

Fastenimpuls Innere Einkehr

Für die Fastenzeit gehört für mich auch die Innere Einkehr dazu, nicht nur fasten, kein Süßes, kein Alkohol, kein Kino Hier ein paar Gedanken zur Einkehr:

I	=	innerlich aufräumen
N	=	nachdenken
N	=	neugierig sein
E	=	entschleunigen
R	=	Rituale, Ruhe
E	=	einlassen, erwachen
E	=	Einsicht, Endlosigkeit
I	=	in sich gehen
N	=	neu starten
K	=	Kargheit, Kurs halten, konkretisieren
E	=	erlösen
H	=	Hoffnung, Himmelreich
R	=	rein waschen, Reue

Ich muss auch innerlich aufräumen, darüber nachdenken, wie mein Leben vonstatten geht. Habe ich den richtigen Weg eingeschlagen? Habe ich Fehlentscheidungen getroffen? Habe ich mit Worten und Taten jemanden verletzt? Bereue ich es und entschuldige ich mich? Kann ich es wieder gut machen? Das sind alle Fragen und Dinge, die meine Mitmenschen, mein Gegenüber betreffen. Dann gibt es auch noch meinen Körper, meine Gesundheit, meine Gemütsverfassung. Manchmal muss man entschleunigen, zur Ruhe kommen, um wieder aufzutanken, neu durchzustarten. Ja, man muss wach werden für die Dinge, die um einen herum geschehen. Rituale können helfen, wieder in die „Spur“ zu kommen. Ich möchte aber auch meinen Kurs halten, meinen Glauben und mein Engagement in der heutigen katholischen Kirche, auch wenn dies nicht überall und immer einfach ist, zeigen. Offen bekunden, dass ich nicht mit allem einverstanden bin, mutig versuchen die christlichen Werte weiter zu geben, zu meinem Glauben stehen.

Guter Gott, es ist oft leichter gesagt als getan. Hilf uns Oasen zum Auftanken zu finden und sie zu nutzen. Hilf uns auch, uns darauf einzulassen, andere, neue Wege zu gehen. Mit deiner Hilfe geht alles, dafür danken wir Dir.

Barbara Kissels