

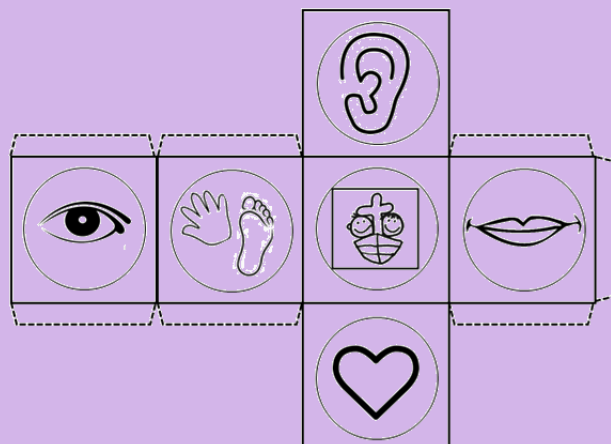


FAMILIENGOTTESDIENST

Februar 2018



KIRCHE MIT KINDERN



Ich faste mit Leib und Seele

indem ich auf äußere Dinge weniger Wert lege.
Dafür entdecke ich meine Natürlichkeit und meine Lebendigkeit.

- um ursprünglicher und „echter“ zu sein
- um von Äußerlichkeiten frei zu werden und einen Blick zu bekommen für „innere Schönheit“
- um offener, spontaner und herzlicher auf andere Menschen zuzugehen
- um in Glauben und Gebet die nötigen Ansätze zu finden



Ich faste mit den Augen

indem ich weniger Fernseh', Computer und Handy schaue,
dafür mehr auf mich und in mich sehe

- um das zu sehen, was wir sonst übersehen
- um Vertrautes mit neuen Augen zu sehen
- um im anderen und in mir Neues zu entdecken
- um Bibelgeschichten zu lesen und zu verstehen



Ich faste mit den Ohren

indem ich weniger Radio und CD höre.
Dafür höre ich mehr auf Eltern, Großeltern und Lehrer.

- um auf das zu hören, was wir sonst gerne überhören
- um Erzählungen und Bibelgeschichten von Jesus zu hören
- um ruhig zu werden und in uns hineinzuhören



Ich faste mit dem Mund

indem ich weniger über andere urteile, nicht mit anderen streite und sie verletze.
Dafür nehme ich mir aber mehr Zeit für richtiges und friedliches Miteinander.

- um vorher zu überlegen, was man über andere sagt
- um Zauberworte wie „Bitte“ und „Danke“ zu verwenden
- um andere zu trösten und aufzumuntern
- um im Gottesdienst mitzubeten und mitzusingen



Ich faste mit den Händen und Füßen

indem ich weniger hin und her renne und ständig unterwegs bin.
Dafür lege ich mehr Pausen ein, um über mich nachzudenken.

- um wirklich auszuspannen und zur Ruhe zu kommen
- um die Hände zu öffnen und gerne zu geben und teilen
- um die Hände zum Gebet zu falten



faste auch Du mit...!

