

Jetzt

1 gute Nachricht

Mit Jugendlichen die Bibel entdecken



IMPRESSUM

- Herausgeber: Mag. Daniel Neuböck (Kath. Jugend OÖ) und
Dr. Franz Kogler (Bibelwerk Linz)
- Redaktion: Dipl.-Päd. Manfred Hofmann MA und MMag. Dr. Reinhard Stiksel;
unter Mitarbeit von Sabrina Grabner BEd, Mag.^a Renate Hinterberger-
Leidinger, Magdalena Strasser BEd, Mag.^a Margot Widerna u.a.
- Layout: Isolde Scheftner
- Weitere Infos: [ooe.kjweb.at/1gutenachricht](https://www.ooe.kjweb.at/1gutenachricht)
- Bestelladressen: Kath. Jugend OÖ (kj@dioezese-linz.at, [ooe.kjweb.at](https://www.ooe.kjweb.at))
Behelfsdienst (behelfsdienst@dioezese-linz.at)
Bibelwerk Linz (bibelwerk@dioezese-linz.at, www.bibelwerklinz.at,
Tel. 0732/7610-3231)
- Vertrieb für
Deutschland: Landesstelle der Kath. Landjugend Bayerns e.V.:
werkmaterial@kljb-bayern.de
Pastoralamt der Diözese Linz, Kapuzinerstr. 84, 4020 Linz
- Herstellung: Druckerei Rohrbach, Auflage 5 000 Stück, Linz 2020;
gedruckt auf umweltfreundlichem Biotoppapier

GEMEINSAM BIBEL ERLEBEN?

5

Gruppenstunden gestalten

Gruppenstunden zu einem biblischen Thema mit Jugendlichen ab ca. zwölf Jahren zu gestalten, ist eine besondere Herausforderung. Sei es in der Firmgruppe, Jugendgruppe oder in der Schule – meist startet man mit einer leicht negativen Einstellung: „Das kenn ich eh alles schon“, „Bibel ist fad“ oder „Was hat dieses uralte Buch mit meinem Leben zu tun?“ Umso wichtiger ist es, als Gruppenleiter*in einen positiven Zugang zur Bibel zu finden, denn nur, was man selbst versteht und wovon man selbst überzeugt ist, kann man auch anderen näherbringen.



EINE GRUPPENSTUNDE GLEICH ZUM AUSPROBIEREN: BIBLISCH KOCHEN

„Biblisch Kochen“ ist eine Gruppenstunde, die gut zur Bibelarbeit hinführt und alle Sinne anspricht. Durch die spielerische Auseinandersetzung mit den Bibeltexten bekommen die Jugendlichen einen unverkrampften Zugang zu verschiedenen biblischen Büchern. Während des gesamten Kochens und Beisammenseins können in Gesprächen zwischendurch wertvolle Informationen und Meinungen rund um das Thema Bibel ausgetauscht werden.

Ablaufplan (ca. 3 Stunden)

- Spiel zum Einstieg (10 Minuten)
- Einführung: Gespräch mit der Gruppe lt. Vorlage (10 Minuten)
- Gruppeneinteilung, Rezepte ausgeben, Vorbesprechung und rätseln (20 Minuten)
- Kochen in Kleingruppen (70 Minuten)
- gemeinsam essen (40 Minuten)
- miteinander zusammenräumen/abwaschen (30 Minuten)

Materialliste

- Zutaten für die Gerichte
- Rezeptvorlagen (pro Gruppe eine)
- Bibeln (am besten pro TN eine)
- Geschirr, Deko für Tisch, Tischgebet
- Kochutensilien (Besteck, Bretter, Dosen, Geschirrtücher, großer Topf, Knoblauchpresse, Kochlöffel, Messbecher, Nussknacker, Ofen und Herd, Pinsel, Schäler, scharfe Messer, Schöpflöffel, Schüsseln, Servietten, Stifte, Teller, Waage, Zitronenpresse)

Einleitung

In der Bibel als Buch über Menschen, die ihr Leben mit Gottes Begleitung leben, wird auch über alltägliche Dinge geschrieben. Wir finden zwar keine kompletten Rezepte, aber mit dem, was die Bibel hergibt – und etwas Fantasie – lassen sich die schmackhaftesten Gerichte kochen. Viele verschiedene Lebensmittel werden benannt und viel erzählt, wie Menschen zusammen gegessen haben.

Lebensmittel aus der Bibel

Welche Lebensmittel aus der Bibel kennt ihr?

(Etwa: Weizen, Linsen, Brot, Wein, Fisch, Milch, Honig)

Brot und Olivenöl als Grundnahrungsmittel deckten den Bedarf an Fett und Kohlenhydraten ab. Für eine ausgewogene Ernährung braucht man aber auf jeden Fall noch Eiweiß. Dieses nahmen die Menschen im Alten Israel besonders durch Hülsenfrüchte, Sauermilch und Käse zu sich. Die Esskultur in biblischer Zeit ist geprägt von der Mangelgesellschaft, dabei werden keine Kalorien verschwendet. Fleischgenuss gab es nur an hohen Feiertagen, wenn hochstehende Gäste kamen oder beim familiären Dankopfer nach der Erfüllung eines Gelübdes. Die Tiere galten zudem als Mitgeschöpfe. Wenn sie geschlachtet wurden, so gaben die Menschen auch Gott einen Teil ab. Viele Tiere dienten auch als Arbeitstiere und gaben Milch zur Ernährung oder trugen mit Fell und Leder zur Kleidung bei.

Biblische Mahl-Erzählungen

Welche biblischen Erzählungen kennt ihr, in denen zusammen gegessen wird?

- Gott erscheint bei Abraham und Sara bäckt Brot ([Gen 18,1-8](#))
- Jakob und Esau ([Gen 25,29-34](#))
- Wüstenwanderung und Traum von den Lebensmitteln in Ägypten ([Num 11,4-20](#))
- Brot und Fische ([Mk 6,30-44](#))
- Letztes Abendmahl ([Mk 14,22-25](#))
- Essen bei Zachäus ([Lk 19,1-6](#))
- Emmaus ([Lk 24,13-35](#))
- Wasser zu Wein ([Joh 2,1-12](#))

Zum Vorlesen: Die Erzählung von Jakob und Esau ([Gen 25,29-34](#))

„Einst kochte Jakob ein Gericht. Da kam Esau vom Feld; er war erschöpft. Esau sagte zu Jakob: Lass mich doch schnell essen von dem Roten, von dem Roten da, denn ich bin erschöpft. Deshalb gab man ihm den Namen Edom, Roter. Jakob aber sagte: Verkauf mir zuvor dein Erstgeburtsrecht! Esau sagte: Siehe, ich sterbe vor Hunger. Was soll mir da das Erstgeburtsrecht? Jakob aber sagte: Schwöre mir zuvor! Da schwor er ihm und verkaufte sein Erstgeburtsrecht an Jakob. Darauf gab Jakob dem Esau Brot und das Linsengericht; er aß und trank, stand auf und ging seines Weges. Vom Erstgeburtsrecht aber hielt Esau nichts.“

Esau Linsensuppe mit Fladenbrot

Zur Erzählung von Jakob und Esau bietet sich eine Linsensuppe an. Besonders zeichnet sich diese Suppe durch ihre Gewürze aus. Koriander, Zimt und Kreuzkümmel geben einen intensiven Geschmack und so braucht es nicht mehr viel Salz. Dazu kann besonders gut frisches Fladenbrot gereicht werden. Das Fladenbrot wurde auch als Besteck genutzt: Jedes Familienmitglied nahm ein Stück Brot und tauchte es in die etwas dickere Soße.

Gurkensalat

Für die nötigen Vitamine kann dazu ein Gurkensalat à la Numeri zubereitet werden. Gemüse wurde damals noch nicht systematisch angebaut, sondern in der freien Natur gesammelt. Meistens wurde das Gemüse in rohem Zustand verzehrt, da dies die meisten Vitamine bietet. Viele Kräuter wurden als Salatbeilage zu Fleisch gereicht.

Süßes

Auch Süßspeisen sind in der Bibel zu finden. Im Gegensatz zu heute wurden allerdings bei der Zubereitung keine künstlichen Zuckerzusätze verwendet, allein Honig und der Fruchtzucker der Äpfel machen die Süße des Gerichts aus.

BIBLISCHE REZEPTE

Fladenbrot

30 g _____ Er schenkt davon ein, bis zur ... müssen ihn schlürfen (Ps 75,9)
1 TL _____ (Gen 19,26)
300 ml _____ (Ex 15,27)
2 EL _____ (Ex 27,20)
500 g _____ (Sir 35,3)
Sesam

Linseneintopf

2 _____ Wir denken an die Fische, die wir in Ägypten umsonst zu essen bekamen, an die Gurken und Melonen, an den Lauch, an die ... (Num 11,5)
2 _____; an den Lauch, an die Zwiebel und an den ... (Num 11,5)
2 Karotten, ¼ Sellerieknolle
2 EL _____ (Ex 27,20)
½ TL _____; das Wagenrad nicht über (gemahlene) ... gedreht (Jes 28,27)
½ TL gemahlener _____ (Num 11,7)
250 g _____ Darauf gab Jakob dem Esau Brot und das ...-gericht (Gen 25,34)
900 ml _____; die ... aber gieß aus! (Ri 6,20)
_____ Das ... ist etwas Gutes (Lk 14,34)
schwarzer Pfeffer
_____ (Mt 27,48)
zum Bestreuen: _____ (Spr 27,25)

Gurkensalat

1 _____ Wir denken an die Fische, die wir in Ägypten umsonst zu essen bekamen, an die ... (Num 11,5)

1 _____ ; an die Gurken und Melonen, an den Lauch, an die Zwiebeln und an den ... (Num 11,5)

½ TL _____ (2 Kön 2,20)

1 Becher Naturjoghurt

1 TL _____ Ihr gebt den Zehnten von (frische) ... (Lk 11,42)



Rätselaufösungen, weitere Rezepte (z.B. ein Bibelkuchen) und Downloadmaterialien auf: ooe.kjweb.at/1gutenachricht



WEITERE GRUPPENSTUNDEN

- Gruppenstunde zum „Barmherzigen Samariter“ von Reinhard Stiksel (ooe.kjweb.at/1gutenachricht)
- Weitere Gruppenstundenvorschläge im Praxisweb der kj oö: ooe.kjweb.at/praxis
- Link zur Fächerbibel der kj Innsbruck: www.faecherbibel.at/
- Gruppenstunde zum Thema Gerechtigkeit (Stephan Sigg, Die Bibel für Schüler lebendig machen. Motivierende Ideen und Methoden zur Bibelarbeit, Seite 127: www.bibelwerklinz.at/shop)



WEITERFÜHRENDE TIPPS/LITERATUR/WEB-ADRESSEN



Bei der Planung von Gruppenstunden immer das Dreieck Ich – Gruppe – Thema im Blick haben:

- Was möchte ich mit der Gruppenstunde vermitteln, was ist mir dabei wichtig? (Ziele)
- Wer ist die Gruppe? Wie viele werden dabei sein, wie alt sind sie, Buben/Mädchen, haben sie Vorkenntnisse? Haben sie Vorurteile? Bisherige Erfahrungen mit dieser Gruppe.
- Was ist das Thema? Bibelstelle selber mehrfach lesen, Hintergründe recherchieren, mit anderen darüber reden. Zusätzlich auch die äußeren Umstände der Gruppenstunde mitbedenken: Wo findet diese statt? Raumgestaltung, Dekoration, Material, Vorbereitung/Aufbau ...



500 Spiele zu 55 biblischen Geschichten als fertige Gruppenstunden mit Kindern von 8 bis 12 Jahren (2016), im Verleih bei: ooe.kjweb.at/bibliothek



Martina Bauer-Schäfer, Ulrike Verwald (Hrsg.), Himmlisch Genießen, Gutes für Leib und Seele (www.bibelwerklinz.at/shop)

