

Projekt

„Mach Dich auf den Weg!“ Bausteine für fünf Frühschichten (Pausenangebote) in der Fastenzeit

Bei diesem Vorschlag für Frühschichten wurde darauf geachtet, dass sie ohne großen Aufwand gestaltet werden können. Die Struktur ist in ihren Verlauf sehr einfach: Begrüßung – (Lied) – Hinführung zu dem Thema – Schriftlesung – Gedankenaustausch (methodisch variabel) – Stille – Aufgabe für die Woche – Schlussgebet – Segen - (gemeinsames Frühstück). Im Zentrum stehen der Schrifttext, seine Aufarbeitung und die persönlichen Aufgaben für die Teilnehmer/innen.

Alle fünf Frühschichten verbindet das Bild des Weges. Es ist leicht möglich, einen solchen Weg mit Tüchern einer Farbe auszulegen. Der Weg sollte zu jeder Frühschicht wieder „aufgebaut“ werden. Ideal wäre es sogar, wenn der Weg die ganze Fastenzeit hindurch liegen bleiben könnte und die Frühschichten an einem Ort stattfänden, der etwas geschützt, zugleich aber öffentlich ist, so dass er die Aufmerksamkeit derer auf sich ziehen könnte, die an diesem Ort vorbeikommen. Ein Fortschreiten auf dem Weg wird dadurch optisch nachvollziehbar, dass bei jeder Frühschicht neue Zeichen, Bilder, Gegenstände auf den Weg kommen.

Durchgängig in jeder Frühschicht ist ebenfalls das gleichbleibende gemeinsame Schlussgebet, das auf Zetteln jeweils verteilt wird.

Die fünf Frühschichten sollten so über die Fastenzeit verteilt werden, dass sie in der ersten Fastenwoche beginnen und in der letzten Woche vor den Osterferien abgeschlossen werden (Beginn in der Woche vom 18. Februar, Abschluss in der Woche vom 18. März).

Die hier als "Frühschichten" bezeichneten Einheiten können auch in einer Kurzform als Gestaltung der Großen Pause angeboten werden.

Bausteine

Die Liedvorschläge sind entnommen aus dem Gotteslob (=GL), Unterwegs. Lieder und Gebete (=U) und Kommt und singt (=KuS)

Erste Frühschicht: „Heraus aus der Sackgasse“

- Vorbereitung:** Ein mit Tüchern gestalteter Weg
Einige Schilder mit jeweils den möglichen Aufschriften „Stop“ / „aus der Verstrickung befreien“ / „Kurs korrigieren“ / „rechtzeitig umkehren“ / „Glaubt“ (oder: „Vertraut auf Gott!“)
Schriftstelle für alle in Kopie
Zettel mit den Aufgaben (s.u.), Stifte für die Teilnehmer/innen
Meditationsmusik
Zettel mit dem Text des gemeinsamen Schlussgebetes
- Schrifttext:** Mk 1,14

Verkehrsschilder sind Hinweise darauf, das Schriftwort schrittweise zu erschließen. Dies kann zusammen mit den Schüler/innen in einem Gespräch erfolgen.
- Aufgabe:** Welches Hinweisschild ist das wichtigste für mich?
An welchem Punkt in meinem Leben kann ich es in der folgenden Woche umzusetzen versuchen?
Gibt mir das Schriftwort einen Impuls dazu?
(Schüler/innen schreiben Zettel, auf denen die Fragen bereits stehen. Hinweis, ihn mitzunehmen und an eine Stelle zu legen, wo sie erinnert werden. - Währenddessen leise besinnliche Musik)
- Leiter/in:** *Wir beten gemeinsam:*
Schlussgebet: Herr, wir sind unterwegs. Dabei haben wir Probleme, Fragen und Sorgen und wissen oft nicht, wie unser Weg weiter geht.
Mache Du uns Mut und Hoffnung und begleite uns auf unserem Weg durch diese Fastenzeit und durch unser ganzes Leben.

- Leiter/in:** Dazu segne uns der allmächtige und gütige Gott,
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.
- Liedvorschläge:** Zeige uns den Weg, wenn der Morgen winkt (U 84)
Lass uns in Deinem Namen, Herr, die nötigen Schritte tun (U 56)
Bekehre uns, vergib die Sünde (GL 160)
Sag ja zu mir, wenn alles nein sagt (GL 165)
Wir sind nur Gast auf Erden (GL 656)

Zweite Frührschicht: „Stolpersteine aus dem Weg räumen“

- Vorbereitung:** Weg wie oben, Schilder an den Rand legen. Auf dem Weg liegen größere und kleinere Steine.
Schriftstelle für alle in Kopie
Zettel mit den Aufgaben (s.u.) und Stifte für die Teilnehmer/innen
Meditationsmusik
Zettel mit Text des gemeinsamen Schlussgebetes
- Schrifttext:** Ps 91,1-3.10-13
anschl. Schriftgespräch
- Aufgabe:** Welches ist mein dickster Stolperstein?
Wie könnte ich ihn aus dem Weg räumen?
Schaffe ich das alleine oder wer könnte mir dabei helfen?
Was sagt mir in diesem Zusammenhang der Schrifttext?
(Schüler/innen schreiben ihre persönlichen Zettel wie in erster Frührschicht)
Die Teilnehmer/innen nehmen in Stille einen Stein von dem Weg und nehmen ihn mit.
- Schlussgebet:** wie in der ersten Frührschicht
- Liedvorschläge:** Meine engen Grenzen (U 93)
Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht (U 41)
Wer unterm Schutz des Höchsten steht (GL 291)
Hilf, Herr, meines Lebens, dass ich nicht vergebens (GL 622)
O Herr, nimm unsre Schuld, mit der wir uns belasten (GL 168)

Dritte Frührschicht: "Zwischenstation"

- Vorbereitung:** Weg wie oben, in der Mitte des Weges ein Krug mit Wasser und ein angeschnittener Brotlaib
Schriftstelle für alle in Kopie
Zettel mit den Gedanken zum Austausch (s.u.) und Stifte für die Schüler/innen
Meditationsmusik
Zettel mit Schlussgebet
- Schriftstelle
Bibelteilen** 1 Kön 19,1-8, anschließend
in zwei Schritten: a) einen mir wichtigen Gedanken benennen
b) Austausch darüber und ...
- Austausch:** ... Gibt es Parallelen zwischen meinem Weg in dieser Fastenzeit (oder meinen Lebensweg) und dem Weg des Elija?
Was habe ich erreicht? in Bezug auf mich selbst, in der Beziehung zu Anderen?
Mache Dir Notizen dazu.
- Schlussgebet:** wie in den vorgängigen Frührschichten
- Liedvorschläge:** Brot, das die Hoffnung nährt (KuS 96)
Kleines Senfkorn Hoffnung (KuS 95)
Von guten Mächten wunderbar geborgen (KuS 25)
Herr, unser Herr, wie bist Du zugegen (KuS 27)

Vierte Fröhschicht: „Brücken bauen“

- Vorbereitung:** Weg wie oben; Holzbretter liegen an verschiedenen Stellen quer über dem Weg, führen auch über Steine oder brechen mitten über dem Weg ab
Schriftstelle für alle in Kopie
Zettel mit den Aufgaben (s.u.) und Stifte für die Schüler/innen
Meditationsmusik
Zettel mit Schlussgebet
- Schrifttext:** Gen 9,8-15
möglicherweise Schreibgespräch: Worin siehst Du einen Zusammenhang zwischen dem heutigen Wegbild "Brücken bauen" und dem Bibeltext?
- Aufgabe:** Welche Brücke möchte ich sanieren? Zu wem oder was möchte ich meine Beziehung verbessern?
Welchen ersten Schritt kann ich ganz konkret tun?
(Schüler/innen schreiben ihre Zettel wie in den vorgängigen Fröhschichten)
- Schlussgebet:** wie in den vorgängigen Fröhschichten
- Liedvorschläge:** Herr, gib uns Mut zum Brückenbauen (U 48)
Unsere Hoffnung bezwingt die schwarze Angst (U 24)
Suchen und fragen, hoffen und sehn (KuS 94)
Selig seid ihr, wenn ihr Wunden heilt (auch Alternativtext KuS 83)
Wenn das Brot, das wir teilen (U 130)

Fünfte Fröhschicht: "Angekommen?"

In dieser Fröhschicht/Pausengestaltung geht es um eine Reflexion des zurückgelegten Weges. Insofern wäre zu überlegen, ob nicht ein anderer Zeitpunkt als die Zeit vor dem Unterricht oder die Große Pause gewählt werden könnte. Vielleicht kann zum Abschluss dann je nach Möglichkeit ein gemeinsames Essen oder eine gemeinsame Aktion vorgesehen werden.

- Vorbereitung:** Weg wie oben mit sämtlichen Gegenständen der vorgängigen Fröhschichten. Am Ende des Weges liegt heute ein großes Fragezeichen.
Psalmtext in Kopie für alle Teilnehmenden
Meditationsmusik
Zettel mit den Aufgaben (s.u.) und Stifte für alle Teilnehmenden
als Erinnerung die Karte von Sieger Köder, "Elija unter dem Ginsterstrauch" mit Vers 1 Kön 19,7b "Steh auf und iss, sonst ist der Weg zu weit für Dich!" für alle Teilnehmenden am Ende austeilen
- Schrifttext:** Ps 1,1-6 ("Die zwei Wege")
- Schriftgespräch:** Wie findest Du den Text? Spricht Dich der Psalm an oder stößt er Dich ab? Warum?
- Reflexion/
Austausch:** Hat der Psalm mit Deinem Weg in dieser Fastenzeit etwas zu tun? oder mit deinem Lebensweg? und was hat Gott mit Deinem Weg zu tun?
- Leiter/in:** *Wir sprechen gemeinsam:*
- Schlussgebet:** Gott,
Du hast uns geschaffen, doch wir kennen Dich kaum. Oft leben wir so, als gäbe es Dich nicht: Jedem ist sein einsamer Weg genug.
Zeige Dich uns auf unserem Lebensweg und lass uns zu Dir Vertrauen fassen. Amen
- Liedvorschläge:** Ich steh vor Dir mit leeren Händen, Herr (GL 621)
Worauf sollen wir hören (GL 623)
Bleib mit Deiner Gnade bei uns, Herr Jesu Christ (U 96)
Meine Hoffnung und meine Freude (U 103)
Komm, Herr, segne uns, dass wir uns nicht trennen (U 199)