

karwoche und ostern in der familie

palmsonntag bis ostermontag



GRÜN
DONNERS
TAG

Foto: Pixabay

Die Materialien wurden ausgearbeitet und zusammengestellt von der Hauptabteilung Seelsorge der Diözese Augsburg. Weitere Informationen und Anregungen zur Gestaltung der Karwoche und der Ostertage finden Sie unter: <https://www.beziehung-leben.de/familie>



Redaktion: Margret Färber, Bernhard Fendt, Gudrun Fendt, Stephanie Kasche, Prisca Leeb, Christian Öxler, Kerstin Steffe, Ilona Thalhofer



GRÜN
DONNERS
TAG

GRÜNDONNERSTAG - MITEINANDER BROT TEILEN

Jesus feiert mit seinen Jüngern das Paschamahl. Er hat sich darauf gefreut. Aber er ist auch traurig, weil er weiß, dass es das letzte Mal sein wird. Jesus möchte seinen Freunden noch einiges mit auf den Weg geben. Er wäscht ihnen die Füße, um ihnen zu zeigen, dass es nicht darum geht, wer der Größte ist, sondern darum, dass wir füreinander da sind. Beim Essen teilt er mit seinen Jüngern das Brot und trägt ihnen auf, dies immer wieder zu tun. Und er verspricht ihnen: Wenn ihr das tut, dann bin ich mitten unter euch!

Dieses Versprechen gilt bis heute: Immer, wenn wir miteinander Eucharistie feiern und der Priester die Worte Jesu spricht, ist Jesus in Brot und Wein mitten unter uns. In diesem Jahr können wir nicht gemeinsam in der Kirche feiern. Aber wir können trotzdem Kommunion erleben. Kommunion heißt übersetzt Gemeinschaft - Gemeinschaft mit Gott und Gemeinschaft untereinander.

Der Name Gründonnerstag kommt übrigens nicht von der Farbe Grün, sondern vom alten Wort „Greinen“ für Weinen. Dies erinnert daran, dass der Tag für Jesus mit dem letzten Abendmahl nicht beendet war. Nach dem Essen geht er vor die Stadt in einen Garten. Er hat Angst vor dem, was kommt und bittet seine Jünger, mit ihm dort zu wachen und zu beten. Auch daran denken wir am Gründonnerstag.

IDEEN FÜR DEN TAG

Wir haben ein paar Ideen als Anregung gesammelt, wie ihr als Familie diesen Tag gestalten könnt.

BIBELCLIPS ZU GRÜNDONNERSTAG

Jesus feiert das Abendmahl mit seinen Jüngern: <https://bit.ly/3aq5o8H>



Jesus im Garten Getsemani: <https://bit.ly/2UCjltu>



EINE UMARMUNG VERSCHICKEN

Keiner von uns ist gern allein. Auch Jesus war froh, mit seinen Jüngern gemeinsam essen zu können und bat sie danach ihn zu begleiten, weil er in seiner Angst nicht allein sein wollte.

Sicher gibt es gerade viele Menschen, die ihr vermisst und die ihr gerne mal wieder in den Arm nehmen würdet, z.B. Oma und Opa, den besten Freund, die beste Freundin. Schickt ihnen doch eine Umarmung mit der Post! Dazu braucht ihr ein großes Papier, Stifte und einen Helfer.

Legt euch mit ausgebreiteten Armen auf das große Papier. Euer Helfer zeichnet den Umriss von eurem Kopf und euren Armen nach. Jetzt könnt ihr „euch“ ausschneiden und anmalen. Wenn ihr kein so großes einfarbiges Papier zu Hause habt, könnt ihr die Arme auch aus Geschenk- oder Zeitungspapier ausschneiden und den Kopf extra aufkleben. Und dann ab in die Post mit eurer Umarmung!



Fotos: Stefanie Kasche

ESSEN, WIE DIE MENSCHEN ZUR ZEIT JESU

Habt ihr schon einmal überlegt, was Jesus damals wohl gegessen hat?

Die Ernährung der meisten Menschen zur Zeit Jesu war sehr einfach.

Hauptnahrungsmittel war das **Brot**. Es wurde jeden Tag frisch gebacken. Davor musste das Mehl zwischen zwei Steinen gemahlen werden. Eine anstrengende Arbeit. Wenn ihr Lust habt, könnt ihr das ausprobieren. Sucht euch zwei Steine und versucht dazwischen einige Körner zu zerreiben (wenn ihr keine Getreidekörner in der Küche habt, dann aber vielleicht Vogel- oder Kaninchenfutter? Ihr müsst das Mehl ja dann nicht essen.)

Fleisch gab es nur zu besonderen Anlässen, z. B. wenn Besuch kam oder an Feiertagen. Wurst, wie wir sie kennen, gab es gar nicht. Jesus lebte in der Nähe des See Genezareth und hat daher sicher oft **Fisch** gegessen. **Käse** und **Joghurt** kannten die Menschen damals auch schon - allerdings meist aus Ziegen- und Schafsmilch.

GRÜN
DONNERS
TAG

Die Menschen aßen viel **Gemüse**: Bohnen, Erbsen, Linsen, Lauch, Zwiebeln, Gurken und Oliven.

Sehr beliebt war auch **Obst** wie Trauben, Datteln, Feigen und Granatäpfel - zur Erntezeit frisch, im restlichen Jahr getrocknet.

Das wichtigste Getränk war **Wasser**. Von Brunnen und Quellen musste es nach Hause getragen werden. Manchmal gab es auch **Wein, Saft oder Milch** zu trinken.

Habt ihr Lust, euer Abendessen heute einmal (fast) nur aus Sachen bestehen zu lassen, die auch Jesus schon kannte?



Foto: Pixabay

FLADENBROT BACKEN

Das Brot spielt am Gründonnerstag eine ganz besondere Rolle. Meistens denken wir über das Brot nicht nach - wir kaufen es schnell beim Bäcker oder im Supermarkt. Vielleicht wollt ihr euer Brot heute einmal selber backen? Wir haben ein einfaches, aber leckeres Rezept für Fladenbrot, das ohne Hefe auskommt (die ist ja gerade so schwer zu bekommen) Und so geht es:

Zutaten für 4 Fladen:

250-300g Mehl

250g Naturjoghurt

(alternativ geht auch
mit Milch verdünnter Quark)

1 TL Backpulver

1 TL Salz

etwas Öl



Foto: Stefanie Kasche

250g Mehl mit dem Backpulver und dem Salz in einer Schüssel vermischen. Den Joghurt dazu geben und zunächst alles mit einem Löffel verrühren. Den noch recht feuchten Teig kräftig durchkneten, dabei weiter Mehl dazu geben bis der Teig nicht mehr an den Händen klebt. Den Teig in vier Stücke teilen und auf einer bemehlten Fläche zu Fladen ausrollen (ca. 2 cm dick). Die Fladen etwas mit Öl bepinseln, evtl. nochmal etwas Salz darauf streuen und im vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze, 200°C) ca. 20 Minuten backen.

Die Fladen schmecken am besten, wenn sie noch lauwarm sind und reichen für zwei hungrige oder vier weniger hungrige Esser.

GRÜN
DONNERS
TAG

EINE FESTTAFEL HERRICHTEN

Im Lukasevangelium (Lk 22,8) heißt es:

Jesus schickte Petrus und Johannes in die Stadt und sagte: Geht und bereitet das Paschamahl für uns vor, damit wir es gemeinsam essen können.

Ein gemeinsames Essen braucht Vorbereitung. Vielleicht finden sich in eurer Familie auch zwei (oder mehr), die den Tisch für das gemeinsame Essen am Abend vorbereiten wollen? Ihr könntet euch überlegen, wie man den Tisch einfach aber schön gestalten kann: mit einer Kerze, ein paar Blumen, Servietten, ... Oder ihr bastelt Tischkarten für jeden Einzelnen mit seinem Namen und dem Satz „Schön, dass du da bist!“. Wenn euch Menschen fehlen, die ihr gerne mit am Tisch hättet und die aktuell nicht kommen können, könnt ihr auch für diese Tischkarten gestalten und sie so in Gedanken beim Essen mit dabei haben.



Foto: Stefanie Kasche

GLOCKENLÄUTEN UND GLORIA

Beim Gloria im Gründonnerstagsgottesdienst erklingen zum letzten Mal die Glocken, bevor sie dann für drei Tage schweigen. Singt miteinander ein Gloria (z. B. Gloria, Ehre sei Gott oder Ich lobe meinen Gott, der aus der Tiefe mich holt) und wenn ihr zu Hause eine Glocke habt, läutet sie kräftig dazu.

EINANDER DIE FÜßE ODER HÄNDE WASCHEN

Hände waschen vor dem Essen, das ist etwas, was wir alle kennen. Aber die Füße? Zur Zeit Jesu war das ganz normal. Die Menschen waren in Sandalen oder barfuß unterwegs auf staubigen Wegen und über Wiesen und Äcker. Wenn man von draußen kam, waren die Füße daher immer sehr schmutzig. Zum Essen saß (oder lag) man in der Regel auf Matten oder Kissen auf dem Boden - die Füße waren also direkt neben dem Essen. Daher war Füße waschen Pflicht! Oft gab es einen Diener, der diese Aufgabe für alle übernahm. Eine nicht ganz angenehme und wenig angesehene Pflicht. Umso



Foto: Pixabay



GRÜN
DONNERS
TAG

erstaunlicher, was Jesus beim letzten Abendmahl mit seinen Jüngern getan hat. Lest in der Bibel (Joh 13,1-17) oder in einer Kinderbibel nach.

Ihr könnt euch gegenseitig die Füße (oder wenn euch das lieber ist die Hände) waschen. Ihr braucht dazu eine große Schüssel, einen Krug mit warmem Wasser und Handtücher.

Vor allem für Mama und Papa ist das sicher ein ungewohntes Gefühl.

GEMEINSAM ESSEN

Das gemeinsame Essen ist für viele Familien ein wichtiger Teil des Tages. Vielleicht betet ihr vor den gemeinsamen Mahlzeiten auch miteinander. Nehmt euch heute Zeit, dies etwas ausführlicher zu tun und gestaltet das Abendessen als kleine Feier mit Brot und Traubensaft.

Trefft euch am gedeckten Tisch. Wenn möglich, lasst das Essen und Trinken jedoch zunächst noch in der Küche stehen.

Zündet eine Kerze an. Ihr Licht ist Zeichen dafür, dass Jesus mit bei euch am Tisch ist. Ihr könnt ihn mit dem Kreuzzeichen oder dem Lied: „Wo zwei oder drei“ begrüßen.

Die Kinder holen nun das (selbstgebackene) Brot und einen Krug mit Traubensaft an den Tisch.

Ein Erwachsener erzählt: (vgl. Lk 22,14.15.19f)

An diesem Abend setzte sich Jesus mit seinen Jüngern an den Tisch. Und er sagte zu ihnen: Ich habe mich sehr danach gesehnt, vor meinem Leiden dieses Paschamahl mit euch zu essen.

Und er nahm Brot, sprach das Dankgebet, brach das Brot und reichte es ihnen mit den Worten: Das ist mein Leib, der für euch hingegeben wird. Tut dies zu meinem Gedächtnis.

Ebenso nahm er nach dem Mahl den Kelch und sagte: Dieser Kelch ist der Neue Bund in meinem Blut, das für euch vergossen wird.

GRÜN
DONNERS
TAG



Foto: Pixabay

Gebet:

Herr Jesus Christus, segne dieses Brot, das wir miteinander teilen und gemeinsam essen wollen. Deinen Jüngern hast du versprochen: Immer wenn ihr das tut, bin ich mitten unter euch. Sei auch jetzt bei uns und segne uns. Amen.

Teilt miteinander das Brot und esst das erste Stück gemeinsam. Schenkt jedem etwas von dem Traubensaft ein und trinkt auch diesen gemeinsam.

Bevor nun das gemeinsame Essen so richtig beginnt, könnt ihr noch einmal den Kanon „Wo zwei oder drei“ singen. Und dann wünschen wir euch einen guten Appetit!

NACHTWACHE HALTEN

Am Gründonnerstag denken wir nicht nur an das letzte Abendmahl Jesu mit seinen Jüngern, sondern auch daran, was danach auf dem Ölberg geschah. In vielen Kirchen wird daher in anderen Jahren nach dem Gründonnerstagsgottesdienst Nachtwache gehalten und verschiedene Gruppen übernehmen Gebetsstunden. In diesem Jahr finden in den Kirchen keine Gebetsstunden statt, aber ihr könnt zu Hause eine solche Nachtwache halten:

Vorbereitung:

Sammelt bei einem Spaziergang am Tag verschiedene Steine und stellt sie in einem Körbchen bereit. Außerdem braucht ihr eine Kerze.

Ablauf:

Versammelt euch, wenn es dunkel geworden ist um den Tisch und zündet die Kerze an. Beginnt gemeinsam mit dem Kreuzzeichen.

Jeder von uns hat manchmal Angst. Es gibt kleine und große Ängste. Überlegen wir gemeinsam, was uns und anderen Menschen gerade Angst macht.

Als Zeichen dafür legen wir Steine zur Kerze.

Es sind einige Steine zusammengekommen!

Wie wir die Steine zur Kerze gelegt haben, so dürfen wir all unsere Ängste und Sorgen

zu Jesus bringen.

Jesus weiß, wie das ist, wenn man Angst hat.



Foto: Stefanie Kasche



GRÜN
DONNERS
TAG

An dem Abend, an den wir heute besonders denken, hatte er auch Angst.

Ein Erwachsener erzählt (nach Mt 26, 36-46):

Nachdem Jesus und seine Freunde ihr Mahl beendet hatten, löschten sie die Lichter im Saal und gingen hinaus. Schweigend liefen sie durch die Nacht - so als ahnten alle, dass in dieser Nacht ihre Freundschaft auf eine harte Probe gestellt werden sollte. Jesus wusste, dass er sterben sollte. Deshalb wollte er sich in den Garten Gethsemani zurückziehen. Er hatte Angst. So bat er drei seiner Freunde, Petrus, Jakobus und Johannes: „Bleibt hier und wacht mit mir.“ Dann zog er sich zurück und bat Gott: „Wenn möglich, lass dieses Leid an mir vorübergehen. Aber nicht mein Wille, sondern dein Wille geschehe.“ Dann ging er wieder zurück zu seinen Freunden und sah, dass sie schliefen. „Könnt ihr nicht wenigstens eine Stunde mit mir wachen?“, fragte er sie. Dann zog er sich wieder zurück und betete. „Vater, dein Wille geschehe.“ Wieder ging er zurück zu seinen Freunden - und auch dieses Mal fand er sie schlafend. Noch einmal zog er sich ganz weit in den Garten zurück und betete zu seinem Vater. Dann war er bereit für alles, was ihn erwartete.

Lied: Bleibet hier und wachet mit mir

Gebet:

Jesus, wenn wir Angst haben, dann brauchen wir einen Freund, der uns unterstützt und uns nahe ist. Nicht immer schaffen wir es, für andere ein solcher Freund zu sein. Manchmal sind wir wie deine Jünger zu müde oder die Aufgabe ist einfach zu groß für uns. Danke, dass du uns die Gewissheit gibst, dass Gott immer bei uns und bei den Menschen ist, die wir lieben. Amen.

Wir können anderen nicht immer helfen oder ihnen ihre Angst nehmen. Aber wir können an sie denken. Jeder von uns, der möchte, kann sich vornehmen, in den nächsten Tagen an einen oder zwei Menschen besonders zu denken. Als Erinnerung daran, könnt ihr euch einen Stein aus dem Korb nehmen und ihn in die Tasche stecken oder an einen besonderen Ort legen.

Zum Abschluss sind alle eingeladen sich im Kreis aufzustellen und einander die Arme um die Schultern zu legen.

Spürt ein wenig nach, wie es sich anfühlt, wenn mir jemand beisteht, mir auf die Schulter klopft oder mich einfach in den Arm nimmt, als wollte er sagen: Das schaffst du schon, ich bin bei dir!

Die Kerze könnt ihr als Zeichen gegen die Angst brennen lassen, bis der letzte von euch ins Bett geht.