

Jesus stärkt mich

»Während des Mahls nahm Jesus das Brot und sprach den Lobpreis; dann brach er das Brot, reichte es den Jüngern und sagte: Nehmt und esst; das ist mein Leib.« (MT 26,26)

Ausgehend von den Hobbys, die die Kinder haben, kommen wir heute darüber ins Gespräch, dass viele Menschen ihre Muskeln trainieren, um stärker bzw. besser zu werden. Sie wollen mehr Kraft, mehr Ausdauer oder mehr Geschicklichkeit. Dazu passen sie auch ihre Ernährung an. Wir merken: Essen gibt uns Kraft zum Sport – vom Essen allein können wir nicht gut Fußball spielen, reiten, klettern, schwimmen... Damit man bei einem Hobby immer besser wird, braucht es auch Übung und Training.

Dieses Bild legen wir um auf die Eucharistie. Wenn Jesus in der Hl. Kommunion zu uns kommt, dann gibt uns das auch Kraft. Jesus stärkt uns – aber auf andere Weise. Bei Jesus geht es nicht darum, dass unsere Muskeln möglichst stark oder unsere Beine möglichst schnell werden. Wir sollen »groß« werden im Dienen, im Frieden halten, im Lieben! Dazu schenkt uns Jesus in Gestalt des Brotes seine Friedenskraft und Herzensstärke.

Diese Kraft von Jesus hat viele Namen – je nachdem, was wir gerade besonders brauchen. Es ist Jesu »Mutmach-Kraft«, seine »Versöhnungskraft«, seine »Lichtbringer-Kraft«. Jesus unterstützt uns mit seiner Kraft. Das ersetzt aber nicht unser Bemühen. Wie beim Sport so braucht auch das Friedenhalten, das Verzeihen, das Lichtbringen Übung und Training.

Vor diesem Hintergrund üben wir heute den Kommunionempfang. Unsere Hände sind dabei offen und leer. Mit unseren Händen bitten wir: »Jesus, komm und sei mein Herr! Schenk mir deine Friedenskraft und deine Liebeskraft!«

Ablauf:

1. Wir erzählen von unseren Hobbys
2. Bei Jesus geht es ums Großsein im Dienen
3. Wir betrachten Kelch und Hostienschale
4. So offen wie diese Gefäße wollen auch wir für Jesus sein
5. Lied: Meine Hände, sie sind offen
6. Wir üben den Kommunionempfang
7. Nach der Kommunion: Zeit zum persönlichen Gebet

1. Wir erzählen von unseren Hobbys

- + Was sind eure Hobbys? Fußballspielen, reiten, zeichnen, Trompete spielen...
- + Hobbys machen Spaß! Damit wir bei unseren Hobbys immer stärker, schneller, besser werden, üben wir. Üben macht nicht immer Freude, aber wir machen es, weil wir dadurch besser werden. Wir spielen also immer wieder Fußball, wir reiten jede Woche, wir verbessern uns beim Zeichnen, üben ein Musikinstrument.
- + Das ist schön! Wie ist das, wenn man viel übt und sich anstrengt? Da geht uns irgendwann die Kraft aus und wir sind erschöpft.
- + Dann brauchen wir etwas zu trinken und etwas zu essen – und dann machen wir gerne wieder weiter!
- + Nur vom Essen werden wir bei unserem Hobby aber nicht besser. Wir brauchen auch Übung oder Training, wenn wir darin besser werden wollen!

2. Bei Jesus geht es ums Großsein im Dienen

- + Jesus freut sich, wenn unsere Hobbys uns Spaß machen. Letztlich geht es Jesus aber nicht darum, ob wir gut werden im Fußballspielen, im Reiten, Zeichnen oder mit der Trompete!
- + Bei Jesus geht es ums Großsein im Dienen. Jesus wünscht sich, dass wir »groß und stark« werden beim Lichtbringen!
- + Wenn wir uns im Dienen, im Lichtbringen üben, dann braucht das auch Kraft.
- + Wir brauchen Kraft zum Freundlichsein, auch denen gegenüber, die uns nicht so sympathisch sind. Wir brauchen Kraft, um hilfsbereit zu sein, auch wenn wir gerade keine Lust haben. Wir brauchen Kraft zum Zuhören, zum Geduldigsein usw.
- + Das weiß Jesus – und er schenkt uns diese Kraft, wenn wir Hl. Messe feiern. Er schenkt uns im Zeichen von Brot (und Wein) seine Friedenskraft und seine Herzensstärke.

3. Wir betrachten Kelch und Hostienschale

- MATERIAL:** Kelch und Hostienschale – oder Bilder davon. Du kannst auch die Zeichnung im Kinderheft auf Seite 39 verwenden
- + Das sind die wertvollen Gefäße, die wir bei der Hl. Messe verwenden. Schau sie genau an!
 - + Wenn sie sprechen könnten, was würden der Kelch und die Hostienschale dann sagen?
 - Ich bin offen. Ich bin bereit, das Brot / den Wein zu tragen.
 - Ich bin aus Gold. Gold erinnert an einen König.
 - Ich bin kostbar.
 - In mich darf nur Kostbares, ganz Wertvolles gelegt werden.
 - Ich warte auf die Hl. Messe.
 - In mir werden Brot und Wein zum Altar getragen, zum großen Tisch in der Kirche.
 - Ich werde den Leib Christi tragen. Ich werde das Blut Christi tragen.

4. So offen wie diese Gefäße wollen auch wir für Jesus sein

- + Wir ballen die Hände zu Fäusten. So sind unsere Hände verschlossen und hart. Sie können zuschlagen, aber sie können nichts angreifen, nichts tragen, nichts empfangen.
- + Wenn wir zur Kommunion kommen, sind unsere Hände offen. Die linke Hand ist oben, die rechte Hand unten.
- + So wie der Kelch und die Hostienschale sind unsere Hände bereit, etwas Kostbares zu tragen. (Falls bei euch die Mundkommunion ist, formuliert diese Gedanken so um, dass unser Herz offen ist für Jesus und bereit, ihn zu tragen.)
- + Unsere offenen Hände sind Zeichen für unser Herz, das ganz offen für Jesus ist.
- + Indem wir unsere Hände so halten, sagen wir: »Meine Hände, sie sind offen, meine Hände, sie sind leer. Meine Hände wollen sagen: Jesus, komm und sei mein Herr!« (Refrain des Liedes auf Seite 43).

5. Lied: Meine Hände, sie sind offen

→ KINDERHEFT S. 27

- + Lernt zuerst den Refrain.
- + Schaut euch danach die Strophen genauer an und denkt über den Text nach. Wir bekommen in diesem Brot, das Jesus selbst ist, seine Friedenskraft und Herzensstärke geschenkt.

6. Wir üben den Kommunionempfang

MATERIAL: Hostien (natürlich nicht konsekriert) oder Oblaten

- + Damit die Kinder bei der Erstkommunion sicher sind, was sie tun sollen, übt ihr das jetzt so, wie das in eurer Pfarre üblich ist.
- + Der Priester oder der/die Kommunionhelfer/in zeigt dir die Hostie und sagt dazu »Der Leib Christi.« Du antwortest mit »Amen.« Amen bedeutet »So sei es! Ja, ich glaube, dass Jesus jetzt zu mir kommt!« Die Hände sind wie eine Schale geformt. Du wartest, bis der Leib Christi in deine Hand gelegt wird. Du greifst nicht selbst danach. Dann steckst du die Kommunion in den Mund und gehst zurück auf deinen Platz.
- + Achtet darauf, dass den Kindern der Unterschied klar ist zwischen »Brot« und »Leib Christi«, z. B. indem ihr in der Sakristei übt und die Hostien aus dem Gefäß nehmt, in dem sie dort aufbewahrt werden. Was wir jetzt kosten, ist noch gewöhnliches Brot. Den Unterschied können wir nicht schmecken, den können wir nur mit dem Herzen spüren. In der Messe danken und loben wir Gott und bitten ihn, dass er dieses Brot zum Leib Christi wandelt. Erst dann steckt Jesu Friedenskraft und seine Herzensstärke drin!

7. Nach der Kommunion: Zeit zum persönlichen Gebet – Bitten und Danken

- + Jesus kommt in der Kommunion zu uns. Wir können jetzt auf ganz besondere Weise ins Gespräch mit ihm kommen.
- + Wisst ihr noch, was Bartimäus gemacht hat, als er Jesus begegnet ist?
 - Er hat zu Jesus gerufen und ihn gebeten, dass er ihn sehend macht.
 - Er hat Gott Danke gesagt.
- + Ihr könnt diese beiden Gedanken mit Gesten verbinden: Zuerst sind die Hände offen und leer. Wir rufen zu Jesus und bitten ihn.
- + Jesus kommt zu uns: Wir zeigen das, indem wir die Hände aufs Herz legen. Wir danken ihm dafür und für alles, was er uns schenkt.

**Jesus, ich freu mich schon so auf die Erstkommunion.
Das wird ein Fest!
Du kommst ganz nahe zu mir.
Jesus, hilf mir, dieses Geheimnis mit dem Herzen zu verstehen.
Lass uns immer bessere Freunde werden, mein ganzes Leben lang.
Amen.**