

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Bausteine für einen Gottesdienst zum 5. Fastensonntag

Auf die Würde. Fertig. Los!

von Andreas Paul, Misereor

Predigt von Dr. Andreas Frick, Misereor-Hauptgeschäftsführer

- Die Bausteine orientieren sich am Leitwort der Misereor-Fastenaktion und an den Schriftlesungen vom 5. Fastensonntag, Lesejahr C.
- Die Predigt gibt die Möglichkeit des Bezugs zum Hungertuch. Falls dieses im Gottesdienstraum nicht gut sichtbar hängt, kann das Bildblatt zum Hungertuch ausgeteilt werden (bestellbar unter www.misereor-medien.de).
- Im Gottesdienstraum hängt das Plakat der Misereor-Fastenaktion 2025.
- Binden Sie die politische Aktion zur Fastenaktion in den Gottesdienst ein oder laden Sie am Ende zur Teilnahme ein. Informationen dazu auf www.fastenaktion.misereor.de/politischeaktion.
- Laden Sie ein zur Solidarität mit Menschen in Sri Lanka und weltweit. Dazu finden Sie eine Kollektenankündigung im Ablauf und zum Download auf unserer Webseite www.fastenaktion.misereor.de/liturgie.
- Am vierten Fastensonntag wurden ...
 - der Aufruf der deutschen Bischöfe zur Misereor-Fastenaktion 2025 verlesen,
 - Spendentüten ausgelegt oder am Ausgang verteilt,
 - auf die Möglichkeit zur Online-Spende unter www.fastenaktion.misereor.de und die Überweisung der Spende mittels des Überweisungsformulars an der Spendentüte verwiesen,
 - die Kollektenankündigung verlesen.

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Baustein Lieder

Liedvorschläge finden Sie auf fastenaktion.misereor.de/liturgie in einem separaten Dokument.

Baustein Schrifttexte

L1:	Jes 43,16–21
Antwortpsalm:	Ps 126,1–2b.2c–3.4–5.6
L2:	Phil 3,8–14
Ev:	Joh 8,1–11

L = Leiter*in
S = Sprecher*in
A = Alle

Baustein Begrüßung

L Wenn ich den Gottesdienst beginne, dann lasse ich erstmal den Blick schweifen: Wahrnehmen, wer da ist. Nicht als Kontrolle, sondern um in Kontakt zu treten mit Ihnen. Wir versammeln uns ja als Gemeinschaft.

Ich lade Sie ein, heute Morgen (Abend) auch einmal ganz bewusst wahrzunehmen, wer mit Ihnen da ist. Schauen Sie nach links und rechts, drehen Sie sich um. *(Kurze Stille)* Wen kennen Sie, wer ist Ihnen sogar vertraut? Mit wem hier im Raum haben Sie schon oft gesprochen, mit wem vielleicht noch kein Wort? *(Kurze Stille)*

Wenden Sie sich nun einer Person in Ihrer Nähe zu, nach Möglichkeit nicht aus Ihrem Familien-/Bekanntenkreis und begrüßen Sie einander, indem Sie sich mit Ihrem Namen vorstellen und zueinander sagen: Schön, dass Du da bist – schön, dass Sie da sind!

Zeit lassen

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Einander wahrnehmen, aufmerksam sein, in Kontakt treten und zu einer Gemeinschaft werden – das sind wesentliche erste Schritte, die der Misereor-Partner Caritas Sri Lanka - SEDEC mit den Menschen im Hochland von Sri Lanka geht. Die dort lebenden Hochlandtamil*innen sind Nachfahren von Teepflücker*innen, die unter der Kolonialherrschaft der Briten vor fast 200 Jahren aus Südindien ins Land geholt wurden.

Bis heute leiden Sie unter Diskriminierung, der Zugang zu Bürgerrechten wird ihnen erschwert, ihre Menschenwürde missachtet. Sich als Gemeinschaft wahrzunehmen, Lebensgeschichten miteinander zu teilen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen, das ermöglicht Veränderung, schafft Selbstvertrauen und Mut.

Mit ihnen wollen wir uns in diesem Gottesdienst verbinden, unsere Gemeinschaft hier vor Ort weiten, ein Zeichen der Solidarität setzen. Unsere Gemeinschaft endet nicht an der Kirchentür. Für uns Christinnen und Christen ist jeder Mensch unser Nächster, unsere Nächste. Weil uns in ihm und ihr Jesus selbst begegnet. Ihn begrüßen wir:



FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Baustein Kyrie

S Jesus Christus, du ermutigst uns, genau hinzuschauen, hinzuhören, jeden Menschen mit seiner eigenen Lebensgeschichte wahrzunehmen.

A Herr, erbarme dich.

S Du bahnst uns jeden Tag neue Wege in die Zukunft.

A Christus, erbarme dich.

S Du führst uns zusammen zu einer weltweiten Gemeinschaft.

A Herr, erbarme dich.



FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Baustein Gebet zu Beginn

- L** Gott,
du hast uns so gewollt, wie wir sind.
Auf jedem Menschen ruht dein liebender Blick,
alle Menschen sind dein Abbild.
Mit dir dürfen wir uns ausstrecken nach dem, was vor uns ist. *(Phil 3,13)*
Du führst uns zusammen,
formst uns zu einer Gemeinschaft
im Hören auf dein Wort,
im Brechen des Brotes.
Schenke uns offene Ohren und ein offenes Herz –
für deine Botschaft und füreinander.
Darum bitten wir durch Christus, unseren Bruder und Herrn.
- A** Amen.

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Baustein Predigt (Dr. Andreas Frick, Misereor-Hauptgeschäftsführer)

L Liebe Schwestern und Brüder, liebe Gemeinde,
ganz ehrlich: Mit unserer Lebenserfahrung wissen wir, dass manches nicht so ist, wie es aussieht. Nicht so, wie es auf den ersten Blick aussieht und nicht so, wie wir lange gemeint haben, dass es „wirklich“ sei.

Die biblischen Texte, die wir an diesem Sonntag hören und lesen, schauen alle nach vorne, in die Zukunft.

Dabei gab es Sturmflut und Trockenheit, also zu viel Wasser und gefühlt zu wenig, Müll und andererseits sehr viel Schönes auf dem Weg.

Paulus sagt das jedenfalls über sich selbst, und das sagt das Alte Testament über das Volk Gottes.

Und es begegnen uns ausgerechnet im heutigen Evangelium Menschen in bitterer, anstrengender Gegenwart. Wir erleben auch im Alltag Menschen aus einer vergifteten Vergangenheit: Sünder klagen voller Wut andere Sünder an, um Schuld zu rächen (und manchmal können wir solche Tendenzen auch in uns selbst finden ...).

Ist die Anklage anderer möglicherweise eine Ersatz- oder „Schutzform“, um abzulenken, von eigener Schuld, von eigener Ohnmacht und Hilflosigkeit?

Seinen Weg gemäß der Gerechtigkeit Gottes auszurichten, meint in guten, heilstiftenden Beziehungen zu leben, ungerechte und todbringende Strukturen zu überwinden, sodass Auferstehung möglich wird. Solche „Auferstehungen“ erleben auch Menschen in Sri Lanka, die es mit Unterstützung von dem Misereor-Projektpartner SEDEC geschafft haben, aus ihren schwierigen Lebenssituationen herauszukommen. Sie setzen sich unermüdlich dafür ein, Menschenrechte einzufordern und dadurch den Zusammenhalt in der Gesellschaft zu festigen. Auf der Basis einer Vergangenheit, mit dem Einsatz für die Gegenwart und dem klugen Blick in die Zukunft. Es gibt tatsächlich für uns alle einen klugen Blick in die Vergangenheit

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

und wir werden Ostern einen feierlichen Rückblick halten, und zwar mit dem ganzen Volk des Ersten Bundes und mit der ganzen Kirche, zu der die großen Heiligen und die vielen gläubigen „einfachen Leute“ gehören.

Aus einer guten Rundumsicht, also auch in die Vergangenheit, begreifen wir Gegenwart, können und sollen wir selbst Verantwortung für die Zukunft übernehmen. Und gegebenenfalls gehen wir dann bewusster auf „die Taten Gottes zu.“

Fest steht, dass diese Zeit Menschen braucht, die Verantwortung übernehmen wollen, in der Gegenwart und für die Zukunft.

Der Blick auf die größere Wirklichkeit ist nicht immer schön.

Das spüren wir in der Beschäftigung mit den Themen unserer Fastenaktion, mit den Lebenswelten unserer Partner, mit dem Ringen um ein Leben in Würde in Sri Lanka und weltweit.

Und das spüren wir bei einem meditativen, offenen Blick auf das aktuelle Misereor-Hungertuch.

... Denn obwohl es wirklich farbenfroh ist, geradezu sommerlich wie ein schöner Urlaubsstrand, zeigt es in Wirklichkeit auch etwas ganz anderes.

Die Kinder der verschiedenen Kontinente haben nicht genug

Platz, nicht genug Schutz, das Meer ist im Moment ruhig, aber ein Wirbelsturm ist in bedrohlicher Nähe. Wovon leben alle diese Kinder eigentlich? Lebensmittelpakete aus einem Rettungshubschrauber reichen nicht ein Leben lang.



FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Und wer den Mut hat, in die Zukunft zu schauen, wer dazu Hoffnung schöpfen will, kann sich zusätzlich auch entscheiden, sich „heilsam erschrecken“ zu lassen: In aller Bedrohung kann und soll Leben gelingen. Für alle!

Unter günstigen Bedingungen beginnt das von innen. Mit anderen zusammen. Mit der Hilfe Gottes.

Die Worte Jesu sind denkwürdig: „Wer von euch ohne Schuld ist, der werfe den ersten Stein.“ Das zweite ist noch bedeutsamer, weil es auch für uns und alle Raum in die Zukunft schafft: „Auch ich verurteile dich nicht!“ Weil wir von Jesus Christus nicht verurteilt sind, lernen wir, offen, angstfrei und mutig Zusammenhänge und Möglichkeiten, auch unsere Mitverantwortung, neu zu sehen. Auf dieser Grundlage übernehmen wir bewusster Verantwortung, planen und handeln neu und entschlossen.

Paulus hat das tief verinnerlicht: „Ich vergesse, was hinter mir liegt, und strecke mich nach dem aus, was vor mir ist.“

Kann dieser Schwung realistisch gelingen und anhalten? In Zeiten extremer Dürre für viele, in der es aber auch in denselben oder benachbarten Regionen heftige Überflutung geben kann, von denen wir erfahren? Wird es gelingen, dass überall genug gesundes Wasser ist, dass Überflutungen eingedämmt werden, auch durch kluge, langfristig und systemisch greifende Vorkehrungen in Bergwelt, Städtebau und Landwirtschaft?

Unser Fasten-/Hungertuch scheint auf den ersten Blick eine Idylle. In Wahrheit zeigt es unerfüllte Aufgaben, unerledigte Aufgaben, die nur gemeinsam gelöst werden können. Wollen wir auf das Wort Jesu hin in die Zukunft schauen, um Kraft und Motivation zu sammeln, aus der Gegenwart mit ihm und auf sein Wort heraus ab jetzt gemeinsam Zukunft zu gestalten? Neues kommt zum Vorschein, Neues kann wirklich Kraft gewinnen.

FASTEN²⁰²⁵AKTION AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Im Rahmen dieser Fastenaktion laden wir Sie und uns alle ein, die bedingungslose Relevanz der Würde als unumstößliches Element in unserem alltäglichen Zusammenleben neu zu erkennen, bewusst zu reflektieren, dankend wertzuschätzen, sich überzeugt dafür einzusetzen. In unseren eigenen Reihen, mit unseren Partnern in Sri Lanka und weltweit.

Das geht in der Nachfolge Christi nur: Gemeinsam, global und gerecht.

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Baustein Fürbitten

Weitere Fürbitten – in leichter Sprache und auch für Kinder – finden Sie auf fastenaktion.misereor.de/liturgie in den Bausteinen „Gottesdienst in Leichter Sprache“ und im „Gottesdienst zur Kinderfastenaktion“.

L In Jesus kommt Gott mit uns auf Augenhöhe, lässt uns seine aufrichtende Nähe erfahren. In diesem Vertrauen bringen wir vor ihn, was die Menschen in Sri Lanka und uns bewegt:

S1 J. Devi¹ arbeitet mit Hochlandtamil*innen in der Diözese Badulla.
Ihre Erfahrung: „Es beginnt erst einmal mit Zuhören.“
Beten wir für Menschen, die anderen Aufmerksamkeit und Zuwendung schenken.
Denken wir an jene, deren Schreie ungehört verhallen.
Stille
Aufrichtender Gott.



A Wir bitten dich, erhöre uns.

S2 J. John Anton arbeitet ebenfalls in der Diözese Badulla: Wie er seine Arbeit empfindet, beschreibt er so: „Wenn wir gemeinsam nach Lösungen suchen, dann macht mich das glücklich.“
Beten wir für alle, die nicht müde werden, nach Lösungen zu suchen für die vielfältigen Herausforderungen unserer Zeit.
Denken wir an jene, die resigniert aufgeben.
Stille
Aufrichtender Gott.

A Wir bitten dich, erhöre uns.

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

S3 S. Sindamani wohnt im Demmeria Estate. Sie hat durch das Projekt Weben gelernt und sich damit eine Einkommensquelle erschlossen. Sie resümiert:

„Die Teilnahme an diesem Projekt bedeutet, dass wir viele Tage haben, an denen wir lächeln.“

Beten wir für Menschen, die für andere zu Bot*innen der Freude und Zuversicht werden.

Denken wir an jene, die auf ein Hoffnungszeichen warten.

Stille

Aufrichtender Gott.

A Wir bitten dich, erhöre uns.



S4 In der Diözese Kandy arbeitet S. Nicholas für SEDEC. Seine Überzeugung: „Würde bedeutet, andere zu respektieren und zu verstehen.“

Beten wir für alle, die sich für den Schutz der Menschenwürde und die Einhaltung der Menschenrechte engagieren.

Denken wir an jene, denen Grundrechte verwehrt und deren Würde missachtet wird.

Stille

Aufrichtender Gott.

A Wir bitten dich, erhöre uns.

L Gott, deine Liebe zeigt sich im Helfen und Heilen. Lass alle, für die wir vor dir eintreten, deine Zuwendung erfahren. Gib uns die Kraft, dir immer ähnlicher zu werden. Dein Sohn ist uns dazu Vorbild. Bestärkt von seiner Botschaft und ermutigt von deiner Geistkraft dürfen wir aufrecht durchs Leben gehen – heute und an allen Tagen. Amen.

A Amen.

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Baustein Kollekte

S „Auf die Würde. Fertig. Los!“ – Das Leitwort der Misereor-Fastenaktion erinnert an den Start eines Laufes. Wie im Sport braucht es auch beim Eintreten für Menschenrechte und Menschenwürde den langen Atem, die Ausdauer. Misereor und seine Partnerorganisationen haben diesen langen Atem im Einsatz für globale Gerechtigkeit.

Ihre Spende ist ein sichtbares Zeichen gelebter Solidarität, ein wichtiger Baustein, damit Misereor-Partner wie SEDEC in Sri Lanka und weltweit nicht außer Puste kommen. Herzlichen Dank, vergelt's Gott.

Baustein Meditation

Eine Meditation zum Leitwort und Gebete aus Sri Lanka finden Sie auf fastenaktion.misereor.de/liturgie in separaten Dokumenten.

Baustein Gebet zum Schluss

L Siehe, nun mache ich etwas Neues.
Schon sprießt es, merkt ihr es nicht? *(Jes 43,19)*
So sagst du, Gott, durch den Propheten Jesaja.
Lass uns achtsam in diese neue Woche gehen.
Achtsam für das, was um uns geschieht,
achtsam für die Menschen, denen wir begegnen.
Du gehst mit,
begleitest uns mit deiner Geistkraft.
Dafür danken wir dir und loben dich durch Christus, unseren Bruder und Herrn.

A Amen.

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Baustein Segensgebet

L Schön, dass du da bist
sagt Gott.
Schön, dass es dich gibt!

Du bist einzigartig
Du bist gewollt
Du bist mein Kind.

Geh
hinaus in deinen Alltag
in die Welt.

Zeig den Menschen
durch dein Denken, Reden und Tun
mein Gesicht.

Sei gewiss:
Ich atme in dir
Ich stärke dich durch meinen Segen:

Geh als Gesegnete*r
Sei ein Segen.
Werde zum Segen.

A Amen.

FASTEN²⁰²⁵AKTION

AUF DIE WÜRDE. FERTIG.LOS!

Das Projekt der diesjährigen Fastenaktion in Sri Lanka steht beispielhaft für die vielen Misereor-Projekte.

Bitte unterstützen Sie mit Ihren Spenden zur Fastenaktion diese Arbeit von Misereor in Afrika, Asien und Lateinamerika.

IBAN DE75 3706 0193 0000 1010 10

Kennwort Fastenaktion 507874

BIC GENODED1PAX

Herausgeber

Bischöfliches Hilfswerk Misereor e.V. ■ Mozartstr. 9 · 52064 Aachen ■ T: 0241/442 445 ■ F: 0241/442 188 ■ E: fastenaktion@misereor.de

Fotonachweis

Kathrin Harms/ Misereor

Das Misereor-Hungertuch 2025 ‚Liebe sei Tat‘ von Konstanze Trommer (c) Misereor

Redaktion

Andreas Paul – Misereor Aachen

ⁱ In Sri Lanka sind Nachnamen ungebräuchlich. I.d.R. wird dem Vornamen der Vorname des Vaters vorangestellt. Diese Praxis übernehmen wir in unseren Liturgischen Bausteinen und kürzen den Vornamen des Vaters ab.