

WIE DIE FASTENZEIT GESTALTEN?

Ausgewählte Veranstaltungshinweise

Die vorösterliche Bußzeit - Fastenzeit - wird fühl- und erfahrbar in zahlreichen Veranstaltungen im Bistum Regensburg. Sie laden ein, als Gläubige den Werken des Fastens, der Nächstenliebe und des Gebets nachzukommen. Das Angebot ist vielfältig. Es reicht von Fastenpredigten bis zu Einkehrtagen. In den kommenden Wochen wird es somit ermöglicht, sich neu auf Gott auszurichten, um sich auf die Kar- und Ostertage vorzubereiten.



©iStock.com/Charissame

Im vorliegenden Beitrag geben wir Ihnen einige ausgewählte Veranstaltungshinweise:

1. **Fastenpredigten** – Speziell in der Fastenzeit: Hinhören auf das Wort
2. **Konzerte** – Musik, die zum Nachdenken anregt
3. **Bildende Kunst** – Neue Perspektiven für die Augen und den Geist
4. **Tage der Einkehr und Orientierung** - Warum nicht ein paar Tage in einem Exerzitenhaus?

Informieren Sie sich doch zusätzlich im Pfarrbrief Ihrer Pfarrei und über Aushänge über weitere Angebote in Ihrer Nähe.

Besonders weisen wir Sie auch nochmal auf das **Hirtenwort zur Fastenzeit** hin:

<http://www.bistum-regensburg.de/477-mit-christus-bruecken-bauen-der-katholikentag-als-ereignis-fuer-das-ganze-bistum-regensburg-hirtenbrief-zur-fastenzeit-von-bischof-rudolf-voderholzer>

1. Fastenpredigten – Speziell in der Fastenzeit: Hinhören auf das Wort

In der Januarausgabe des bischöflichen Newsletters wurde auf den Hintergrund, die Ursprünge und auf praktische Tipps zur Planung von Fastenpredigten eingegangen.

In vielen Pfarreien finden in der Fastenzeit traditionell diese spezielle Form der Predigt und des Gottesdienstes statt.

Ausgewählte Pfarreien finden Sie hier:

Fastenpredigten 2014 in St. Wolfgang Regensburg

zum Thema: Die Freude des Evangeliums, das Apostolische Schreiben von Papst Franziskus.
Immer mittwochabends in der Wolfgangskirche

Mittwoch, 19. März 2014 Josefstag, keine Fastenpredigt

Mittwoch, 26. März 2014, 19.00 Uhr
Gerufen zum Gebet, Prediger: Pfarrvikar Andreas Ring

Mittwoch, 2. April 2014, 19.00 Uhr
Gerufen zum Dienst, Prediger: Diakon Thomas Steffl

Fastenpredigten 2014 in St. Emmeram, Regensburg

Donnerstag, 20. März 2014, 19.30 Uhr
Fastenpredigt: Die Einheit von Lehre und Leben: Wie gelingt der Sprung in eine erfüllte Zukunft? (Studentinnen und Studentenpfarrer Eckl)

Donnerstag, 27. März, 19.30 Uhr
Fastenpredigt: Hindern, behindern, behindert: Wo geht's zum Platz mitten unter den Menschen? (Mitarbeiterin der KJF-Werkstätten und Direktor Eibl)

Donnerstag, 03. April, 19.30 Uhr
Fastenpredigt: Enttäuschung, Wut und Trauer: Wo entspringt die Kraftquelle für mein weiteres Leben? (Diakon Weißmann – E-F-L-Beratung – und Dekan Gerl)

Donnerstag, 10. April 2014, 19.30 Uhr
Fastenpredigt: Heimat ist kein Ort, sondern ein Gefühl: Aber verstehen Sie, dass man als Vertriebener ein Stück von sich verliert und nie mehr findet? (Journalistin Neufeld und Chefredakteur Sauerer)

2. Konzerte – Musik, die zum Nachdenken anregt

Warum in der Fastenzeit nicht auch mal ein (klassisches) Konzert besuchen. Innerlich zur Ruhe kommen und sich auf das Wichtige im Leben ausrichten.

In vielen Pfarreien finden Konzerte statt. Hier eine kleine Auswahl:

4. Fastensonntag, 30. März 2014

16.00 Uhr: Passionskonzert in der Stadtpfarrkirche St. Laurentius, **Neustadt an der Donau**

5. Fastensonntag, 6. April 2014

18.00 Uhr: Motetten von Johann Sebastian Bach in der Kirche Alt St. Nikola in **Landshut**
Der Bach-Chor Landshut singt, begleitet von Prof. Stefan Baier an der Truhenorgel, drei Motetten von Joh. Seb. Bach.

Es kommen folgende Motetten zur Aufführung: „Der Geist hilft unsrer Schwachheit auf“ BWV 226; „Jesu, meine Freude“ BWV 227; „Lobet den Herrn, alle Heiden“ BWV 230;
Gesamtleitung Dek. Kirchenmusiker Stefan Stoiber.

3. Bildende Kunst – Neue Perspektiven für die Augen und den Geist

Das Betrachten von künstlerischen Werken eröffnet neue Perspektiven und Denkwege. Verschiedene Ausstellungen wollen auf diese Weise einen Anstoß zum Nachdenken bieten.

Ein Beispiel ist die **Kunstaussstellung in St. Wolfgang**

Das Kulturforum St. Wolfgang in Kumpfmühl stellt in Zusammenarbeit mit dem Diözesanmuseum Regensburg zur Fastenzeit acht bemalte Leinwandtücher zum Thema „CREDO“ (Ich glaube) in der Wolfgangskirche aus.

Der in Brünn/Brno (Mähren) lebende und arbeitende Diözesankonservator und Künstler Dr. Karel Rechlík gestaltete acht ca. 2,50 x 1 Meter große Fahnen zu den Themen der christlichen Heilslehre:

„Schöpfung – Verkündigung an Maria – Geburt Jesu – Taufe Christi – Kreuzigung – Auferstehung – Pfingsten - Vollendung“

Für die Pfarrkirche St. Wolfgang in Regensburg-Kumpfmühl konnte das Kulturforum die ausdrucksstarken Fahnen vom 8. März bis zum 15. April 2014 zur Aufhängung im monumentalen Querhaus ausleihen. Pfarrer Josef Roßmaier aus Rainertshausen schrieb Meditationstexte zu den acht Stationsbildern in der begleitenden kostenlosen, im Kirchenraum aufliegenden Broschüre. Die Fahnen können täglich zu den Öffnungszeiten der Kirche außerhalb der Gottesdienste jederzeit betrachtet werden.

4. Warum nicht ein paar Tage in einem Exerzitienhaus? – Bspw. im Haus Johannisthal

Im Bistum Regensburg gibt es verschiedenen Exerzitien- und Einkehrhäuser. Eines davon ist das Haus Johannisthal, welches seit 1948 ein Ort der Begegnung. Regelmäßig finden Besinnungswochenenden, Exerzitien, Einkehrtage, Tage der Orientierung und Tage der seelischen und körperlichen Erholung.

Kontakt:

<http://www.haus-johannisthal.de/>

E-Mail: kontakt@haus-johannisthal.de

Telefon +49(0) 96 81 - 4 00 15-0

Folgende Angebote gibt es speziell in der Fastenzeit:

19.03.2014 mit Maria Rehaber-Graf

Johannisthaler Frühstück

Seit Oktober 2012 bieten wir einmal im Monat unser Johannisthaler Frühstück an, um so Menschen aus unserer Region zusammenzubringen und gemeinsam in den Tag zu starten. Das Johannisthaler Frühstück beginnt mit einer Morgenmeditation von etwa einer halben Stunde. Beim gemeinsamen Singen und Beten, in Bewegung und Stille atmen Sie auf und finden zur Ruhe. Anschließend erwartet Sie ein liebevoll vorbereitetes Frühstücksbüfett, das Sie bei anregenden Tischgesprächen genießen können. Ein kurzer Impuls in den Tag beendet das Johannisthaler Frühstück, und Sie brechen gestärkt an Seele und Leib in Ihren Alltag auf. Termin: jeden 3. Mittwoch im Monat, jeweils 8.30 bis 10.30 Uhr
Kosten: 10,00 € (inklusive Frühstücksbüfett). Anmeldung bis zum Vortag erwünscht.

Fr., 21.03., 18:00 Uhr (AE) bis So., 23.03.2014, 13:00 Uhr (ME)

Es ist der Tanz, der Leben gibt - Meditatives Tanzwochenende

„Wo Worte enden, beginnt der Tanz.“ Für Bruder Georg ist der Mensch ein lebendiger Tempel und „im Tanzen bringt sich der Mensch selbst vor Gott“.

Elemente: Meditativer Tanz

Referent: Franziskanerbruder Georg Schmaußner / mind. 15, max. 40 TL

Kosten: 168,00 € – 2 ÜB / VP

Fr., 21.03., 19.00 Uhr

AusRASTabend

Heilige Messe, danach „Eucharistische Anbetung“, anschließend gemütliches Beisammensein

Di., 25.03.2014, 19:00 – 21.30 Uhr

Der Sinnleere mit Sinnlehre begegnen – eine Einführung in Leben und Werk von Viktor E. Frankl und seine Logotherapie

„...trotzdem Ja zum Leben sagen...!“

Sogar in unmenschlichen Verhältnissen lässt sich Sinn finden, lautet das Credo von Viktor E. Frankl, dem Begründer der Logotherapie. Viele Jahre hat er im Konzentrationslager Buchenwald als Psychiater gearbeitet, obwohl Angehörige in ähnlichen Einrichtungen umkamen. Viktor E. Frankl sieht den Menschen als Bildhauer seiner Persönlichkeit, der in Freiheit und Verantwortung aus dem von Gott geschenkten Potential herausholen kann, was

in ihm steckt. Sein Gedankengut kann Menschen beim Weiterentwickeln der eigenen Persönlichkeit hilfreich unterstützen.

Die drei Abende ergänzen sich, können jedoch auch einzeln gebucht und besucht werden. Anmeldung jeweils bis Freitag vor der Veranstaltung.

2. Termin: Di., 08.04.14, 19 – 21.30 Uhr

3. Termin: Di., 06.05.14, 19 – 21.30 Uhr

Referenten: Monika Brüntrup und Direktor Manfred Strigl

Kosten: 7,- € pro Abend

mind. 7, max. 30 Teilnehmer/-innen

Fr., 28.03., 18:00 Uhr (AE) bis Fr., 04.04.2014, 13:00 Uhr (ME)

Inventur für Leib und Seele - Heilfasten für Frauen und Männer

Fastenmethode: kohlehydratergänzt Fasten (mit Tee, Obstsaften, Gemüsebrühe, -saft) nach Dr. Buchinger/Dr. Lützner.

Referentin: Monika Röttger / mind. 6, max. 12 TL

Kosten: 420,00 € - 7 ÜB / Fasten-VP / Kursgebühr

So., 30.03.2014, 9:00 – 17:00 Uhr

Heilkraft der Hände - Einführungskurs Handauflegen

Das Handauflegen ist in verschiedenen Traditionen zu finden. Im Christentum ist es ein unübersehbarer Teil der Botschaft, die heute genauso ihre Gültigkeit hat wie vor 2000 Jahren. In diesem Kurs wollen wir uns für die göttliche Heilkraft öffnen. Wir erfahren, wie sie auf den verschiedenen Ebenen in uns und anderen wirken kann, wenn wir uns und unsere Hände zur Verfügung stellen.

Elemente: Impulsreferat, Theoretische und praktische Einführung, Partnerübung, Einzelübung, Austausch in der Gruppe

Referentinnen: Ulrike Prucker-Pöllath, Waltraud Frieser / mind. 8, max. 16 TL

Kosten: 57,00 € – inklusive Verpflegung / Kursgebühr

Fr., 04.04.2014, 9.00 – 16.30 Uhr, Pfarrer Wilhelm Bauer

Sa., 05.04.2014, 9.00 – 16.30 Uhr, Pfarrer Wilhelm Bauer

So., 06.04.2014, 9.00 – 16.30 Uhr, Pater Martin Neuhauser SVD

Einkehr- und Besinnungstag für Männer „Die Psalmen – Das `Gebetbuch´ Jesu“.

Veranstalter: Referat Männerseelsorge im Bistum Regensburg.

Die Psalmen sind hymnische Texte. Ihre Tiefen erschließen sich dem, der sich einfühlt und – wie bei einem Gedicht – zwischen den Zeilen zu lesen lernt. Jeder Psalm will Gebet sein, selbst wenn ganze Passagen nicht wie ein Gebet klingen. Es geht bei ihnen – wie bei jedem Gebet – um das Erinnern an Gottes Verheißung und um die Beschreibung des Lebens. Wir laden Sie herzlich zu diesem Einkehrtag ein – dieser kann auch geistliche Vorbereitung auf die Kar- und Ostertage sein.

Beim Einkehrtag in der Fastenzeit richten wir den Fokus auf unser eigenes Leben, darauf, dass beides übereinstimmt – unsere Frömmigkeit und unser vom Gebot der Liebe geprägter Umgang mit den Mitmenschen.

Kosten: 20,00 € – inklusive Verpflegung

Di., 08.04.2014, 19:00 – 21.30 Uhr

„Die geistige Dimension“ – eine Einführung in das 3-dimensionale Menschenbild von Viktor E. Frankl

Sogar in unmenschlichen Verhältnissen lässt sich Sinn finden, lautet das Credo von Viktor E. Frankl, dem Begründer der Logotherapie. Viele Jahre hat er im Konzentrationslager Buchenwald als Psychiater gearbeitet, obwohl Angehörige in ähnlichen Einrichtungen umkamen. Viktor E. Frankl sieht den Menschen als Bildhauer seiner Persönlichkeit, der in Freiheit und Verantwortung aus dem von Gott geschenkten Potential herausholen kann, was in ihm steckt. Sein Gedankengut kann Menschen beim Weiterentwickeln der eigenen Persönlichkeit hilfreich unterstützen.

Die drei Abende ergänzen sich, können jedoch auch einzeln gebucht und besucht werden. Anmeldung jeweils bis Freitag vor der Veranstaltung.

3. Termin: Di., 06.05.14, 19 – 21.30 Uhr

Sa., 12.04.2014, 9.00 – 16.30 Uhr, StD. a. D. Ludwig Staufer

Einkehr- und Besinnungstag für Männer „Die Psalmen – Das `Gebetbuch´ Jesu“.

Veranstalter: Referat Männerseelsorge im Bistum Regensburg.

Die Psalmen sind hymnische Texte. Ihre Tiefen erschließen sich dem, der sich einfühlt und – wie bei einem Gedicht – zwischen den Zeilen zu lesen lernt. Jeder Psalm will Gebet sein, selbst wenn ganze Passagen nicht wie ein Gebet klingen. Es geht bei ihnen – wie bei jedem Gebet – um das Erinnern an Gottes Verheißung und um die Beschreibung des Lebens.

Wir laden Sie herzlich zu diesem Einkehrtag ein – dieser kann auch geistliche Vorbereitung auf die Kar- und Ostertage sein.

Beim Einkehrtag in der Fastenzeit richten wir den Fokus auf unser eigenes Leben, darauf, dass beides übereinstimmt – unsere Frömmigkeit und unser vom Gebot der Liebe geprägter Umgang mit den Mitmenschen.

Kosten: 20,00 € – inklusive Verpflegung

16.04.2014 mit Maria Rehaber-Graf

Johannisthaler Frühstück

Seit Oktober 2012 bieten wir einmal im Monat unser Johannisthaler Frühstück an, um so Menschen aus unserer Region zusammenzubringen und gemeinsam in den Tag zu starten. Das Johannisthaler Frühstück beginnt mit einer Morgenmeditation von etwa einer halben Stunde. Beim gemeinsamen Singen und Beten, in Bewegung und Stille atmen Sie auf und finden zur Ruhe. Anschließend erwartet Sie ein liebevoll vorbereitetes Frühstücksbüfett, das Sie bei anregenden Tischgesprächen genießen können. Ein kurzer Impuls in den Tag beendet das Johannisthaler Frühstück, und Sie brechen gestärkt an Seele und Leib in Ihren Alltag auf.

Termin: jeden 3. Mittwoch im Monat, jeweils 8.30 bis 10.30 Uhr

Kosten: 10,00 € (inklusive Frühstücksbuffet). Anmeldung bis zum Vortag erwünscht.

Mi., 16.04.2014, 18:00 Uhr (AE) bis

1) Karsamstag, 19.04.2014, 13:00 Uhr (ME)

oder bis

2) Ostersonntag, 20.04.2014, 9.30 Uhr (Frühstück)

oder bis

3) Ostersonntag, 20.04.2014, 13:00 Uhr (ME)

Karwochen-Exerzitien für Frauen und Männer „Du, Du liegst mir am Herzen!“

Wer kennt dieses Lied nicht, das wir gerne auf die menschliche Ebene beziehen. Dürfen wir diese Aussage Gott in den Mund legen? Was macht das dann mit uns? Wer spürt, wie sehr jede(r) Einzelne Gott am Herzen liegt, wird diese Melodie immerzu auf IHN hin im Herzen tragen.

Elemente: Geistliche Erschließung der Kar- und Ostertage, Stille und Schweigen, Meditation und Singen, Gelegenheit zum Einzelgespräch, Liturgische Feiern

Referent: Direktor Manfred Strigl / mind. 8, max. 21 TL.

Kosten:

1) 158,00 € – 3 ÜB / VP / Kursgebühr

2) 197,00 € – 4 ÜB / VP / Kursgebühr

3) 208,00 € – 4 ÜB / VP / Kursgebühr