

Fastenzeit Ostern 2026



ECHT

Echt

Die Fastenzeit lädt uns jedes Jahr ein, innezuhalten. Sie fragt nicht nur: Worauf kann ich verzichten, sondern viel tiefer: Wer bin ich eigentlich?

Unser Thema in dieser Fastenzeit lautet: „Echt“. Wir leben in einer Zeit, in der es immer schwieriger wird zu erkennen, was echt ist. Künstliche Intelligenz kann Bilder erzeugen, die täuschend echt aussehen – obwohl es diese Menschen, diese Situationen, diese Momente nie gegeben hat. Die Frage „Ist das echt?“ wird immer wichtiger. Doch nicht nur Bilder können unecht sein. Auch wir Menschen tragen manchmal Masken. Wir spielen Rollen um dazugehören. Wir sagen „Ja“, obwohl wir „Nein“ meinen. Wir zeigen Stärke, obwohl wir uns verletzlich fühlen. Jesus spricht dazu sehr klar: „Euer Ja sei ein Ja, euer Nein ein Nein.“ (Mt 5,37)

Echt sein heißt nicht, perfekt zu sein. Echt sein heißt, wahrhaftig zu sein. Mit sich selbst, mit anderen, vor Gott. Die Fastenzeit kann eine Zeit sein, in der wir in den Spiegel schauen und uns in unserer Echtheit begegnen. Eine Zeit, in der wir uns fragen:

Wo spiele ich etwas vor?

Wo lebe ich nicht das, was ich eigentlich bin?

Wo verliere ich mich in Erwartungen anderer?

Wo sehne ich mich danach, einfach ich selbst sein zu dürfen?

Echt sein braucht Mut. Denn Echtheit macht verletzlich. Aber sie macht auch frei.

Stationenweg mit Spiegel

«Echt werden»

Der Stationen-Weg zur Fastenzeit lädt ein, echt zu sein.

Nicht perfekt, nicht fertig, nicht stark, sondern wahrhaftig.

Versöhnung beginnt nicht im Aussen, sondern bei mir selbst.

Ich darf innehalten, atmen und sein.

Ohne etwas darstellen zu müssen.

**Echt zu leben heißt, mir zu erlauben, so da zu sein,
wie ich gerade bin, mit allem, was mich ausmacht, umtreibt, freut
oder belastet.**

Bei 4 Stationen in unseren beiden Kirchen dürfen Sie in den Spiegel schauen.

Filmabende zum Thema «Echt»

Montag, 2. März – 19:00 Uhr – Moderation Florian Piller

Ein wildes Mädchen liebt Freiheit, Natur und Bogenschiessen, doch ihre Mutter will sie gegen ihren Willen standesgemäss verheiraten. Aus Verzweiflung sucht sie eine Hexe auf und belegt ihre Mutter mit einem Zauber, der jedoch unkontrollierbar wird. Um ihre Familie zu retten, muss sie Mut beweisen, zu ihrer Echtheit finden, Verantwortung übernehmen und für ihre Freiheit kämpfen.

Montag, 9. März – 19:00 Uhr – Moderation Marie Hohl

Eine junge Frau ist von einem erfolgreichen Leben weit entfernt. Ende 20 lebt sie noch bei ihrer Mutter und steht beruflich vor einem Neuanfang. Nach einem misslungenen Abschluss test zur Umschulung erhält sie eine letzte Chance: Sie soll einen kürzlich erblindeten Unternehmer betreuen. Dieser ist fachlich erfolgreich, privat jedoch verbittert, herrisch und verschlossen. Die Zusammenarbeit gestaltet sich schwierig, da beide einander provozieren und ihre Schwächen offenlegen. Trotz Rückschlägen wächst bei ihr der Mut, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen und sich zu lösen. Gleichzeitig lernt auch er, sich nicht nur praktisch, sondern menschlich neu zu orientieren.

Montag, 16. März – 19:00 Uhr – Moderation Jana Waldis

Eine Geschichte über ein Mädchen, das wegen des Krieges in ein Internat kommt und dort ganz auf sich gestellt ist. Ihr Alltag verändert sich plötzlich stark und vieles wird schwieriger als erwartet. Trotzdem verliert sie nicht den Mut. Mit Fantasie, Freundlichkeit und viel innerer Stärke findet sie Wege, mit der Situation umzugehen und anderen Hoffnung zu schenken. Eine ruhige, berührende Geschichte über Zusammenhalt, Hoffnung und darüber, wie wichtig es ist, auch in schweren Momenten an sich und das Gute zu glauben

Montag, 23. März – 19:00 Uhr – Moderation Monika Lauper

Alles was mit Religion zu tun hat, ist nicht in 'echt' zu beweisen. Gott, dieses grosse Wort, hat viele Gesichter, viele Namen. Ganz unterschiedliche Bilder prägen uns, ganz besonders in dem, was wir mit dem christlichen Glauben verbinden. Ausgehend von einem Haus im Wald begleiten in diesem Film viele unterschiedliche 'Gottes-Personen' den jungen Mann und stellen seinen Glauben und sein Zweifeln echt auf den Kopf.

Termine durch die Fasten- und Osterzeit 2026

Mittwoch, 18. Februar – 19:00	Aschermittwoch, Gottesdienst – Rheinfelden
Donnerstag, 19. Februar – 18:00	Vertrauen.Gebet.Zuversicht, Kapelle, Rheinfelden
Sonntag, 22. Februar - 09:30 + 11:00	1. Fastensonntag mit Kirchenchor, Rhf & Mgd
Samstag, 28 . Februar– 16:30	2. Fastensonntag, Gottesdienst, Rheinfelden
Sonntag, 1. März – 11:00	Ökum. Gottesdienst zur Fastenzeit, Gässli Magden
Montag, 02. März – 19:00	Filmabend zum Thema «ECHT», Treffpunkt Rheinfelden
Donnerstag, 05. März – 18:00	Vertrauen.Gebet.Zuversicht, Kapelle, Rheinfelden
Freitag, 06. März – 18:00	Weltgebetstag – Christkatholische Kirche Magden
Samstag, 07. März - 11:30-14:00	ökum Suppentag, Reformierter Pfarreisaal Robersten
Sonntag, 08. März – 09:30	3. Fastensonntag, Gottesdienst, Rheinfelden
Sonntag, 08. März – 11:00	Gottesdienst mit Kindern der 1.+2. Klasse, Magden
Montag, 09. März – 19:00	Filmabend zum Thema «ECHT», Treffpunkt Rheinfelden
Donnerstag, 12. März – 18:00	Vertrauen.Gebet.Zuversicht, Kapelle, Rheinfelden
14.-20. März	Fastenwoche
Samstag, 14. März - 12:30-14:00	ökum Suppentag, Martinum, Rheinfelden
Samstag, 14. März – 16:30	4. Fastensonntag, Gottesdienst, Rheinfelden
Sonntag, 15. März – 11:00	4. Fastensonntag, Gottesdienst, Magden
Montag, 16. März – 19:00	Filmabend zum Thema «ECHT», Treffpunkt Rheinfelden
Donnerstag, 19. März – 18:00	Vertrauen.Gebet.Zuversicht, Kapelle, Rheinfelden
Samstag, 21. März - 11:30-14:00	ökum Suppentag, Treffpunkt Rheinfelden
Samstag, 21. März – 16:30	4. Fastensonntag, Gottesdienst, Rheinfelden
Sonntag, 22. März – 11:00	4. Fastensonntag, Gottesdienst, Magden
Montag, 23. März – 19:00	Filmabend zum Thema «ECHT», Treffpunkt Rheinfelden
Donnerstag, 20. März – 18:00	Vertrauen.Gebet.Zuversicht, Kapelle, Rheinfelden
Samstag, 28. März – 11:30-14:00	ökum Suppentag, Gässli Magden
Samstag, 28. März – 08:00	Herstellen einer Palme, Treffpunkt Rheinfelden
Sonntag, 29. März – 09:30 + 11:00	Palmsonntagsgottesdienst in Rheinfelden + Magden
Donnerstag, 02. April – 19:00	Hoher Donnerstag-Liturgie, Magden anschliessend Gebetsnacht am Feuer bis 22:00
Freitag, 03. April – 11:10	Karfreitagsliturgie für Familien, Magden
Freitag, 03. April – 15:00	Karfreitagsliturgie mit Kirchenchor, Rheinfelden
Samstag, 04. April – 21:00	Osternacht mit Kantorinnen plus, Rheinfelden
Sonntag, 05. April – 11:00	Ostergottesdienst mit Kirchenchor, Magden
Montag, 05. April – 06:30	Emmausgang – Treffpunkt alte HPS Rheinfelden
Montag, 05. April – 09:30	Ostermontag, Gottesdienst, Rheinfelden