



Mariä Himmelfahrt  
**Atting**

# Pfarrbrief

3/2026

21. Februar bis 15. März



Verklärung Christi  
**Rain**

**PFARRGEMEINDERATS-**  
**WAHL 1. MÄRZ 2026**



GEMEINSAM  
GESTALTEN  
*gefällt mir*



**Mitmachen. Gestalten. Kandidieren.**



## Kommt! Bringt eure Last

Am 6. März feiern die Kirchen den Weltgebetstag der Frauen. Dabei engagieren sich Frauen über Konfessions- und Ländergrenzen hinweg dafür, dass Mädchen und Frauen überall auf der Welt in Frieden, Gerechtigkeit und Würde leben können. So entstand vor fast 100 Jahren die größte Basisbewegung christlicher Frauen weltweit.

Der Gottesdienst für den Weltgebetstag 2026 trägt den Titel „Kommt! Bringt eure Last.“ und wurde von Frauen aus Nigeria gestaltet. Das Motto ist angelehnt an Matthäus 11,28-30. In Nigeria werden Lasten von Männern, Kindern, vor allem aber von Frauen auf dem Kopf transportiert. Doch es gibt auch unsichtbare Las-

ten wie Armut und Gewalt. Das facettenreiche Land ist geprägt von sozialen, ethnischen und religiösen Spannungen. Islamistische Terrorgruppen wie Boko Haram verbreiten Angst und Schrecken. Die korrupten Regierungen kommen weder dagegen an, noch sorgen sie für verlässliche Infrastruktur. Umweltverschmutzung durch die Ölindustrie und Klimawandel führen zu Hunger. Armut, Perspektivlosigkeit und Gewalt sind die Folgen all dieser Katastrophen. Hoffnung schenkt vielen Menschen in dieser existenzbedrohenden Situation ihr Glaube. Diese Hoffnung teilen uns christliche Frauen aus Nigeria mit – in Gebeten, Liedern und berührenden Lebensgeschichten.

# Wir feiern gemeinsam Gottesdienst

in Atting und Rain – 21. Februar bis 15. März 2026

## ERSTER FASTENSONNTAG

### Lesejahr A

1. Lesung: **Gen 2,7-9;3,1-7**

2. Lesung: **Röm 5,12-19**

Evangelium: **Mt 4,1-11**



Ildiko Zavrakidis

» Da trat der Versucher an ihn heran und sagte: Wenn du Gottes Sohn bist, so befiehl, dass aus diesen Steinen Brot wird. Er aber antwortete: In der Schrift heißt es: Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt. «

### Samstag,

21. Februar

Hl. Petrus Damiani

14.00	Atting	Requiem f. + Ingrid Moczek <i>anschl. Beerdigung auf dem Friedhof Atting</i>
17.30	Atting	Sammelrosenkranz und Beichtgelegenheit
18.00	Atting	Hl. Messe: Maria Huber f. beiderseits + Eltern und Verwandtschaft

10.00	Rain	Requiem f. + Paul Hornauer <i>anschl. Urnenbeisetzung auf dem Friedhof Rain</i>
-------	------	--

### Sonntag,

22. Februar

17.00	Atting	Kreuzweg
9.30	Rain	Hl. Messe: Bastelgruppe Rain f. + Johann Dünstl und Mitarbeiter Heidi Senft f. + Arbeitskollegen
10.45	Rain	Feier der Taufe für <i>Lina Scherer</i>

### Dienstag,

24. Februar

Hl. Matthias, **Apostel**

18.00	Atting	Hl. Messe: Anita Nebel f. + Onkel Johann Pernecker und + Bruder Albert Nebel
-------	--------	---

17.00	Rain	Kreuzweg
-------	------	----------

**Mittwoch,**  
25. Februar

16.30	Atting	Erstkommunionkinder: Beichtvorbereitung und Probe für den Vorstellungsgottesdienst
15.00	Rain	Erstkommunionkinder: Beichtvorbereitung und Probe für den Vorstellungsgottesdienst
18.00	Rain	Hl. Messe: Ungenannt für die Armen Seelen Maria Kaiser f. + Schwester Theresia Wagner

**Freitag,**  
27. Februar

*Hl. Gregor von Narek*

7.30	Atting	Rosenkranz
8.00	Atting	Hl. Messe: Barbara Häusler zu Ehren der Hl. Rita von Cascia
19.00	Rain	Taizé-Gebet

## Z W E I T E R F A S T E N S O N N T A G

### Lesejahr A

1. Lesung: **Gen 12,1-4a**  
2. Lesung: **2 Tim 1,8b-10**  
Evangelium: **Mt 17,1-9**



*Ilidiko Zavrakidis*

» Und er wurde vor ihnen verwandelt; sein Gesicht leuchtete wie die Sonne und seine Kleider wurden weiß wie das Licht. Und siehe, es erschienen ihnen Mose und Elija und redeten mit Jesus. Und Petrus antwortete und sagte zu Jesus: Herr, es ist gut, dass wir hier sind. Wenn du willst, werde ich hier drei Hütten bauen. «

### Caritas-Kollekte

**Samstag,**  
28. Februar

17.30	Rain	Sammelrosenkranz u. Beichtgel.
18.00	Rain	Hl. Messe mit <b>Vorstellung der Erstkommunionkinder:</b> Richard Peringer f. + Eltern und Geschwister Andreas Prasch f. + Eltern Brigitte und Anton Prasch Fam. Wagner f. + Nachbarn Paul Hornauer

## Pfarrgemeinderatswahl in Atting und Rain

**Sonntag,**  
1. März

9.30	Atting	Hl. Messe mit <b>Vorstellung der Erstkommunionkinder</b>
17.00	Atting	Kreuzweg

**Dienstag,**  
3. März

Gedenktag der Verstorbenen März 2021 bis 2025

**Friedrich Lang, Richard Bäuml,  
Emma Späth, Ramona Weiß, Berta Bogner,  
Emma Luttner, Günther Dörre**

18.00	Atting	Hl. Messe: Geschwister Niklas f. + Schwägerin Karin zum Geburtstag
17.00	Rain	Kreuzweg

**Mittwoch,**  
4. März

*Hl. Kasimir*

Gedenktag der Verstorbenen März 2021 bis 2025

**Lothar Muche, Erna Lipp,  
Erwin Simmel, Agnes Hutterer,  
Joseph Dittmannsberger, Erika Spielbauer,  
Max Rademacher, Beatrix Müller**

18.00	Rain	Hl. Messe: Ungenannt für die Armen Seelen (ausgef. am 11. Februar)
19.00	Rain	Bibelkreis

**Donnerstag,**  
5. März

16.00	Rain	3. Weggottesdienst der Ekokinder: <i>Was ich Gott schenken kann</i>
-------	------	--



**Freitag,**  
6. März

*Hl. Fridolin  
von Säckingen*

7.30	Atting	Rosenkranz
8.00	Atting	Hl. Messe: Maria Schmalhofer f. + Eltern und Schwiegereltern
Ab 8.30		Krankenkommunion in Atting und Rain
19.00	Rain	Wortgottesdienst zum <b>Weltgebetstag der Frauen</b> für Aholing, Atting, Dürnhart, Nieder- und Obermotzing, Rain und Schönach

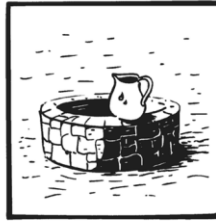
## DRITTER FASTENSONNTAG

### Lesejahr A

1. Lesung: **Ex 17,3-7**

2. Lesung: **Röm 5,1-2.5-8**

Evangelium: **Joh 4,5-42**



*Ilidiko Zavrakidis*

» Die Frau ließ ihren Wasserkrug stehen, kehrte zurück in die Stadt und sagte zu den Leuten: Kommt her, seht, da ist ein Mensch, der mir alles gesagt hat, was ich getan habe: Ist er vielleicht der Christus? Da gingen sie aus der Stadt heraus und kamen zu ihm. «

<b>Samstag,</b> 7. März  <i>Hl. Perpetua und Hl. Felizitas</i>	17.30	Atting	Sammelrosenkrantz und Beichtgelegenheit
	18.00	Atting	Hl. Messe
<b>Sonntag,</b> 8. März	17.00	Atting	Kreuzweg
	9.30	Rain	Hl. Messe: Schönstattbewegung f. + Rosa Liebl
<b>Dienstag,</b> 10. März	18.00	Atting	Bußgottesdienst
	17.00	Rain	Kreuzweg
<b>Mittwoch,</b> 11. März	18.00	Rain	Bußgottesdienst
<b>Donnerstag,</b> 12. März	16.00	Rain	Schülermesse <i>anschl. Ausgabe der Erstkommuniongewänder</i>
<b>Freitag,</b> 13. März	7.30	Atting	Rosenkrantz
	8.00	Atting	Hl. Messe

## VIERTER FASTENSONNTAG

### Lesejahr A

1. Lesung: **1 Sam 16,1b.6-7.**  
**10-13b**

2. Lesung: **Eph 5,8-14**

Evangelium: **Joh 9,1-41**



*Ildiko Zavrakidis*

» Als er dies gesagt hatte, spuckte er auf die Erde; dann machte er mit dem Speichel einen Teig, strich ihn dem Blinden auf die Augen und sagte zu ihm: Geh und wasch dich in dem Teich Schiloach! Das heißt übersetzt: der Gesandte. Der Mann ging fort und wusch sich. Und als er zurückkam, konnte er sehen. «

### Samstag, 14. März

*Hl. Mathilde*

11.00 Rain  
17.00 Rain  
18.00 Rain

Feier der Taufe für *Tobias Bauer*  
Sammelrosenkranz u. Beichtgel.  
Hl. Messe:  
Gerda Nürnberger f. + Eltern  
Maria Oberberger f.+ Ehemann  
Marion Haimerl f. + Mutter Martha  
Heimerl  
Agnes Wagner nach Meinung

### Sonntag, 15. März

9.30 Atting  
17.00 Atting  
11.00 Rain

Hl. Messe:  
Fam. Schmalhofer f. + Ehemann  
und Vater  
Kreuzweg  
Evangelischer Gottesdienst



FASTENHELDEN... HÄRTEST. HERBERT P.. HAUBE STUNNE DURCHMAIEN

# Rund um unsere Pfarrgemeinde

## Atting/Rain

### **Hausgottesdienst in der Fastenzeit**

Am **ersten Montag in der Fastenzeit, 23. Februar**, beten wir traditionell wieder um **19.00 Uhr** den **Hausgottesdienst** in den Familien. Vorlagen hierfür werden wir in beiden Kirchen auflegen.

*Sie finden diese auch auf der Homepage der Diözese Regensburg:  
[seelsorge-regensburg.de/wp-content/uploads/2026/01/Hausgottesdienst-Fastenzeit-2026\\_Sei-mutig-und-stark.pdf](https://seelsorge-regensburg.de/wp-content/uploads/2026/01/Hausgottesdienst-Fastenzeit-2026_Sei-mutig-und-stark.pdf)*

### **Taizé-Gebet am Freitag, 27. Februar in Rain**

Herzliche Einladung ergeht wieder zum monatlichen Gebet mit den Liedern aus Taizé. Da wir uns nun in der Fastenzeit befinden, wird beim Gebet auch ein Bußakt stattfinden. Ebenso sind die Lieder und die Gebete passend zur österlichen Bußzeit. Nehmen Sie sich Zeit und schauen Sie vorbei - wir freuen uns auf Sie.

Im Anschluss ist wie üblich ein kleiner Imbiss im Pfarssaal, diesmal aber in einfacher Form.

### **Osterkerzenverkauf in Rain**

Beim **Taizé-Gebet am 27. Februar** starten wir wieder den **Verkauf von selbstgebastelten Osterkerzen** zu Gunsten des Ghanahilfe Vereins Pfarrer Renner e.V.

Der Erlös ist wieder für die Schule in Chamba (Ghana) gedacht. Bis Ostern werden wir die Kerzen bei den verschiedensten Gottesdiensten anbieten.



## **Caritas Frühjahrs-Sammlung**

Am **2. Fastensonntag** (28. Februar/1. März) ist Caritas-Frühjahrskollekte!  
**Hinweis: 50% aller Spenden darf die Pfarrei für soziale Zwecke behalten!**  
*Gott vergelte all' Ihre Gaben!*

## **Bibelkreis**

Herzliche Einladung zum **Bibelkreis** am **Mittwoch, 4. März** um **19.00 Uhr** im Pfarrzentrum Rain.



## **Weltgebetstag der Frauen 2026**

**NIGERIA - Kommt! Bringt euere Last.** (Mt 11, 28-30)

Am **Freitag, 6. März, 19.00 Uhr**, laden wir recht herzlich ein zum **Weltgebetstags-Gottesdienst** in unserer Kirche „Zur Verklärung Christi“ in **Rain**.

Wir freuen uns sehr, wenn auch ihr aus Atting, Ober- und Niedermotzing, Aholing, Dürnhart und Schönach wieder zu uns kommt, um mit uns diesen etwas anderen Gottesdienst mit schwungvollen Liedern aus Nigeria, sowie Informationen über das Land und das Leben der Menschen dort, zu feiern.

Beim anschließenden gemütlichen Zusammensein im Pfarrzentrum erwarten euch Kostproben aus der Küche Nigerias.

Ab ca. 18.40 Uhr üben wir mit allen bereits Anwesenden schon mal die Gottesdienstlieder.

Herzliche Einladung auch dazu!

*Euer Arbeitskreis Ökumene, Rain*

## **Wir laden herzlich ein zu den Kreuzwegandachten!**

In der Fastenzeit beten wir wieder den Kreuzweg:

In **Atting** immer **sonntags um 17.00 Uhr** und in **Rain** **dienstags um 17.00 Uhr**.

Dazu sind alle, besonders auch unsere Erstkommunionkinder herzlich eingeladen.

Die genauen Termine bzw. Änderungen entnehmen Sie bitte der Gottesdienstordnung!

## **Kirchenverwaltungssitzung**

- **Atting:** Dienstag, 10. März um 18.45 Uhr im Pfarrhaus
- **Rain:** Mittwoch, 11. März um 18.45 Uhr im Pfarrzentrum

## **Der Kinder-Projektchor singt wieder ...**

**... im Familiengottesdienst in Rain am 14. März**

Die Proben finden dreimal dienstags im Pfarrzentrum Rain, von 17.30 Uhr bis 18.15 Uhr statt.

**Probentermine: 24. Februar, 3. und 10. März**

Wer bei einer Probe mal nicht dabei sein kann, darf trotzdem mitsingen!  
Alle Kinder, die gerne singen, sind herzlich eingeladen! Wer sich nicht alleine traut, darf auch von den Eltern begleitet werden.  
Keine Anmeldung notwendig. Bei Fragen können Sie sich gerne an die Telefonnummer 0179/4999412 wenden!

*Familiengottesdienst-Team Rain + Christoph Kerscher*

## **Familiengottesdienste in der Fastenzeit**

Herzliche Einladung zu den Familiengottesdiensten:

- **Samstag, 14. März**, 18.00 Uhr in **Rain**  
Musikalische Gestaltung durch den Kinderchor
- **Sonntag, 15. März**, 9.30 Uhr in **Atting**



*Familiengottesdienst-Team Atting-Rain*

## **Erstkommunion 2026 - Termine in der Vorbereitungszeit**

### *Vorstellungsgottesdienst*

- Rain:** Beichtvorbereitung und Probe für den Vorstellungsgottesdienst  
am **Mittwoch, 25. Februar um 15.00 Uhr**  
Gottesdienst am **Samstag, 28. Februar um 18.00 Uhr**
- Atting:** Beichtvorbereitung und Probe für den Vorstellungsgottesdienst  
am **Mittwoch, 25. Februar um 16.30 Uhr**  
Gottesdienst am **Sonntag, 1. März um 9.30 Uhr**

### *3. Weggottesdienst – Was ich Gott schenken kann*

- Rain:** **Donnerstag, 5. März** um 16.00 Uhr

### *Schülermesse – anschl. Ausgabe der Gewänder*

- Rain:** **Donnerstag, 12. März** um 16.00 Uhr
- Atting:** **Donnerstag, 19. März** um 16.00 Uhr

### *Familiengottesdienst*

- Rain:** **Samstag, 14. März** um 18.00 Uhr  
*mit Kinderchor*
- Atting:** **Sonntag, 15. März** um 9.30 Uhr



# Kinderchor Rain

**Mitsingen – Mitmachen – Mitfreuen**



**Wir singen gemeinsam**

**mit viel Spaß in den Proben und  
Auftritt im Familiengottesdienst am**

**Samstag, 14.03.2026, 18:00 Uhr  
in Rain**

**Proben** im Pfarrzentrum Rain:

**Dienstag, 24.02.**

**Dienstag, 03.03.**

**Dienstag, 10.03.**

jeweils um **17.30 Uhr**, ca. 45 Minuten

Kindergarten- und Grundschulkinder sind herzlich willkommen!

Bei kleineren Kindern dürfen Eltern gerne dabeibleiben.

**Familiengottesdienststeam Rain + Familie Kerscher**

Fragen gerne an: 0179/4999412

## ***Kinder gesucht für die Kreuzprozession***

*beim Taizé-Gebet am Karfreitag*

**Kinder**, die am **Karfreitag bei der Gestaltung des Taizé-Gebetes mitwirken** möchten, z. B. bei der Kreuzprozession oder Kreuzverehrung mit Blumen, sollen sich bitte melden bei: **Klaus Wagenpfeil, Tel 1707**.

Das Gebet beginnt um 19.00 Uhr und dauert ca. eine Stunde.

---

## ***Herzliche Einladung zum Frühstückstreffen im Februar!***

Wir freuen uns, wenn wir Sie am **23. Februar um 9.00 Uhr im Pfarrzentrum** begrüßen dürfen.

Nach unserer genüsslichen Kaffeerunde mit frischen Brez'n, Brötchen und Marmeladen aus "heimischer Herstellung" dürfen wir unseren Filmvorführer Ludwig Feldmeier begrüßen.

Herr Feldmeier wird uns anlässlich des diesjährigen Jubiläums „150 Jahre Feuerwehr in Rain“, einen Film zur Geschichte unserer Feuerwehr vorführen.

Er wird uns mit alten Aufnahmen vergangener Feuerwehrfeste und Bildern anderer denkwürdiger Ereignisse überraschen. Wiedersehensfreuden mit unseren jugendlichen Abbildern aus vergangenen Zeiten sind nicht auszuschließen und für gute Stimmung ist dann ohnehin gesorgt.

Wir bedanken uns schon heute sehr herzlich bei Ludwig für alle seine guten Mühen und für den großen Zeitaufwand, den er in dieses Projekt gesteckt hat.

Dankeschön!!!

### ***Bitte noch vormerken:***

→ Die beiden Trittsicherheitskurse mit Frau Ursula Bosl-Seitz beginnen wieder am 14. April um 14.00 Uhr bzw. am 16. April um 10.00 Uhr.

→ Am 2. Mai lädt uns die Kinderfeuerwehr Rain ab 13.00 Uhr zu einer Häusl-Führung und zum Kennenlernen ins Feuerwehrhaus ein.

Dankeschön!

*Kommen Sie gesund durch den Winter! Wünscht Ihnen Ihr Team von „60-plus“*

## ***Vortrag "Sicherheit vor Betrugsmaschen"***

Am **Donnerstag, 12. März, 19.00 Uhr**, Alte Schule Atting, lädt der Pfarrgemeinderat Atting-Rain zu einem Vortrag ein mit dem Thema "**Betrüger lauern überall - Sicherheit vor Betrugsmaschen**".

Manfred Reumann, kriminalpolizeilicher Fachberater der Kripo Straubing, informiert. Der Eintritt ist frei.

*Pfarrgemeinderat Atting-Rain*

## ***Frühjahrsputz im Pfarrheim Rain***

Wer hat Zeit und Kraft zum Frühjahrsputz im Pfarrheim?

Wann? In der Zeit vom 16. bis 20. März

Bitte melden Sie sich bei unserer Mesnerin Gabi Ilg unter der Tel.-Nr. 09429/1644, bzw. vor und nach den Gottesdiensten in der Sakristei

*Gabi Ilg*

## **Marianische Männerkongregation Straubing**

Herzliche Einladung zum **Haupt- und Titularfest** mit **380-jährigen Jubiläum der MMC Straubing** am **Sonntag, 15. März** in der Basilika St. Jakob.

Der Pontifikalgottesdienst beginnt um 9.30 Uhr mit Hwst. H. Weihbischof Dr. Josef Graf – mit Ehrungen und Gruppenbild der Jubelsodalen.

Nachmittags ist um 13.00 Uhr Marienfeier mit Festpredigt; im Anschluss ist Eucharistische Prozession über den Stadtplatz.

*Lothar Biendl*

## **Tag der Ehejubilare im Dom zu Regensburg**

Auch in diesem Jahr lädt unser Hwst. Herr Bischof wieder alle Jubelpaare **mit 25, 40, 50, 55, 60 und mehr Ehejahren** zum **Tag der Ehejubilare** in den **Regensburger Dom** ein.

Zur Auswahl stehen:

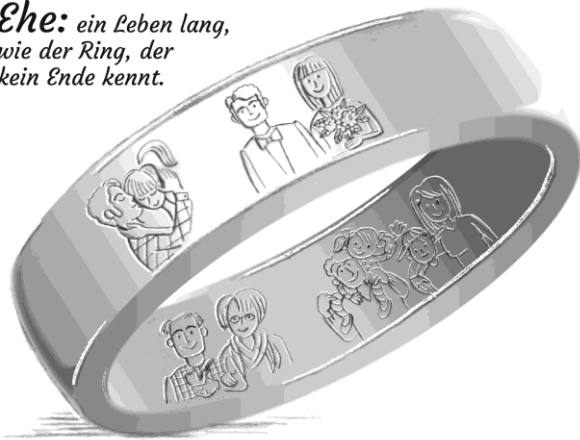
**Sonntag, 21. Juni und Sonntag, 28. Juni 2026**

Den Einladungskarten (in beiden Kirchen erhältlich) liegt ein Begleitschreiben und das Anmeldeformular bei, mit dem sich die Paare **bis 8. April 2026 direkt** bei der **Fachstelle Ehe und Familie schriftlich anmelden**.

*Bitte beachten Sie, dass die Anzahl der Sitzplätze begrenzt ist. Die Vergabe der Sitzplätze erfolgt nach Eingang Ihrer Anmeldung bei der Fachstelle Ehe und Familie. Aus organisatorischen Gründen kann die Anmeldung erst Mitte Mai 2026 bestätigt werden.*

*Julia Gandras*

***Ehe:** ein Leben lang,  
wie der Ring, der  
kein Ende kennt.*



### **Bitte beachten:**

Der **nächste Pfarrbrief** erscheint am Donnerstag, 12. März (für 14. bis 29. März). Redaktionsschluss hierfür ist am **Dienstag, 10. März!**

Mitteilungen und Infos, die im Pfarrbrief erscheinen sollen, bitte per Mail an:

**info.pfarrei.ating@gmail.com**

# Pfarrgemeinderatswahl

28. Februar/1. März 2026

Die **Pfarrgemeinderatswahl** findet im Bistum Regensburg **alle vier Jahre** statt. Die erste Wahl des Pfarrgemeinderats (PGR) war im Jahr 1968. Am Anfang war ein dreijähriger Rhythmus vorgesehen, ab 1974 wurde der vierjährige Rhythmus eingeführt.

**Wählen** dürfen Katholiken **ab 14 Jahren**, **gewählt** werden können sie **ab 16 Jahren**.

*Bitte gehen Sie wählen!  
Gestalten Sie so unsere Pfarrei  
ein Stück mit!*



## **Was macht der Pfarrgemeinderat?**

Zusammen mit dem Pfarrer gestaltet dieses Gremium unser Pfarreileben wesentlich mit.

Er berät und beschließt über pastorale Fragen, organisiert Feste, fördert das Miteinander und vertritt die Gemeinde.

Der PGR ist für inhaltliche Arbeit zuständig, während die Kirchenverwaltung die Finanzen regelt.

## **Wie kann ich wählen?**

In unserer Pfarrgemeinde Atting-Rain werden 10 Mitglieder direkt gewählt (Bestätigungswahl). Wahlberechtigt sind alle Katholiken, die am Wahltag das 14. Lebensjahr vollendet und ihren Erstwohnsitz in der Pfarrei haben.

Jeder kann bis zu 10 Stimmen vergeben, aber nicht mehr als **EINE** Stimme pro Kandidat. Es darf **NICHT gehäufelt** werden!

Es gibt keine Briefwahl.



## **Wann und wo kann ich wählen?**

**Rain:** Samstag, 28. Februar 16.30 bis 19.00 Uhr im *Pfarrzentrum*

**Atting:** Sonntag, 1. März 08.30 bis 11.00 Uhr in der *Pfarrkirche*

# Die Kandidaten der Pfarrei Atting-Rain

Frau **Bambl** Michaela  
Frau **Dowidat** Martina  
Frau **Fuchs** Elfriede  
Frau **Häusler** Michaela  
Frau **Ilg** Gabriela  
Frau **Lehner** Hermine  
Frau **Mößle** Carolin  
Frau **Pöschl** Doris  
Herr **Dr. Retzer** Markus  
Frau **Stelzl** Hildegard

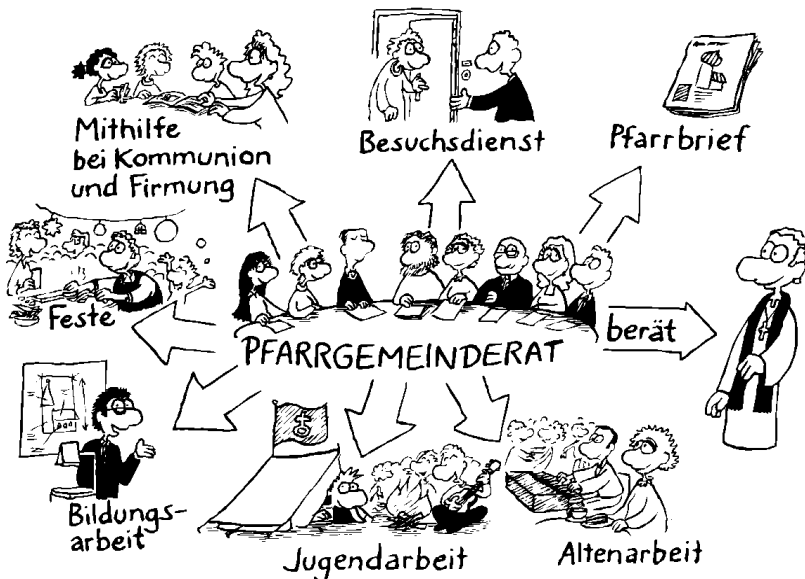
Industriekauffrau  
Pflegehelferin  
Haushälterin  
Erzieherin  
Mesnerin  
Landwirtin  
Lehrerin  
Industriekauffrau i. R.  
Gymnasiallehrer  
Dipl.-Sozialpädagogin i. R.



**Wer kandidiert**, bringt sich in die Vielfalt der Menschen ein, die Kirche vor Ort gestalten.

**Wer wählt**, stärkt diesen Menschen den Mut und die Kraft für die Beratungen und Entscheidungen.

Kandidatinnen und Kandidaten, Wählerinnen und Wähler engagieren sich für eine Kirche mit und für die Menschen.



# Fastenzeit - 40 Tage Vorbereitung

Die österliche Bußzeit ist eine 40 Tage dauernde Vorbereitung auf Ostern. Von Aschermittwoch bis zur Osternacht geht es darum, sich zu besinnen und Buße zu tun

Die Fastenzeit beginnt mit dem Aschermittwoch und endet mit der Osternacht, wobei die jeweiligen Sonntage keine Fasttage sind und deshalb nicht mitgezählt werden.

Als äußeres Zeichen der Buße und Besinnung sollen die Gläubigen in dieser Zeit Verzicht auf persönliche Annehmlichkeiten üben, nur eine volle Mahlzeit pro Tag und zwei kleine Stärkungen zu sich nehmen. An allen Freitagen gilt das Gebot der Abstinenz, der Enthaltung von Fleischspeisen. Zwei Tage im Jahr sind Fast- und Abstinenztage zugleich: Aschermittwoch und Karfreitag.



**Lediglich  
mit dem Essen  
aufhören  
heißt noch nicht  
fasten.**  
Malvalma Gerzhi

Die Fastenzeit bezeichnet die österliche Bußzeit, die 40 Tage dauernde Vorbereitung auf Ostern. Sie beginnt unmittelbar nach Karneval mit dem Aschermittwoch und endet mit der Osternacht.

Die Sonntage in der Fastenzeit gelten nicht als Fastentage und werden deshalb nicht mitgezählt - daher dauert die Fastenzeit 40 Tage.

Die Gläubigen sollen in der Fastenzeit als äußeres Zeichen von Buße und Besinnung auf Dinge verzichten, die ihnen angenehm und lieb sind - etwa auf Schokolade, Alkohol oder das Autofahren. Zudem sollen sie nur eine volle Mahlzeit am Tag und je zwei kleinere Stärkungen zu sich nehmen. Schließlich gilt an allen Freitagen das Gebot der Abstinenz, also des Verzichts auf Fleisch, weil der Freitag an den Tod Jesu Christi erinnert. Aschermittwoch und Karfreitag sind Fasten- und Abstinenztage in einem.

Die Fastenzeit ist übrigens ebenso "beweglich" wie Ostern. Der Ostersonntag ist immer der erste Sonntag nach dem Frühlingsvollmond und fällt auf einen Tag zwischen dem 21. März und dem 25. April.



Nach dem Vorbild des Fastens Jesu in der Wüste legte die Kirche die Länge der Fastenzeit auf 40 Tage und Nächte fest. Die 40 als Zeiteinheit kommt in der Bibel häufiger vor: Die Israeliten wandern 40 Jahre durch die Wüste (Ex 16,35), Mose begegnet Gott 40 Tage auf dem Berg Sinai (Ex 24,18), und 40 Tage nach der Auferstehung Jesu wird Christi Himmelfahrt gefeiert (Apg 1,3).

## Der Teufel fordert Jesus heraus

Der Evangelist Matthäus schildert die Versuchung Jesu (Mt 4,1-11) so: Jesus wird vom Heiligen Geist in die Wüste geführt, um durch den Teufel versucht zu werden. *"Als er vierzig Tage und vierzig Nächte gefastet hatte, war er zuletzt hungrig."* Der Teufel fordert Jesus auf, einige Steine zu Brot werden zu lassen - denn das sei für den Gottessohn gewiss kein Problem.

Jesus aber antwortet mit Bezug auf Deuteronomium 8 (5. Buch Mose): *"Es steht geschrieben: Nicht vom Brot allein soll der Mensch leben, sondern von jedem Wort, das aus dem Munde Gottes kommt."*

Dann nimmt der Teufel ihn mit nach Jerusalem auf die Zinne des Tempels: Wenn er der Gottessohn sei, dann solle er sich hinabstürzen, denn es werde ihm gewiss nichts passieren. Darauf Jesus: *"Auch das steht geschrieben: Du sollst den Herrn, deinen Gott, nicht versuchen."* Schließlich bietet der Teufel Jesus alle Reiche der Welt, wenn er niederfällt und ihn anbetet. Doch Jesus lässt sich nicht zu diesem schicksalhaften Handel verleiten und sagt: *"Weiche, Satan; denn es steht geschrieben: Den Herrn, deinen Gott, sollst du anbeten, und ihm allein sollst du dienen."*

### **Erinnerung an das Leiden und Sterben Jesu**

In dieser Passage aus der Bibel wird deutlich, wie stark sich in der Fastenzeit Altes und Neues Testament verbinden: Das Heute Jesu Christi leitet sich aus dem Gestern des Mose ab. Das katholische Gebet- und Gesangbuch erläutert: *"Die alttestamentlichen Lesungen der Fastensonntage geben alle Jahre einen Durchblick durch die Heilsgeschichte: die Schöpfung, die Erwählung und Führung des Gottesvolkes und die Ankündigung des Heils durch die Propheten."*



In den Gottesdiensten, Andachten sowie im stillen Gebet, gedenken die Christen in der Fastenzeit des Leidens und Sterbens Jesu. Dadurch sollen sie ihren eigenen Lebensweg verstehen lernen als Teil eines gemeinsamen Schicksals mit Jesus Christus, der das Kreuz getragen und dadurch die Welt erlöst hat. In Lied 192 des Gesangbuches heißt es folgerichtig: *"Durch seine Wunden sind wir geheilt. Christus hat für uns gelitten und uns ein Beispiel gegeben, damit wir ihm folgen auf seinem Weg."*

Für die Fastenzeit werden den Christen drei Dinge mit auf den Weg gegeben: zu beten, zu fasten und zu geben. Die Gläubigen sollen sich in der Fastenzeit besonders gegen Not und Ungerechtigkeit einsetzen. Das können sie tun, indem sie zum Beispiel die Hilfswerke der Kirchen – und hier vor allem das Hilfswerk Misereor, das alljährlich in der Fastenzeit seine Fastenkollekte durchführt – unterstützen. Beten und fasten dagegen sind sehr stark nach innen gewandt. Die fastende Person nimmt sich selbst und ihr Leben in den Blick – befreit vom Ballast des angenehmen Lebens. Die Fastenzeit gilt als Zeit der inneren Umkehr, in der man nicht immer nur an sich denkt, sondern Verzicht übt zugunsten anderer und den Dialog mit Gott sucht, um das wirklich Wichtige in den Blick zu nehmen.

Sascha Stienen auf „[katholisch.de](http://katholisch.de)“

### **TIM & LAURA** www.WAGHUBINGER.de





Die Fastenzeit ist Einladung, falsche Wege zu verlassen. Sie lädt zum Beispiel ein, nicht nur sich selbst im Blick zu haben, aus dem Hamsterrad auszusteigen, nicht ständig virtuell zu kommunizieren, auf Genussmittel zu verzichten, die Augen vor dem Nächsten nicht zu verschließen, das Auto öfters stehen zu lassen und den eigenen Konsum kritisch zu hinterfragen.

## *Kath. Pfarrgemeinde Atting/Rain*

*Pfarrer Alfons Leibl*

**Hauptstr. 33, 94348 Atting**

09429/902080

**Facebook:** Pfarrgemeinde Atting/Rain

**Homepage:** [www.pfarrei-ating.de](http://www.pfarrei-ating.de)

*Kath. Pfarramt*

*Mariä Himmelfahrt*

**Hauptstr. 33, 94348 Atting**

Tel. 09429/902080

Fax 09429/902081

email: [kath.pfarramt.ating@t-online.de](mailto:kath.pfarramt.ating@t-online.de)

*Expositur*

*Verklärung Christi*

**Kirchstr. 2, 94369 Rain**

Tel. 09429/902070

Fax 09429/902071

email: [expositur-rain@t-online.de](mailto:expositur-rain@t-online.de)

*Öffnungszeiten Pfarrbüro*

**Mittwoch:** 17.00 bis 18.00 Uhr

**Freitag:** 09.00 bis 10.00 Uhr

**Mittwoch:** 17.00 bis 19.00 Uhr



**Pfarrgemeinderat**  
Atting-Rain



# Einladung

zum  
**Vortrag**

**Betrüger lauern überall –  
Sicherheit vor Betrugsmaschen**

*am Donnerstag, 12. März 2026,  
19.00 Uhr*

Referent: Kriminalpolizeilicher Fachberater  
**Manfred Reumann**  
Kriminalhauptkommissar,  
Kripo Straubing

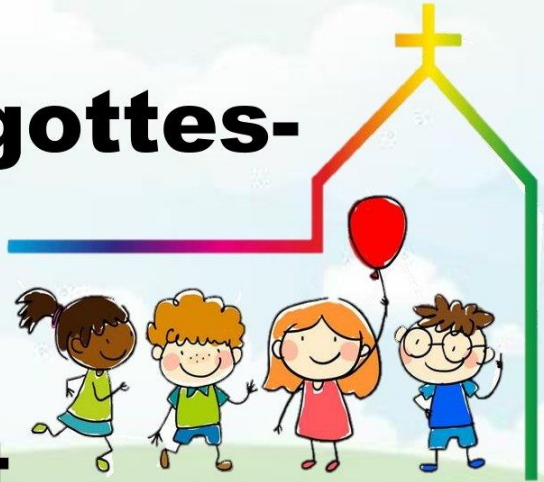
Ort: Alte Schule Atting, Bürgersaal

**Eintritt frei!**

# Familiengottes-

in der

# Fastenzeit



**So, 15.3.**

**Atting**

**9.30 Uhr**

**Sa, 14.3.**

**Rain**

**18.00 Uhr**

# 40 Tage unterwegs