fastenzeit

Wissenswertes über diese Tage

In der Fastenzeit wollen wir uns auf unsere Beziehung zu Gott konzentrieren. Das geht am besten, wenn wir uns durch möglichst wenig ablenken lassen.
Viele nehmen sich in dieser Zeit vor, dass sie auf Dinge verzichten, die nicht so gut für sie sind.

In der Kirche werden wir auch daran erinnert, dass Fastenzeit ist. Achte mal darauf:
- die liturgische Farbe ist violett
- das Gloria und das Halleluja werden in der Messe nicht gesungen
- die Kirche ist nicht mit Blumen geschmückt
- ab dem 5. Fastensonntag werden Kreuze mit Tüchern verhüllt
- Fastentücher schmücken den Altar

In der evangelischen und orthodoxen Kirche wird ebenfalls in dieser Zeit gefastet. Auch in anderen Religionen gibt es etwas ähnliches wie die Fastenzeit:

- Jom Kippur im Judentum
- Ramadan im Islam

Die Fastenzeit dauert 40 Tage. Sie sind symbolisch für die Zeit, die Jesus in der Wüste war, um zu fasten.
Die wichtigsten Tage der Fastenzeit sind der Aschermittwoch und der Karfreitag.
Üblicherweise zählen die Sonntage nicht als Fasttage. Sie werden als kleine Ostertage gesehen.

Das Wort „Fasten" kommt aus dem Althochdeutschen und heißt „auf etwas verzichten". Diese Zeit wird oft auch österliche Bußzeit genannt. Buße bedeutet, über das eigene Verhalten, seine Fehler und Schwächen nachzudenken und es zu ändern. Wir verzichten auf das, was uns nicht gut tut und überlegen, was wir in Zukunft besser machen können.

Das Fasten fällt nicht immer leicht. Auf der nächsten Seite findest du einen Kalender, der dich dabei unterstützen soll!
Außerdem findest du für jeden Sonntag eine neue Fasten-Challenge!
So bleibt das Fasten abwechslungsreich und spannend!

Bereits das Wort Karneval, das auch für den Fasching genutzt wird, weist auf die Fastenzeit hin. „Carne vale!" bedeutet nämlich soviel wie „Fleisch weiche!"

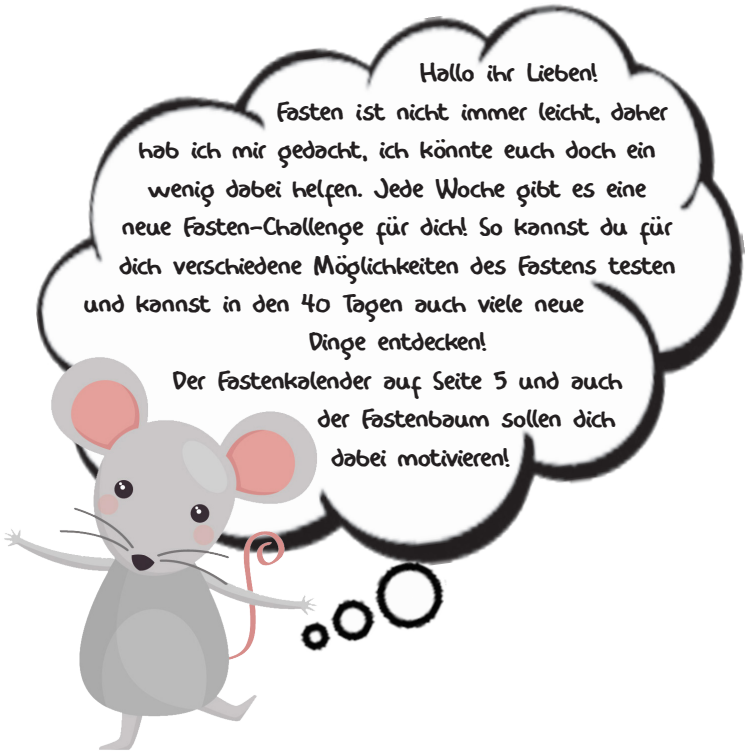
katholische jugend & jungschar burgenland

Dein Fastenkalender 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		17.02.2021	18.02.2021	19.02.2021	20.02.2021	21.02.2021
22.02.2021	23.02.2021	24.02.2021	25.02.2021	26.02.2021	27.02.2021	28.02.2021
01.03.2021	02.03.2021	03.03.2021	04.03.2021	05.03.2021	06.03.2021	07.03.2021
08.03.2021	09.03.2021	10.03.2021	11.03.2021	12.03.2021	13.03.2021	14.03.2021
15.03.2021	16.03.2021	17.03.2021	18.03.2021	19.03.2021	20.03.2021	21.03.2021
22.03.2021	23.03.2021	24.03.2021	25.03.2021	26.03.2021	27.03.2021	28.03.2021
29.03.2021	30.03.2021	31.03.2021	01.04.2021	02.04.2021	03.04.2021	04.04.2021

Fasten-Challenge

Stelle dich jede Woche einer neuen Herausforderung!



Fastenbaum gestalten

Das brauchst du dazu:

- Vase mit großer Öffnung
- viele Äste und Zweige (passend zur Vase)
- kleine Steine oder Sand
- Stoffbänder, Wolle oder Krepppapier in den Farben:
  - Blau
  - Rot
  - Gelb
  - Grün
  - Violett

Und so funktioniert's:

Gib deine gesammelten Äste und Zweige in die Vase, sodass sie einen „Baum" formen. Er sollte groß genug für die ganze Familie sein. Je nachdem, welche Vase du verwendest, kannst du sie mit ein paar kleinen Steinen oder Sand beschweren, dass sie nicht umkippen kann.

Von den Stoffbändern bzw. der Wolle schneidest du nun jeweils sieben Stücke von jeder Farbe für jedes Familienmitglied ab. Schneide die Bänder so lang ab, dass du sie gut auf den Baum binden kannst.

Falls du Krepppapier verwendest, schneide das Papier einfach in ca. ein Zentimeter breite Streifen. Du benötigst ebenfalls wieder für jedes Familienmitglied sieben Stück von jeder Farbe.

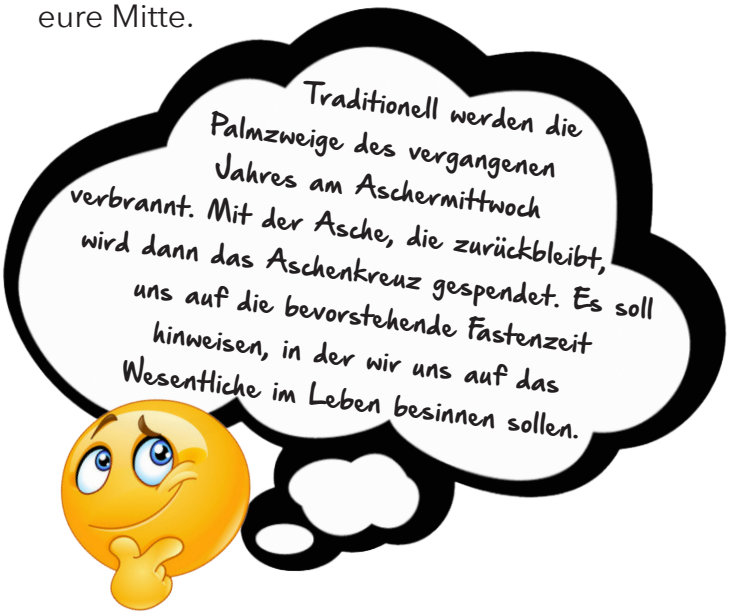
Die vorbereiteten Bänder bzw. Streifen bewahrst du dann in einer Box für später auf. Jede Woche kannst du dann deinen Baum mit einer Farbe schmücken. So hast du bis Ostern einen fertigen „Osterbaum" bei dir zuhause stehen. Gleichzeitig kann man am geschmückten Baum sehen, wie erfolgreich ihr bei den Fasten-Challenges wart!

Aschermittwoch

Andacht in der Familie

Vorbereitung

Falls ihr noch die Palmzweige aus dem Vorjahr zuhause habt, könnt ihr diese in einer feuerfesten Schale gemeinsam verbrennen. Alternativ könnt ihr das, was euch gerade am Herzen liegt, auf kleine Zettel schreiben und diese dann verbrennen.
Die daraus gewonnene Asche stellt ihr in eure Mitte.



Einleitung

Beginnen wir unsere gemeinsame Feier im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

In unserer Mitte steht ein kleines Gefäß mit Asche. Asche hat viele Eigenschaften. Asche reinigt und löst das Fett von Tellern und Töpfen und kann deshalb zum Geschirrspülen verwendet werden. Asche ist aber auch ein guter Dünger für die Pflanzen, weil sie ihnen wichtige Nährstoffe zum Wachsen gibt.
Für uns Christen ist Asche aber auch ein Symbol der Umkehr und des Neuanfangs.

Ihr könnt ein wenig Asche zwischen eure Finger nehmen. Wie fühlt sie sich an?
Schnuppert vielleicht auch daran. Je nachdem, was verbrannt wurde, riecht sie auch anders.

In der Bibel lesen wir, dass Jesus die Menschen zur Umkehr aufruft. Er sagt: „Kehrt um und glaubt an die frohe Botschaft Gottes!"

Jesus will, dass die Menschen über ihr Handeln und ihr Verhalten nachdenken und es so ändern, damit alle glücklich leben können. Ganz am Beginn der Bibel, in der Schöpfungsgeschichte, hören wir, dass Gott den Menschen aus Erde formt und sagt: „Staub bist du und zum Staub kehrst du zurück." Damit wird uns Menschen gezeigt, dass auf der Erde nichts für immer besteht.

Alles hat seine Zeit, auch unser Leben. Durch Jesus, seinen Tod und seine Auferstehung, schenkt Gott aber auch uns das ewige Leben bei ihm und die Gewissheit: wir dürfen bei ihm sein, auch wenn wir Fehler machen.

Segnung der Asche

Barmherziger Vater,
du bist gütig zu uns allen.
Deine Liebe kennt keine Grenzen –
über den Tod hinaus.
Segne diese Asche und uns,
die nun das Aschekreuz empfangen.
Stärke uns in diesen vierzig Tagen
der Umkehr, damit wir voll Freude
Ostern feiern können und Anteil am ewigen
Osterfest erlangen.
Darum bitten wir durch Jesus,
unseren Bruder und Freund.
Amen.

Besprengt nun die Asche mit Weihwasser. Zeichnet euch gegenseitig mit der Asche ein Kreuz auf die Stirn. Sprecht dabei einen der folgenden Sätze:

„Kehr um und glaub an die frohe Botschaft Gottes."

„Staub bist du und zum Staub kehrst du zurück."

gemeinsames Gebet

Guter Gott,
wir beginnen heute die Fastenzeit –
die vierzig Tage der Buße und Umkehr.
Öffne unser Herz, damit wir stets Gutes tun
und uns auch trauen über unsere eigenen
Fehler nachzudenken.
Darum bitten wir durch Jesus, unseren Bruder und Freund. Amen.

Evangelium

(nacherzählt nach Mt 6, 1-6.16-18)

Jesus sagte einmal zu seinen Freunden:
Wenn du gerecht sein möchtest, dann tu es aus ganzem Herzen, sonst bekommst du von Gott keinen Lohn. So mach es auch, wenn du einem Bettler Geld gibst. Häng das Ganze nicht an die große Glocke, sondern behalte es in deinem Herzen. Denn Gott sieht auch das, was andere Menschen nicht sehen, das Verborgene, das du in deinem Herzen trägst. Wenn du betest, bete aus ganzem Herzen. Auch wenn du fastet, mach es aus ganzem Herzen und hängt es nicht an die große Glocke. Gott, der das Verborgene sieht, wird deine guten Taten danken.

Impuls

Asche ruft uns nicht nur auf, an die eigene Vergänglichkeit zu denken. Asche ruft uns auch auf, umzukehren und uns auf das Wesentliche im Leben zu besinnen.

Menschen brauchen Gerechtigkeit, Geld, Gebet und Fasten, um zu leben. Es geht aber nicht darum, all dies in die Welt hinauszuposaunen.
Wer gerecht sein will, der soll es tun.
Wer den Armen geben möchte, der soll es tun.
Wer beten möchte, der soll es tun.
Wer fasten möchte, soll es tun.
Er soll es aber für sich tun. Aus seinem Herzen heraus.
Denn gerade dann wird der Zweck erfüllt.
Und gerade dann sieht es Gott. Denn Gott sieht aus unserem Herz heraus, was wir gerade brauchen und wird es uns geben.
Aus Liebe.

Fürbitten

Bringen wir gemeinsam unsere Bitten vor Gott:

- Beten wir für alle, die mehr Gerechtigkeit leben möchten und für alle, die in ihrem Leben zu wenig Gerechtigkeit erfahren.
- Beten wir für alle, die anderen ein besseres Leben ermöglichen wollen und für alle, die in Armut leben.
- Beten wir für alle, die mehr beten möchten und für alle, die den Glauben an Gott verloren haben.
- Beten wir für alle, die diese vierzig Tage zur Buße und Umkehr nutzen möchten, um sich auf das Osterfest vorzubereiten.

Vater unser

Gott sieht aber nicht nur die ausgesprochenen Bitten, sondern auch jene, die in unserem Herzen verweilen.

Bringen wir sie im Vater unser zum Ausdruck:
Vater unser …

Segen

Der Herr sei vor uns, wenn wir neue Wege gehen.
Der Herr sei hinter uns, wenn wir umzukippen drohen.
Der Herr sei unter uns, damit wir uns getragen wissen.
Der Herr sei über uns, damit wir uns behütet wissen.
Der Herr sei in uns, damit wir in diesen vierzig Tagen der Buße und Umkehr unsere Herzen für das Osterfest öffnen.
Dazu segne uns der Vater und der Sohn und der Hl. Geist.
Amen.

1. Fastensonntag

Gottesdienst in der Familie

Vorbereitung

Jedes Familienmitglied sucht sich vor der Feier einen Stein, der gut in der Hand liegt. Steine gibt es an vielen Orten.
Schaut euch draußen um oder macht gemeinsam einen Spaziergang.
Ihr werdet sicher bald einen Stein finden, der für euch der richtige ist.

Einleitung

Beginnen wir unsere gemeinsame Feier im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Wir stehen am Anfang der Fastenzeit.
Diese Zeit vor Ostern lädt uns ein ruhig zu werden, nachzudenken, was uns wirklich wichtig ist im Leben und worauf wir vielleicht auch verzichten können.
Die Fastenzeit lädt uns auch ein, darüber nachzudenken, wie wir mit unseren Mitmenschen umgehen und was wir anders machen sollten.

gemeinsames Gebet

Guter Gott, du kennst uns ganz genau.
Du gibst uns Halt.
Du zeigst uns, wenn wir eine Pause brauchen.
Du lässt uns nie allein.
Dafür wollen wir dir danken. Amen.

Evangelium

(nacherzählt nach Mk 1, 12-15)
Jesus ging in die Wüste, um allein zu sein und nachzudenken. In der Würste war es sehr karg, es gab nur Sand und Steine. Jesus blieb dort, 40 Tage lang, um zu fasten und zu beten. Er machte sich darüber Gedanken, was Gott mit ihm und den Menschen geplant hatte.
Jesus begann auch zu zweifeln, ob er alles, was Gott mit ihm vor hatte, auch schaffen konnte. Nach 40 Tagen aber war Jesus stark genug, um Gottes Plan zu erfüllen. Er ging zurück nach Galiläa und erzählte allen Menschen von Gott.

Impuls

Jesus vertraute ganz auf Gott und seinen Plan und trotzdem brauchte er Zeit, um darüber nachzudenken.
Nachzudenken, was wichtig und richtig war und wie er den Menschen von Gott erzählen konnte. Dafür suchte sich Jesus einen stillen Ort, so einen Platz, an dem er durch nichts abgelenkt wurde.
Diesen Ort konnte er nicht in der lauten und hektischen Stadt finden, in der Händler und Marktschreier lauthals ihre Waren anpriesen und immer wieder Leute mit Jesus reden wollten.

Nein, Jesus fand diesen stillen Ort in der Wüste. Umgeben von Steinen und Sand, wo alles ruhig und leise war, konnte er Gott hören und wusste wie er leben und handeln musste.
In der heutigen Zeit ist es auch für uns oft schwer zur Ruhe zu kommen. In unserer hektischen und lauten Welt, in der es vielfach darum geht besser und schneller zu arbeiten, fällt es schwer, sich auf die wirklich wichtigen Dinge im Leben zu konzentrieren oder einfach einmal nichts zu tun.

Anregung zum Mitmachen

Wir möchte dich nun einladen ganz ruhig zu werden. Denn wie schon ein altes Sprichwort sagt: „In der Ruhe liegt die Kraft".

Setze dich in einer gemütlichen Position hin.
Nimm nun deinen Stein in die Hand.
Schließe deine Augen.
Wie fühlt sich der Stein an?
Ist er eckig oder rund? Kantig oder glatt?
Ist dein Stein schwer oder leicht?
Zuerst war der Stein noch kalt.
Je länger du ihn in deiner Hand hältst, umso wärmer wird er.
Das ist dein Stein.
Öffne langsam deine Augen und sieh ihn dir nochmal genau an.
Willkommen zurück im hier und jetzt.

Fürbitten

Guter Gott, auch in der Hektik und dem Lärm des Alltags hörst du uns. So wollen wir dir unsere Bitten anvertrauen:

- Guter Gott, wir Kinder werden oft überhört. Schenke den Erwachsenen Ohren damit sie uns hören.
- Guter Gott, es gibt viele Menschen denen es nicht gut geht. Lass uns auf sie nicht vergessen.
- Guter Gott, öffne unsere Ohren, damit wir deine Worte verstehen.

Vater Unser

Jesus hat in der Wüste viel gebetet.
Beten wir nun gemeinsam das Vater Unser.
Vater Unser…

Segen

Wie wärs mit einem Lied als Segenswunsch?

Wir haben einen Vorschlag! Scanne den QR-Code mit der passenden App ein und lass dich überraschen!

Fasten-Challenge

für die 1. Fastenwoche

Verzichtet doch mal auf Süßes!

Der wohl häufigste Vorsatz für die Fastenzeit ist der Verzicht auf Naschereien, Speisen mit hohem Zuckeranteil oder Limonaden und andere Süßgetränke.

Wir möchten dir in der ersten Fastenwoche nicht nur helfen, diese Challenge zu meistern, sondern dir auch zeigen, wie Naschen anders gehen kann!

Für jeden Tag, den du ohne Naschereien oder Süßgetränke schaffst, darfst du ein rotes Band auf deinen „Fastenbaum" binden bzw. dir ein Sticker auf der rechten Seite ausschneiden und in deinen Fastenkalender kleben!

Als besondere Belohnung für dein Durchhaltevermögen kannst du eines der Rezepte ausprobieren, die wir für dich gesammelt haben! Du wirst sehen, dann ist der Verzicht aufs Naschen gar nicht so schwer.

Fitness-Smoothie

- zwei Bananen
- 400 ml Milch
- 1 Prise Zimt
- 15 Haferflocken
- 3 Eiswürfel

Schäle die Bananen und püriere sie mit etwas Milch im Mixer. Gib dann die Eiswürfel und die restliche Milch dazu und püriere das Ganze weiter. Zum Schluss fügst du noch die Haferflocken hinzu und pürierst nochmals alles. Füll deinen Smoothie in ein Glas und dekoriere ihn mit etwas Zimt!

Chia-Pudding

- 4 Esslöffel Chia-Samen
- 250 ml Mandeldrink
- etwas Obst
- Zimt, Vanille oder Kakao
- Honig oder Ahornsirup

Vermische die Chia-Samen mit der Mandeldrink und lasse sie für 15 Minuten ziehen. Rühre hin und wieder gut durch!
Stelle es dann für 2 Stunden in den Kühlschrank.
Bevor du den Pudding genießt, verfeinere ihn noch mit Zimt, Vanille oder Kakao, etwas Honig und deinem Lieblingsobst!

selbstgemachte Müsliriegel

- 200g Haferflocken
- 20g Leinsamen
- 10g Chia-Samen
- 5 Esslöffel Honig oder Ahornsirup
- 2 Bananen
- 2 Äpfel
- geriebene Nüsse
- Saft einer halben Zitrone
- Kokosflocken

Schäle die Bananen und zerquetsche sie anschließend. Die Äpfel reibst du ganz fein. Lass dir dabei vielleicht von einem Erwachsenem helfen.

Vermische die zerquetschten Bananen und die geriebenen Äpfel mit den Nüssen, Haferflocken, Leinsamen und Kokosflocken. Presse den Saft einer halben Zitrone aus und gib diesen auch hinzu. Zum Abschluss mischt du noch den Honig bzw. den Ahornsirup darunter. Lass die Masse für 10 Minuten ruhen.

Streiche sie dann dünn auf ein Backblech mit Backpapier auf.

Backe die Masse für 15-20 Minuten bei 160°C Ober- und Unterhitze.

Nachdem alles ausgekühlt ist, kannst du die Masse in Riegel schneiden.

2. Fastensonntag

Gottesdienst in der Familie

Einleitung

Heute werden wir im Evangelium etwas über die Verklärung Jesu erfahren. Verklärung bedeutet hier so viel wie Verherrlichung. In unserem Alltag verherrlichen wir viele Dinge wie Kleider, Geräte und Spiele. Wir wollen uns heute fragen, was es Wichtigeres gibt und wo wir dieses finden.

Beginnen wir unsere gemeinsame Feier im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

gemeinsames Gebet

Guter Gott,
wir sehen dich nicht, trotzdem bist du da.
Du rufst kostbare Erinnerungen in uns hervor und verbindest uns zu einer großen Gemeinschaft.
Amen.

Evangelium

(nacherzählt nach Mk 9, 2-10 aus der Sicht des Petrus)

Ich bin Pertrus, ein Freund von Jesus. Wir waren oft gemeinsam unterwegs und einmal hat Jesus Jakobus, Johannes und mich eingeladen mit ihm auf einen hohen Berg zu wandern.

Als wir oben auf dem Gipfel waren, passierte etwas Besonderes: Die Kleider von Jesus wurden strahlend weiß, so weiß, wie sie niemand auf der Erde hätte je bleichen können. Er sah einfach herrlich aus.
Und auf einmal waren Mose und Elija bei ihm und redeten mit Jesus. Ich war sehr aufgeregt, wollte unbedingt etwas tun und sagte zu Jesus: „Es ist so gut, dass wir hier sind. Wir wollen drei Hütten bauen, eine für dich, eine für Mose und eine für Elija."
Da kam eine Wolke und es wurde dunkel über uns und aus der Wolke hörten wir eine Stimme, die sagte: „Dies ist mein Sohn. Ich habe ihn sehr lieb. Tut was er euch sagt."
Ich wusste, das konnte nur Gottes Stimme sein! Jakobus, Johannes und ich waren sehr erschrocken. Und dann, im nächsten Moment, waren Mose und Elija wieder verschwunden.
Als wir den Berg wieder hinuntergingen, sagte Jesus uns, wir sollen niemanden erzählen, was wir gesehen hatten. Er sagte zu uns: „Erst wenn ich von den Toten auferstehe, dürft ihr erzählen, was passiert war."
Ehrlich gesagt, hatte ich nicht so recht verstanden, was er damit meinte: „Von den Toten auferstehen..."

Impuls

Es gibt Momente in unserem Leben, die so schön sind, dass wir sie am liebsten für immer festhalten wollen:

- ein unvergesslicher Urlaub
- tolle Erlebnisse mit Freunden
- besondere Begegnungen
- usw.

Es sind Augenblicke für die Ewigkeit und vielleicht auch schon ein Vorgeschmack auf den Himmel.
Auch den Jüngern im Evangelium geht es so. Sie sind so beeindruckt, dass sie zu Ehren der Propheten drei Hütten bauen wollen.
Diese Zeiten, die wir festhalten wollen, sind sehr wichtig für uns. In schwierigen Zeiten erinnern sie uns an die großen Taten Gottes und schenken uns immer wieder Glauben, Vertrauen und Hoffnung.

Anregung zum Mitmachen

Das Lied „Tage wie diese" von den Toten Hosen beschreibt diese Momente ganz gut. Spielt es doch ab und überlegt, an welchen Moment in eurem Leben ihr immer wieder gern zurückdenkt und wieso euch dieser so viel bedeutet. Wenn ihr möchtet, könnt ihr eure Gedanken mit den anderen teilen.

Fürbitten

Herr, du hast uns so viele wertvolle Erinnerungen in unserem Leben geschenkt. Darum bitten wir dich:

- Hilf uns, an den Kreuzungen unseres Lebens die richtige Entscheidung zu treffen.
- Lass in uns die Erkenntnis wachsen, dass der leichtere Weg nicht immer der bessere ist.
- Gib uns offene Augen und Ohren für die Sorgen unserer Mitmenschen.
- Schenke uns Kraft und Mut, wieder aufzustehen und weiterzugehen, wenn wir stolpern.
- Lass uns dankbar sein für die Menschen, die uns unvergessliche Momente in unserem Leben schenken und uns immer begleiten.
- Schenke unseren lieben Verstorbenen schöne Momente bei dir im Himmel.

Vater Unser

Euch gehen die Ideen aus, wie ihr diesmal das Vater Unser beten wollt? Dann nutzt den Gebetswürfel und lasst ihn entscheiden. Ihr findet eine Vorlage zum Ausdrucken und Ausschneiden auf der Seite 16.

Schlussgebet

Guter Gott,
durch Jesus zeigst du uns, wie wir gut und glücklich miteinander leben können. Er ist unser Vorbild, auf ihn wollen wir hören.
Hilf uns, besonders jetzt vor Ostern, dass wir uns gemeinsam mit dir auf den Weg machen.
Darum bitten wir dich.
Amen.

Gebetswürfel

Betet doch mal „ganz Besonders"

So funktioniert's:

- Schneide die Schablone aus! Die weißen Felder an den Seiten darfst du dabei nicht wegschneiden!
- Falte die einzelnen Felder so, dass die Bildseite außen ist.
- Die weißen Felder an den Seiten dienen dir als Klebeflächen.

TIPP: Drucke den Würfel auf etwas festerem Papier aus! So hält er besser beim Würfeln!

Fasten-Challenge

für die 2. Fastenwoche

Weniger ist mehr!

Gönn deinen Augen diese Woche ein wenig Ruhe und Entspannung. Du wirst sehen, wie gut das tut! Schalte dein Handy ab, lass den Fernseher ausgeschalten und den PC im Ruhezustand!

Wir möchten dir in der zweiten Fastenwoche Anregungen geben, was ihr als Familie unternehmen könnt, auch wenn Spazierengehen und Brettspiele schon langweilig geworden sind!

Für jeden Tag, an dem du es schaffst, deine Bildschirmzeit auf ein Minimum zu reduzieren, darfst du ein gelbes Band auf deinen „Fastenbaum" binden bzw. dir ein Sticker auf der rechten Seite ausschneiden und in deinen Fastenkalender kleben!

Dreieck - Quadrat - Fünfeck

Das brauchst du dazu:

- Augenbinden für jeden
- 3 Seile oder feste Schnüre (1m, 1,5m und 2m lang)
- Papier
- Stift

Und so geht's:

Ihr müsst mit den Schnüren blind verschiedene Formen legen. Ein Dreieck mit der kürzesten Schnur, ein Quadrat mit der mittleren und ein Fünfeck mit der längsten Schnur. Jede Person muss immer in Kontakt mit der Schnur sein. Reden ist währenddessen erlaubt!

Wenn ihr die drei Formen geschafft habt, könnt ihr versuchen, andere Formen oder sogar Buchstaben zu legen. Macht euch dafür vielleicht vorher eine Skizze auf Papier, um sicherzugehen, dass alle wissen, was am Ende herauskommen soll.

Wer richtig schätzt, gewinnt!

Das brauchst du dazu:

- 4 Murmeln oder kleine Steine für jedes Familienmitglied

Und so geht's:

(Zum besseren Verständnis haben wir die Erklärung für 4 Personen für euch. Gespielt werden kann aber auch schon zu zweit.)

Bildet einen Kreis. Jedes Familienmitglied bekommt 4 Murmeln in die linke Hand.

Gebt nun alle die Hände hinter den Rücken.

Nun überlegt im Stillen, wie viele Murmeln ihr in eure rechte Hand legt (kann von 0 - 4 Stück sein). Nach ca. 5 Sekunden strecken alle die geschlossene rechte Hand in die Mitte.

Alle dürfen raten, wie viele Murmeln sich nun insgesamt in den geschlossenen Händen in der Mitte befinden.

Wenn alle ihren Tipp abgegeben haben, wird aufgelöst. Die Person, die mit ihrem Tipp der Lösung am nächsten war, darf eine Murmel abgeben.

Ziel des Spiels ist es, als Erste/r keine Murmeln mehr zu besitzen.

Indoor - Schneeballschlacht

Das brauchst du dazu:

- Zeitungspapier
- Musik
- Schnur oder Malerkrepp

Und so geht's:

Teilt den Raum mit Malerkrepp oder einer Schnur in zwei Hälften.

Bildet nun zwei Teams, die ausgeglichen sind. Jedes Team geht in ihr Feld und bekommt 20 Bögen Zeitungspapier. Formt daraus 20 „Schneebälle".

Spielt nun Musik ab. Am besten ihr wählt einen Song, der euch gute Laune bereitet. Solange dieser Song läuft, dürft ihr die Schneebälle auf die gegnerische Seite werfen.

Wenn die Musik verstummt, werden die Bälle auf jeder Seite gezählt.

Die Gruppe mit den wenigeren Bällen in ihrem Feld hat gewonnen.

weitere Ideen für Spiele

Weitere Ideen für coole Spiele findet ihr in der Jungschar-App! Viel Spaß beim Ausprobieren!

3. Fastensonntag

Gottesdienst in der Familie

Vorbereitung

Stellt euch eine Schüssel mit Gummibären oder bunten Schokolinsen in die Mitte und bedeckt sie mit einem Tuch. Ihr werdet sie für die Fürbitten benötigen.

Einleitung

Beginnen wir unsere gemeinsame Feier im Namen des Vaters und des Sohnes und des Hl. Geistes. Amen.

Gebet

Guter Gott,
wir freuen uns, dass du in unserer Mitte bist.
Wir bitten dich, stärke uns
und schenke uns Mut,
dass wir uns für das stark machen,
was uns wichtig ist.
Darum bitten wir dich durch Jesus,
unseren Bruder und Freund.
Amen.

Evangelium

(nacherzählt nach Joh 2, 13-25)

Kurz vor dem großen Passafest reiste Jesus nach Jerusalem. Als er den Vorhof des Tempels betrat, sah er, dass Händler ihre Stände dort aufgebaut hatten. Sie verkauften Rinder, Schafe und auch Tauben. Einige Geldwechsler trieben sich auch herum. Dieses Bild gefiel ihm gar nicht und Jesus wurde zornig. Aus Seilen drehte er sich eine Peitsche und trieb die Händler mit ihren Tieren aus dem Tempel. An den Tischen der Geldwechsler kippte er die Kassen um und verstreute ihr Geld am Boden. Wütend rief er: „Raus hier! Das ist das Haus meines Vaters! Verwandelt es nicht zu einer Markthalle!“ Einige Juden fragten ihn: „Wer gibt dir das Recht, so etwas zu tun? Gib uns einen Beweis dafür!“ Da antwortete Jesus: „Reißt den Tempel nieder, ich werde ihn in drei Tagen wieder aufbauen.“ Die Juden hielten das für einen Witz und meinten: „Es hat 46 Jahre gedauert, bis dieser Tempel fertiggestellt war und du willst das in nur drei Tagen schaffen? Niemals!“
Mit Tempel meinte Jesus aber seinen Leib. Nachdem Jesus von den Toten auferstanden war, erinnerten sich die Jünger an seine Worte. Da glaubten sie, was in den Heiligen Schriften stand und auch das, was Jesus ihnen sagte.
Durch die Wunder die er während des Passafestes tat, begannen immer mehr Leute an Jesus zu glauben. Er selbst vertraute diesen Leuten aber nicht wirklich, denn er durchschaute sie. Jesus kannte die Menschen bis in den letzten Winkel ihrer Herzen.

Impuls

Wenn wir an die vielen Geschichten über Jesus denken, fallen uns viele gute Taten ein. Er war immer für die Menschen da, half ihnen, gab ihnen Ratschläge, segnete sie. In der heutigen Geschichte ist Jesus richtig wütend, er vertreibt die Händler sogar mit der Peitsche. Jesus sich so vorzustellen ist schwer. Aber weißt du, warum er so wütend war?
Die Händler und Geldwechsler im Tempel waren keine guten und freundlichen Menschen. Sie waren geldgierig und hinterlistig. Damals war es üblich, dass ein Tier geopfert wurde, wenn man zu Gott betete. Und diesen Brauch nutzten die Händler aus, um den Menschen das Geld aus der Tasche zu ziehen. Das störte Jesus, denn die Menschen sollten nicht bezahlen müssen, um zu beten. Das wollte er ändern. Und schließlich glaubten immer mehr Menschen an ihn und an seine Taten. Denn für den Glauben an ihn schenken wir Jesus nur unser Vertrauen, keine geopferten Tiere oder Geld.
Die Leidenschaft, mit der Jesus im Tempel „aufgeräumt" hat, wäre in der heutigen Zeit manchmal auch nicht schlecht. Für die wichtigen Dinge muss man sich stark machen und Zeichen setzen. Da darf man auch mal gegen den Strom schwimmen, auch wenn es viel Mut dafür braucht. Aber wenn die Liebe für eine Sache in uns brennt, dann können wir alles erreichen! Jesus ist da ein großes Vorbild für uns!

Anregung zum Mitmachen

Auf Seite 20 findest du eine Sammlung mit Bibelversen. Such dir einen aus, der dich in diesem Moment besonders anspricht. Wenn du Lust hast, kannst du das Kärtchen ausschneiden, nach Belieben gestalten und anschließend an einem Platz aufhängen, wo du die Botschaft besonders oft liest. Sie soll dich jeden Tag motivieren und dir gute Laune machen!

Fürbitten

Heute sprechen wir unsere Fürbitten ein wenig anders. Überlegt euch, wofür ihr eine Bitte sprechen könnt. Formuliert die Fürbitten ganz einfach. Wir haben euch einige Beispiele auf der nächsten Seite vorgegeben. Nehmt euch nun nach der Reihe eine Süßigkeit aus der Schüssel. Jede Farbe steht dabei für ein Thema der Fürbitten. Je nach Farbe formuliert dazu eure Bitte.

Vater unser

Alle Bitten, die wir nicht laut aussprechen wollen, legen wir in das Gebet, das uns Jesus selbst gelernt hat:
Vater unser ...

Schlussgebet

Guter Gott, du unterstützt uns,
du zeigst uns, wie wir sein können,
du gibst uns Mut.
Schenke uns deinen Segen im Namen des Vaters und des Sohnes und des Hl. Geistes.
Amen.

Fürbitten

Guter Gott, du begleitest unser Leben mit deinem Segen. Darum kommen wir mit unseren Bitten zu dir. Wir bitten dich um Mut und Stärke für Menschen, die uns wichtig sind.

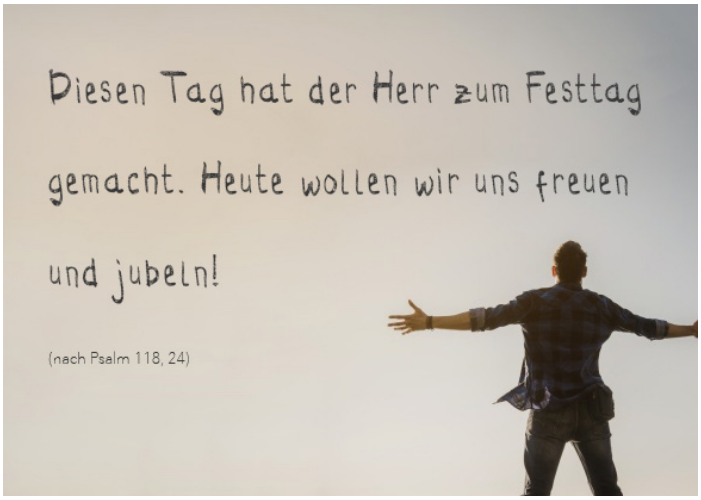
- „Für _____ bitte ich dich, Gott."
  (setzt den Namen der Person ein, für die ihr bittet)

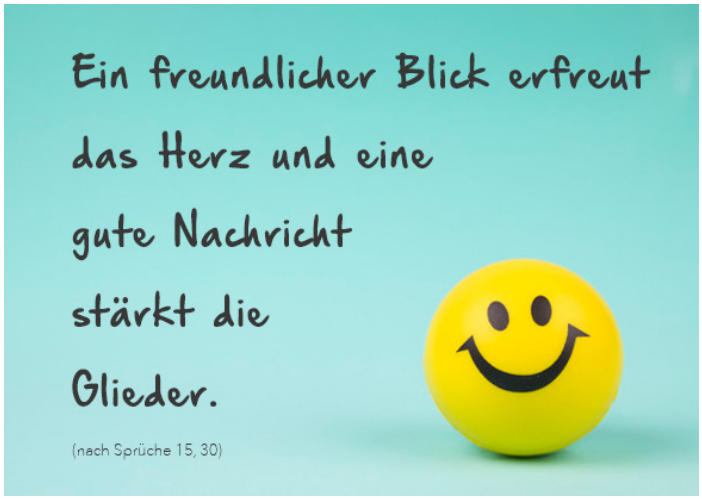
- „Gott, ich bitte dich für _____"
  (z.B. Frieden, Gesundheit, genügend Nahrung, …)

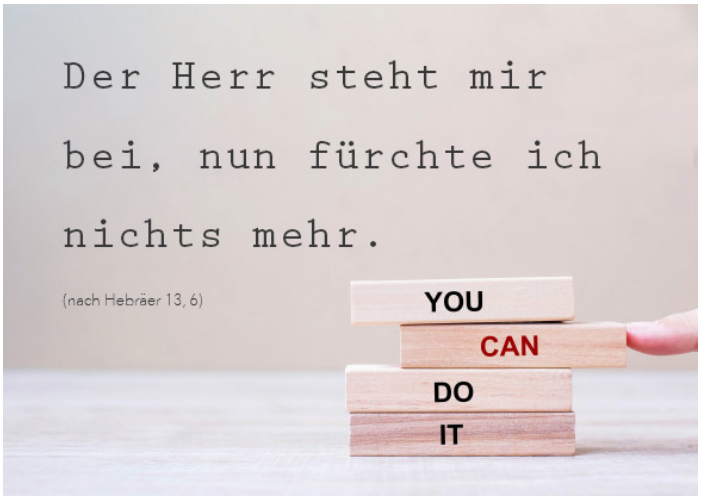
- „Gott, ich danke dir für _____"
  (z.B. meine Familie, schöne Erlebnisse, …)

- „Lieber Gott, stehe _____ bei und unterstütze sie."
  (z.B. Arme, Kranke, SchülerInnen, Arbeitslose, …)

- „Lieber Gott, beschütze _____ bei dir im Himmel."
  (Verstorbene, die euch wichtig sind)


Diesen Tag hat der Herr zum Festtag gemacht. Heute wollen wir uns freuen und jubeln!
(nach Psalm 118, 24)


Ein freundlicher Blick erfreut das Herz und eine gute Nachricht stärkt die Glieder.
(nach Sprüche 15, 30)


Der Herr steht mir bei, nun fürchte ich nichts mehr.
(nach Hebräer 13, 6)
YOU
CAN
DO
IT

GOTT GIBT DEN MÜDEN KRAFT UND DIE SCHWACHEN MACHT ER STARK.
(nach Jesaja 40, 29)

SOWEIT ES MÖGLICH IST UND AUF EUCH ANKOMMT, LEBT MIT ALLEN IN FRIEDEN.
(nach Römer 12, 18)

Allem bin ich gewachsen durch den, der mich stark macht!
(nach Philipper 4, 13)

Fasten-Challenge

für die 3. Fastenwoche

Bewegung, Bewegung, Bewegung!

Fasten besteht nicht nur aus Verzichten, im Gegenteil. Es bedeutet auch, dass man etwas Gutes für sich tun kann!

Wir möchten dich in der dritten Fastenwoche dazu motivieren, dich zu bewegen und deinen Körper in Schwung zu halten! Geh doch mal eine Runde Radfahren, geht gemeinsam Laufen oder macht euren Lieblingssport.

Für jeden Tag, den du mit voller Motivation angehst und dich aktiv bewegst, darfst du ein blaues Band auf deinen „Fastenbaum" binden bzw. dir ein Sticker auf der rechten Seite ausschneiden und in deinen Fastenkalender kleben!

Power dich aus!

Dir gehen die Ideen aus, wie du dich sportlich betätigen kannst?
Du suchst Abwechslung und möchtest mal etwas Neues ausprobieren?

Sarah und die Kirchenmaus machens dir vor und zeigen dir, wie du dich mit ein paar Übungen richtig auspowern kannst!
Folge dem QR-Code und probiere es aus. Viel Spaß beim Sporteln!

4. Fastensonntag

Gottesdienst in der Familie

Einleitung

Beginnen wir unsere gemeinsame Feier im Namen des Vaters und des Sohnes und des Hl. Geistes. Amen.

gemeinsames Gebet

Guter Gott,
in den Tagen der Fastenzeit versuchst du,
uns ins Bewusstsein zu rufen,
was wirklich zählt im Leben.
Unterstütze uns in dieser Zeit,
damit wir die Freude des Osterfestes
voll und ganz spüren können.
Darum bitten wir dich durch Jesus,
unseren Bruder und Freund.
Amen.

Evangelium

(nacherzählt nach Lk 15, 1-3.11-32)

Jesus kümmerte sich um alle Menschen. Auch um die, die in ihrem Leben schon viele Fehler gemacht und deshalb keine Freunde mehr hatten. Viele konnten das nicht verstehen und fragten Jesus: „Warum redest du mit diesen Menschen? Sie sind selber schuld, dass sie niemand mag!“ Da erzählte Jesus folgende Geschichte:
Ein Mann lebte mit seinen beiden Söhnen auf seinem Hof. Es ging ihnen gut und der Vater war glücklich. Eines Tages aber beschloss der jüngere Sohn von zuhause wegzugehen. Er bat seinen Vater deshalb, ihm das Geld, das er einmal erben sollte, gleich zu geben. Der Vater teilte sein Vermögen zwischen seinen beiden Söhnen auf und der Jüngere zog sogleich fort. Er genoss sein neues Leben, kaufte sich alles was er wollte, aß viel und trank nur den teuersten Wein. Doch bald war von seinem Geld nichts mehr übrig. Und als auch noch eine Hungersnot über das Land kam, ging es ihm bald sehr schlecht. Er musste an seinen Vater denken und wie gut es den Arbeitern am Hof dort ging. So beschloss der Sohn seinen Vater zu fragen, ob er nicht als Arbeiter auf seinem Hof leben könnte.

Heute feiern wir den 4. Fastensonntag. Dieser hat sogar einen eigenen Namen. Er wird Laetare genannt, was aus dem Lateinischen kommt und übersetzt „Freue dich!“ heißt. Doch warum sollen wir uns an diesem Sonntag denn so freuen? Wir haben bereits mehr als die Hälfte der Fastenzeit geschafft und gleichzeitig dürfen wir uns schon auf Ostern freuen. Ein Hinweis auf diese Freude in der Fastenzeit soll uns die Farbe Rosa sein. In der Fastenzeit ist die liturgische Farbe normalerweise violett, sie steht für Buße und Umkehr. Zu Ostern ist die liturgische Farbe dann weiß, die Farbe der Freude und Symbol für Christus und die Auferstehung. Mischt man nun diese beiden Farben zusammen, erhält man die Farbe Rosa. Das ist ähnlich wie in der Adventzeit die rosa Kerze am Adventkranz.

So machte er sich auf den Weg nachhause. Der Vater sah seinen Sohn schon von Weitem kommen und lief seinem Sohn voll Freude entgegen. Der Sohn sagte: „Vater, es tut mir leid. Was ich getan habe war falsch. Ich kann nicht mehr dein Sohn sein, mach mich zu deinem Arbeiter." Der Vater aber umarmte seinen Sohn und sagte: „Du bist und bleibst mein Sohn!" Dann befahl er seinen Dienern ein großes Fest zu geben, denn er freute sich. Der Vater glaubte er hatte seinen Sohn verloren, aber er kam wieder zurück. Als der ältere Sohn von der Arbeit am Feld wieder nachhause kam, wunderte er sich, warum ein großes Fest gefeiert wurde. Die Diener erzählten ihm, dass sein Bruder wieder zurückgekommen war und der Vater deshalb ein Fest feiern wollte. Da wurde er zornig und auch traurig und wollte nicht mitfeiern. Er sagte zu seinem Vater: „Ich bin immer da gewesen und habe dir geholfen, nie habe ich etwas falsch gemacht. Ich habe aber noch kein Geschenk von dir bekommen! Mein Bruder hat dein ganzes Geld ausgegeben und hat dir großen Kummer bereitet. Für ihn gibst du gleich ein großes Fest?" Da antwortete ihm der Vater: „Mein Kind, ich weiß, dass es schwer für dich ist, das zu verstehen, aber schau, du bist immer bei mir und alles, was mir gehört, gehört auch dir. Aber ich dachte dein Bruder ist tot und jetzt lebt er, er war verloren und ist wieder zurückgekehrt. Ich freue mich! Komm lass uns feiern!"

Impuls

Jesus erzählte den Menschen damals diese Geschichte, um ihnen zu zeigen, dass Gott barmherzig ist und uns Menschen immer wieder vergibt. Aber er erzählt sie uns auch heute, um uns zu zeigen, dass Gott immer für uns da ist und auf uns wartet, so wie der Vater auf seinen Sohn in der Geschichte gewartet hat.

Wir alle machen immer wieder Fehler und manchmal fällt es uns schwer zu sagen, wie leid es uns tut. Doch wenn wir Gott von ganzem Herzen um Vergebung bitten, so wie der Sohn seinen Vater, wartet Gott schon auf uns und empfängt uns mit offenen Armen, so wie der Vater in der Geschichte.

Gott hält uns nicht mit Zwang bei sich fest, sondern gibt uns die Freiheit, unseren eigenen Weg zu gehen. Und wenn wir scheitern und uns die Not zur Einsicht bringt, steht uns die Tür zum Vaterhaus offen und Gott empfängt uns mit offenen Armen. Aber wir müssen den ersten Schritt machen und Gott und unseren Mitmenschen um Vergebung bitten.

Anregung zum Mitmachen

Wenn man jemanden vergibt, bedeutet es auch gleichzeitig, dass man diese Person gern hat. Zeigt das doch auch euren Familie. Der Vater feierte mit seinen Liebsten ein großes Fest. Ihr könnt euch doch auch nach dem Gottesdienst den Tisch festlich schmücken und ein festliches Mittagessen genießen!

Fürbitten

Guter Gott, du hörst uns in jeder Lebenslage und Situation. Wir bitten dich:

- Wir beten für alle Menschen, die von zu Hause weggelaufen sind und sich nicht mehr zurücktrauen, schenke ihnen den Mut zur Umkehr.
- Wir beten für alle Menschen, die verschwenderisch leben. Hilf, dass sie ihren Besitz mit anderen teilen lernen.
- Wir beten für alle Menschen, die sich gestritten haben und sich nicht versöhnen können. Zeige ihnen Wege der Versöhnung.
- Wir beten für alle Menschen, die in Not sind und nicht wissen, wohin sie sich wenden sollen. Schenke ihnen Mut, sich jemandem anzuvertrauen und um Hilfe zu bitten.

Guter Gott, du bist unser liebender Vater. Vor dir brauchen wir uns mit keinem Fehler verstecken. Höre unsere Bitten, durch Jesus, unseren Bruder und Freund. Amen.

Vater unser

Lasst uns nun gemeinsam beten:
Vater unser ...

Schlussgebet

Vater im Himmel,
wir danken dir dafür,
dass du uns die Freiheit schenkst unseren eigenen Weg zu gehen.
Wir danken dir dafür,
dass du uns Mut machst, umzukehren,
wenn wir in eine falsche Richtung gegangen sind.
Wir danken dir dafür,
dass wir uns darauf verlassen dürfen,
dass du uns immer wie ein liebender Vater und eine liebende Mutter mit offenen Armen empfängst.
Wir danken dir dafür, dass du uns so sehr liebst, wie der Vater seinen Sohn in der Geschichte, die wir gehört haben.
Amen.

Fasten-Challenge

für die 4. Fastenwoche

Jeden Tag eine gute Tat!

Gutes für sich selbst tun ist das eine, Gutes für andere tun nochmal etwas ganz anderes!

Wir möchten dir in der vierten Fastenwoche zeigen, dass bereits die kleinsten Dinge im Leben eine riesige Freude machen können! Du hast sicher viele Ideen, welche guten Taten du für andere machen kannst. Aber machst du sie auch wirklich?

Für jeden Tag, an dem du jemanden eine Freude machst. darfst du ein violettes Band auf deinen „Fastenbaum" binden bzw. dir ein Sticker auf der rechten Seite ausschneiden und in deinen Fastenkalender kleben!

katholische jugend & jungschar burgenland

Hl. Patrick

Wissenswertes zu diesem Heiligen

Der Hl. Patrick von Irland lebte im 5. Jahrhundert und wurde im heutigen Großbritannien geboren.

Mit 16 wurde er von zu Hause entführt und musste als Sklave in Irland Schafe hüten.

Nach seiner Rückkehr nach Hause studierte er Theologie und wurde Mönch. Ein Traum lockte ihn zurück nach Irland. Dort wurde er später sogar zum Bischof geweiht.

Er begeisterte viele Menschen für das Christentum und ließ auch viele Kirchen in Irland erbauen.

Der Hl. Patrick ist der Patron der Bergleute, Schmiede, Frisöre und des Viehs. Man betet zu ihm für arme Seelen.

Dargestellt wird er sehr oft mit einem dreiblättrigen Kleeblatt. Damit hat er den Iren die göttliche Dreifaltigkeit erklärt.

In Irland ist der Hl. Patrick der Nationalheilige. An seinem Gedenktag, dem 17. März, wird in Irland groß gefeiert. Es werden auch eigene Paraden veranstaltet.

Hl. Josef

Wissenswertes zu diesem Heiligen

Der Hl. Josef stammte aus einer sehr bekannten Familie und war Zimmermann in Nazareth. Seine Verlobte war Maria, die Mutter von Jesus.

In der Bibel wird nicht viel über Josef erzählt. Er wird einige Male in der Kindheit Jesu erwähnt, dann nicht mehr.

Dargestellt wird er oft als bärtiger Mann mit Wanderstab oder mit den Werkzeugen eines Zimmermanns. Manchmal hält er auch eine Laterne. Das Licht darin steht für Jesus.

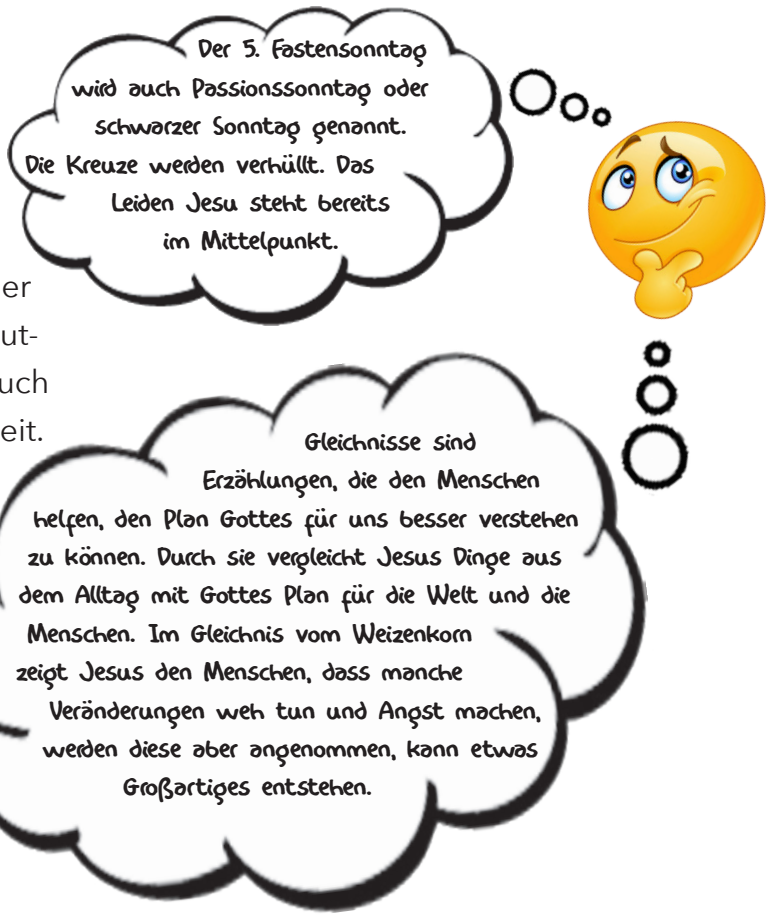
Eine alte Bauernregel besagt übrigens: „Ein schöner Josefstag ein gutes Jahr verheißen mag."

Nicht nur der 19. März ist der Gedenktag von Josef. Am 1. Mai erinnern wir uns an „Josef, den Arbeiter".

Der Hl. Josef ist der Schutzpatron der Zimmerleute, Tischler und Arbeiter, sowie der Eheleute, Familien und der Sterbenden.

5. Fastensonntag

Gottesdienst in der Familie



Vorbereitung

Stellt für jeden von euch ein Stück Brot oder Gebäck bereit. Ihr könnt auch ein wenig Butter oder Aufstrich vorbereiten. Leg dazu auch ein paar Samenkörner oder Ähnliches bereit.

Gebet

Guter Gott,
durch Jesus hast du uns gezeigt,
dass du immer an unserer Seite bist,
ganz egal in welcher Lebenssituation
wir gerade sind.
Dafür danken wir dir.
Amen.

Evangelium

(nacherzählt nach Joh 12, 20-25)

Einige Zeit bevor Jesus verhaftet und gekreuzigt wurde, war er mit seinen Freunden unterwegs nach Jerusalem. Auf dem Weg dorthin traf er viele Menschen, die ihn sehen und ihm zuhören wollten. So gingen Philippus und Andreas, zwei Jünger von Jesus, zu ihm und sagten: „Jesus, alle Leute sind nur wegen dir hier. Sie wollen dich reden hören."
Jesus wusste zu diesem Zeitpunkt schon, dass er bald auf grausame Weise sterben musste. Deshalb erzählte er den Menschen folgendes Gleichnis:

Ein kleines Weizenkorn kann viel bewirken. Wird es in die Erde gesät, verändert sich das Korn. Nach einiger Zeit, mit Wasser und Sonnenlicht, wächst daraus eine kleine Pflanze und schließlich ein neuer Halm mit vielen kleinen Körnern. Wird es aber nicht in die Erde gesät, kann nicht Neues daraus entstehen.
Danach erzählte Jesus weiter und zeigte den Menschen, wie sie ein gutes Leben führen können. Wer an seinem Leben festhält und an dem, was er besitzt, wird nicht glücklich werden. Wer aber sich aber den Veränderungen in seinem Leben stellt, so wie das kleine Weizenkorn, der wird Großartiges erleben.

Impuls

Wenn du dir ein Weizenkorn ansiehst, wirst du dir vielleicht denken, dass es wertlos ist. In so einem kleinen Korn kann viel Kraft drinnen stecken. Legst du das Körnlein in die Erde, gibt's ihm Wasser, lässt es auf der Fensterbank stehen, wirst du irgendwann etwas bemerken. Es wächst daraus eine Pflanze. Aus einem Weizenkorn bekommst du viele Körner. Diese Körner bringen viel Freude und sind Zeichen fürs Leben.

Anregung zum Mitmachen

Nimm dir ein Stückchen Brot oder Gebäck. Vergleiche die Größe mit dem Samenkorn, das daneben liegt. Viele dieser Körner stecken in diesem Gebäck.
Rieche auch ganz bewusst daran. Je nachdem, welches Brot oder Gebäck du ausgewählt hat, kannst du das darin enthaltene Getreide auch riechen.
Beiße nun davon ab und genieße es. Wenn du möchtest, kannst du es gerne mit Aufstrich oder Butter verfeinern. So ein Stück Brot oder Gebäck gibt dir Kraft und Energie.

Fürbitten

Guter Gott, du empfängst uns immer wieder mit offenen Armen und hast auch ein offenes Ohr für uns. So wollen wir dich bitten:

- Guter Gott, manchmal stehen wir vor großen Veränderungen. Gib uns den Mut sie anzunehmen.
- Guter Gott, manchmal sehen wir alles rund um uns als selbstverständlich an. Schenke uns offene Augen und ein offenes Herz, damit wir dankbar sein können.
- Guter Gott, manchmal wollen wir, dass sich die anderen ändern, für uns selbst aber alles gleich bleibt. Gib uns die Einsicht Veränderungen zuzulassen.
- Guter Gott, wir wollen an die lieben Menschen denken, die schon gestorben sind. Gib ihnen ein neues Zuhause bei dir.

Vater unser

Jesus hat bei seinen Treffen mit den Menschen gebeten. Ein Gebet, das er sehr oft gebetet hat, war das „Vater unser". So wollen auch wir beten: Vater unser ...

Schlussgebet

Guter Gott, schenke uns Vertrauen,
dass wir die Veränderungen um uns wahrnehmen.
Guter Gott, schenke uns Mut,
vergangenes hinter uns lassen zu können.
Guter Gott, schenke uns Liebe,
damit wir auf Andere nicht vergessen.
Darum bitten wir dich durch Jesus, unseren Bruder und Freund.
Amen.

Fasten-Challenge

für die 5. Fastenwoche

Mach's mal nachhaltig!

Auch die Umwelt könnte mal eine Fastenzeit vertragen. Leider kann sie das aber selbst nicht. Also ist es unsere Aufgabe, dass wir auf sie achten und ihr eine Fastenzeit bescheren!

Wir möchten dich in der fünften Fastenwoche darauf aufmerksam machen, wie du mit den einfachsten Mitteln deinen Alltag ein wenig nachhaltiger gestalten kannst.

Für jeden Tag, an dem du für die Umwelt einen Fastentag einlegst, darfst du ein grünes Band auf deinen „Fastenbaum" binden bzw. dir ein Sticker auf der rechten Seite ausschneiden und in deinen Fastenkalender kleben!

Legt kurze Strecken nicht mit dem Auto zurück!

Verwendet Alternativen zu Plastikdingen!

Schmeißt nicht gleich alles weg! Manche Dinge lassen sich „Upcyceln".

Kauft doch mal im Geschäft ums Eck ein!

Versucht, jeden Tag selbst zu kochen!

Schaut genau, wo eure gekauften Lebensmittel herkommen!

Legt euch einen kleinen Gemüse- oder Kräutergarten an!

Aufbruch zu Neuem ...

Bussandacht in der Familie

Vorbereitung

Schneidet aus gelbem Papier einen Kreis und mehrere Streifen aus. Diese legt dann in eure Mitte.
Auf den gelben Kreis könnt ihr ein Kreuz als Symbol für Jesus legen.

Einleitung

Beginnen wir die gemeinsame Bußandacht im Namen des barmherzigen Gottes, im Namen des Vaters und des Sohnes und des Hl. Geistes. Amen.

Lied

Wir haben einen Vorschlag! Scanne den QR-Code mit der passenden App ein und lass dich überraschen!

gemeinsames Gebet

Guter Gott,
du bist immer da.
Wenn wir lachen und fröhlich sind,
wenn wir weinen und traurig sind,
wenn wir Fehler machen,
streiten und uns wieder versöhnen.
So wie eine Mama, so wie ein Papa
verzeihst du uns und hast uns lieb.
Dafür danken wir dir.
Amen.

Bibelstelle

(nacherzählt nach Ez 33, 10-11)

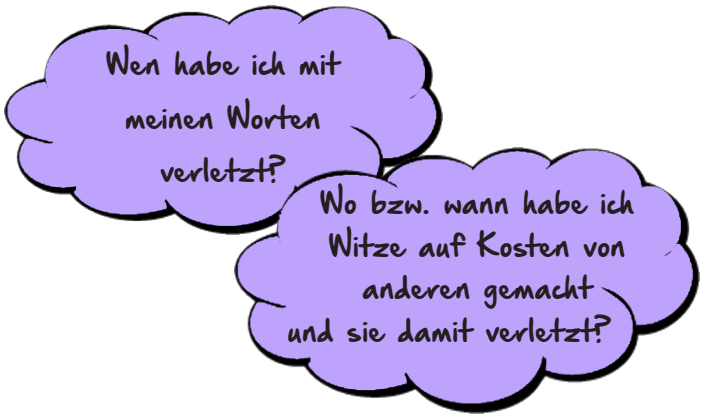
Der Prophet Ezechiel schreibt in seinem Buch:
Ihr Menschen habt Angst, weil ihr große Fehler gemacht habt. Ihr fürchtet euch um eure Zukunft. Gott, der Herr, aber freut sich nicht, wenn ihr wegen eurer Fehler bestraft werdet. Nein, Gott freut sich, wenn ihr eure Fehler einseht und umkehrt!

Impuls

Wir alle machen manchmal Fehler. Das ist ganz normal und gehört zu unserem Leben dazu. Das macht uns menschlich!
Aber oft verletzen wir mit unserem Verhalten und unseren Worten andere Menschen.
Ab und zu versuchen wir unsere Fehler zu verstecken, so dass wir selbst sie nicht mehr sehen und wahrnehmen.

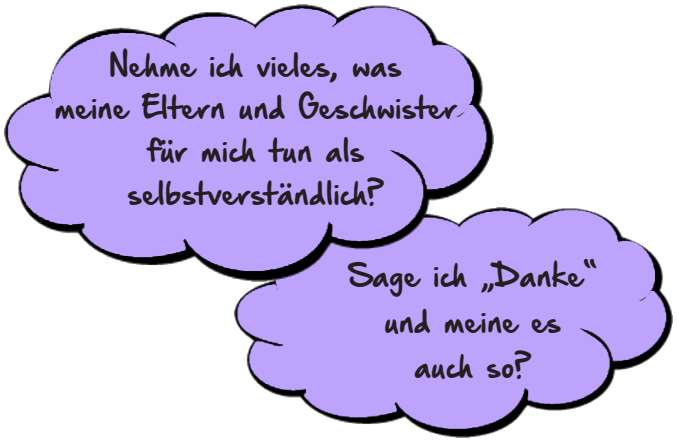
Verzeihen und echte Versöhnung kann nur dann passieren, wenn wir alle unsere Fehler einsehen, uns entschuldigen und Veränderung ermöglichen.
Die österliche Bußzeit, die Fastenzeit lädt uns ein, über unser eigenes Leben und unsere Taten nachzudenken.

Worte sind schnell dahin gesagt. Aber zurücknehmen kann man sie nicht.



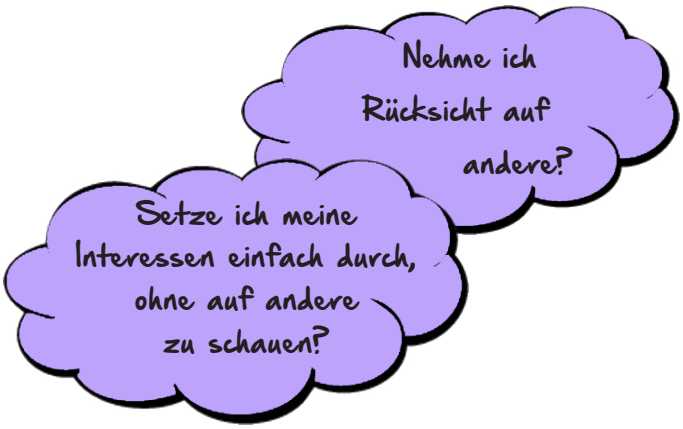
Nehmt euch ein paar Augenblicke Zeit und denkt über diese Fragen nach!

Oft kracht es in der Familie nur, weil jeder dem anderen wichtig ist. Nur sagen wir das selten. Familie funktioniert jedoch nur, wenn jeder sich einbringt.



Nehmt euch ein paar Augenblicke Zeit und denkt über diese Fragen nach!

Wer etwas erreichen will, muss seine Ellbogen ausfahren und darf keine Rücksicht auf andere nehmen. Viele Leute laufen so durch die Gegend. Sie verlieren dabei nicht nur sich, sondern auch ihre Freunde.



Nehmt euch ein paar Augenblicke Zeit und denkt über diese Fragen nach!

Wenn wir wissen, dass wir Fehler gemacht haben fühlen wir uns meist schlecht und eine dunkle Wolke hängt über uns.

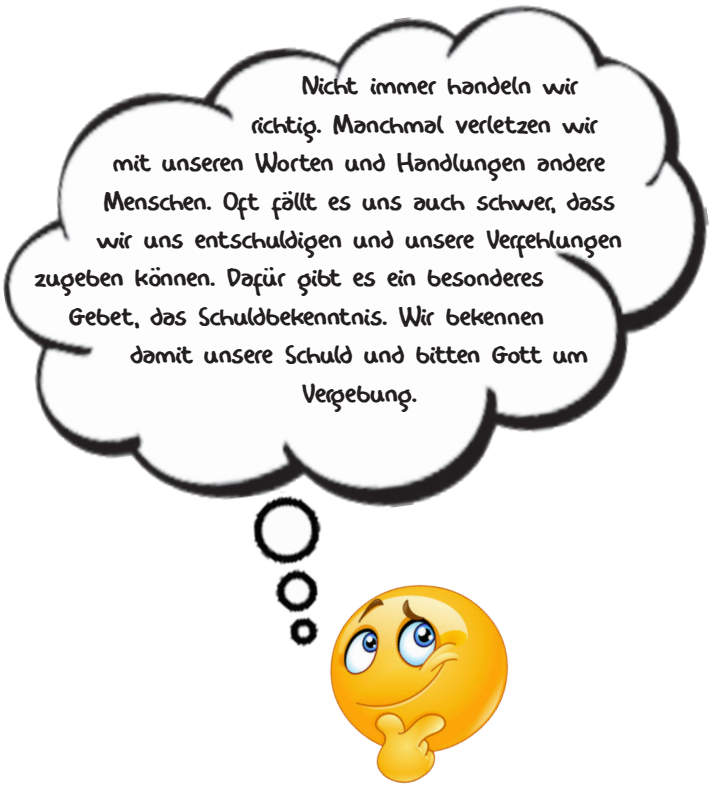
Werden wir still und überlegen wir gemeinsam, wie wir unser Leben und unser Zusammenleben verändern können und wollen, damit die dunklen Wolken vertrieben werden und es immer hell ist.
Was wollen wir ab jetzt anders machen?

Denkt darüber nach! Die Ergebnisse könnt ihr auf gelbe Streifen schreiben und an den gelben Kreis in der Mitte legen, sodass eine Sonne entsteht.

Schuldbekenntnis

Beten wir gemeinsam:

Ich bekenne Gott, dem Allmächtigen,
und allen Brüdern und Schwestern,
dass ich Gutes unterlassen
und Böses getan habe.
Ich habe gesündigt in Gedanken,
Worten und Werken
durch meine Schuld, durch meine Schuld,
durch meine große Schuld.
Darum bitte ich die selige Jungfrau Maria,
alle Engel und Heiligen
und euch, Brüder und Schwestern,
für mich zu beten
bei Gott, unserem Herrn.



Vergebungsbitte

Lieber Gott,
wir machen manchmal Fehler,
kleine und große.
Hilf uns unsere Fehler zu erkennen
und gib uns den Mut umzukehren
und uns zu verändern.
Wir bitten dich,
sei bei uns und verzeih uns,
wenn wir Fehler gemacht haben.
Darum bitten wir dich durch Jesus,
unseren Bruder und Freund.
Amen.

Segen

Auf die Fürsprache
der Gottesmutter Maria,
die unsere menschlichen Schwächen kennt,
segne uns der barmherzige Gott,
der Vater und der Sohn
und der Heilige Geist.
Amen.

katholische jugend & jungschar burgenland

Maria Verkündigung

Wissenswertes zu diesem Tag

Wisst ihr, in der Fastenzeit werden wir nicht nur daran erinnert, dass Ostern vor der Tür steht. Am 25. März erinnern wir uns an einen besonderen Tag im Leben von Maria. Dieses Ereignis hat sie sicher ihr ganzes Leben lang nicht mehr vergessen. Ihr fragt euch, was ich meine? Ich werde es euch erzählen!
An diesem Tag bekam Maria Besuch vom Engel Gabriel. Er sagte ihr, dass sie ein Kind bekommen wird. Dieses Kind ist ein besonderes Kind, denn es ist von Gott. Sie soll ihm den Namen Jesus geben, wenn es zur Welt kommt. Maria vertraute Gott und brachte das Kind zur Welt.

Rechnet doch mal nach! Welches Fest feiern wir in genau neun Monaten? Habt ihr eine Idee? Richtig gerechnet! Heute in neun Monaten ist das Weihnachtsfest, an dem wir die Geburt Jesu feiern!

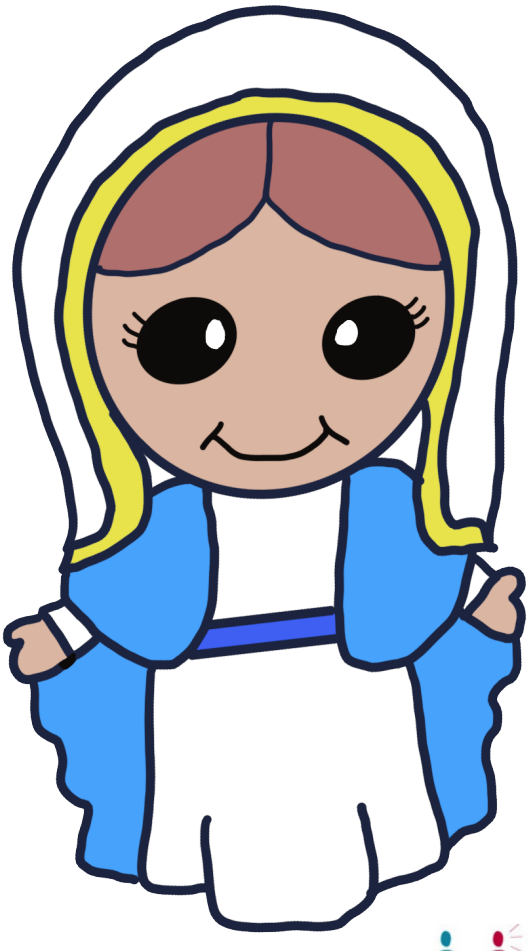


Bild- und Grafikquellen

Seite 1: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 4: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 5: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 6: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 7: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 8: © *pixabay.com*

Seite 12: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 13: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 16: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 17: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 21: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 22: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 23: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 25: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 27: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 28: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 29: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 30: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 32: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 35: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Seite 36: © *Katholische Jugend und Jungschar Burgenland*

Impressum

Medieninhaber	*Hauptabteilung Pastorale Dienste: Katholische Jugend und Jungschat Burgenland*
Herausgeber & Hersteller:	*St. Rochus-Straße 21, 7000 Eisenstadt* *Tel.: 02682/777-289 | E-Mail: rebecca.gerdenitsch@martinus.at* *www.katholische-jugend.at/burgenland*
Redaktionsteam:	*Rebecca Gerdenitsch-Schwarz, Rene Authried, Sarah Holper- Mühl, Judith Horvath, Mirjam Kerschbaum, Sarah Bachkönig, Mario Bachhofer, Philipp Jurenich*
Grafik & Layout:	*Sarah Holper-Mühl*