

Wortgottesdienst:
Fasten - oder: Weniger ist mehr
Von Mona, Mireille, Sandra und Birgit

Material:

- Tonkartonmensch mit einem großen Herz auf dem Körper aber ohne Augen. Ohren,....
- Augen, Mund, Hände, Füße, Ohren.
- Material, welches das Kind in sein Herz lässt.
- Pritt Buddies zum Befestigen.

Lied: Danke für diesen schönen Morgen

Begrüßung:

Am Aschermittwoch hat eine neue Zeit begonnen. Weiß jemand von euch, wovon ich spreche?

Vom Fasten hat sicher schon jeder etwas gehört. Leute fasten, weil sie schlanker werden wollen oder weil der Arzt es ihnen verordnet hat.

Auch in der Bibel gibt es Geschichten, die vom Fasten erzählen, z.B. Mose, der in die Wüste zog.

Hier wird dann ganz deutlich: Fasten heißt nicht nur auf Nahrung verzichten. Fasten kann bedeuten, durch freiwilliges Verzichten dem wirklich Wichtigen in unserem Leben auf die Spur zu kommen.

Davon wollen wir heute sprechen:

Lied: Wir klatschen...

Geschichte: Kleines Herz in Not

Es war einmal ein Herz, das einem Kind gehörte. Es war warm und lebendig und hüpfte und schlug fröhlich vor sich hin.

Besonders munter und froh war es, wenn ein anderes Herz zu Besuch kam. Lange Zeit trafen sich im Herzen des Kindes Mama und Papa, Oma und Opa, Schwester und Bruder. Das kleine Herz freute sich, weil es sich geliebt fühlte.

Je größer das Kind wurde, desto mehr kam in das kleine Herz hinein.

Erwartungsvoll öffnete es seine Herzenstür für alles, was auf es zukam.

Denn jetzt kam nicht nur Besuch von anderen Herzen, nein, das Kind lernte auch viele Dinge kennen, die einen Platz in seinem Herzen haben wollten.

- Das Schiffchen, mit dem man so schön in der Wanne spielen kann.
- Der Kuschelhase, der nachts mit im Bett lag.
- Die Kinderliederkassette, mit lustigen Liedern.

So verging die Zeit: Die Tage, die Wochen, die Monate und die Jahre und immer fand sich etwas Neues, das einen Platz im Herzen bekam:

- Das Spielzeugauto zum ersten Geburtstag
- Der Tirolerhut vom Urlaub
- Die Blockflöte
- Und die Sportschuhe.

Eines Tages sagte das Kind: „ Kleines Herz, freu dich, wir machen eine Geburtstagsfeier und wir bekommen viele Gäste. „Ich bin ja so aufgeregt,“ sagte das kleine Herz und ehe es sich an den Gedanken gewöhnt hatte, fing das Fest auch schon an.

„Mach Platz, kleines Herz, denn hier kommen deine Geschenke und schon plumpste

- eine Armbanduhr in das kleine Herz hinein. Auch
- einige Bücher,
- ein Handy
- ein neues Computerspiel

standen vor der Herzentür. Mit lautem Getöse brauste

- ein Ball mitten durch das Herz und als dann auch noch der
- Gameboy hinein wollte gab es hektisches Gedränge.

Noch mehr Dinge mussten in das Herz hinein:

- Der Tennisschläger,
- die Süßigkeiten
- die Glückwunschkarten.

Das kleine Herz kam ganz durcheinander. Das kleine Herz war müde, es dachte an all die Dinge, die sich in seinem Inneren aneinander drängten. Es fühlte sich voll gestopft und musste einen heftigen Schluckauf unterdrücken.

Und das kleine Herz erinnerte sich an die Zeit, in der es glücklich und zufrieden gewesen war, damals, als es warm und lebendig gewesen war, als andere Herzen zu Besuch gekommen waren und es sich rundum lieb gehabt fühlte.

Lied: *Gottes Liebe*

Evangelium: Mt. 6,19-20

Sammelt euch nicht Schätze hier auf der Erde, wo Motte und Wurm sie zerstören und wo Diebe einbrechen und sie stehlen, sondern sammelt euch Schätze im Himmel, wo weder Motte noch Wurm sie zerstören und keine Diebe einbrechen und sie stehlen.

Katechese:

Wenn ich immer von allem genug oder sogar noch zuviel bekomme, dann werde ich mich bald über nichts mehr so richtig freuen können.

Wir haben gerade gehört, dass auch das Herz so voll gestopft sein kann, dass es nicht mehr weiß, was wirklich richtig und gut ist.

Das ist nicht nur in der Geschichte so, das kann auch bei uns der Fall sein. Da tut es gut die Herzenstüre weit aufzumachen und alles Überflüssige hinauszuschmeißen.

Wie das gehen kann, zeigen wir jetzt, indem wir dem übervollen Herz helfen, alles beiseite zu räumen, was das Gedränge verursacht hat. Und hier fängt das Fasten auch schon an:

**Fasten, das kann also bedeuten,
dass ich Platz schaffe für das, was wirklich wichtig ist.
dass ich freiwillig auf etwas verzichte,
dass ich in meinem Leben Ordnung schaffe.**

Die Gegenstände werden weggeräumt.

Wie wir mit unserem Frühjahrsputz weitermachen können, zeigen euch ein paar Beispiele:

Man kann **mit den Augen fasten**:

Die Kinder nennen Beispiele: Weniger Fernsehen schauen, weniger Video, weniger Illustrierte, Comics lesen, weniger Computer spielen

Um Platz zu schaffen, was wirklich wichtig ist:

Die Morgensonne die scheint, das Lächeln eines anderen Menschen, die Trauer eines Freundes...

Die Augen werden in das Gesicht geklebt. Liedruf: Effata, öffne dich!

Auch die **Ohren** sind oft voll gestopft mit:

Auf Fernsehen, Radio und CD verzichten

Um Platz zu schaffen, was wirklich wichtig ist:

Auf unser Herz zu hören, die Stimme Gottes...

Die Ohren werden in das Gesicht geklebt. Liedruf: Effata, öffne dich!

Auch der Mund ist oft voll gestopft mit:

Süßigkeiten, leckerem Essen, wir reden viel ohne darüber nachzudenken.

Um Platz zu schaffen, was wirklich wichtig ist:

Ein liebes Wort: Ich mag dich

Wie kann ich dir helfen?

Schön, dass es dich gibt

Die Mund wird in das Gesicht geklebt. Liedruf: Effata, öffne dich!

Auch die Hände sind oft voll gestopft mit:

Ständig etwas tun, Bilder malen, Knöpfe drehen, immer etwas spielen müssen.

Um Platz zu schaffen, was wirklich wichtig ist:

Zeit nehmen für etwas dass wirklich getan werden muss.

Dem Fremden die Hand zu reichen.

Die Hände werden in das Gesicht geklebt. Liedruf: Effata, öffne dich!

Idem Füße

Vielleicht ist euch jetzt bewusst geworden Fasten ist nicht altmodisch, sondern wichtiger denn je:

Fasten heißt:

Platz schaffen,

frei werden,

für sich selbst, für die Menschen um uns herum.

Für Gott.

Fürbitten:

1. Kind: Wir beten für alle Menschen, die Gott suchen aber immer abgelenkt werden. Hilf ihnen „Nein“ zu sagen.
Wir bitten dich, erhöre uns!
2. Kind: Wir beten für alle Menschen, die immer mehr haben wollen.
Hilf ihnen „Nein“ zu sagen.
Wir bitten dich, erhöre uns!
3. Kind: Hilf uns zu erkennen, was wirklich wichtig für uns ist.
Wir bitten dich, erhöre uns!

Schlussgebet: *Gemeinsames Gebet*: Der Herr sei vor dir

Lied: Vom Anfang bis zum Ende.