

Atempausen Fastenzeit 2019

6. Woche: „GeHALTEN sein“



Impuls

Ich bin gesegnet.

Als Mensch, so wie ich bin, bin ich sehr gut.

Gott selbst hat mich erdacht, als Mensch, als ihm ähnlich.

Es ist ganz gleich, welchem Geschlecht
oder welchem Kulturraum ich angehöre,
ob ich auffalle oder glaube, unscheinbar zu sein.

Gott nimmt mich als Erdling an.

Auf sein wohlwollendes „mit mir sein“

darf ich mich immer verlassen,
vor und unabhängig von all meiner Leistung.

Gott verspricht mir, dass ich von ihm gehalten bin.

Auf diesem Fundament darf ich werden.

Bibelstelle

Dann sprach Gott:

Lasst uns Menschen machen als unser Bild,
uns ähnlich!

Sie sollen walten über die ganze Erde.

Gott erschuf den Menschen als sein Bild,
als Bild Gottes erschuf er ihn.

Männlich und weiblich erschuf er sie.

Gott segnete sie.

Gott sah alles an, was er gemacht hatte:

Und siehe, es war sehr gut! (Genesis 1,26-31a)

Gebet

Liebender Gott,

ich danke dir dafür,
dass du mich willst.

Dein Segen erfreut mich.

Dein Halt gibt mir Kraft.

Danke,

dass ich sein darf, so wie ich bin,
so wie du mich gewollt hast.

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 sechste Fastenwoche lautet:

- ➔ **Eine Woche ohne negative äußere und innere Einflüsse (Nachrichten, Gemecker, schlechte Laune, negative innere Einstellung, etc.)**

Wenn ich die Nachrichten anschalte, gibt es häufig keine guten Nachrichten. Wenn ich mit dem Auto unterwegs bin, rege ich mich gerne über Leute auf, die nicht so fahren wie ich es tue. Wenn der Tag schon nicht gut angefangen hat, dann bin ich der Meinung er kann auch nicht gut weitergehen. Man lässt sich oft vom Negativen viel schneller beeinflussen als vom Positiven. Lasst uns eine Pause davon machen. Eine Woche ohne schlechte Nachrichten, schlechte Laune und alles, was dazu gehört. Wenn wir genau hinsehen, dann werden wir merken, dass in unserem Leben die Freude und das Gute überwiegen und dass wir selbst auch ein großes Stück dafür verantwortlich sind, dass das so bleibt.

Was bereitet euch Freude im Leben? Worin geht ihr auf? Was macht euch gute Laune? Kommentiert gerne und lasst uns allen ein bisschen von eurer Freude da!