

Atempausen Fastenzeit 2019 3. Woche: „DurchHALTEN“



Bibelstelle

Die ewige Gottheit,
Gott, hat die Enden der Erde geschaffen,
sie wird nicht müde noch matt.
Ihre Einsicht ist unerforschlich.
Sie gibt den Müden Kraft
und den Ohnmächtigen vermehrt sie die Stärke.
Junge Leute werden müde und matt,
Jugendliche straucheln.
Aber die auf Gott hoffen, gewinnen neue Kraft,
sie steigen auf wie Adler.
Sie laufen und werden nicht matt,
sie gehen und werden nicht müde.

(Jesaja 40,28-31)

Impuls

Das klingt märchenhaft, was der Prophet Jesaja da ankündigt. Zu schön, um wahr zu sein: Gottvertrauen wirkt so wie ein Energy-Drink? Das hilft beim Durchhalten? Vielleicht hast du während der vergangenen Wochen auch ganz andere Erfahrungen gemacht. Sich auf Gott einzulassen, in der Zeit vor Ostern auf etwa zu verzichten, etwas nicht mehr zu machen, zu beten, sich auf Gott einzulassen, das kann anstrengend sein. Die Wirkung von Hoffnung und Gottvertrauen ist nicht auf Knopfdruck abrufbar, sondern sie ist ein Geschenk. Vielleicht erhältst du dieses Geschenk zu einer Zeit, in der du gar nicht damit rechnest.

Gebet

Guter Gott, immer wieder versuche ich, mir Zeit freizuschaukeln. Wenn mich die Alltagsdinge überrollen, fällt es mir schwer, eine mir dir und mir vereinbarte Zeit frei zu halten, eine Zeit in der ich nichts mache, eine Zeit, in der ich die Stille vor dir und mit mir aushalte. Lass dass Verweilen vor dir, zu einer guten Gewohnheit werden, auch wenn ich die Wirkung nicht sofort spüre.
Amen

Einladung zur Aktion „6Wochen ohne“

Die Arbeitsgruppe „Atempause“ im Caritasverband begleitet die diesjährigen Wochenimpulse in der Fastenzeit mit einer Fastenchallenge (Herausforderung) auf der Instagramseite des Verbandes: www.instagram.com/caritas_geldern/

Auch youngcaritas ist beteiligt:

www.caritas-geldern.de/alle/youngcaritas/youngcaritas

- ➔ Für jede Woche gibt es einen konkreten Vorsatz, eine konkrete Aufgabe, eine Herausforderung.
Die Herausforderung für die dritte Fastenwoche lautet:

➔ Eine Woche ohne Ausreden

Wir machen uns eine riesige To-Do-Liste für den Tag.
Am besten wollen wir kurz die Welt retten
oder an einem Tag alles für die ganze Woche schaffen.
Und dann kommen sie: die kleinen Ausreden, die uns helfen,
die Dinge auf der Liste nicht zu tun.
Kürzen wir in dieser dritten Fastenwoche unsere Liste,
damit die Aufgaben auch an einem Tag erledigt werden können
und lassen die Ausreden weg!