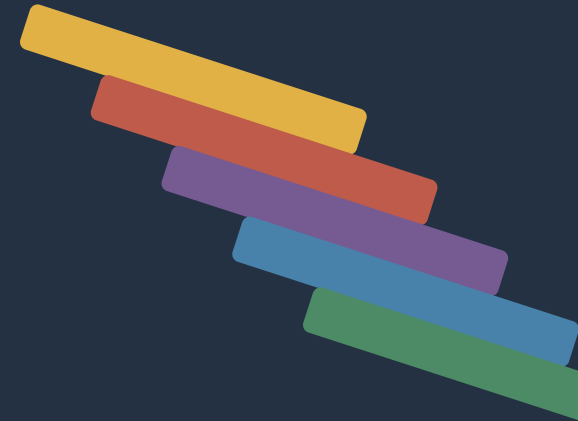


„Feiert meinen Tag“

Spontane Gedanken, Gefühle, Ideen ...



„Feiert meinen Tag“

Sabbat und Sonntag als Gabe Gottes – geschenkte Zeit, die zum Feiern einlädt

Leitidee

Das Lied ruft aus Hast, Betriebsamkeit, Erfolgs- und Leistungsdenken heraus und eröffnet eine von Gott geschenkte Zeit: Atemholen, Staunen und Sich-beschenken-Lassen. „Mein Tag“ lässt sich christlich als Sonntag – Tag des Herrn und wöchentlicher Ostertag – erschließen; die biblische Sabbattradition macht deutlich: Diese heilige Zeit ist zuerst Gabe Gottes und darum Grund zum Feiern.

Die Grundbewegung des Liedes

2

Aussteigen – wahrnehmen – empfangen – feiern

Unterbrechen

- Das Lied nennt Hast und Betriebsamkeit als Kräfte, aus denen Menschen aussteigen sollen.
- Die Unterbrechung schafft Abstand zum alltäglichen Funktionieren.
- Sabbat bzw. Sonntag werden so als von Gott eröffnete, heilsame Zeit erfahrbar – nicht nur als Grenze der Arbeit.

Atemholen & Staunen

- Atemholen steht für Ruhe, Wahrnehmung und neue Lebendigkeit.
- Der Refrain verbindet Feiern mit neuem „Farbenglanz“ und wiedergewonnenem Staunen.
- Nicht mehr leisten, sondern wahrnehmen.

Sich beschenken lassen

- Die zweite Strophe setzt Erfolg, Leistung und Berechenbarkeit bewusst aus.
- Die besondere Zeit selbst und das Entscheidende des Lebens erscheinen als Geschenk Gottes, nicht als Verdienst.
- Religiös: Gottes Zuwendung, Segen und heilige Zeit lassen sich nicht produzieren – sie werden empfangen und gefeiert.

Theologischer Schlüssel: geschenkte heilige Zeit

Sabbat und Sonntag: geschenkte Zeit Gottes

Schöpfung & Ruhe

- Gen 2,2–3 erzählt: Gott vollendet sein Werk, ruht am siebten Tag, segnet und heiligt ihn.
- Der Sabbat ist damit nicht nur Arbeitsverbot, sondern gesegnete und geheiligte Zeit – eine Gabe Gottes an den Menschen.
- Für den christlichen Sonntag ist diese Gabe-Tradition ein wichtiger Hintergrund; Sabbat und Sonntag bleiben dabei geschichtlich und theologisch zu unterscheiden.

Auferstehung

- Die Evangelien erzählen die Auferstehungsbotschaft am ersten Tag der Woche.
- Darum feiert die Kirche den Sonntag als Tag des Herrn und wöchentliches Osterfest: als geschenkte Zeit der Freude über Gottes neues Leben.
- „Feiert meinen Tag“ kann aus christlicher Perspektive auf Christus bezogen werden.

Geschenkte Zeit

- Sabbat und Sonntag sind mehr als Freizeit oder Erholung für neue Leistung.
- Die geschenkte Zeit eröffnet Raum für Gott, Mitmenschen, Schöpfung, Freude und zweckfreies Dasein – und will als Gabe gefeiert werden.
- Das Lied verdichtet dies im Bild von „Ewigkeit inmitten eurer Zeit“: Gottes Zeit berührt die menschliche Zeit.

„Ewigkeit inmitten eurer Zeit“

4

Ein anspruchsvolles Bild kindgerecht erschließen

Nicht: endlos lange Zeit

- Ewigkeit meint im religiösen Sprachgebrauch mehr als unendlich viele Minuten.
- Das Lied stellt sie der Hast und Berechenbarkeit gegenüber.
- Ewigkeit kann als Gottes Gegenwart verstanden werden, die menschliche Zeit öffnet.

Schon jetzt

- Das Lied verlegt Ewigkeit nicht nur in ein fernes Jenseits.
- Atemholen, Staunen, Feiern und Beschenktwerden können Zeichen einer anderen Qualität von Zeit sein.
- Der Himmel „durchdringt“ die Erdenwelt – Transzendenz berührt Alltag.

Unterrichtsfrage

- Wann fühlt sich Zeit anders an als beim Abarbeiten einer Aufgabe?
- Was ist der Unterschied zwischen „freie Zeit haben“ und „sich beschenkt fühlen“?
- Klasse 5/6: Kann man Ewigkeit erfahren, ohne sie messen zu können?

Lernziele & Unterrichtsweg

Kompakt für 45–60 Minuten

Lernziele

- Die Gegensätze Hast/Ruhe und Leistung/Geschenk im Lied beschreiben und die Unterbrechung als Gabe Gottes deuten.
- Den Sabbat als biblische Gabe geheiligter Zeit und den Sonntag als christlichen Tag des Herrn erschließen.
- „Ewigkeit inmitten der Zeit“ als religiöses Bild deuten.
- Sonntagszeit als Geschenk Gottes verstehen, das Raum für Gott, Beziehung, Ruhe, Freude, Staunen und Feiern eröffnet.

Unterrichtsweg

- 5 Min: Bildimpuls „volle Woche – freier Raum“.
- 5 Min: Lied hören; Wörter markieren, die Tempo verändern.
- 15 Min: Gegensatzpaare und Wendepunkte erschließen.
- 10 Min: Sonntag – Schöpfungsrue und Auferstehung.
- 10 Min: „Ewigkeit mitten in der Zeit“ mit Beispielen/Symbolen deuten.
- 5 Min: persönliche oder fiktive Sonntagskarte.

Strophe 1: Aus der Hast aussteigen

Unterbrechung als religiöse Praxis

Textnahe Deutung

- Der Imperativ „Steigt aus“ setzt einen deutlichen Gegenakzent zur Betriebsamkeit.
- „Atemholen“ kann körperlich, seelisch und religiös verstanden werden.
- Die Unterbrechung wird zur Gabe: Sie macht empfänglich für Gottes Gegenwart und eine andere Qualität des Lebens.

Methoden

- Primarstufe: Geräusch-/Stillekontrast, Atemsymbol, Wochenkreis mit Ruheinsel.
- Klasse 5/6: „Was treibt unseren Alltag an?“ – Tempo, Termine, Medien, Erwartungen.
- Kurze Stille anbieten, aber nicht erzwingen; Gebet als freiwillige religiöse Form.

Strophe 2: Leistung unterbrechen

Der Mensch ist mehr als sein Erfolg

Erfolg & Berechenbarkeit

- Das Lied fordert nicht zur Ablehnung von Leistung auf, sondern zu ihrer zeitweisen Unterbrechung.
- Nicht alles Wertvolle ist planbar, messbar oder verdient.
- Die geschenkte heilige Zeit widerspricht einer Logik, in der jeder Moment „nützlich“ sein muss.

Geschenk & Gnade

- „Lasst euch beschenken“ benennt den theologischen Kern: Die Zeit Gottes wird nicht erarbeitet, sondern empfangen.
- Anschluss an Gnade: Gottes Zuwendung und die Freude des Festes müssen nicht erarbeitet werden.
- Didaktisch wichtig: Ruhe darf nicht selbst zur Optimierungsleistung werden.

Biblische Anschlüsse & Methoden

8

Sabbat und Sonntag: Gabe, Befreiung und Fest

Gen 2,2–3

- Gott segnet und heiligt den siebten Tag: Zeit selbst wird zur Gabe.
- Ruhe erscheint nicht als Defizit, sondern als Teil der guten Schöpfung und als Einladung, die geschenkte Zeit zu feiern.
- Impuls: Was bedeutet es, dass Gott nicht nur Dinge, sondern auch Zeit segnet?

Dtn 5,12–15

- Sabbatruhe wird mit der Befreiung aus Sklaverei verbunden: Niemand soll ununterbrochen arbeiten müssen.
- Ruhe gilt auch denen, die sonst arbeiten müssen – soziale Dimension.
- Brücke: Die Gabe des Sabbats schenkt Freiheit von permanenter Leistung und eröffnet gemeinsame Feier.

Mk 16,1–6

- Der erste Tag der Woche wird zum Tag der Auferstehungsbotschaft.
- Christlicher Sonntag feiert Ostern: Gottes Geschenk neuen Lebens gibt der Woche immer wieder neuen „Farbenglanz“.
- Klasse 5/6: Warum feiern Christen gerade sonntags?

Sicherung & didaktische Sensibilität

9

Sonntag erschließen, ohne Lebensformen zu bewerten

Merksatz

- „Sabbat und Sonntag erinnern daran: Gott schenkt und heiligt Zeit. Christen feiern den Sonntag als Tag des Herrn und wöchentliches Osterfest. Diese Zeit muss nicht verdient werden – sie darf als Gabe Gottes mit Ruhe, Gemeinschaft, Freude, Staunen und Gottesdienst gefeiert werden.“

Sensibilität

- Familien gestalten Sonntage sehr unterschiedlich; manche Menschen müssen sonntags arbeiten.
- Nicht zwischen „guten“ religiösen und „schlechten“ Freizeitaktivitäten sortieren.
- Die christliche Sonntagsdeutung transparent anbieten, ohne Bekenntnis zu verlangen.

Abschluss

- „Meine Insel in der Woche ...“ – persönlich oder für eine fiktive Figur.
- Klasse 5/6: Ein Satz zu „Ewigkeit mitten in der Zeit bedeutet für das Lied ...“
- Optional: Sonntagssymbol gestalten.

Quelle, Rechte & Nutzung

1
0

Liedgrundlage

- „Feiert meinen Tag“
- Text und Musik: Wilfried Röhrig
- Aus: „Viele bunte Fäden“
- Rechte: 2000 rigma Musikverlag, Viernheim.

Präsentation

- Unterrichtskonzeption und Foliengestaltung: erstellt mit Unterstützung von ChatGPT (OpenAI), 2026.
- Redaktionelle Verantwortung: [Name/Institution].

Hinweis

- Die Angabe der Quelle ersetzt keine ggf. erforderliche Nutzungserlaubnis.
- Liedtext, Noten und Audio nur im Rahmen der jeweils geltenden Lizenz- und gesetzlichen Nutzungsrechte verwenden.