

## Einundzwanzigster Wochenimpuls: Freude - Vorfreude - Vorbereitung

Die Zahl 40 hat sowohl im Alten Testament als auch im Neuen Testament eine besondere Bedeutung:

- 40 Tage blieb Moses auf dem Berg Sinai, bis er von Gott die Zehn Gebote erhielt. (Ex 24,18)
- 40 Tage und Nächte dauerte der Regen der Sintflut an (Gen 7,12) und genauso lang wartete Noah, nachdem die Berge wieder sichtbar waren, bis er ein Fenster seiner Arche öffnete und einen Raben fliegen ließ (Gen 8,7).
- Nach dem Auszug aus Ägypten wanderte das Volk Israel 40 Jahre durch die Wüste. (Ex 16,35)
- 40 Tage und 40 Nächste wanderte der Prophet Elija zum Gottesberg Horeb, wo Gott zu ihm sprach. (1 Kön 19,8)
- 40 Tage verbrachte Jesus betend und fastend in der Wüste, um sich auf seine Sendung vorzubereiten.

Auch die Fastenzeit von Aschermittwoch bis Ostern dauert 40 Tage. Wenn du jedoch alle Tage zusammenzählst, wirst du insgesamt 46 Tage zählen. Wie ist das möglich? Bei dieser Rechnung gibt es einen kleinen Trick: ja, eigentlich sind es 46 Tage, aber die 6 Sonntage zählen nicht zur Fastenzeit, da der Sonntag als Erinnerung an die Auferstehung Jesu ein Tag der Freude sein soll.

Du weißt nun: die Fastenzeit hat insgesamt 6 Sonntage. Dabei hat der 4. Fastensonntag (in diesem Jahr fällt er auf den 27. März) eine besondere Bedeutung. Er wird auch „Rosensonntag“ (nach der Goldenen Rose, einer päpstlichen Auszeichnung für Persönlichkeiten und Organisationen) oder „Brotsonntag“ (in Erinnerung an das Evangelium der wundersamen Brotvermehrung) genannt.

Freut euch mit Jerusalem und  
jauchzt in ihr alle, die ihr sie liebt!  
Jubelt mit ihr, alle, die ihr um sie  
trauert, auf dass ihr trinkt und satt  
werdet an der Brust ihrer Tröstun-  
gen, auf das ihr schlürft und euch  
labt an der Brust ihrer Herrlichkeit.  
(Jes 66,10-11)

Die Mitte der Fastenzeit ist erreicht und der Fastensonntag hat einen fröhlichen und tröstlichen Charakter. „Laetare“ wird der Sonntag auch genannt. Das kommt aus dem Lateinischen und heißt „freut euch“. Auch in der liturgischen Farbe erkennt man es. An diesem Tag wird an Stelle von Violett das rosa Messgewand getragen. Das Osterfest rückt näher und in der Farbe Rosa zeigt sich schon ein wenig das Weiß des Osterfestes.



Nicht nur das Osterfest rückt immer näher, auch die Feier deiner ersten heiligen Kommunion.

Voll Vorfreude blickst du deshalb mit deiner Familie diesem Ereignis entgegen.

Es ist ein besonderer Tag für die ganze Familie. Damit er für alle unvergessen bleibt, gibt es Einiges im Vorfeld vorzubereiten und zu planen – bewusst und vor allem gemeinsam!



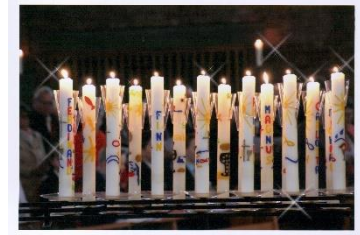
Nehmt dabei eure eigene Familiensituation in den Blick, denn jedes Fest ist einzigartig, so wie jede Familie einzigartig ist und anders feiert: ob in einem Lokal, in einem Pfarrheim oder auch Zuhause.



- Zuerst erhältst du für die Gestaltung deiner Kommunionkerze noch einmal einen Überblick über alle Symbole und ihre Bedeutungen.
- Der Tag deiner Erstkommunion wird ein aufregender Tag mit vielen Erlebnissen. Für diesen haben wir dir hier ein paar Tipps zusammengestellt.
- Zum Schluss findest du neben dem Lieblingslied vieler Kommunionkinder „Gloria, Ehre sei Gott“ noch ein Faltblatt für den Messablauf. Das kleine Heftchen kannst du gut in jede Messe nach deiner Erstkommunion als Gedankenstütze mitnehmen.

## Kommunionkerze

Über die Bedeutung des Lichts hast du die gesamte Vorbereitungszeit bereits immer wieder etwas erfahren. Nun bastelst du dir, vielleicht mit deinen Eltern zusammen, die eigene Kerze zur Kommunion. Im Video wirst du schon Vieles dazu erfahren haben. Hier bekommst du noch einmal alle Symbole und ihre Bedeutung im Überblick. So kannst du dir eine individuelle und einzigartige Kommunionkerze gestalten.



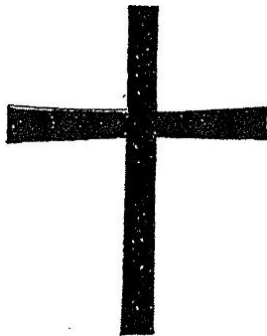
## Datum

Das Datum auf deiner Kerze kann dich immer an den Tag deiner Erstkommunion erinnern.

## Name

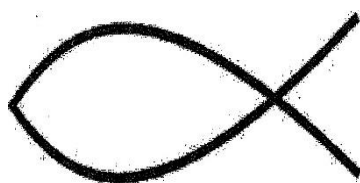
Deine Eltern haben dir bei deiner Geburt einen Namen gegeben. Auf diesen Namen bist du auch getauft worden. „Ich, dein Gott, vergesse dich nicht. Du bist unauslöslich in meine Hände eingezeichnet.“ (nach Jesaja 49,15-16)  
Für Gott bist du etwas ganz Besonderes. Er will dein ganzes Leben an deiner Seite sein.

## Kreuz



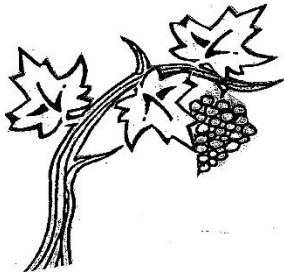
Das Kreuz ist ein ganz wichtiges Symbol von uns Christen. Es erinnert uns daran, dass Jesus Christus durch sein Sterben am Kreuz und seine Auferstehung das Böse und den Tod besiegt hat. Es ist das Symbol der Erlösung und der Hoffnung auf die Auferstehung.

## Fisch



Das Symbol des Fisches ist eines der ältesten Symbole für Jesus Christus und der Gemeinschaft mit ihm. Während der Zeit der Christenverfolgung war der Fisch ein geheimes Erkennungszeichen der ersten Christen. Denn in der griechischen Sprache heißt Fisch: ICHTHYS

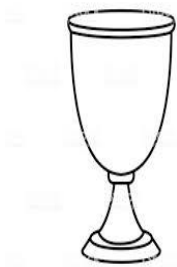
## Weinstock/ Weintrauben



Jesus sagt selbst: „Ich bin der Weinstock und ihr seid die Reben.“ (Joh 15,5).

So steht er für unsere Verbundenheit mit Jesus. Wer mit Jesus verbunden bleibt, wird reiche Frucht bringen  
Aus den Trauben wird der Wein gepresst, den Jesus beim letzten Abendmahl mit seinen Jüngern trank.

## Kelch



Der Kelch ist ein altes Zeichen des Leidens. Jesus rief: "Mein Vater, ist's möglich, so gehe dieser Kelch an mir vorüber; doch nicht wie ich will, sondern wie du willst!" (Matthäus 26,39)

Doch Gott ließ den Kelch nicht an seinem Sohn vorüber gehen. Denn "So sehr hat Gott die Welt geliebt, dass er seinen eingeborenen Sohn gab. (Johannes 3,16). So wurde der Kelch im Christentum zum Symbol der Opferbereitschaft Gottes, also zum Zeichen der Liebe Gottes zu den Menschen.

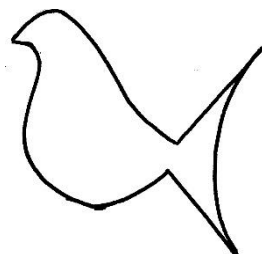
## Ähre



Aus einem kleinen Korn wächst eine Ähre heran, die wiederum 36 Körner trägt. Sie werden zu Mehl gemahlen, aus dem man Brot bäckt.

Jesus selbst wird beim Abendmahl zum Brot des Lebens für uns. Am Tag Eurer Kommunion dürft ihr ihn das erste Mal empfangen den Leib Christi.

## Taube



Die Taube ist das Symbol für den Heiligen Geist. Als Jesus von Johannes im Jordan getauft wurde, sah er, dass der Himmel sich öffnete und der Geist wie eine Taube auf ihn herabkam. (Mk 1,10)

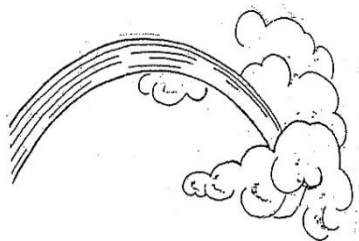
Und die Taube ist das Symbol des Friedens. Als sie mit einem grünen Ölzweig zurückkehrte wusste Noah, Gott hatte Frieden geschlossen.

## Wasser



Menschen, Tiere und Pflanzen brauchen Wasser zum Überleben. Darum gilt Wasser als Symbol für das Leben. Das Wasser der Taufe ist das Zeichen dafür, dass wir mit Gott leben wollen. Wenn wir eine Kirche betreten, machen wir mit dem Weihwasser ein Kreuzzeichen. Das erinnert uns an unsere Taufe und bedeutet, dass wir Freunde Jesu und Kinder Gottes sind.

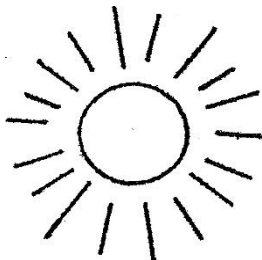
## Regenbogen



Nach der Sintflut schließt Gott mit Noah einen Bund und verspricht, nie mehr solch eine Sintflut auf die Erde zu schicken.

Der Regenbogen ist ein Symbol des Friedens und steht für die Versöhnung zwischen Gott und den Menschen.

## Sonne



Für das Leben der Pflanzen, Tiere und Menschen ist das Licht der Sonne lebensnotwendig.

Wenn im Christentum die Sonne als Symbol gebraucht wird, so soll das zum Ausdruck bringen, dass die Menschen ohne Gott nicht leben können. Sie würden „Im Finstern wandeln“.



## Vorbereitung

Einen ersten Überblick verschafft dir und deiner Familie diese Internetseite:

<https://www.michaelsbund.de/glaube/feste-feiern/erstkommunion/>

**Einladung/ Danksagung** - Jede Einladung ist so individuell wie die Person, die einlädt. Im Internet gibt es zahlreiche Plattformen zum Gestalten der Einladung - und später auch für die Danksagungen.

**Räumlichkeiten und Essen** - Es gibt so viele verschiedene Möglichkeiten zu feiern. Nicht immer erlauben uns die Corona-Verordnungen derzeit alles. Bitte informiere dich deshalb gut über die neuen Bestimmungen und plane deine Feier so, dass du spontan schnell auf Änderungen reagieren kannst. Solltest du in ein Lokal feiern gehen, ist eine frühe Buchung wichtig. Mit den Verantwortlichen vor Ort wird das Essen abgestimmt und dir werden viele Aufgaben abgenommen.



Individueller, aber auch etwas arbeitsintensiver in der Vorbereitung ist die Feier zu Hause oder in einem angemieteten Saal. Solltest du mehr Gäste einladen können, überlege, ob es sinnvoll erscheint, sich Hilfe von außerhalb (Nachbarn, etc.) zu holen, die dir beim Aufbau und auch während der Feier mit Spülen, Abdecken, Aufräumen, etc. helfen. Jugendliche verdienen sich gerne einen kleinen Lohn nebenher.



Wenn das Wetter es erlaubt, bietet sich auch eine gemütliche Feier im Garten an. Mit kleinen Dekorationen rund um das Thema Kommunion, kann dort auch eine besondere Atmosphäre entstehen.



**Dekoration** - Vieles lässt sich online bestellen. Möchtest du dir eine Vorstellung darüber machen, so hat Deko Schmitt in Köln-Porz immer verschiedene Deko-Vorschläge zum Anschauen - auch für Kommunionen. Die Motive, die wir dir für die Kommunionkerze vorgestellt haben, eignen sich auch alle für die Dekoration der Tische, etc.



Der Bastelladen vor Ort wird dir auch mit genügend Vorlaufzeit Dekorationsartikel besorgen können. Gib im Browser „Tischdekoration Kommunion“ ein und du wirst viele verschiedene Seiten zur Inspiration finden.



Zur Kommunion werden oft weiße Blumen für Blumengestecke benutzt. Gemeinsam mit Kerzen, die es in den unterschiedlichsten Formen und Farben gibt - als Fische, Schwimmkerzen, etc. - lassen sie besonders festlich die Tische erscheinen.

Deine Kommunionkerze kann mit in die Tischdekoration integriert werden. Für die Kerzen gibt es besondere Kerzenständer. Es gibt jedoch unterschiedliche Größen. Daher solltest du deine Kommunionkerze beim Kauf des Kerzenständers mitnehmen oder vorher den Durchmesser der Kerze ausmessen, damit diese auch hineinpasst.



Neben der Dekoration von Tischen ist es auch üblich, Hauseingänge festlich zu schmücken oder besondere Banner mit dem Namen des Kommunionkinds und des Datums zu gestalten.



Corona schränkt uns manchmal ein. Aber lässt uns auch kreativ werden. So ist sicher die „Kommunion to go“ eine gute Idee, um mit mehreren Menschen auf das besondere Ereignis anzustoßen.



**Kleidung** - Du möchtest vielleicht nicht ein neues, teures Kleid oder einen Anzug kaufen? Dann frag in einem Bekannten- und Freundeskreis oder, ob jemand ein Kommunionkleid oder einen Anzug preisgünstig abzugeben hat. Auch deine Kirchturmkatechetinnen können dir sicher den Kontakt zu Kommunionkindern der Vorjahre vermitteln.

**Fotografieren** - Für die Erstkommunionmesse wird meistens seitens der Kirche ein offizieller Fotograf engagiert. So kann deine Familie voll und ganz die Messe genießen. Danach dürft ihr selbst jederzeit auf den Auslöser drücken.

## Während der Feier -

Ein **Tischgebet** schafft Gemeinschaft und ist ein Zeichen der Dankbarkeit.

Schön ist es, wenn du dir dieses im Vorfeld selbst aussuchst. Siehe hierzu auch den Gebetswürfel im 20. Impuls.

Und danach heißt es essen, feiern und genießen. Vielleicht beginnt ihr mit 5 Broten und 2 Fischen als kleine Vorspeise in Erinnerung an die „Speisung der Fünftausend“ (Matthäusevangelium 14, 13-21).



Kleine **Menükarten** verraten deinen Gästen, was es zu essen gibt. Hier kannst du auch veganes, vegetarisches Essen besonders kenntlich machen oder auch, wenn nötig, besondere Inhaltsstoffe.

Denke mit deiner Familie bei der Menüplanung vor allem daran, dass das Essen insbesondere dir schmecken sollte, denn du bist die Hauptperson an diesem Tag.

Oft werden Torten zur Kommunion gebacken. Ob von den Eltern, Freunden oder auch vom Konditor sind sie immer ein tolles Fotomotiv und können vom Kommunionkind feierlich angeschnitten werden. Es gibt auch viele Plätzchen-Ausstecher mit kirchlichen Motiven im Internet zu finden.



Auf einen **Geschenketisch** kannst du alle Geschenke legen und später dann in aller Ruhe auspacken. Mach dir eine Liste, was du von wem erhalten hast, damit du dieser Person später auch eine Danksagung überreichen kannst.



## Geschenkideen

Geschenke zur Ersten Heiligen Kommunion, besonders religiöse Geschenke, begleiten uns oft bis ins Erwachsenenalter hinein. Mit ihnen verbinden wir schöne Erinnerungen an einen unvergesslichen Tag. Geschenke mit bleibendem Wert sind deshalb neben Geldgeschenken und anderen Präsenten besonders wertvoll. Aber vielleicht hast du ja auch eine ganz eigene Wunschliste.



Hier ein paar Ideen von uns:



Das **Gotteslob** gibt es in verschiedenen Ausführungen: mit Goldrand, in Leder, mit dem Kölner Dom vorne abgedruckt, in Großschrift, etc.

Eine **Hülle** für das Gotteslob gibt es im Internet zu bestellen. Sie gibt es aus Filz oder anderem Material. Oft kannst du dir die Farben aussuchen oder sogar personalisieren lassen: mit Datum oder einer kleinen Widmung.



Im Weggottesdienst hast du schon viel zur **Bibel** gehört und erfahren, dass es sie in den verschiedensten Ausgaben gibt: mal modern, mal mit Bildern, als Einheitsübersetzung - für jeden Geschmack ist etwas dabei. Sie ist auch ein beliebtes Geschenk an das Kommunionkind.

Ein **Kreuz** als Schmuckstück ist auch eine schöne Idee. Kreuze gibt es auch in den unterschiedlichsten Varianten: für Mädchen und Jungen, aus Gold, Silber, Holz - mit Gravur, modern, etc.



Oder ganz klassisch einen **Rosenkranz**. Dieser wird dir vielleicht nicht bekannt sein, da er mehr unter den Großeltern verwendet wird. Vielleicht lässt du ihn dir erklären und ihr betet ihn dann gemeinsam.

## Gloria, Ehre sei Gott

Kv Glo - ri - a, Eh - re sei Gott und  
Hm Frie - de den Menschen sei - ner Gna - de.  
F#m  
Glo - ri - a, Eh - re sei Gott, er  
Hm ist der Frie - de un - ter uns.  
F#m  
1 Wir lo - ben dich, wir prei - sen dich,  
2 Herr, Je - sus Chri - stus, des Va - ters Sohn,  
3 Denn du al - lein bist der Hei - li - ge,  
G A  
1 wir be - ten dich an, wir  
2 nimm an un - ser Ge - bet. Du  
3 der Höch - ste, der Herr. Jesus  
Em F#m Hm  
1 rüh - men dich und dan - ken dir, denn  
2 nimmst hin - weg die Schuld der Welt, er -  
3 Chri - stus mit dem Heil - gen Geist zur  
Em Em7 A4 A  
1 groß ist dei - ne Herr - lich - keit! Kv  
2 barm dich un - ser, Got - tes - lamm. Kv  
3 Eh - re Got - tes, des Vaters. Kv

T u. M: Karli Stümmer-Salzeder [1992] 2008, T: nach dem „Gloria“

Hier kannst du dir das Lied anhören und mitsingen:





Teil des Gottesdienstes			Teil des Gottesdienstes		
Eucharistiefeier			Eucharistiefeier		
Teil des Gottesdienstes	Der Priester oder Lektor sagt:	Wir antworten:	Teil des Gottesdienstes	Der Priester oder Lektor sagt:	Wir antworten:
<b>Kollekte</b>			<b>Geheimnis des Glaubens</b>	Geheimnis des Glaubens:	<b>Deinen Tod, o Herr, verkünden wir, und deine Auferstehung ...</b>
<b>Gabenbereitung, Gabengebet</b>	Der Herr sei mit euch. Erhebet die Herzen. Lasset uns danken dem Herrn, unserem Gott.	<b>Und mit deinem Geiste. Wir haben sie beim Herrn. Das ist würdig und recht.</b>	<b>Doxologie (Lobpreis)</b>	Darum, gütiger Vater... Durch ihn und mit ihm und in ihm ...	<b>Amen.</b>
<b>Präfation</b>	In Wahrheit ist es würdig und recht, ...		<b>Vater unser</b>	<b>Vater unser im Himmel, geheiligt werde dein Name ...</b> Erlöse uns, Herr, allmächtiger Vater ...	<b>Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.</b>
<b>Sanctus</b>	<b>Gemeinsames Lied: Heilig, heilig, heilig ...</b>		<b>Friedensgruß</b>	Der Friede des Herrn sei allezeit mit euch! Gebt einander ein Zeichen des Friedens und der Versöhnung!	<b>Und mit deinem Geiste. Friede sei mit dir!</b>
<b>Wandlung</b>	Nehmet und esset alle davon, das ist mein Leib, der für euch hingegeben wird. Nehmet und trinket alle daraus: das ist der Kelch des neuen und ewigen Bundes, mein Blut, das für euch und für alle vergossen wird zur Vergebung der Sünden. Tut dies zu meinem Gedächtnis.		<b>Agnus Dei (Lamm Gottes)</b>	<b>Lamm Gottes, du nimmst hinweg die Sünde der Welt ... (3x)</b>	
			<b>Einladung zur Kommunion</b>	Seht das Lamm Gottes, das hinwegnimmt die Sünde der Welt!	<b>Herr, ich bin nicht würdig, dass du eingehst unter mein Dach. Aber sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund.</b>
Eucharistiefeier			Eucharistiefeier		
Teil des Gottesdienstes	Der Priester oder Lektor sagt:	Wir antworten:	Teil des Gottesdienstes	Der Priester oder Lektor sagt:	Wir antworten:
<b>Eröffnung</b>	Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.		<b>Kommunion</b>	Der Leib Christi. Amen.	
<b>Kyrie</b>	Herr, erbarme dich. Christus, erbarme dich.		<b>Dankgebet</b>	„Jesus, du bist bei mir, ich danke dir.“ (mehrfach)	
<b>Gloria</b>	Gloria! Ehre sei Gott!		<b>Schlussgebet</b>	Lasset uns beten: Barmherziger Gott, ... Amen.	
<b>Tagesgebet</b>	Lasset uns beten: durch Christus, unseren Herrn. Amen.		<b>Entlassung</b>		
<b>Lesung</b>	Lesung aus dem Buch ... Wort des lebendigen Gottes.		<b>Schlusssied</b>	<b>Gemeinsames Lied</b>	
<b>Antwort- gesang</b>	<b>Psalm oder gemeinsames Lied</b>		<b>Meldungen</b>	In der kommenden Woche ...	
<b>Halleluja!</b>	Halleluja!		<b>Segen</b>	Der Herr sei mit euch. Es segne euch der allmächtige Gott: der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.	
<b>Evangelium</b>	Der Herr sei mit euch! Aus dem heiligen Evangelium nach Markus ... Ehre sei dir, o Herr. In jenen Tagen ... Frohe Botschaft unseres Herrn Jesus Christus.		<b>Entlassung</b>	Gehet hin in Frieden. Dank sei Gott, dem Herrn. Amen.	
<b>Predigt</b>			<b>Glaubensbekenntnis</b>	Ich glaube an Gott, den Vater, den allmächtigen, ...	
<b>Fürbitten</b>	Für alle, die ... Wir bitten dich, erhöre uns.				