



# IHR WERDET RUHE FINDEN FÜR EURE SEELE

Online Gottesdienst zu einem Fastensonntag  
mit Taufgedächtnis

## HINTERGRUND

Fastenzeit ist mehr als nur Verzicht. Es ist eine Zeit des Innehaltens, um so die Beziehung zu sich selbst, den Mitmenschen und zu Gott anzusehen und zu verbessern. Zuhause in den eigenen vier Wänden fällt es oft leichter, zur Ruhe zu kommen. Mithilfe einer Videokonferenz gelingt es, trotzdem verbunden zu sein.

GL = der\*die Gottesdienstleiter\*in

Nach einer Idee von Regina Robanser.

## WARNUNG

Diese Gottesdienst-Ausarbeitung kann keinesfalls ohne Anpassungen an die tatsächlich Feiernden verwendet werden. Gottesdienste sind immer zusammen mit den Feiernden, oder zumindest in bestem Kenntnis jener vorzubereiten.

## VORBEREITUNG

### Einladung

Schon bei der Einladung zum Online Gottesdienst auf der gewählten Videokonferenz-Plattform werden die Mitfeiernden gebeten, bei sich eine Schüssel mit Wasser bereitzustellen.

### Tipp

Eine aufgeschlagene Bibel mit der Schriftstelle Mt 11,28-30 und eine Schüssel mit Wasser bilden den Mittelpunkt der Feier. Dieser Mittelpunkt als Symbol für den gegenwärtigen Christus kann als eigener Teilnehmer an der Videokonferenz (z. B. über einen Zweitcomputer) gezeigt werden.

In der Ankunftsphase kann schon ein\*e Lektor\*in gefunden werden, damit eine Vorbereitung auf die Verkündigung der Lesung möglich ist.

## ABLAUF

### Ankommen

Es spielt Musik. Wenn alle da sind, bittet GL bittet die Feiernden, sich vorzustellen mit Name und einem Wort, das ihre momentane Befindlichkeit oder Situation beschreibt.

Die Versammlung wird abgeschlossen mit dem Kreuzzeichen:

### Kreuzzeichen

Im Namen des Vaters.

### Meditation

GL leitet folgende Meditation sinngemäß an:

- Ins Wasser schauen. Wellen machen.
- Warten, bis das Wasser ganz ruhig wird.
- Sehe ich das Spiegelbild?
- Nur wenn das Wasser ruhig ist, sehe ich mich ...
- wenn zwei vor dem Monitor mitfeiern: sehe ich das Spiegelbild des anderen?
- Dieser Wellengang ist unser Alltag, der uns nicht zur Ruhe kommen lässt
- Kurze Wortmeldungen der Mitfeiernden, was in ihrem Leben Wellen schlägt, nicht zur Ruhe kommen lässt.

### Tagesgebet

Gott des Lebens!

Am Beginn der Fastenzeit hast du uns zusammengerufen.

Du kennst unsere Situationen:

alles, was auf uns einströmt, was uns gefangenhält,  
aber auch unsere Hoffnungen.

Danke, dass wir bei dir Erleichterung suchen können!

Lass uns die diesjährige Fastenzeit als eine Zeit erleben,  
die uns noch näher verbindet mit dir und den Menschen.

A: Amen.

### Lesung

Der\*die Lektor\*in trägt nun die Lesung vor:

Lesung aus dem Evangelium nach Matthäus

*Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid! Ich will euch erquicken. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir; denn ich bin gütig und von Herzen demütig; und ihr werdet Ruhe finden für eure Seele. Denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.*

Frohe Botschaft unseres Herrn, Jesus Christus.

A: Lob sei dir, Christus.

### Austausch

GL leitet nun einen Whiteboard-Austausch an:

- Was könnte die Feiernden in der Fastenzeit zur Ruhe bringen?
- Was tut mir gut, um mich selber besser sehen zu können?
- Was tut gut, um meine Mitmenschen besser sehen zu können?

- Was tut gut, um Gott besser sehen zu können?

Zeit zur Betrachtung, eventuell mit Musik:

- Was sind für gute Tipps von anderen mit dabei?

## Lesung

Der\*die Lektor\*in trägt nochmals die Lesung vor:

*Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid! Ich will euch erquicken. Nehmt mein Joch auf euch und lernt von mir; denn ich bin gütig und von Herzen demütig; und ihr werdet Ruhe finden für eure Seele. Denn mein Joch ist sanft und meine Last ist leicht.*

## Taufgedächtnisfeier

GL leitet mit folgenden Worten die Taufgedächtnisfeier ein:

Wie wir zu Beginn gesehen haben: Wasser kommt von selbst zur Ruhe. Wasser strahlt Ruhe aus, erfrischt uns, reinigt uns. Wir kennen das: Hände waschen, Duschen, einen Schluck Wasser trinken...

Gott möchte, dass unsere Seele zur Ruhe kommt und erfrischt ist. Deshalb wurden wir alle mit Wasser getauft als Zeichen dafür.

*Gebet über das Wasser*

Gott!

Du schenkst der Erde und uns Menschen das Wasser, damit Leben entstehen kann.

Wasser löscht den Durst, reinigt und erfrischt.

Als die Israeliten aus der Unterdrückung Ägyptens flohen, hat das Wasser des Schilfmeeres sie in die Freiheit geführt.

Als wir getauft wurden, war dies deine Zusage:

„Du bist mein geliebtes Kind, bei mir findet deine Seele Ruhe“.

Wir bitten dich:

Wenn wir uns nun mit dem Wasser bekreuzigen,

erinnere uns das an unsere Taufe

und die frohe Botschaft, die uns dein Sohn,

unser Bruder Jesus verkündet hat.

Darum bitten wir durch ihn, Christus, unseren Herrn. Amen.

A: Amen.

*Kreuzzeichen*

GL lädt nun die Mitfeiernden ein, sich selbst, oder gegenseitig mit dem Wasser zu bekreuzigen:

Taucht nun mit eurer Hand in das Wasser vor euch. Spürt die Frische. Macht ein Kreuzzeichen als Erinnerung an eure Taufe. Wenn ihr zu zweit seid, macht es gegenseitig.

## Musik

## Fürbitten

Gott!

Nicht allen Menschen geht es in diesen Tagen gut. Wir denken an sie und bitten für sie.

Es werden Fürbitten formuliert

## Vater unser

Vater unser.

## Segen

GL bittet nun für die Mitfeiernden um Gottes Segen:

Gotteschenke euch Segen, damit die kommenden Tage eine Zeit der Begegnung werden mit dir selbst, mit deinen Mitmenschen und mit Gott.

Im Namen des Vaters.

A: Amen.

Mag. Phillip Tengg  
Fachreferent Jugendliturgie  
[Phillip.Tengg@dibk.at](mailto:Phillip.Tengg@dibk.at)

Silke Rymkuß  
Fachreferentin Jugendseelsorge  
[Silke.Rymkuss@dibk.at](mailto:Silke.Rymkuss@dibk.at)



jugend.dibk.at  
facebook.com/kjinnsbruck  
instagram.com/kjinnsbruck  
youtube.com/user/kjinnsbruck