

Lied-Vorschlag

Zeit für Ruhe

www.youtube.com/watch?v=R_-4bmXyt8A

Jesus lädt uns ein mit allem, was uns belastet zu ihm zu kommen, bei ihm sozusagen „Pause machen“, um sich zu erholen. Neue Kraft zu schöpfen für das Nächste, was kommt. Oft kommen wir nicht zur Ruhe. Heute lädt uns Jesus dazu ein und sagt, es ist wichtig, dass du dir Zeit für dich nimmst und zur Ruhe kommst.

Hier kann ein Mandala angemalt werden, in Ruhe und Stille, dass dann zur Kerze und den Steinen gelegt wird.

Oder, wenn nicht gemalt wurde kann unter die Steine Watte als Ruhekissen gelegt werden.

z.B. www.kidsweb.de/basteln/mandala/mandalas.htm

z.B. www.schule-und-familie.de/malvorlagen/mandalas.html?d=&uebersicht_start=20

Vaterunser

Segen

Gott, du bist innen
und außen
und um mich herum.

Du gibst meinen Beinen festen Stand.
Dein Segen hält mich geborgen in

Amen.

Arme vor der Brust kreuzen
Arme zur Seite strecken
einmal drehen
fest auftreten
Hände der Nachbarn fassen
deiner Hand.
(Jutta Holst)

Lied-Vorschlag

Zeit für Ruhe

z.B. www.youtube.com/watch?v=R_-4bmXyt8A

Elsbeth Bihler, Du hast uns eingeladen, Wortgottesdienst mit Kindern, Lesejahr A, 1998 Lahn-Verlag, Limburg

Mehr Infos für Mütter, Väter und Kinder unter www.ehe-familie.info

Infos, Online-Spiele, Bastelanregungen und mehr zu Festen im Jahreskreis unter www.familien234.de
Bibel in Leichter Sprache, Evangelien der Sonn- und Festtage im Lesejahr A, 2016 Verlag Katholisches Bibelwerk GmbH, Stuttgart

Unsere Anregungen bilden einen kleinen Ausschnitt aus dem, was möglich ist. Im Netz z.B. finden Sie noch mehr Ideen, Anregungen und Lieder.

Zusammengestellt von Angelika Rodenhausen-Buhl, Gemeindefreferentin St. Bonifatius, Riedstadt

Familienliturgie

Anregungen für zuhause

14. Sonntag im Jahreskreis

05. Juli 2020

Mt 11,25-30 Du kannst bei mir ausruhen



Kursive Texte sind zum Lesen, gerader Text sind Handlungen und Anweisungen.

Für die Vorbereitung brauchen Sie: Kerze; Tuch, GL, Steine (echt oder Papier)
Stifte, „Einkaufsbeutel mit Lasten“, evtl. ausgedrucktes Mandala, Watte

Das Kreuzzeichen eröffnet die Feier.

Die Kerze wird entzündet und gemeinsam ein Lied gesungen

Lied- Vorschlag Gottes Liebe ist so wunderbar
z.B. www.youtube.com/watch?v=kTYsYoAFYol

Gebet *Jesus, du sagst:
Wir sollen von dir lernen. Du willst uns helfen, das
Schwere zu tragen. Du willst, dass es uns gut geht, dass
es in uns ruhig wird. Du willst, dass wir Gott, deinen
Vater loben und preisen.
Amen*

Gestalten Einen kleinen Parkour aufbauen, aus Stühlen usw.
Jedes Mitglied der Familie darf mit dem Lasten-
Einkaufsbeutel den Parkour, am besten ein paar Mal,
bewältigen.

Erzählen *Wie ging es mir auf dem Parkour?
Gab es etwas, was ich mir gewünscht hätte.
Wie ist es jetzt, ohne Last?*

Zusammenfassen ...
*Es war anstrengend mit dem Lastenbeutel.
Er war schwer.
Es war gut den Beutel abzugeben und auszuruhen.*

*Der Beutel kann aber auch für eine andere Last stehen:
Manchmal kann so ein Lastenbeutel auch Angst sein vor...
Manchmal kann so ein Lastenbeutel auch Sorge sein um ...
Manchmal kann so ein Lastenbeutel auch Stress sein wegen ...*

Sammeln was belastet, das auf die Steine schreiben oder sagen und
die Steine zur Kerze legen.

*Vieles ist uns schwer, oft zu schwer. Jesus weiß das. Darüber hören
wir heute im Evangelium.*

Lied-Vorschlag Hallelu, hallelu,
Halleluja, Halleluja, ... GL 483,4

Bibeltext Mt 11, 25- 30 (leichte Sprache)

Einmal sprach Jesus mit Gott im Himmel. Jesus sagte:
Vater im Himmel.
Ich bin froh über dich.
Ich freue mich über dich.
Ich freue mich besonders, weil du ganz einfach bist.
Du bist un-kompliziert.
Du bist einfach zu verstehen.
Darum können dich die un-komplizierten Menschen verstehen.
Die Menschen, die einfach sind.
Und schlicht.
Und bescheiden.
Diese Menschen freuen sich über dich.
Diese Menschen wissen, dass du Gott bist.
Und dass ich dein Sohn bin.
Vater.
Deswegen freue ich mich.
Deswegen bin ich so glücklich über dich.

Jesus sagte zu den Menschen: Ihr Menschen habt viele Sorgen.
Und viel Angst.
Und viel Unruhe.
Und viel Stress.
Kommt alle zu mir.
Ich will euch helfen.
Ich will euch trösten.
Bei mir könnt ihr euch ausruhen.
Ich bin in meinem Herzen selber ganz ruhig.
Und gütig.
Und bescheiden.
Und einfach.
Das könnt ihr bei mir spüren.
Bei mir könnt ihr Ruhe finden.
Bei mir könnt ihr still werden.
Bei mir könnt ihr froh werden.
Ich mache keinen Stress.