

1. Fastensonntag

Das Hausgebet lädt zum Innehalten und still werden während der Fastenzeit ein. Vielleicht findet sich ein Moment am Tag, wo es gut passt: morgens, am Tage oder abends.

Entzünden einer Kerze auf dem Tisch.

Lied: Meine engen Grenzen – Gotteslob Nr. 437

Beginn:

Heute feiern wir den ersten Fastensonntag. Im Evangelium hören wir von Erfahrungen der 40 Tage von Jesus in der Wüste. Die Zahl 40 ist eine besondere Zahl in der jüdischen und christlichen Tradition. Sie kommt häufig vor: u.a. der Regen der Sintflut dauerte so lang wie auch die Wanderung des Volkes Israel durch die Wüste und Moses Aufenthalt auf dem Berg Sinai. 40 Tage sind biblisch betrachtet eine Zeit des Wachsens und der Entwicklung.

So können die 40 Tage auch in unserer Gegenwart wie der Fastenzeit eine besondere Zeit für uns werden. Vor allem jetzt wegen der Corona-Pandemie. Was ist das Wichtigste für mich?

Wir beginnen unser Hausgebet im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Gebet:

Liebender Gott, du schenkst uns 40 Tage der Vorbereitung auf Ostern. Schenke uns den Blick für das Wesentliche und die Ausdauer, die kommende Zeit durchzuhalten. Hilf uns, dass wir Deinen Glauben sichtbar werden lassen in unserer Zeit. Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

Lesung aus dem Evangelium nach Markus 1,12-15

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

Zum Nachdenken:

40 Tage Jesus in der Wüste

40 Tage Fastenzeit liegen vor mir

40 Tage Zeit nehmen

40 Tage Möglichkeit, sich zu ändern

40 Tage Beziehungen pflegen – zu Gott – zum Mitmenschen – zu mir selbst

Was habe ich mir für die Fastenzeit vorgenommen?

Lobpreis:

- V Die Erfahrung des Wüstenzuges hat die Gotteserfahrung des Volkes Israel tief geprägt. Mit den Betern des Alten Testaments rufen wir zu Gott:
- V „Alle meine Quellen entspringen in dir.“ (Ps 87,7b)
- A Gott, wir loben dich.
- V „Er stellte meine Füße auf den Fels, machte fest meine Schritte.“ (Ps 40,3)
- A Gott, wir vertrauen auf dich.
- V „Gesegnet der Mensch, der auf den Herrn vertraut. (...) Er ist wie ein Baum, der am Wassergepflanzt ist und zum Bach seine Wurzeln ausstreckt.“ (Jer 17,7f.)
- A Gott, wir danken dir.
- V „Denn so spricht Gott, der Herr: Siehe, ich selbst bin es, ich will nach meinen Schafen fragen und mich um sie kümmern.“ (Ez 34,11)
- A Gott, wir folgen dir.

Fürbitten:

Welche Bitten / Sorgen / Ängste / Dankesworte liegen in meinem Herzen?
Alles kann Gott anvertraut werden. Im Stillen oder gesprochenen Wort.

Vaterunser

Segen:

Herr, segne unsere Augen, damit wir wahrnehmen, was um uns herum geschieht.
Segne unsere Ohren, damit wir deine Stimme hören.
Segne unseren Mund, damit wir zur rechten Zeit die rechten Worte sagen.
Segne unsere Hände, damit wir bereit sind zu teilen, zu helfen, zu verzeihen.
Segne unsere Füße, damit wir auf andere zugehen und mutig unseren Weg gehen.
Segne unser Herz, damit wir umkehren zu dir.

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

Lied: Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott – Gotteslob Nr. 453