

44 RITUALE FÜR DEN JAHRESKREIS

ZUR FEIER IM ALTENPFLEGEHEIM



In Kooperation mit:

Inhalt

1. Advent	4
Heilige Barbara (4. Dezember).....	6
2. Advent	8
Heiliger Nikolaus (6. Dezember).....	10
3. Advent	12
Heilige Luzia (13. Dezember).....	14
4. Advent	16
Heiligabend	18
1. Weihnachtsfeiertag	20
2. Weihnachtsfeiertag	22
Silvester	24
Neujahr	26
Dreikönig.....	28
Darstellung des Herrn (Lichtmess, 2. Februar).....	30
Heiliger Blasius (3. Februar).....	32
Valentinstag (14. Februar).....	34
Fasnacht/Fasching	36
Aschermittwoch.....	38
1. Fastenwoche.....	40
2. Fastenwoche.....	42
3. Fastenwoche.....	44
4. Fastenwoche.....	46
5. Fastenwoche.....	48
Heiliger Josef (19. März).....	50



Palmsonntag.....	52
Gründonnerstag	54
Karfreitag.....	56
Ostersonntag.....	58
Ostermontag	60
Barmherzigkeitssonntag (Sonntag nach Ostern)	62
Marienmonat Mai	64
Christi Himmelfahrt.....	66
Pfingsten	68
Dreifaltigkeitssonntag (Sonntag nach Pfingsten).....	70
Fronleichnam.....	72
Heiliger Johannes der Täufer (24. Juni).....	74
Heiliger Petrus und Paulus (29. Juni)	76
Maria Himmelfahrt (15. August)	78
Michaelis (29. September) und Schutzengelfest (02. Oktober).....	80
Erntedank	82
Heiliger Franziskus (4. Oktober).....	84
Allerheiligen/Allerseelen (1./2. November)	86
Sankt Martin (11. November)	88
Christkönig (eine Woche vor dem 1. Advent)	90
Bildnachweise	92
Impressum.....	93
Kontakt.....	93



44 Rituale für den Jahreskreis zur Feier in Altenpflegeheimen

übergeben wir Ihnen, weil ...

- uns alte Menschen am Herzen liegen.
- viele ältere Menschen mit den Bräuchen im Kirchenjahr aufgewachsen sind und darin Halt und Orientierung finden.
- wir gerne alle unterstützen, die ehrenamtlich oder hauptamtlich in der Seelsorge im Altenpflegeheim tätig sind.

Die 44 Rituale für den Jahreskreis können Sie komplett übernehmen oder für Ihren Bedarf anpassen, indem Sie z. B. einzelne Elemente in einer Wort-Gottes-Feier oder bei einer Gesprächsrunde verwenden. Die Sprache ist einfach, die Texte und Impulse sind bewusst kurz gehalten und wechseln sich mit Liedern ab.

Viel Freude damit wünschen Ihnen

Ulrike Hudelmaier
Erzbistum Freiburg



Margaretha Wachter
Bistum Augsburg



Walburga Wintergerst
Bistum Speyer





Praktische Tipps

- *Beginnen und beenden Sie das Ritual mit eigenen Worten.*
- *Hinweise zur Vorbereitung oder für eine Tätigkeit sind kursiv gedruckt.*
- *Die Lieder sind fast alle aus dem Gotteslob (GL), können jedoch selbstverständlich durch Ihr gewohntes Liedgut ersetzt werden.*
- *Einige Lieder oder Orgelbegleitungen finden Sie online auf <https://gotteslob.katholisch.de> oder auf: www.youtube.de*
- *Gegebenenfalls sind Liedblätter im Großdruck sinnvoll.*
- *Nutzen Sie LED-Kerzen, da offenes Feuer in Alten- und Pflegeheimen nicht erlaubt ist.*
- *Zu den Bibelstellen:*
 - *Gewöhnlich wird die Einheitsübersetzung verwendet: www.bibleserver.com/EU*
 - *Möglich ist auch die Bibel in leichter Sprache: www.evangelium-in-leichter-sprache.de/*
- *Das Kirchenjahr beginnt immer mit dem 1. Advent und endet mit dem Christkönigssonntag. Die verschiedenen Zeiten sind in diesem Heft wie folgt farblich hinterlegt: Advents- und Weihnachtszeit = **rot**, Gedenktage der Heiligen = **dunkelblau**, Feste zwischen der Weihnachts- und Fastenzeit = **grün**, Fastenzeit und Karwoche = **lila**, Osterzeit = **gelb**, Feste zwischen Pfingsten und Advent = **blau**.*
- *Bitte beachten Sie, dass die Reihenfolge der Feste variieren kann, da sich der Termin bestimmter Feste am Mondkalender orientiert.*
- *Ausführliche Informationen zur Bedeutung und zum Brauchtum des Jahreskreises finden Sie hier: www.brauchtum.de*



Vorbereitung

*Adventskranz gut sichtbar aufstellen
Gotteslob*

Einführung und Lied

Heute beginnt die Adventszeit. Die Adventszeit ist von vielen schönen Bräuchen geprägt. Auch wir wollen uns auf den Weg machen und die besonderen Tage bis Weihnachten feiern. Wir zünden nun die 1. Kerze des Adventskranzes an (Kerze anzünden) und singen die 1. Strophe des Liedes „Wir sagen euch an den lieben Advent“ (GL 223,1)

Bedeutung des Adventskranzes

Vielleicht haben Sie früher mit Zweigen aus dem Garten oder aus dem Wald den Adventskranz gebunden?

Die Teilnehmenden erzählen lassen.

Der Adventskranz geht auf Johann Hinrich Wichern zurück. Er war Mitte des 19. Jahrhunderts Leiter eines Waisenhauses. An jedem Abend feierte er mit den Kindern eine kleine Andacht und zündete je eine neue Kerze auf einem großen Holzreifen an. Die Kinder schmückten den Reifen mit frischem Tannengrün. Daraus hat sich der Brauch des Adventskranzes entwickelt.

Wenn wir genau hinschauen, ist der Adventskranz voller Bedeutung.

Im Folgenden je auf die Symbole zeigen:



- Das **Grün der Tannenzweige** ist Zeichen der Hoffnung und des Lebens.
- Der **Kreis** des Adventskranzes ist ohne Anfang und Ende. Er verweist auf die Unendlichkeit, die Vollkommenheit, die Fülle.
- Die **vier Kerzen** und ihr Licht stehen für die Liebe Gottes.

Wenn wir jeden Sonntag eine weitere Kerze anzünden, bringen wir damit zum Ausdruck, dass wir glauben, dass das Licht und die Liebe stärker als das Dunkel sind.

Gebet

Guter Gott, Advent bedeutet Ankunft.

In der Adventszeit warten wir auf dein Kommen.

Wir bitten dich:

Komm in unser Herz und schenke uns das,
worauf der Adventskranz verweist.

Schenke uns Hoffnung, wenn wir verzweifelt sind.

Schenke uns Momente des Glücks und der Fülle,
wenn wir traurig sind.

Schenke uns dein Licht und deine Liebe in dunklen Zeiten.

Amen.

Adventslied

Wachet auf (GL 554)



Vorbereitung

*Für alle Teilnehmenden einen Zweig eines Obstbaumes besorgen
Gotteslob*

Lied

Kündet allen in der Not (GL 221,1-3)

Einführung

Heute feiern wir den Tag der Heiligen Barbara. Sie wurde wegen ihres Glaubens zum Tode verurteilt. Daher wird sie wegen ihrer Standhaftigkeit im Glauben verehrt.

Es gibt den Brauch, dass man am Barbaratag Zweige von Obstbäumen schneidet und ins Wasser stellt, damit sie an Weihnachten blühen.

Die Legende berichtet dazu Folgendes: Barbara blieb auf dem Weg ins Gefängnis an einem Kirschzweig hängen. Diesen stellte sie ins Wasser. Am Tag, als ihr Todesurteil gesprochen wurde, blühte der Zweig.

Die Teilnehmenden erhalten einen kahlen Zweig.

Meditation

In einer Meditation wollen wir den Zweig betrachten und überlegen, was er uns bedeuten kann.



Ich halte den kahlen Zweig in der Hand.
Er sieht leblos aus.
Manchmal ist es in meinem Leben auch so:
die Kräfte lassen nach, Ängste nehmen zu, die Hoffnung
schwindet.

Doch der Barbarazweig will uns sagen:
Auch mitten im Winter ist Leben möglich!
Wir dürfen darauf vertrauen, dass Neues wachsen kann,
dass die Hoffnung größer wird,
dass Freude einkehrt,
dass Vertrauen wächst.

Guter Gott, lass in uns wachsen, was wir erhoffen.

Lied

O Heiland, rei die Himmel auf (GL 231)

2. Advent



Vorbereitung

Adventskranz

*Blätter mit den Begriffen Mut, Vertrauen, Quelle
(je ein Begriff auf ein Blatt)*

Gotteslob

Einführung und Lied

Heute, am 2. Adventssonntag, treffen wir uns wieder, um innezuhalten.

Wir zünden die zweite Kerze des Adventskranzes an und singen die ersten beiden Strophen des Liedes „Wir sagen euch an den lieben Advent“ (GL 223,1-2).

Gedanken zum Advent

Viele Bibeltexte, die im Advent in den Gottesdiensten gelesen werden, enthalten große Zusagen, die uns zum Vertrauen ermutigen. Wie zum Beispiel im Lukasevangelium. Da heißt es:

„Was krumm ist, soll gerade,
was uneben ist, soll zum ebenen Weg werden.
Und alle Menschen werden das Heil Gottes schauen.“ (Lk 3,5f)

Lied und Gesprächsimpulse

Ein Adventslied, das ganz viel Vertrauen und Hoffnung zum Ausdruck bringt, ist das Lied: „Kündet allen in der Not“ (GL 221), das wir nun singen.

Lied singen



In der ersten Strophe haben wir gesungen:
„Fasset Mut und habt Vertrauen“.

Blätter mit den Worten „Mut“ und „Vertrauen“ in die Mitte legen.

Was gab Ihnen in schwierigen Situationen Mut und Vertrauen?

Gespräch

In der dritten Strophe ist von Quellen die Rede: „Quellen tränken dürres Land, überreich die Saaten sprießen“.

Blatt mit dem Wort „Quelle“ in die Mitte legen.

Was sind Ihre Quellen, aus denen Sie Kraft schöpfen?

Gespräch

Sie sind nun eingeladen, Ihre Hände zu öffnen und eine Schale daraus zu machen.

Wir bitten Gott:

Gott, sei du Quelle für uns.

Schenke uns all das, was wir zum Leben brauchen:

Nahrung, eine gute Pflege, tragende Beziehungen, Mut, Hoffnung und vieles mehr.

Singen wir nochmals das Lied „Kündet allen in der Not“ (GL 221).



Vorbereitung

Kleine Nikolauspäckchen für alle Teilnehmenden vorbereiten

Kerzen des Adventskranzes anzünden

Evtl. Text/Noten von „Lasst uns froh und munter sein“ Gotteslob

Lied

Wir sagen euch an (GL 223)

Einführung

Wir feiern heute den Nikolaustag. Nicht nur Kinder, sondern auch wir Erwachsenen sitzen an diesem Tag gerne zusammen. Obwohl ich die Geschichte vom Nikolaus schon oft gehört habe, höre ich sie immer gerne. Sie erinnert uns daran, dass die Menschlichkeit und das Vertrauen auf Gott, besonders in schweren Zeiten, Hilfe und Trost sein können.

Lied

Lasst uns froh und munter sein (1. Strophe)

Legende vom Heiligen Nikolaus

Eine Geschichte erzählt, wie Nikolaus den Menschen von Myra geholfen hat: Es war einmal eine große Hungersnot im Land. Eines Tages legten im Hafen Schiffe an. Sie hatten Korn geladen. Nikolaus sagte zu den Seeleuten: „Gebt uns doch von eurem Korn ab.“ Diese sagten: „Nein. Wir dürfen kein Korn verkaufen. Wir bekommen sonst Ärger.“ Nikolaus sagte:



„Seht euch doch die Menschen an.“

Der Kapitän sah die hungrigen Bewohner.

Da gab er den Befehl, das Korn zu verteilen. Er freute sich, dass er den Menschen helfen konnte. Als die Schiffe im Heimathafen angekommen waren, fehlte kein einziges Korn.

Lied

Lasst uns froh und munter sein (2. Strophe)

Die Päckchen werden verteilt.

Lied

Lasst uns froh und munter sein (3. Strophe)

Gebet

Heiliger Nikolaus, du hast Menschen in Not geholfen.

Du hast durch deine Hilfe den Menschen gezeigt, dass sie auf Gott vertrauen können.

Auch wir brauchen in unserem Leben immer wieder die Hilfe von oben:

ein gutes Wort, eine helfende Hand, ein Lächeln.

Dann können wir spüren: Gott hat uns nicht vergessen.

Lied

Lasst uns froh und munter sein (4. Strophe)

Evtl. Gespräch

über Nikolauserlebnisse

3. Advent



Vorbereitung

Adventskranz

Für alle Teilnehmenden die Smiley-Sonne ausdrucken und gut sichtbar auslegen. Vorlage zum Download Gotteslob



Einführung und Lied

Heute, am 3. Adventssonntag, treffen wir uns wieder, um innezuhalten. Wir zünden nun die dritte Kerze des Adventskranzes an und singen die ersten drei Strophen des Liedes „Wir sagen euch an den lieben Advent“ (GL 223,1-3).

Der 3. Adventssonntag steht unter dem Motto:

„Gaudete! – Freut Euch!“

Freuen dürfen wir uns, weil bald Weihnachten ist.

Und wir dürfen uns freuen, dass Gott in Jesus Mensch wurde.

Jesus hat in unsere Welt eine Botschaft der Hoffnung gebracht.

Er hat uns gezeigt, dass Gott es gut mit uns Menschen meint.

Manchmal können wir mitten in unserem Leben die Hilfe und Nähe Gottes spüren.

Das erfüllt uns dann mit Freude.

Im Alltag gibt es immer wieder kleinere und größere Situationen, die uns Freude bereiten. Denken Sie an eine Situation, in der Sie sich besonders gefreut haben.

Gerne dürfen Sie davon erzählen.



*Teilnehmende erzählen von ihren Erlebnissen.
Im Gespräch evtl. auch gemeinsam überlegen, was im
vergangenen Jahr im Pflegeheim Freude bereitet hat.*

Gebet

Gott, schenke uns Freude!

Schenke uns Freude, die stärker ist als die Trauer.

Schenke uns Freude, die mit Hoffnung in die Zukunft schaut.

Lied

Tochter Zion, freue dich (GL 228)

Verteilung der Sonne

Alle Teilnehmenden erhalten eine Smiley-Sonne.



Vorbereitung

*Mit LED-Kerzen einen Lichterkranz stellen, zwischen den Kerzen sollte Platz für einen grünen Zweig sein; in die Mitte kleine Semmeln oder Plätzchen legen
Buchsweige oder andere Zweige für die Teilnehmenden vorbereiten
Gotteslob*

Lied

„Wir sagen euch an“ (GL 223)

Einführung

Wir denken heute an die Heilige Luzia. Sie war eine Heilige, die im 4. Jahrhundert in Sizilien lebte.

Die Legende erzählt Folgendes: Luzia brachte verfolgten Christen Essen und Trinken. Damit sie freie Hände hatte, trug sie einen Lichterkranz auf dem Kopf, um im Dunkeln sehen zu können.

Im Winter, wenn die Tage kurz und die Nächte lang sind, will das Luziafest viel Licht und Wärme in die Welt bringen. Außerdem erinnert es uns daran: Weihnachten ist nicht mehr weit. In Schweden ist es Brauch, dass die älteste Tochter mit einem Lichterkranz auf dem Kopf ihren Eltern und Geschwistern die ersten Weihnachtsplätzchen ans Bett bringt.

Text

Nach jedem Satz wird ein grüner Zweig zwischen die Kerzen gelegt.



Heilige Luzia, du brachtest ein Licht zu den Menschen, die Angst hatten.

Heilige Luzia, du hast den Menschen gezeigt: „Ihr seid nicht allein“.

Heilige Luzia, du hast die Menschen in ihrem Glauben gestärkt.

Heilige Luzia, auch wir haben manchmal Angst.

Heilige Luzia, auch wir fühlen uns manchmal allein.

Heilige Luzia, auch wir brauchen manchmal einen starken Glauben.

Wir möchten für alle Menschen danken,
die bei uns sind, wenn wir Angst haben,
wenn wir uns allein fühlen,
wenn wir nach Gott rufen.

Lied

„Tragt in die Welt nun ein Licht“,
auf YouTube:

www.youtube.com/watch?v=tIQUYqWgdho

oder:



„Mache dich auf und werde Licht“,
auf YouTube:

www.youtube.com/watch?v=y3JURkBMUw4





Vorbereitung

Adventskranz

Fünf LED-Kerzen für die einzelnen Bitten (s.u.)

Gotteslob

Einführung und Lied

Heute, am 4. Adventssonntag, treffen wir uns wieder, um innezuhalten. Wir zünden nun die vierte Kerze des Adventskranzes an und singen das Lied „Wir sagen euch an“ (GL 223,1-4)

Bitte um Licht

In der 4. Strophe haben wir gesungen „Auf, auf, ihr Herzen, werdet Licht“.

Bitten wir um ganz viel Licht für unsere Herzen:

Nach jeder Bitte eine LED-Kerze anschalten und sichtbar aufstellen.

- Wir bitten um Licht in der Trauer, damit Hoffnung wächst.
- Wir bitten um Licht bei Streitigkeiten, damit sich Lösungen zeigen.
- Wir bitten um Licht bei Verletzungen, damit Heilung geschehen kann.
- Wir bitten um Licht bei Zweifeln, damit Glaube und Gewissheit stark werden.
- Wir bitten um Licht bei Angst, damit Vertrauen wachsen kann.



Gott schenke uns dein Licht, das alles Dunkel verschwinden lässt.

Erfülle die Verheißung aus dem Buch Jesaja, wo es heißt:
„Das Volk, das im Dunkel lebt, sieht ein helles Licht;
über denen, die im Land der Finsternis wohnen,
strahlt ein Licht auf.“ (Jes 9,1)

Austausch

Wann habe ich in der letzten Zeit erlebt, dass es in meinem Herzen heller wurde?

Austausch über die Erfahrungen.

Gebet

Guter Gott,
wir danken dir für die lichtvollen Erfahrungen,
die wir in der letzten Zeit machen durften.
Sie ermutigen und stärken uns.
Begleite uns und schenke uns weiterhin
immer wieder lichtvolle Momente.

Adventslied

Macht hoch die Tür (GL 218,1+3)



Vorbereitung

*An möglichst vielen Plätzen im Raum LED-Lichter aufstellen, die aber noch nicht angeschaltet sind
Den Stall der Krippe aufstellen, Schafe gruppieren; die menschlichen Figuren werden jedoch später, wenn möglich, von den Bewohner:innen dazugestellt
Gotteslob
Bibel*

Lied

Freut euch ihr Christen (GL 241)

Einführung

Heute, an Heiligabend, denken wir an die Geburt Christi. Viele Menschen auf der Welt singen heute Weihnachtslieder. Die Lieder drücken unsere Sehnsucht nach Frieden und Liebe auf der Erde und in unseren Herzen aus. Diesen Frieden und diese Liebe können wir beim Jesuskind finden.

Lied

Ihr Kinderlein kommet (GL 248)

Weihnachtsgeschichte

Hören wir die Weihnachtsgeschichte aus dem Lukasevangelium.

Lk 2,1-20 vorlesen

Lied

Zu Bethlehem geboren (GL 239)



Text

Zu Jesu Geburt kamen Engel, Menschen und Tiere an die Krippe. Wir sitzen jetzt auch vor dieser Krippe. Wir bringen zum Kind in der Krippe alle unsere Gedanken.

Bei jedem Gedanken einen Teil der Kerzen anzünden und die jeweiligen Figuren in die Krippe stellen.

- **Maria und Josef** haben in der Krippe einen sicheren Platz für ihr Kind gefunden.
Gott, schenke allen Menschen einen Platz, an dem sie sich wohlfühlen.
- Das **Jesuskind** liegt im warmen Stroh. Es rührt unser Herz an.
Gott, danke für deinen Sohn Jesus Christus. Er gibt uns Hoffnung in dunklen Stunden.
- Die **Hirten** haben Jesus in der Krippe gefunden. Sie haben lange auf ihren Helfer in der Not gewartet.
Gott, schenke jedem, der Hilfe braucht, einen Menschen an seine Seite.

Lied

Stille Nacht (GL 249), evtl. Raumbelichtung ausschalten

1. Weihnachtsfeiertag



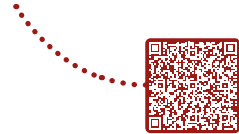
Vorbereitung

Ein etwas größeres Geschenk, in dem das Jesuskind verpackt ist, liegt in der Mitte.

Wenn möglich: Streichholzschachtel mit Bild des Kindes basteln. Kopiervorlage finden Sie hier

Christbaum (Lichter sind noch aus)

Gotteslob



Einführung

Heute feiern wir das „Hochfest der Geburt des Herrn“, den ersten Weihnachtsfeiertag. Wir schauen auf den Christbaum und freuen uns an seinem Schmuck und seinem Licht.

Lichter am Christbaum anmachen.

Wir hören die Botschaft von Weihnachten:

Fürchtet euch nicht, ich verkünde euch eine große Freude.

Heute ist euch der Retter geboren.

Ihr werdet ein Kind finden, in Windeln gewickelt, in einer Krippe. (nach Lk 2,10-12)

Lied

Zu Bethlehem geboren (GL 239)

Jesus als Geschenk für uns

In unserer Mitte liegt ein Geschenk. Ich glaub', das ist für uns gedacht. Wer möchte mir beim Auspacken helfen?

Nach und nach auspacken - etwas spannend machen



In unserem Geschenk ist das Jesuskind aus der Krippe verpackt.

Geschenk zeigen

Im Lied haben wir schon gesungen „Zu Betlehem geboren ist *uns* ein Kindelein“. Das Kind ist für uns geboren, es ist ein Geschenk für uns von Gott.

Text

Lebendiger Gott, du hast uns deinen Sohn, Jesus, geschenkt.
Wir freuen uns über dieses große Geschenk.
Jesus wird „Heiland“ genannt.
Er mache in uns Heil, was Heilung braucht.
Jesus wird der „Retter“ genannt.
Er schenke Rettung, wo wir Rettung brauchen.
Jesus wird das „Licht der Welt“ genannt.
Er schenke uns Licht, wo wir Licht für unser Leben brauchen.
Schenke uns allen die Freude von Weihnachten ins Herz.
Dir sei Lob und Preis, jetzt und alle Zeit. Amen.

Alle bekommen eine Streichholzschachtel mit Jesuskind.

Lied

O du fröhliche (GL 238)

2. Weihnachtsfeiertag



Vorbereitung

*Lebkuchen kleingeschnitten - möglichst ohne
Schokolade
Gotteslob*

Einführung

Heute ist nochmal ein Feiertag, der 2. Weihnachtsfeiertag. Die großen Feste im Kirchenjahr werden immer noch viele Tage weitergefeiert.

Wir sollen das Fest richtig genießen und auskosten.

Das wollen wir jetzt auch tun: Genießen.

Ich habe hier Lebkuchen.

Natürlich könnten wir die Stücke gleich essen.

Aber behalten Sie das kleine Lebkuchenstück erst einmal auf der Hand.

Jede:r erhält ein Stück Lebkuchen auf die Hand.

Ich werde Ihnen jetzt in einer kleinen Meditation vorlesen, wie wir den Lebkuchen genießen können.

Meditation

Schauen Sie sich zunächst Ihr Lebkuchenstück an.

Genießen Sie Ihren Lebkuchen mit den Augen, nehmen Sie die Größe wahr, die Farbe, die Poren Ihres Lebkuchens.



Riechen Sie an Ihrem Lebkuchenstück, genießen Sie mit der Nase.

Welche Gewürze können Sie wahrnehmen?

An was erinnern Sie diese Gerüche?

Jetzt nehmen Sie den Lebkuchen in den Mund.

Kauen Sie ganz langsam und schlucken Sie noch nicht.

Nehmen Sie den Geschmack wahr.

Welche Gewürze können Sie wahrnehmen?

Kauen Sie weiter, genießen Sie.

Lassen Sie es sich auf der Zunge zergehen.

Vielleicht kommen noch ganz andere Geschmacksrichtungen.

Dann können Sie bedächtig alles hinterschlucken.

Lied

Fröhliche Weihnacht überall (hier kommt der Weihnachtsduft vor), auf YouTube

www.youtube.com/watch?v=_i5TQ6GRSRc

oder

„Ich steh an deiner Krippe hier“ (GL 256)





Vorbereitung

Evtl. positive Ereignisse des vergangenen Jahres notieren, die im Pflegeheim, im Dorf, in der Stadt, in der Welt, stattgefunden haben
Gotteslob

Einführung

„Schon wieder ist ein Jahr vorbei!“ – Vielleicht haben Sie, liebe Teilnehmende, dies auch schon mal gesagt. In manchen Lebensphasen geht die Zeit schnell vorbei, in anderen weniger.

Heute, am letzten Tag des Jahres, wollen wir auf das vergangene Jahr zurückschauen und das kommende in Gottes Hände legen. Dabei soll uns folgender Satz des ersten Generalsekretärs der Vereinten Nationen, Dag Hammarskjöld, begleiten.

Er sagte: „Dem Vergangenen Dank, dem Kommenden: JA.“

Jahresrückblick

Wir möchten nun für all das danken, was in diesem Jahr gut war. Für was möchten Sie gerne danken?

Austausch

Ergänzung durch die positiven Ereignisse, die Sie notiert haben.

Vater unser

Bringen wir im Gebet all das vor Gott, was uns gerade bewegt.

Vater unser...

Segen

Am Ende des Matthäusevangeliums sagt der Auferstandene zu seinen Jüngern Folgendes:
„Ich bin mit euch alle Tage bis zum Ende der Welt.“ (Mt 28,20)



Diese Zusage des Auferstandenen gilt auch für uns.
Er begleitet uns in allen Lebenssituationen – in den schönen,
wie auch in den schwierigen.
Mit dieser Zuversicht bitten wir Gott um seinen Segen für das
kommende Jahr:

Guter Gott,
das vergangene Jahr legen wir in deine Hände.
Segne alles, was war, und hilf uns, es so gut sein zu lassen.
Segne alles, was kommt, und hilf uns, es anzunehmen.
Segne uns und alle Menschen, die mit uns verbunden sind,
heute und alle Tage unseres Lebens. Amen.

Evtl. Einzelsegnung

Zu den Teilnehmenden gehen, ihnen – sofern gewollt – mit dem Daumen ein Kreuzzeichen auf die Hand/Stirn machen und folgenden Segen zusprechen: „Gott, der Herr, segne Dein Leben und behüte Dich im kommenden Jahr.“

Lied

Als Abschluss oder zur Einzelsegnung: Bewahre uns Gott
(GL 453)



Vorbereitung

Alkoholfreier Sekt

Salzstangen

Orangensaft

Einführung

Heute ist der erste Tag des neuen Jahres. Das ganze Jahr liegt noch vor uns.

Mit der Weihnachtspost werden meist auch Wünsche für das neue Jahr verschickt.

Was wird oft gewünscht? Welche guten Wünsche haben Sie erhalten?

Teilnehmende erzählen lassen.

Was ist mein persönlicher Wunsch für mich, was erhoffe ich mir für mich?

Lied

Wir könnten uns selbst ein Lied zum neuen Jahr singen: „Viel Glück und viel Segen, auf all deinen Wegen, Gesundheit und Frohsinn sei auch mit dabei.“ (*Lied singen*)

Mit allen Sinnen – Segen für das neue Jahr

Sekt, Saft und Salzstangen verteilen.

Wir haben für Euch/Sie ein Glas Sekt zum Anstoßen auf das neue Jahr, dazu lese ich einen Text vor:



Lasst uns zusammen auf ein neues Jahr anstoßen,
auf all das, was vor uns liegt,
auf unsere Begegnungen.
Möge alles kraftvoll sein wie der Orangensaft in unserem Glas.

Lasst uns zusammen auf ein neues Jahr anstoßen,
wissend, dass es nicht immer leicht wird,
dass es auch schwierige Stunden geben wird.
Mögen es nicht so viele werden wie das Salz auf den
Salzstangen.

Lasst uns zusammen auf ein neues Jahr anstoßen,
auf all unsere Hoffnungen, auf all unsere Wege.
Möge das Jahr prickelnd werden wie der Sekt.

So, wie wir zusammen anstoßen,
wollen wir uns auch gegenseitig helfen und unterstützen,
einander zuhören und ein gutes Wort sagen.

Möge Gott seinen Segen geben,
uns jeden Tag Zuversicht und Hoffnung schenken.

Gemeinsam anstoßen



Vorbereitung

*Figuren der Heiligen Drei Könige bereitstellen
Weihrauchöl auf Wattetupfer verteilen
Gotteslob*

Lied

Zu Betlehem geboren (GL 239)

Einführung

Heute feiern wir den Dreikönigstag. Unsere Krippe bekommt neue Besucher. Traditionell sind heute auch viele Kinder als Sternsinger unterwegs, um die Menschen in ihren Häusern zu besuchen. Sie bringen den Segen Gottes ins Haus. Auf die Tür schreiben sie „Christus mansionem benedicat“, das bedeutet: „Christus segne dieses Haus.“

Text

So erinnern wir uns heute an die Weisen aus dem Morgenland: Sie sind dem Stern am Himmel gefolgt. Sie haben das Jesuskind gefunden und ihm Geschenke mitgebracht. Mit ihnen zusammen stehen wir heute wieder vor der Krippe und beten:

Die einzelnen Figuren werden vor dem entsprechenden Abschnitt zum Jesuskind gestellt.



Caspar brachte Myrrhe für das Jesuskind.

Myrrhe war sehr kostbar.

Kostbar sind für mich alle Momente, in denen ich lachen kann.

Kostbar sind für mich alle Momente, in denen ich liebevolle Menschen treffe.

Diese Momente bringe ich heute vor dich.

Melchior brachte Gold. Ich bringe dir auch mein „Gold“.

Das sind meine Erinnerungen an schöne Zeiten in meinem Leben.

Diese Erinnerungen bringe ich dankbar zu dir.

Balthasar brachte Weihrauch. Der aufsteigende Rauch steht für das Gebet.

Sein Duft sagt mir: Vertraue auf Gott.

Alle meine Bitten steigen zu Gott hinauf, wie der Weihrauch.

Mit Weihrauchöl getränkte Tupfer können durch die Reihen gegeben werden, damit jede:r den Duft des Weihrauchs wahrnehmen kann.

Lied

„Stern über Bethlehem“, auf YouTube

www.youtube.com/watch?v=pnwB6aCVqRU

oder



„Wir kommen daher aus dem Morgenland“,

auf YouTube

www.youtube.com/watch?v=qwrmPq9dYDY





Vorbereitung

Kerze, gelbe Papierstrahlen, Gotteslob

Einführung

Vor 40 Tagen war Weihnachten. Wir feiern heute die sogenannte „Darstellung des Herrn“ oder, wie es früher hieß, „Maria Lichtmess“. Das Fest hat jüdische Wurzeln: 40 Tage nach der Geburt eines Sohnes war es üblich, ein Reinigungsopfer zum Tempel zu bringen. Außerdem wurde der Erstgeborene Gott geweiht.

Mit allen Sinnen

Im heutigen Evangelium wird erzählt, was Josef, Maria und der kleine Jesus im Tempel erlebt haben:

Im Tempel beten Simeon und Hanna. Beide sind sehr alt.

Sie warteten ihr Leben lang auf den Erlöser, den Messias.

Da kommt die junge Familie in den Tempel.

Hanna und Simeon erkennen Jesus als den Erlöser und danken Gott voll Freude, dass sie ihn jetzt sehen dürfen.

Der alte Simeon drückt das so aus: „Nun lässt du, Herr, deinen Knecht, wie du gesagt hast, in Frieden scheiden. Denn meine Augen haben das Heil gesehen.“ (Lk 2,29-30)

Wir stellen eine Kerze in unsere Mitte für das Licht, das Simeon und Hanna gesehen haben. Jesus will auch unser Leben heller machen.

Kerze in die Mitte stellen.

Gebet

Jesus strahlt auch in unsere Welt, deshalb haben wir Strahlen vorbereitet, die wir mit unseren Bitten um die Kerze legen. Dazwischen singen wir: „Der Herr ist mein Licht und mein Heil.“ (GL 38,1)



Jesus, bei dir darf ich sein, wie ich bin.
Jesus, du bist bei mir alle Tage meines Lebens.

*Liedruf: Der Herr ist mein Licht und mein Heil (GL 38,1)
und einen gelben Papierstrahl an die Kerze legen*

Jesus, du bist da, wenn ich einsam bin.
Jesus, du schenkst Freude. *Liedruf/Papierstrahl*

Jesus, du hilfst, wenn mir die Kraft ausgeht.
Jesus, du bist ein Freund aller Menschen. *Liedruf/Papierstrahl*

Jesus, du machst die Kleinen groß.
Jesus, du bist mein Hirte. *Liedruf/Papierstrahl*

Jesus, du schenkst Hoffnung.
Jesus, du willst mein Heil. *Liedruf/Papierstrahl*

Dir sei Lob und Dank in Ewigkeit. Amen.

Wenn wir auf unsere Kerze mit den Lichtstrahlen schauen, sehen wir, wie sich das Licht auch bei uns ausbreitet.

Lied Morgenstern der finstern Nacht (GL 372,1+2)



Vorbereitung

*Verschiedene Schals
Gotteslob*

Einführung

Wir feiern heute das Fest des Heiligen Blasius.

Er hat im 3. Jahrhundert in der heutigen Türkei als Arzt gelebt und wurde wegen seiner unermüdlichen Hilfsbereitschaft zum Bischof gewählt.

Blasius gehört zu den vierzehn Nothelfern.

Mit allen Sinnen

Die verschiedenen Schals zeigen.

Die Schals können uns auch etwas vom Heiligen Blasius erzählen. Wann ziehen wir einen Schal an?

Gespräch mit den Teilnehmenden

(Mögliche Antworten: Wenn es kalt ist, wenn wir krank sind oder Halsschmerzen haben)

Eine Legende über den Heiligen Blasius erzählt, dass er einem jungen Mann, der an einer Fischgräte zu ersticken drohte, geholfen hat. Deshalb wird er bei allen Halsleiden angerufen.



Gebet

Guter Gott,
der Heilige Blasius hat anderen unermüdlich geholfen.
Hilf allen Menschen, dass sie einander zugewandt leben,
einander unterstützen und aufeinander achten.
Wir bitten dich für alle, die in der Pflege für andere sorgen.
Schenke ihnen Kraft und Erfüllung durch ihre Aufgabe.

Wir bitten dich auf die Fürsprache des Heiligen Blasius:
Bewahre uns vor Halskrankheiten.
Behüte uns und
schenke uns und allen, die uns wichtig sind, Gesundheit und
Heil.
Amen.

Lied

Herr, du bist mein Leben (GL 456)



Vorbereitung

Verschiedene Blumenblätter auf einem grünen Tuch in Herzform auslegen.

*Eine Blume für die Erzählung bleibt bei der Leitung
Teilnehmende erhalten drei Blütenblätter
Gotteslob*

Evtl. Lied „Ubi caritas“ auf YouTube

www.youtube.com/watch?v=z9zvDBPkgOk



Lied

Wohl denen, die da wandeln (GL 543,1)

Einführung

Heute, am 14. Februar, wird des Heiligen Valentin gedacht. In den Straßen sind viele Geschäfte mit Herzen geschmückt. Er ist Schutzheiliger der Liebenden wie auch der Jugendlichen, Reisenden und Imker. Außerdem wurde er bekannt dafür, dass er Krankheiten wie die Epilepsie und Schreianfälle bei Babies heilte. Ein Heiliger, dem das Wohlergehen der Menschen am Herzen lag.

Erzählung

Es lebte in Italien im Jahre 209 ein Pfarrer namens Valentin. Der römische Kaiser war kein Freund des christlichen Glaubens. Valentin wollte aber den Menschen zeigen, dass Gott die Liebe zwischen zwei Menschen segnen möchte. So gab er im Geheimen den Liebenden den Segen Gottes. Er schenkte ihnen dann eine Blume aus seinem Garten. Dies ist die bekannteste Geschichte von ihm.



Die einzelne Blume in die Mitte des Herzens legen.

Er segnete nicht nur Liebende. Er sah auch die Not von Menschen und half ihnen.

Lied

Wohl denen, die da wandeln (GL 543,2)

Gebet

Gott, der heilige Valentin hat die Liebe der Menschen gesegnet. Er stand ihnen in Krankheit und Armut bei. Valentin hat so gezeigt, dass du, Gott, die Menschen nicht alleine lässt.

Wir schauen jetzt auf Situationen, in denen Menschen Liebe erfahren. Jeder kann für sich überlegen:

- Wo hat mir jemand etwas Gutes getan?
- Wann konnte ich jemandem etwas Gutes tun oder ein freundliches Wort sagen?

Wer möchte, kann ein Blütenblatt in die Mitte legen.

Dazu spielen/singen wir das Lied „Ubi caritas et amor“.
(GL 445)

Der Text heißt übersetzt:

Wo Liebe und Güte sind, da ist Gott.



Vorbereitung

Gotteslob

Evtl. Text/Noten für den Kanon „Lobet und preiset“

Einführung

Willkommen zu unserer religiösen Runde/Andacht heut,
in dieser närrischen und fröhlichen Zeit!

Der Alltag mit seinen Sorgen ist beiseite gelegt,
stattdessen werden Humor und Freude gepflegt.

Dass wir Gott loben können auf je eigene Weise,
erzählt uns die Geschichte vom tanzenden Gaukler ganz leise:

Ein Gaukler, der tanzend und springend durch die Lande zog,
trat in ein Kloster ein und wollte leben für Gott.

Doch mit ernster Miene zu beten war nicht sein Ding,
so ging er in eine Kapelle, wo er zu tanzen anfang.

Ein Mitbruder hatte dies gesehen -

worauf der Gaukler musste zu seinem Vorgesetzten gehen.

Wider Erwarten wurde der Gaukler nicht getadelt,
sondern sein Tanzen und Springen geadelt.

Denn der Gaukler hat auf die Stimme seines Herzens gehört,
und Gott auf seine eigene Weise geehrt.

Auch wir wollen nun Gott loben und preisen,
und das auf ganz verschiedene Weisen.

Sie dürfen aufstehen und tanzen oder sitzend schunkeln,
sodass die Augen funkeln!

Lied Lobet und preiset ihr Völker den Herrn

*Wer mag, steht auf und tanzt,
die anderen schunkeln.*



Gebet um Humor

Beten wir mit Thomas Morus:

Schenke mir eine gute Verdauung, Herr, und auch etwas zum Verdauen.

Schenke mir Gesundheit des Leibes, mit dem nötigen Sinn dafür, ihn möglichst gut zu erhalten. (...)

Herr, schenke mir Sinn für Humor, gib mir die Gnade, einen Scherz zu verstehen, damit ich ein wenig Glück kenne im Leben und anderen davon mitteile. Amen.

Evtl. Austausch über fröhliche, lustige Momente in der Einrichtung/im Leben.

Segen

Gütiger Gott, in dieser bunten Zeit,
erfülle unser Herz mit Heiterkeit.

Gib uns Kraft, die Sorgen zu vertreiben –
Mut und Zuversicht jedoch sollen bleiben.

Schenke du uns deinen Segen,
und begleite uns auf allen Wegen.

So segne uns der Vater und der Sohn und der Heilige Geist,
von nun an bis in Ewigkeit. Amen.

Lied

Ein bekanntes Loblied, z.B. Großer Gott (GL 380)

Mit den Farben des Regenbogens durch die Fastenzeit



Vorbereitung

*Luftschlangen und ein kleiner Eimer (falls vorhanden), Tücher oder Servietten in den Farben lila, blau, grün, gelb, orange, rot in die Mitte legen, feingemahlene Asche (falls vorhanden)
Gotteslob*



Hinweis:

die Fastenzeit ist eine besondere Zeit auf Ostern hin. Diese Zeit gestalten wir mit dem Symbol des Regenbogens und seinen Farben.

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,1-2)

Hinführung

Heute ist Aschermittwoch. Aschermittwoch ist der Beginn der Fastenzeit. Alle Luftschlangen werden weggeräumt.

Luftschlangen werden zerknüllt und in einen Eimer geworfen.

Die liturgische Farbe in der Kirche ist jetzt „lila“ (*lila Tuch/Serviette wird gezeigt*). Sie gilt auch als Farbe der Umkehr. Im Gottesdienst erhält man das Aschenkreuz auf die Stirn (*Asche zeigen*). Dabei werden die Worte gesprochen: „Bedenke, dass du Staub bist und zum Staub zurückkehren wirst“. Doch der Aschermittwoch weist uns nicht nur auf unsere Vergänglichkeit hin. Er ist der Anfang des Weges der Hoffnung Richtung Ostern.

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,3)

Bibelstelle: Genesis 9,16-17

„Steht der Bogen in den Wolken, so werde ich auf ihn sehen und des ewigen Bundes gedenken zwischen Gott und allen lebenden Wesen, allen Wesen aus Fleisch auf der Erde.

Und Gott sprach zu Noach: Dies ist das Zeichen des Bundes, den ich zwischen mir und allen Wesen aus Fleisch auf der Erde aufgerichtet habe.“

Immer, wenn wir einen Regenbogen sehen, erinnert er uns daran, dass Gott uns nicht vergessen hat. Die Farben des Regenbogens (*die einzelnen Tücher/Servietten zeigen*) werden uns durch die Wochen der Fastenzeit begleiten.

Gebet

Falls bei den Teilnehmenden möglich, kann sich jede:r ein Kreuz auf die Hand zeichnen.

Segne uns Gott, der du uns geschaffen hast. Der Regenbogen ist ein Zeichen für deine Nähe.

Segne uns Jesus, der gestorben und auferstanden ist. Deshalb können wir hoffen, dass wir auch nach dem Tod weiterleben.

Segne uns mit dem Heiligen Geist, der uns die Kraft gibt, in unserem Leben immer auch den Regenbogen sehen zu können.

So segne uns Gott Vater, Sohn und Heiliger Geist. Amen.

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,4)

1. Fastenwoche

Mit den Farben des Regenbogens durch die Fastenzeit



Vorbereitung

*Kissen (bei vielen Teilnehmenden mehrere Kissen)
Ein blaues Tuch/Serviette in die Mitte legen
Gotteslob*

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,1-2)

Hinführung

Ich habe heute ein Kissen mitgebracht.

*Es ist möglich, das Kissen herumzugeben, es zu befühlen
und in Austausch zu treten, wie sich das Kissen anfühlt.*

Wir alle wissen, wie wichtig es ist, ein gutes Kissen zu haben, um gut ausruhen zu können. Die Farbe, die dazu passt, ist „Blau“. Blau ist eine Farbe, die auf unseren Körper, auf unseren Geist und unsere Seele entspannend wirkt. Manchmal kommen wir nicht zur Ruhe. Vieles bewegt unseren Körper, unseren Geist, unsere Seele. Gott möchte uns aber Ruhe schenken. Er lädt uns ein, bei ihm Zuflucht zu finden.

Bibeltext

Psalm 62,6-9 Vertrauen auf Gottes Macht

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,3)

Gebet

Gott wird dich tragen, drum sei nicht verzagt,
treu ist der Hüter, der über dich wacht.

Stark ist der Arm, der dein Leben gelenkt,
Gott ist ein Gott, der der Seinen gedenkt.

Gott wird dich tragen, wenn einsam du gehst,
Gott wird dich hören, wenn weinend du flehst.
Glaub es, wie bang dir der Morgen auch graut,
Gott ist ein Gott, dem man kühnlich vertraut.

(Francis J. Crosby, 1820-1915)

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,4)

2. Fastenwoche

Mit den Farben des Regenbogens durch die Fastenzeit



Vorbereitung

*grünes Tuch/Serviette in die Mitte legen, darauf wird eine Gehhilfe oder ein Stock gelegt
Gotteslob*

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,1+2)

Hinführung

Sie sehen auf dem Tuch einen Stock (bzw. Gehhilfe). Manche konnten mit Hilfe einer Gehhilfe heute zu uns kommen. Sie gibt uns Halt und Sicherheit. Sie hilft uns, längere Wege zu gehen. Wenn uns der Atem ausgeht, können wir uns auf sie stützen und ausruhen. Manchmal hilft uns schon eine Hand, die uns Halt gibt. Dazu passt die Farbe „Grün“. „Grün“ wirkt entspannend bei Stress und Unruhe. Grün gibt Hoffnung in schweren Zeiten. Sie erinnert uns daran: Gott möchte uns Halt, Kraft und Sicherheit auf unseren Wegen geben. Der folgende Psalmtext drückt dies auch aus:

Bibeltext

Psalm 23: Der Herr ist mein Hirte

Lied

Mein Hirt ist Gott der Herr (GL 421,1)

Gebet

Herr, bei dir bin ich sicher.

Wenn du mich hältst, habe ich nichts zu fürchten.

Ich weiß wenig von der Zukunft,
aber ich vertraue auf dich.

Gib, was gut für mich ist.

Nimm, was mir schaden kann.

Wenn Sorgen und Leid kommen, hilf mir, sie zu tragen.

Lass mich dich erkennen, an dich glauben und dir dienen.

John Henry Newman (1801-1890)

Lied

Mein Hirt ist Gott der Herr (GL 421,2)

3. Fastenwoche

Mit den Farben des Regenbogens durch die Fastenzeit



Vorbereitung

*oranges Tuch/Serviette in die Mitte legen
geschälte Orangen- oder Mandarinspalten; bitte
beachten: Der Geruch löst bei manchen allergische
Reaktionen aus, alternativ Multivitaminsaft oder
Orangensaft, für Allergiker frisches Wasser
Gläser
Gotteslob*

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,1+2)

Hinführung

Heute schauen wir auf die Farbe „Orange“. „Orange“ steht für Kraft, Kreativität, Freude und Jugend. Die Farbe wirkt sich positiv auf unsere Stimmung aus. Das Vitamin C in Orangen stärkt unser Immunsystem. Besonders in Zeiten, in denen die Sonne fehlt, gibt diese Farbe neuen Lebensmut. Wir können spüren, welche Stärken wir haben.

Der nachfolgende Bibeltext berichtet, wie Gott seinen Engel schickt, um Elia neuen Mut zu schenken.

Bibeltext

1 Könige 19,4-8

Lied und Gebet

Meine Hoffnung und meine Freude (GL 365)

Orange und Orangenspalten werden in die Mitte gelegt.

Herr, ich wünsche mir, eine Schale, so fest wie eine Orange, zu haben. Sie schützt das zarte Fruchtfleisch.
Stärke mich, wenn ich mich so zart und verletzlich fühle.

Lied: Meine Hoffnung

Herr, ich danke dir für alle Menschen, die meine äußere Schale und mein zartes Fruchtfleisch schützen.

Lied: Meine Hoffnung...

Herr, lass mich nie vergessen, welche Stärke in mir ist.

Lied: Meine Hoffnung...

Ich verteile jetzt, wer möchte, Orangen oder Getränke. Warten Sie bitte noch ein wenig mit Essen und Trinken, bis alle etwas haben.

Orangenspalten und Getränke werden verteilt.

Wir schauen in die Runde, nicken uns zu und wünschen uns gegenseitig:
„Gott schenke dir einen schönen Tag.“

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,3)

4. Fastenwoche

Mit den Farben des Regenbogens durch die Fastenzeit



Vorbereitung (auf Allergien achten)

*falls keine Allergien bestehen – Duftöl Zitrone oder Bergamotte in einen Aromadiffuser geben
gelbes Papier und schwarzen Stift bereitlegen oder einen Smiley ausdrucken
Gotteslob*

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,1+2)

Hinführung

Heute steht die Farbe „Gelb“ im Mittelpunkt. „Gelb“ schenkt Freude. Körper, Geist und Seele fühlen sich leichter an. Ein Lächeln erscheint auf unserem Gesicht, wenn die Sonne alles hell macht.

Einen Smiley auf das gelbe Papier malen und in die Mitte auf ein blaues Tuch/Serviette legen.

Diese Farbe passt auch zum vierten Fastensonntag „Laetare“. „Laetare“ bedeutet: „Freue dich“. Die Fastenzeit ist fast vorbei. Ostern, das Fest der Auferstehung ist nicht mehr weit. Wir können aufatmen.

Viele Menschen atmen bei Zitrusdüften auch auf. Die Aufmerksamkeit wird höher. Wir möchten wieder mehr aktiv werden. Wer möchte, kann jetzt gerne auch den Zitronenduft einatmen. An was erinnert er sie?

Zitrusduft riechen lassen.

„Freue dich!“ Ostern kommt bald. Viele sonnige Momente wünsche ich Ihnen mit diesem Gedicht. Wenn Sie es kennen, können Sie gerne mitsprechen:

Hab Sonne im Herzen,
ob's stürmt oder schneit,
ob der Himmel voll Wolken,
die Erde voll Streit!
Hab Sonne im Herzen,
dann komme, was mag!
Das leuchtet voll Licht dir
den dunkelsten Tag!
(Cäsar Flaischlen)

Wer möchte, kann sich jetzt auch noch ein Zitronenbonbon nehmen.

Wenn die Tage nicht so sonnig sind,
wenn Ihnen etwas sauer aufstößt,
dann hilft es oft, erst einmal durchzuatmen.
Dabei kann ein Bonbon helfen.

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,3)

5. Fastenwoche

Mit den Farben des Regenbogens durch die Fastenzeit



Vorbereitung

rotes Tuch/Serviette in die Mitte legen

Servietten oder Tücher in den Farben violett, blau, grün, gelb, orange

Gotteslob

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,1+2)

Hinführung

„Rot“ ist die Farbe der Liebe, aber auch der Gewalt. „Rot“ ist die Farbe der Vorsicht. Deshalb schauen wir bei roten Dingen genauer hin. Auch unser Blut ist rot. So nahe an Ostern erinnert uns das Rot an die Liebe Jesu zu uns Menschen. Wir denken an seine Worte: „Liebt einander, wie ich euch geliebt habe.“ (*Joh 15,12*)

Lied und Gebet

Meine Hoffnung und meine Freude (GL 365)

Blick auf die Farben des Regenbogens

Die Farbe „Rot“ und Jesu Aussage „Liebt einander, wie ich euch geliebt habe“, schließen unsere Andachtsreihe zu den Farben des Regenbogens ab.

Wir wollen noch einmal die Farben des Regenbogens anschauen und den Regenbogen in unserer Mitte und in unseren Herzen entstehen lassen. Jede und jeder kann sich jetzt eine Serviette in seiner Lieblingsfarbe nehmen.

Die Servietten/Tücher werden nach dem entsprechenden Satz in die Mitte zu einem Regenbogen gelegt.

Violett: Einander zu lieben bedeutet, auf die gegenseitigen Bedürfnisse Rücksicht zu nehmen.

Blau: Einander zu lieben bedeutet, sich gegenseitig Geborgenheit zu schenken.

Grün: Einander zu lieben bedeutet, sich gegenseitig „Halt“ zu geben.

Gelb: Einander zu lieben bedeutet, gemeinsam zu lachen.

Orange: Einander zu lieben bedeutet, sich gegenseitig „Kraft“ zu geben.

Rot: Einander lieben zu können bedeutet, ich kann mich auch selbst lieben.

Wir sind alle geliebt von Gott.

Gott hat mit uns diesen Bund der Liebe geschlossen.

Sein Zeichen ist der Regenbogen.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie immer diese Liebe spüren können.

Lied

Bewahre uns Gott (GL 453,3-4)



Vorbereitung

Tuch für Mitte

Werkzeuge (Hobel, Beißzange, Säge, Schraubenzieher)

Heiliger Josef (Krippenfigur)

Rosinenbrötchen zum Teilen

Gotteslob

Einführung

Heute feiern wir ein Heiligenfest. Heilige sind Menschen, die vorbildhaft gelebt und geglaubt haben.

Ich habe einige Gegenstände mitgebracht (*Werkzeuge auf das Tuch legen, in der Mitte Platz lassen*). Vielleicht haben Sie eine Idee, für wen der Heilige zuständig ist oder kommen sogar auf den Heiligen selbst.

Mit den Teilnehmenden ins Gespräch kommen.

Wir feiern heute das Fest des Heiligen Josef. Er ist Schutzpatron aller Zimmerleute und Handwerker und er hilft bei Verzweiflung.

Die Josefsfigur in die Mitte zwischen die Werkzeuge stellen.

Wir dürfen heute auch Personen zum Namenstag gratulieren, die Josef, Jupp, Josefine oder Josefa heißen. (*Wenn jemand da ist, gratulieren!*)

Vielleicht können wir zusammentragen, was wir über den Heiligen Josef aus der Bibel wissen.

Mit den Teilnehmenden ins Gespräch kommen, mögliche Antworten: verlobt mit Maria; ging mit Maria nach Bethlehem, wo Jesus zur Welt kam.



Insgesamt wird über Josef wenig berichtet. Er ist sehr zurückhaltend, aber in jeder Krippe zu finden.

In manchen Gegenden gibt es den Brauch, den Handwerkern ein süßes Brötchen, eine Art Rosinenbrötchen, zu schenken, um für die Arbeit Danke zu sagen. Ich habe heute Rosinenbrötchen mitgebracht, die wir nachher segnen und teilen wollen.

Segen

Gott, wir feiern heute den Gedenktag des Heiligen Josef. Er war ein sorgender Mensch, der für Maria und Jesus gesorgt hat.

Heute wollen wir mit dem Heiligen Josef besonders für die Handwerker beten.

Beschütze sie bei ihrer Arbeit und lass alles gut gelingen.

Der Heilige Josef hilft den Verzweifelten.

So bitten wir den Heiligen Josef, dass er bei uns ist, wenn wir hilflos und verzweifelt sind.

Sei bei uns, guter Gott, und segne uns und die Josefs-Rosinenbrötchen: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Rosinenbrötchen teilen und verteilen.

Lied Wohl denen, die da wandeln (GL 543)



Vorbereitung

Evtl. gemeinsam Palmbüschel binden

Den Teilnehmenden einen Palmzweig/Palmbüschel schenken oder einen Zweig für das Pflegeheim gut sichtbar aufstellen.

Gotteslob

Weihwasser für die Segnung der Palmzweige

Hinführung

Der Palmsontag erinnert uns an den Einzug Jesu in Jerusalem: Die Menschen haben Jesus wie einen König empfangen. Sie hatten Palmzweige in den Händen und haben gerufen: „Hosanna! Gesegnet sei er, der kommt im Namen des Herrn.“ (Mk 11,9)

Palmen segnen

Als Erinnerung an den Einzug Jesu, haben auch wir heute Palmzweige bei uns. Diese Palmen wollen wir nun segnen:

Guter Gott,

Jesus war ein besonderer König:

Er hat die Menschen geliebt,

er hat die Menschen geheilt,

er hat sie von ihrer Schuld befreit.

Die grünen Palmzweige sind ein Zeichen für das Leben.

Guter Gott,
segne die Palmzweige und
segne unsere Gemeinschaft.
Amen.



Palmzweige mit Weihwasser besprengen.

Lied

Singt dem König (GL 280)

Evtl. Gespräch zur Tradition der Palmzweige

Es gibt den Brauch, Palmzweige zu segnen, sie bei der Palmprozession mitzutragen und dann zu Hause aufzustellen oder hinters Kreuz zu stecken.

Gesprächsimpulse

- Hatten Sie früher Palmzweige?
- Wie haben Sie die Zweige gebunden?
- Wo haben Sie die Zweige aufgestellt?



Vorbereitung

Einen Wasserkrug, eine Schüssel und ein Handtuch für alle sichtbar aufstellen

Gotteslob

Evtl. Karten mit Bild zur Fußwaschung und Text zum Mitgeben; Bild zum Download



Einführung

Heute ist Gründonnerstag.

Wir erinnern uns an das letzte Mahl Jesu mit seinen Jüngern. Bei diesem letzten Mahl hat Jesus seinen Jüngern die Füße gewaschen.

Das war etwas ganz Besonderes.

Jesu hat seinen Jüngern die Füße gewaschen und ihnen so gezeigt, wie sehr er sie liebt.

Meditation zur Fußwaschung

In der Mitte sehen wir einen Wasserkrug, eine Schüssel und ein Handtuch. – Sie erinnern an die Fußwaschung.

Wir denken an das, was Jesus tat.

Wir denken an Jesu Liebe zu uns Menschen.

Wir singen den Kehrvers „Wo die Liebe und die Güte wohnt, dort nur wohnt der Herr“ (GL 442).

Gott, wir danken dir für Jesus.



Er war voller Liebe.

Er hat es gut mit uns Menschen gemeint.

Wir singen den Kehrvers „Wo die Liebe und die Güte wohnt...“
(GL 442).

Gott, auch wir dürfen deine Liebe immer wieder spüren:
Wenn uns jemand ein gutes Wort zuspricht,
wenn wir Besuch bekommen, wenn die Sonne scheint,
wenn das Essen schmeckt, wenn die Schmerzen weggehen,
wenn wir zufrieden sein können.

Lied:

Ubi caritas et amor (GL 445)

Evtl. Bilder austeilen

*Die Teilnehmenden erhalten ein Bild mit dem Text
„Wo die Güte und die Liebe wohnt...“ (s.o.).*



Vorbereitung

Ein Kreuz (möglichst ohne Korpus)

Für die Teilnehmenden je einen Stein

Gotteslob

Einführung

Der Karfreitag erinnert uns an Jesu Sterben am Kreuz.

Die Freundinnen und Freunde Jesu und seine Mutter haben Jesus auf dem schweren Weg begleitet, haben geweint und mitgelitten.

Das „Kar“ von Karfreitag kommt von dem althochdeutschen „kara“ und bedeutet Trauer, Klage. Das kennen wir auch in unserem Leben.

Unser Glaube sagt uns: Das Leid und der Tod sind nicht das Letzte.

Durch Jesu Tod ist auch unser Tod überwunden, durch seine Auferstehung ist auch uns neues Leben geschenkt.

Auf dem Kreuz ablegen

Zu allen Zeiten haben sich Menschen am Kreuz und an Jesus in schweren Momenten des Lebens festgehalten und haben ihre Ängste und Sorgen auf das Kreuz gelegt. Mit diesem Stein können Sie das auch tun.

Die Teilnehmenden erhalten einen Stein.

Was möchten Sie gerne auf dem Kreuz ablegen?

Wo hoffen Sie auf Wandlung und Erlösung durch Jesus?

Die Teilnehmenden legen ihren Stein auf das Kreuz.



Gebet *(kann auch im Wechsel gebetet werden)*

Meine Angst
lege ich auf dein Kreuz

Meine Sorgen
lege ich auf dein Kreuz

Meine Unsicherheit
lege ich auf dein Kreuz

Meine Schmerzen
lege ich auf dein Kreuz

Alles Unfertige
lege ich auf dein Kreuz

Alles, was mir leid tut,
lege ich auf dein Kreuz

Alles Schwere
lege ich auf dein Kreuz

damit du es wandelst
in Heil und Segen.

Im Namen des Vaters
und des Sohnes
und des Heiligen Geistes.

Amen.

Lied

Aus tiefer Not schrei ich zu dir (GL 277)

Evtl. Gespräch über Traditionen am Karfreitag

Vielleicht fallen Ihnen Traditionen ein, die Sie an Karfreitag erinnern:

- Welche Bräuche gab es bei Ihnen in der Familie?
(z. B. keinen Zucker in den Kaffee, kein Fleisch zum Mittagessen)
- Welche Bräuche gab es in der Kirche? (z. B. das Kreuz bei der Kreuzverehrung mit Blumen schmücken, Ratschen/Gerren/Kleppern anstatt Glockengeläut)



Vorbereitung

*Körbchen mit Osterspeisen für alle sichtbar aufstellen
Gotteslob*

Evtl. Weihwasser für die Segnung der Osterspeisen

Einführung

Nach der Fastenzeit und der Karwoche feiern wir heute Ostern!

Wir feiern die Auferstehung Jesu.

Wir glauben, dass Jesus lebt.

Das Leben siegt. Der Tod und das Negative werden überwunden.

Deshalb ist Ostern ein Fest des Lebens.

Darauf weisen ganz viele Speisen im Osterkörbchen hin:

Osterkörbchen zeigen.

Die Eier und Hasen stehen zum Beispiel für die Fruchtbarkeit.

Das Lamm ist ein Zeichen für Jesus Christus, das „Lamm Gottes“.

Speisen segnen

Wir wollen nun die Speisen segnen:

Jesus Christus,

du hast mit den Emmaus-Jüngern das Brot geteilt.

Da haben sie erkannt, dass du lebst.



Du bist mitten unter uns,
wenn wir gemeinsam essen.
Segne diese Speisen, die für das Leben stehen.
Segne die Menschen, die die Speisen miteinander teilen.
Segne unsere Gemeinschaft.
Amen.

Evtl. das Osterkörbchen mit Weihwasser besprengen.

Lied

Wir wollen alle fröhlich sein (GL 326)



Vorbereitung

Brot zum Miteinander-Teilen

Gotteslob

Einführung

In vielen Gemeinden findet am Ostermontag der Emmausgang statt. Der gemeinsame Weg erinnert an die Jünger, die nach Jesu Tod nach Emmaus gingen. Auf dem Weg treffen sie einen Fremden, der zuhört und mitgeht. Beim gemeinsamen Essen erkennen die Jünger Jesus am Brotteilen.

Brot teilen

Heute habe ich ein Stück Brot mitgebracht, das wir miteinander teilen können.

Es gibt eine Geschichte von einem Bäcker, der immer dann, wenn Menschen Sorgen hatten, ein Stück Brot mit ihnen geteilt hat.

Vielleicht fallen Ihnen auch solche Erlebnisse ein.

Teilnehmende erzählen lassen.

Brot verbindet, Brot teilen ist Leben teilen.

Die Jünger haben Jesus am Brotbrechen erkannt und liefen voll Freude zurück zu ihren Freunden. Sie erzählten: Jesus lebt, er ging mit uns und hat mit uns das Brot geteilt.



Gebet

Jesus Christus,
du gehst mit uns.
Du hörst uns zu.

Du bist da,
wenn wir mutlos sind.
Du teilst unser Leben.

Du teilst mit uns das Brot.
Du bist das Brot des Lebens. Amen.

Das Brot miteinander teilen.

Lied

„Bleibe bei uns“ (GL 325) oder
„Wir wollen alle fröhlich sein“ (GL 326)



Vorbereitung

Für die Teilnehmenden die Karte „Gott hat ein Herz für Dich!“ bereithalten: Vorlage zum Download Gotteslob



Lied

Wo die Güte und die Liebe wohnt (GL 442)

Das Brot miteinander teilen.

Einführung

Wie ist ein Mensch, der ein Herz für andere hat?

*Gespräch mit den Teilnehmenden, mögliche Antworten:
großzügig, vergebend, liebend*

Am Sonntag nach Pfingsten feiert die Kirche den Barmherzigkeitssonntag.

Sie richtet hier besonders den Blick auf die Barmherzigkeit Gottes.

Das Wort Barmherzigkeit gehört nicht zu unserem alltäglichen Sprachgebrauch und kann uns daher etwas fremd sein. In der Bibel jedoch kommt das Wort sehr oft vor. Immer wieder wird gesagt: „Gott ist barmherzig“.

Damit ist gemeint: Gott hat ein Herz für uns, er hat Mitleid mit uns Menschen. Gott ist es nicht egal, wie es uns geht. Vielmehr hat er Interesse an uns, möchte an unserem Leben Anteil nehmen und uns helfen.



Zusammengefasst heißt das: Gott hat ein Herz für uns Menschen!

Die Teilnehmenden erhalten die Karte „Gott hat ein Herz für Dich!“

Gebet

Gott, du hast ein Herz für uns Menschen:

Du bist bei uns, wenn wir Angst haben und schenkst uns Vertrauen.

Du kennst unsere Sorgen und willst, dass wir dir unsere Sorgen anvertrauen.

Du gehst mit uns, wenn wir uns verlaufen haben und führst uns auf den richtigen Weg.

Du weißt, dass wir immer wieder andere verletzen und nimmst unsere Schuld von uns.

Du hast ein Herz für uns Menschen.
Schenke uns deine unendliche Liebe.

Lied

Ubi caritas et amor (GL 445, mehrmals singen)



Vorbereitung

Bild oder Statue von der Gottesmutter Maria

Blumen, falls vorhanden

Gotteslob

Lied

Segne du, Maria (GL 535,1)

Hinführung

Im Monat Mai wird dieses Lied „Segne du, Maria“ oft gesungen. Viele Menschen haben das Gefühl, dass sie mit ihren Sorgen zu Maria kommen können. Sie fühlen sich geborgen bei ihr.

Schauen wir einzelne Gedanken in diesem Lied gemeinsam an:

„**Segne mich...**“: Segnen meint, dem anderen etwas Gutes von Gott wünschen. Die Bitte an Maria kann bedeuten: „Segne mich. Lass mich eine liebevolle Geste spüren, ein tröstendes Wort, ein Zeichen, das mir zeigt, ich bin nicht allein.“

Geben wir uns jetzt gegenseitig so ein Zeichen: Schauen wir uns an und lächeln uns zu.

„**Frieden finden...**“: In diesem Satz steckt der Wunsch, im Inneren zur Ruhe kommen zu können:

- meine Gedanken, die mich manchmal verrückt machen
- mein Körper, der nicht das macht, was ich möchte



Schauen wir uns gegenseitig an, nicken uns zu und sagen:
„Ich wünsche dir den Frieden.“

„**Alle, die mir lieb...**“: Ich vertraue Maria alle Menschen an, die mir wichtig sind. Meine Sorge um sie gebe ich an Maria ab.

Wir legen unsere Hände verschränkt auf unser Herz. Wir führen unsere Arme in die Richtung zur Muttergottesstatue bzw. zum Muttergottesbild und öffnen unsere Hände.

„**Trostworte in der Sterbestunde...**“: Eine gute Sterbestunde ist der Wunsch eines jeden Menschen. Nicht jeder Mensch möchte mit mir darüber reden. Doch Maria kann ich alles sagen.

Zum nachfolgenden Gebet können wir uns selbst umarmen oder eine Gebetshaltung einnehmen, die uns vertraut ist.

Umarmt von dir, Maria, kann ich mich sicher fühlen.

Umarmt von dir, Maria, kann ich Trost finden.

Umarmt von dir, Maria, kann ich meinen Humor bewahren.

Umarmt von dir, Maria, kann ich jetzt singen:

Lied

Segne du, Maria (GL 535,1-3)



Vorbereitung

Wäscheklammer

Himmelbild mit Spruch „Ich bin bei euch alle Tage“

(Mt 28,20), [Download hier](#)

Gotteslob



Einführung

Heute feiern wir Christi Himmelfahrt.

Mit allen Sinnen

Die Jünger haben viel mit Jesus erlebt.

Sie sind mit ihm übers Land gezogen.

Die Jünger waren dabei, als Jesus kranke Menschen geheilt hat.

Die Jünger haben erlebt, dass Jesus am Kreuz gestorben ist.

Dann war Jesus wieder da: am See und beim Essen.

Die Bibel berichtet zur Himmelfahrt Jesu:

„Und es geschah, während er sie segnete, verließ er sie und wurde zum Himmel emporgehoben.“ (Lk 24,51)

Die Jünger erinnern sich an den Satz, den Jesus zu ihnen gesagt hat:

„Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt.“ (Mt 28,20)

Ich habe eine Wäscheklammer mitgebracht.

Wäscheklammer zeigen.



Die Klammer kann uns sagen:
Jesus hat die Welt mit dem Himmel und den Himmel mit
der Welt verbunden.

Deshalb dürfen wir uns ein Bild mit dem Himmel
anklammern, auf dem steht:

„Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt.“
(Mt 28,20)

*Bild an die Kleidung, den Rollator o.a. anklammern (bitte
fragen, ob die Teilnehmenden das auch wünschen).*

Gebet

Jesus, du bist da,
auch wenn wir dich nicht sehen können.

Du hast zu uns gesagt:

„Ich bin bei euch alle Tage.“

Bleibe bei uns.

Amen.

Lied

Christ fuhr gen Himmel (GL 319)



Vorbereitung

Farbige Tücher in gelb, orange und rot als Tischdekoration in der Mitte

Luftpumpe

Gotteslob

Lied

Der Geist des Herrn (GL 347,1)

Hinführung

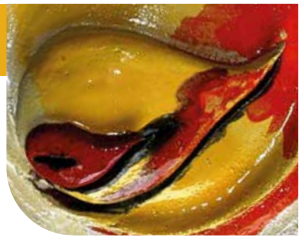
Die Luftpumpe zeigen.

Wer von Ihnen ist froh gewesen, eine Luftpumpe zu haben, wenn der Reifen einen Platten hatte?

Evtl. kommen Erinnerungen der Teilnehmenden zur Sprache.

Es war ärgerlich, wenn die Luft aus dem Reifen war und man keine Luftpumpe dabei hatte. Sie kennen vielleicht das Sprichwort: „Bei mir ist die Luft raus.“ Es bedeutet: Ich habe keine Kraft mehr.

Heute, an Pfingsten, erinnern wir uns daran, dass Gott den Aposteln den Heiligen Geist gesendet hat. Dieser gab ihnen die Kraft, den Auftrag Jesu zu erfüllen: Geht in die Welt. Erzählt allen Menschen von der Liebe Gottes zu uns Menschen.



Bibeltext

Apostelgeschichte 2,1-3

Lied

Komm, Schöpfer Geist (GL 351,1-2)

Gott will uns mit seiner Kraft beschenken. Doch manchmal spüren wir sie kaum und haben das Gefühl, dass die Luft bei uns raus ist.

Hier kann folgendes Sprichwort helfen: „In der Ruhe liegt die Kraft“. Wer möchte, kann zu nachfolgendem Gebet die Handflächen in Gebetshaltung aufeinanderlegen. Atmen Sie ruhig ein und aus.

Gebet

Gott, ich bitte dich um deinen Heiligen Geist.

Mit jedem Atemzug lass mich spüren:

seine Kraft,

seinen Mut,

seine Liebe.

Gott, ich danke dir für deinen Heiligen Geist.

Lied

Komm, Schöpfer Geist (GL 351,3)



Vorbereitung

Tasse mit Salz und 3 Stückchen Brotkruste

Kleine Butterbrote

Gotteslob

Einführung

Vor einer Woche war Pfingsten.

Wir haben gefeiert, dass Jesus uns seinen Heiligen Geist schenkt.

Heute feiern wir Dreifaltigkeit.

Gott ist da in drei Personen: Vater, Sohn und Heiliger Geist. Wir erinnern uns in jedem Gottesdienst daran, wenn wir mit dem Kreuzzeichen beginnen.

So können wir auch heute miteinander anfangen: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Mit allen Sinnen

Die Tasse mit dem Salz in die Hand nehmen.

In einigen Regionen wird am Dreifaltigkeitssonntag Salz geweiht.

Auf dem Salz liegen drei kleine Brotstücke, die uns an die Dreifaltigkeit erinnern.

Das gesegnete Salz kommt in der Küche in den Salztopf.

Damit sind alle Speisen mitgesegnet, die übers Jahr gekocht werden.



Salz ist ganz wichtig, ohne Salz schmeckt das Essen nicht. Früher wurden sogar Speisen damit haltbar gemacht. Das Salz kann uns sagen: Gott will, dass unser Leben Geschmack hat und gesegnet ist.

Segen

Wir wollen den Segen über das Salz sprechen:

Lebendiger Gott,
du willst, dass es uns gut geht.
Dem Salz hast du die Kraft gegeben,
Würze für unsere Speise zu sein.
Wir bitten dich, segne dieses Salz.

Wie wir in den Speisen
die würzende Kraft des Salzes schmecken,
so lass auch uns „Salz der Erde“ sein.
Darum bitten wir durch Christus unsern Herrn.
Amen.

Wir bestreuen jetzt die kleinen Butterbrote mit dem gesegneten Salz und verteilen sie. Probieren Sie und achten Sie auf den Geschmack des Salzes.

Lied

Gott ist dreifaltig einer (GL 254)



Vorbereitung

Verschiedene bunte Blumen und grüne Zweige vor dem Gottesdienst an alle verteilen. Körbchen, Vase, Kerze (möglichst LED), Jesus-Figur, Gotteslob

Einführung

Heute ist ein besonderes Fest und das sogar an einem Donnerstag. Wir feiern Fronleichnam.

Wir feiern Jesus im Heiligen Brot. Er ist mitten unter uns, in unserem Leben.

Welche Fronleichnams-Bräuche kennen Sie?

Teilnehmende erzählen lassen.

Am Fronleichnamsfest zieht Jesus im Heiligen Brot durch unsere Straßen. Deshalb schmücken die Menschen ihre Häuser und gestalten kunstvolle Blumentepiche. Bei der Prozession gibt es einen besonderen Segen.

Mit allen Sinnen

Wir wollen heute unseren Altar miteinander schmücken.

Wir werden gleich mit einem Körbchen die Blumen und grünen Zweige einsammeln. Daraus gestalten wir einen Blumenstrauß. *(Blumen/Zweige sammeln und in die Vase stellen)*

Wir stellen noch eine Kerze auf. *(Kerze aufstellen)*

Dann kann Jesus zu uns kommen.

Die Jesus-Figur wird hereingetragen.

Wir begrüßen Jesus in unserer Mitte mit einem Lied und singen: Das Heil der Welt, Herr Jesus Christ (GL 498)



Wechselgebet

Wir beten ein Wechselgebet. Wir antworten mit „Jesus, du bist da.“

Jesus, du unser Bruder. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Jesus, du unser Heiland. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir Angst haben. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir Sorgen haben. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn uns Menschen fehlen. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir uns einsam fühlen. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir Hoffnung brauchen. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir Liebe brauchen. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir zusammen sind. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir gemeinsam beten. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir miteinander feiern. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Wenn wir miteinander lachen. – *Alle:* Jesus, du bist da.

Jesus, du bist da in unserem Leben.

Schenke uns Geduld und Hoffnung, da, wo es schwer ist.

Dir sei Lob und Dank. Amen.

Lied

Das Heil der Welt, Herr Jesus Christ (GL 498)

Heiliger Johannes der Täufer (24. Juni)



Vorbereitung

Gotteslob

Evtl. das Lied „Das Jahr steht auf der Höhe“ zum Anhören bereithalten, auf YouTube:

www.youtube.com/watch?v=VhMuzPLN4-U



Einführung

Vielen ist der Johannistag, der 24. Juni, als Ende der Spargelernte bekannt. In manchen Regionen sind sogenannte Johannisfeuer verbreitet.

Dieser Tag erinnert an die Geburt Johannes des Täufers. Er ist laut Überlieferung sechs Monate vor Jesus geboren. Da der Johannistag in zeitlicher Nähe zur Sonnenwende liegt, verbinden sich die Bräuche miteinander. Die frühen Christen wollten an der Sonnenwende nicht den germanischen Gott Odin anbeten, sondern Jesus Christus, dem Johannes den Weg bereitet hat.

Brauchtum

Das Brauchtum um den Johannistag ist vielfältig. Am bekanntesten ist das Feuer am Johannistag, das von bösen Geistern und Hagelschäden abwehren soll. Außerdem will es Jesus Christus als „Licht der Welt“ ankündigen.

*Evtl. Austausch über Brauchtum zum Johannistag:
Welche Bräuche sind bekannt?*



Lied und Bitten

Wir glauben, dass Jesus Christus das Licht der Welt ist, dass er alles Dunkle erhellen kann.

Nach jeder Bitte das Lied „Meine Hoffnung und meine Freude“ singen (GL 365)

Jesus Christus, dein Licht leuchte, wenn Ängste und Sorgen unser Leben verdunkeln. *Meine Hoffnung...*

Jesus Christus, dein Licht leuchte, wenn wir zweifeln. *Meine Hoffnung...*

Jesus Christus, dein Licht leuchte, wenn wir traurig sind. *Meine Hoffnung...*

Jesus Christus, dein Licht leuchte, wenn uns die Zuversicht fehlt. *Meine Hoffnung...*

Jesus Christus,
vertreib all das Dunkel in unserem Herzen und erfülle uns mit deinem Licht.

Dein Licht schenke uns Hoffnung und Kraft.
Dafür danken wir dir jetzt und allezeit. Amen.

Lied

Das Jahr steht auf der Höhe (GL 465) singen oder anhören



Vorbereitung

Für alle Teilnehmenden ein Bild mit Petrus und Paulus ausdrucken und auf den Platz legen, Bild zum Download Gotteslob



Einführung

Heute feiern wir das Fest des Heiligen Petrus und des Heiligen Paulus. Die beiden Apostel leisteten einen wesentlichen Beitrag zur Verbreitung des christlichen Glaubens und zum Aufbau der Kirche.

Bildbetrachtung mit Impulsen zum Nachdenken

Auf dem Bild sehen wir die beiden Apostel Petrus und Paulus.

Evtl. kurzes Gespräch: Was fällt bei der Betrachtung des Bildes auf?

Petrus hat einen Schlüssel in der Hand und Paulus ein Schwert. Der **Schlüssel** erinnert an die Worte, die Jesus zu **Petrus** sagte: „Ich werde dir die Schlüssel des Himmelreiches übergeben.“ (Mt 16,9)

Damit kommt Petrus eine verantwortungsvolle und wichtige Aufgabe zu.

Petrus war jedoch nicht immer eine starke Führungspersönlichkeit, sondern manchmal auch ganz schön wankelmütig. Denken wir daran, wie Petrus dreimal leugnete, Jesus zu kennen. Dennoch wurde Petrus bedeutend für die Kirche.

Gott baut auf Menschen trotz ihrer Schwächen.
Wo habe ich erlebt, dass Gott auf mich gebaut
und mir etwas zugetraut hat?



Stille

Evtl. Austausch über die Erfahrungen.

Jetzt richten wir den Blick auf **Paulus**: Das **Schwert** steht für sein Martyrium.

Von Paulus wissen wir, dass er sich mit aller Kraft für die Ausbreitung des Evangeliums eingesetzt hat. Für Paulus war es stets wichtig, mit Gott verbunden zu sein und sich vom Geist Gottes beschenken zu lassen. Er war überzeugt: Gottes Geist überwindet Ängste und Sorgen und schenkt Glaube, Hoffnung und Liebe.

Gebet

Im Sinne des Paulus beten wir:

Gott, manchmal sind die Zweifel groß.

Schenke uns Glauben, sodass wir dir vertrauen können.

Manchmal machen sich die Sorgen breit.

Schenke uns Hoffnung, sodass wir zuversichtlich sein können.

Manchmal wachsen Neid und Hass.

Schenke uns Liebe, sodass wir Gutes tun können.

Lied

„Ihr Freunde Gottes allzugleich“ (GL 542,1+4)



Vorbereitung

*Für die Teilnehmenden kleine Kräuterbüschel oder verschiedene Kräuter bereitlegen
Gotteslob*

Einführung

Es ist eine weit verbreitete Tradition, zu Mariä Himmelfahrt Kräuterbüschel zu binden und diese zu segnen.

Doch was hat die Aufnahme Marias in den Himmel mit den Kräutern und Blumen zu tun?

Die Antwort gibt eine Legende: Sie berichtet, dass Jesus Christus seine Mutter in den Himmel aufgenommen hat und die Apostel beim Öffnen des Grabes Rosen und Lilien vorgefunden haben.

Mit allen Sinnen

Die Teilnehmenden erhalten Kräuter/den Kräuterbüschel, betrachten die Kräuter und nehmen ihren Duft wahr.

Austausch über die heilende Wirkung der Kräuter:

- *Welche Kräuter habe ich früher gesammelt?*
- *Was habe ich mit ihnen gemacht?*
- *Welche Wirkung haben sie?*

Lied

Maria aufgenommen ist (GL 522,1-2)



Kräutersegnung

Gott, du bist ein Gott des Lebens und des Heils.

Wir glauben, dass du uns wie Maria in den Himmel aufnehmen wirst.

Doch schon auf dieser Welt stehst du uns zur Seite.

Du schenkst uns in der Natur heilende Pflanzen.

Segne diese Kräuter.

Sie mögen uns helfen,

sie mögen uns stärken und

uns an deine Liebe erinnern.

Amen.

Lied

Maria aufgenommen ist (GL 522)



Vorbereitung

Engelfiguren, Engelbilder oder Schutzengelanhänger
Blaues Tuch, auf das die Engelfiguren, -bilder, -anhänger gelegt werden

Das Lied „Mögen Engel dich begleiten“ bereithalten, auf YouTube:

www.youtube.com/watch?v=XuBA_KJya5Q
Gotteslob



Lied

Den Engel lasst uns preisen (GL 540,1-2)

Hinführung

Vielleicht haben Sie schon öfters in Ihrem Leben gesagt: „Da hatte ich ja einen Schutzengel.“ In manchen Regionen Deutschlands ist es Brauch, dass Kinder zur Geburt oder Kommunion eine Kette mit einem Schutzengelanhänger geschenkt bekommen. Kennen Sie diesen Brauch? Haben Sie vielleicht selbst noch eine Schutzengelkette oder ein Bild von ihm?

Engelfiguren oder Bilder werden herumgegeben. Teilnehmende können sich dazu äußern.

Die Vorstellung, einen Schutzengel zu haben, ist für viele Menschen beruhigend. Sie spüren, dass sie nicht alleine durch das Leben gehen müssen. Am Fest des Heiligen Erzengels Michael und dem Schutzengel fest erinnern wir uns an diese Boten der Liebe Gottes. So wie wir in Psalm 91 hören können:

Bibeltext

Psalm 91,9-12: Unter dem Schutz des Höchsten



Lied

Den Engel lasst uns preisen (GL 540,3-4)

Gebet

Für viele Menschen war das folgende Gebet eines der ersten Gebete, das sie gelernt haben. Wenn Sie es kennen, können Sie gerne mitsprechen.

Heiliger Schutzengel mein,
lass mich dir empfohlen sein.
Auch an diesem Tag bitt' ich dich,
beschütze und behüte mich.

Schauen Sie sich unsere Engel in der Mitte des Kreises an. Nachfolgend spiele ich Ihnen ein Lied vor. Vielleicht fallen Ihnen beim Hören dieses Liedes Begegnungen mit Engeln ein. Denn wie schon Rudolf Otto Wiemer sagte, müssen Engel „nicht Männer mit Flügeln sein“.

Das Lied „Mögen Engel dich begleiten“ vorspielen.

Ich wünsche Ihnen viele Begegnungen mit Engeln in Ihrem Alltag.



Vorbereitung

*Für alle Teilnehmenden ein paar Ähren zusammenbinden und diese in die Mitte legen; die Teilnehmenden dürfen die Ähren mitnehmen
Gotteslob*

Lied

Nun saget Dank und lobt den Herren (GL 385,1)

Einführung

Am Erntedankfest richten wir den Blick jedes Jahr von neuem auf das, was uns die Natur schenkt: auf das Obst, Gemüse und Getreide.

Dankbar dürfen wir die Ernte als Nahrung zu uns nehmen. Sie schenkt uns Kraft und erhält unseren Körper am Leben. Neben dieser leiblichen Nahrung gibt es auch geistige Nahrung, die uns stärken kann.

Viktor Frankl, ein bekannter Therapeut, hat gesagt, dass es wichtig ist, in die „vollen Scheunen der Vergangenheit“ zu schauen. Damit meint er: Das, was wir erlebt und getan haben, ist nicht verloren, sondern wird als Ernte in unseren gedanklichen Scheunen der Vergangenheit gelagert.

In meine „Scheune der Vergangenheit“ schauen

Die Teilnehmenden erhalten ein Bündel Ähren.



Die Ähren sind ein Zeichen für eine gute Ernte.
Im Leben durften wir auch immer wieder Gutes ernten.
Eine solche gute Ernte kann der Zusammenhalt in der
Familie sein oder eine langjährige Freundschaft, aber auch der
Erfolg im Beruf oder beim ehrenamtlichen Engagement.

Wir wollen nun überlegen, welche gute Ernte wir in unserem
Leben einfahren durften.

Wer will, darf gerne davon erzählen.

Gebet

Gott, wir danken dir für die wertvolle Ernte,
die wir in unserem Leben einfahren durften.
Sie ist wie ein Schatz und geht nicht verloren.
Dafür steht das Bündel Ähren.
Wir danken dir für diese wertvolle Ernte.
Amen.

Lied

Nun danket alle Gott (GL 405)



Vorbereitung

Blätter mit dem Sonnengesang (GL 19,2) und den Liedern oder Gotteslob

Evtl. Bilder zum Sonnengesang ausdrucken, zu DIN A5 Blättern zuschneiden und auslegen, so, dass sich jede:r ein Bild aussuchen und mitnehmen kann; Bilder zum Download



Lied

Erfreue dich, Himmel (GL 467,1.2.5.6)

Einführung

Heute, am 4. Oktober, feiern wir das Fest des Heiligen Franziskus. Er kam 1181 als Sohn eines wohlhabenden Tuchhändlers in Assisi zur Welt. Nach einer unbekümmerten Jugend und einer Zeit als Ritter, änderte Franziskus sein Leben radikal. Er verzichtete auf sein Erbe, lebte in Armut und war für andere da.

Zur Natur - zu Menschen, Tieren, Pflanzen und sogar zu den Gestirnen - hatte Franziskus eine besondere Beziehung, da sie Teil der Schöpfung Gottes sind.

Sein Sonnengesang, ein Loblied auf die Schöpfung, bringt dies zum Ausdruck.

Wir beten nun gemeinsam einen Teil des Sonnengesangs im GL 19,2 (nur S. 84)



Austausch

Was berührt mich an der Natur? Wofür möchte ich Gott loben?

Austausch

Gebet

Gott, du hast unsere Welt so wunderbar gemacht.

Dafür danken wir dir.

Hilf uns, achtsam mit den Gaben deiner Schöpfung umzugehen

und umweltbewusst zu leben, so dass auch die nachfolgenden

Generationen gut leben können.

Dir sei Lob und Preis. Amen.

Lied

Dein Lob, Herr (GL 381)

Evtl. Bilder zum *Sonnengesang* mitgeben



Vorbereitung

Gotteslob

*Eine große LED-Kerze, die gut sichtbar aufgestellt ist
LED-Lichter für die Verstorbenen des Wohnbereichs /
der Einrichtung oder Karten, auf denen die Namen der
Verstorbenen stehen*

*LED-Lichter oder Karten und Stifte, um weitere Namen
Verstorbener zu notieren*

Lied

Wir sind nur Gast auf Erden (GL 505)

Einführung

An Allerheiligen denkt die Kirche an alle Heiligen – die bekannten und unbekannt. Dabei richtet sich der Blick einerseits auf ihr vorbildhaftes Leben und andererseits auf ihre Vollendung bei Gott.

Einen Tag später, am 2. November, folgt „Allerseelen“, der Gedenktag aller Verstorbenen.

In der Praxis verschmelzen die beiden Feste miteinander, da in den Gottesdiensten an Allerheiligen vielfach der Verstorbenen gedacht wird. Oft findet auch der Besuch der Gräber an diesem Tag statt.

Totengedenken

Wir wollen uns jetzt an unsere Verstorbenen erinnern, die in unserem Wohnbereich/unserem Haus im letzten Jahr gestorben sind. Aber auch diejenigen, die uns wichtig waren, wollen wir nicht vergessen.



- *Namen der verstorbenen Bewohner:innen vorlesen und dazu je ein LED-Licht anzünden oder eine Karte mit ihrem Namen zur großen Kerze legen.*
- *Die Teilnehmenden dürfen sagen, wem sie in besonderer Weise gedenken. Die Namen auf die leeren Karten schreiben und zur großen Kerze legen oder weitere LED-Kerzen anzünden.*

Gebet

Guter Gott, wir erinnern uns an die verstorbenen Menschen, mit denen wir verbunden waren,
wir erinnern uns an die gemeinsame Zeit, an ihre Liebe.
Wir glauben, dass sie nun bei dir leben dürfen
und von deiner bedingungslosen Liebe erfüllt sind.
Tröste uns in unserer Trauer.
Schenke uns die Zuversicht, dass wir unsere Verstorbenen wieder sehen werden.
Amen.

Vater unser

Schließen wir unsere Verstorbenen in das Gebet ein, das Jesus uns gelehrt hat:
Vater unser...

Lied

Wer unterm Schutz (GL 423,1+3)



Vorbereitung

Eine Martinslaterne

*Für je zwei TN eine Martinsbrezel (süße Hefeteigbrezel)
Gotteslob*

Einführung

Heute feiern wir den Heiligen Martin.

An diesem Tag ziehen die Kinder mit ihren Laternen durch die Straßen und singen Martinslieder.

Eine Laterne steht auf unserem Altar/in der Mitte. Wir machen das Licht etwas dunkler. Dann sehen wir das Leuchten der Laterne.

Sie sagt uns, der Heilige Martin hat Licht in die Welt gebracht.

Die Legende erzählt:

Martin war an einem kalten Tag mit seinem Pferd unterwegs.

Da war ein Bettler am Straßenrand, der kaum etwas anhatte.

Martin teilte seinen Mantel mit dem Bettler. So hatten es beide warm.

Lied

Sankt Martin (GL 545,1-3)

Mit allen Sinnen

Brezelkorb hereintragen.



Wenn ich in unseren Korb schaue, sehe ich, dass wir viel zu wenige Brezeln haben. Was könnten wir da machen?

*Die Rückmeldungen der TN nochmal für alle wiederholen
- erfahrungsgemäß kommt schnell jemand auf „teilen“.*

Dann teilen wir nach dem Vorbild vom Heiligen Martin gleich die Brezeln.

Team bricht die Brezeln in zwei Hälften und verteilt diese an die TN.

Segen

Gott, wir danken dir für alles, was du uns schenkst.
Heute danken wir besonders für die Martinsbrezeln.
Wenn wir miteinander teilen, wird es im Leben heller.

Segne die Brezeln und segne auch uns alle.
Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.
Amen.



Vorbereitung

Ein Kreuz mit einer Dornenkrone für alle gut sichtbar aufstellen, daneben eine goldene (Papier-)Krone stellen Gotteslob

Einführung

Am letzten Sonntag des Kirchenjahres feiern wir das Christkönigsfest. Papst Pius XI hat 1925 dieses Fest eingeführt.

Es war eine Zeit, in der die Königreiche in Europa zerfielen.

Die Menschen waren orientierungslos. Zudem wurden nationalsozialistische Gedanken stärker.

Das Christkönigsfest sollte dazu ein Gegenpol sein. Die Königsherrschaft Christi sollte den negativen gesellschaftlichen Kräften gegenübergestellt werden.

Lied

Gelobt seist du, Herr Jesus Christ (GL 375,1-2)

Impuls

Das Christkönigsfest sagt: Jesus Christus ist unser König.

Er soll derjenige sein, dem wir Macht geben.

In unserem Denken oder Fühlen haben aber manchmal Ängste und Sorgen ganz schön viel Macht über uns. Legen wir innerlich all das Negative ab, was Macht über uns hat, und schauen auf Jesus Christus, den König.

Evtl. Blick auf die Dornenkrone und die goldene Papierkrone und Austausch über die

Frage, worin sich Jesu Königtum von weltlichen Herrschern unterscheidet.



Wechselgebet

Wir beten nun ein Wechselgebet. Wir antworten mit „Komm in unser Herz.“

Jesus Christus, du bist ein König der Menschlichkeit. – *Alle:* Komm in unser Herz.

Du bist ein König der Güte. – *Alle:* Komm in unser Herz.

Du bist ein König der Gerechtigkeit. – *Alle:* Komm in unser Herz.

Du bist ein König des Friedens. – *Alle:* Komm in unser Herz.

Du bist ein König der Versöhnung. – *Alle:* Komm in unser Herz.

Du bist ein König der Liebe. – *Alle:* Komm in unser Herz.

Du bist ein König der Hoffnung. – *Alle:* Komm in unser Herz.

Jesus Christus, lass dein Reich in uns wachsen.

Dafür danken wir dir jetzt und alle Zeit. Amen.

Vater unser

Beten wir gemeinsam das Gebet, das Jesus uns gelehrt hat:

Vater unser...

Lied

Ich lobe meinen Gott (GL 400,1-2)

Bildnachweis in alphabetischer Reihenfolge

1. Advent: Ulrike Hudelmaier | 1. Weihnachtsfeiertag: Pixabay | 2. Advent: Ulrike Hudelmaier
2. Weihnachtsfeiertag: Pixabay | 3. Advent: Ulrike Hudelmaier | 4. Advent: Ulrike Hudelmaier
Allerheiligen: Christian Schmitt in Pfarrbriefservice.de | Barbara: Pexels Barmherzigkeitssonntag:
Bernhard Riedl (Foto), Toni Zens (Bronzerelief), in Pfarrbriefservice.de, Blasius: Christine Limmer
in Pfarrbriefservice.de | Christkönig: Bianka Leonhardt / www.kinder-regenbogen.at in Pfarr-
briefservice.de | Darstellung des Herrn: Pixabay | Dreifaltigkeitssonntag: Walburga Wintergerst
Dreikönig: Ralf Adloff, Kindermissionswerk „Die Sternsinger“, in Pfarrbriefservice.de
Erntedank: Pixabay | Fasching: Pixabay | Franziskus: Pixabay | Fronleichnam: Thomas Lazar
in Pfarrbriefservice.de | Gründonnerstag: Peter Weidemann in Pfarrbriefservice.de | Himmelfahrt:
Pixabay | Hl. Abend: Pixabay | Johannistag: Florian Eichberger in Pfarrbriefservice.de | Josef: Ulrike
Hudelmaier | Karfreitag: Walburga Wintergerst | Luzia: Pixabay | Maria Himmelfahrt: Pixabay
Marienmonat Mai: Anja Osenberg, cc0 / gemeinfrei, Quelle: Pixabay | Martin: Superbass / cc-by-sa
4.0 / Quelle: Wikimedia Commons in Pfarrbriefservice.de | Neujahr: Pixabay | Nikolaus: Christoph
Müller in Pfarrbriefservice.de | Ostermontag: Pixabay | Ostersonntag: Irmengard Sewald in
Pfarrbriefservice.de | Palmsonntag: Pixabay | Petrus und Paulus: Pixabay | Pfingsten: Bild: Martin
Manigatterer / Keramik: Martha Gahbauer, in Pfarrbriefservice.de | Schutzengel: Pixabay | Silvester:
Pixabay | Valentin: Pixabay

Impressum

Erzbischöfliches Seelsorgeamt
Referat Inklusion – Generationen
Okenstr. 15
79108 Freiburg

Redaktion

Dr. Ulrike Hudelmaier (Erzbistum Freiburg)
Margaretha Wachter (Bistum Augsburg)
Walburga Wintergerst (Bistum Speyer)

Zeitpunkt der Veröffentlichung: Dezember 2025

Kontakt

Altenseelsorge im Bistum Augsburg:
altenseelsorge@bistum-augsburg.de

Referat Inklusion-Generationen im Erzbistum Freiburg:
ig@seelsorgeamt-freiburg.de

Seniorenseelsorge im Bistum Speyer:
senioren@bistum-speyer.de

Bezug

Das Heft kann auf der Internetseite des
Forums älterwerden heruntergeladen werden:
www.forum-aelterwerden.de



IMPRESSUM

Erzdiözese Freiburg
Erzbischöfliches Seelsorgeamt Freiburg
Okenstr. 15
79108 Freiburg
www.ebfr.de