

Meditationsimpulse in der Fastenzeit

In der Karnevalszeit wird das Leben gefeiert. Der Karneval ist normalerweise lebendig, bunt, laut, ohne Grenzen.

Mit der Fastenzeit beginnt die Zeit der inneren Vorbereitung auf Ostern. 40 Tage Fastenzeit bis zur Auferstehung, bis Ostern, das Fest der Hoffnung, der Liebe und der Freude.

Die Fastenzeit ist eine Zeit der geistigen Erneuerung, uns wieder auf das Wesentliche zu besinnen und unser Leben wieder neu zu ordnen. Es ist die Zeit, in der wir über uns, unser Verhältnis zu anderen Menschen und zu Gott nachdenken. Die Fastenzeit bereitet uns darauf vor, uns der Liebe Gottes zu den Menschen zu erinnern, das Leuchten und die Liebe Gottes in uns neu zu spüren.

In der Fastenzeit sollten wir uns die Zeit nehmen, um Gott wieder ganz nahe zu sein. Uns darauf besinnen, wie sehr er uns liebt, dass er uns so annimmt, ganz so wie wir sind.

Ein schöner Gedanke, das Gott uns vorbehaltlos liebt und wir uns ganz in seine Hände geben können.

Gebet

Jesus,

wir bereiten uns in diesen Tagen der Fastenzeit auf das Osterfest vor.

An Ostern feiern wir deinen Tod und deine Auferstehung.

Du zeigst uns, wie sehr du uns liebst.

Du zeigst uns, dass du Leben schenkst.

Öffne uns für dich und deine Liebe.

1. Impuls – Innere Einkehr

Die Fastenzeit ist die Zeit der inneren Einkehr. Wir gehen in uns und hinterfragen unsere Gewohnheiten, unsere Eigenarten und unser Leben. Gott nimmt uns die Last des Lebens nicht ab, aber er gibt die Kraft diese Last anzunehmen und zu tragen.

Wir haben 40 Tage Zeit – also viele Augenblicke unseren eigenen Lebensweg zu erkunden, zu überdenken, neu zu ordnen.

40 Tage Zeit Wichtiges von Unwichtigem zu trennen.

Und damit 40 Tage Zeit Belastendes aus unserem Leben zu verbannen und uns frei zu machen.

Es geht um mehr Tiefe in unserem Leben, um die Nähe Gottes zu spüren. Wenn wir uns darauf einlassen, wird jeder Tag ein Geschenk Gottes.

Gebet

GOTT gebe mir
die *GELASSENHEIT*,
Dinge *hinzunehmen*, die ich nicht ändern kann,
den *MUT*,
Dinge zu *ändern*, die ich ändern kann,
und die *WEISHEIT*,
das eine von dem anderen zu *unterscheiden*.

2. Impuls - Mut

In sein Inneres zu blicken, die Reise zu sich selbst zu unternehmen, das erfordert Mut.

Mut ehrlich zu sich selbst zu sein. Mut zu erkennen, das sich etwas ändern sollte und vor allem Mut, diese Änderung zu vollziehen und durchzuhalten.

Aber jede Änderung ist ein Neuanfang und der Beginn das Neue besser zu machen.

Gebet

Kehr um, sonst bleibt alles beim Alten!

Kehr um, sonst ändert sich nichts!

Kehr um, sonst entfernst du dich von Dir!

Kehr um, sonst entgeht dir das Wichtigste!

Kehr um, sonst bemerkst du nichts vom Ganzen!

Kehr um, sonst bleibt dir Gott verborgen!

Kehr um, sonst spielt sich alles hinter deinem Rücken ab!

3. Impuls - Glück

Unser ganzes Leben ist mit Alltäglichkeiten durchzogen. Morgens stehen wir auf, wir frühstücken, gehen zur Arbeit, kommen nach Hause, machen unsere Hausarbeit. Eigentlich ist jeder Alltag ähnlich.

Aber dann plötzlich gibt es Momente in diesem Alltag, die ganz Besonders sind. Sie sind licht, hell, schön. Es sind Sternstunden. Sie sind einmalig, wir möchten sie festhalten. Wir möchten sie nicht mehr loslassen.

Doch die Einmaligkeit liegt gerade darin, dass wir loslassen und uns erinnern, uns erinnern welches Glück wir empfunden haben.

Gerade das sind die Augenblicke, in denen wir Gott ganz nah bei uns spüren und uns geliebt fühlen dürfen.

Nehmen wir uns in der Fastenzeit die Zeit, uns an diese Sternstunden und das Glück zu erinnern.

Gebet

Die Sternstunden deines Lebens sind die Stunden, in denen du glücklich warst, das Leben umarmt hast und das Grinsen nicht aus dem Gesicht bekommen hast.

Die Momente, in denen du gerührt warst, jemandem nah warst oder auch dir selbst begegnet bist.

Diese kleinen und großen Momente, in denen die Zeit ein klein bisschen langsamer zu laufen scheint und wir einatmen und staunen. Jeder hat sie, kennt sie und doch sind sie manchmal flüchtig.

4. Impuls – Hoffnung

Die Hoffnung stirbt zuletzt. Wer kennt dieses Sprichwort nicht.

Die Fastenzeit gibt uns Gelegenheit, unsere Hoffnung und Träume zu überdenken, neu zu sortieren.

Unsere Hoffnung bekommt Ideen, Phantasie, wir träumen und manche Träume können wahr werden, andere anstecken. Wir können etwas bewegen.

Unsere Hoffnung muss Hände bekommen, Hände die wissen, wo sie helfen.

Unsere Hoffnung muss Füße bekommen, damit wir auf die Menschen zugehen und den Weg zu Jesus Christus finden.

Unsere Hoffnung muss Worte bekommen, Worte, die die Menschen verstehen, ein Wort zur rechten Zeit, am rechten Ort, Worte, die trösten und Worte, die Freude schenken.

Wir müssen die Hoffnung in die Welt tragen, so wie Jesus Christus.

Gebet

Menschen, die aus der Hoffnung leben, sehen weiter.

Menschen, die aus der Liebe leben, sehen tiefer.

Menschen, die aus dem Glauben leben,
sehen alles in einem anderen Licht.

5. Impuls – Licht

In der Fastenzeit haben wir Gelegenheit darüber nachzudenken, ob wir Lichtträger Gottes sind. Geben wir das Licht, das er in die Welt gebracht hat weiter oder löschen wir es aus?

Licht erhellt dunkle Momente im Leben der Menschen. Licht bringt Hoffnung, Frieden, Freiheit.

Gebet

Du bist das Licht der Welt

Jesus Christus, du bist das Licht der Welt.

Dein Licht schenkt der Welt Wärme und Geborgenheit, Nähe und Liebe.

Wir danken dir, dass dieses Licht hinein leuchtet in unsere Familien und unsere Gemeinde.

Es zeigt uns den Weg

zu einem Leben in Freiheit, Hoffnung und Wahrheit .

Wir bitten dich, lass dieses Licht nicht ausgehen.

Lass uns so viel von diesem Licht in uns tragen, dass auch wir zu Lichtträgern in der Welt werden können, dass auch wir Wärme Geborgenheit, Nähe und Liebe schenken können und unsere kleine Welt ein wenig heller und besser machen.

6. Impuls - Liebe

Die Fastenzeit gibt uns die Gelegenheit über unsere Liebe zu Gott und zu den Menschen nachzudenken. Die Sehnsucht nach Liebe ist von Geburt an im Innersten eines jeden Menschen angelegt. Die Liebe ist die wichtigste und stärkste Kraft unserer menschlichen Seele, die uns antreibt. Liebe ist die Brücke zu den Menschen, das Unmögliche zu wagen.

Die Liebe ist das größte Geschenk, das wir uns gegenseitig machen können. Wer lieben kann, sieht mit den Augen, hört mit den Ohren, kann in der Welt etwas bewegen, rückt alles ins rechte Licht.

Am Ende bleibt immer die Liebe!

Gebet

Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,

dass ich liebe, wo man hasst;

dass ich verzeihe, wo man beleidigt;

dass ich verbinde, wo Streit ist;

dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum ist;

dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;

dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält.

Dass ich Licht entzünde, wo Finsternis regiert;
dass ich Freude bringe, wo Kummer wohnt.

Herr, lass mich danach streben,
dass nicht ich getröstet werde, sondern dass ich tröste;
dass nicht ich verstanden werde, sondern dass ich verstehe;
dass nicht ich geliebt werde, sondern dass ich liebe.