

## Impuls in den Tag – 7. Sonntag im Jahreskreis, 21.2.2021

---

von Sabi George, Pater

### Fastenzeit

entdecke die Schönheiten unseres Lebens



Am Beginn der Fastenzeit, am Aschermittwoch, steht das eindrückliche Ritual des Aschekreuzes mit den begleitenden Worten: „Kehrt um und glaubt an das Evangelium!“

Ja, die Fastenzeit, sie fordert uns auf, innezuhalten und uns zu besinnen, umzukehren und **neue Wege** zu suchen.

Sie lädt dazu ein, gerade in dieser Pandemiezeit, das eigene Leben in seiner Schönheit zu entdecken und neue Wege zu gehen.

Fasten bedeutet, das anzuschauen, was in mir dunkel ist, zu sehen, was ich bin und was zu mir gehört. Dadurch komme ich vielleicht mit dem in Berührung, was mein Leben unmöglich macht, wo meine Lebendigkeit verkümmert und meine Entfaltung stört. Zu erkennen, wo ich mir selbst oder anderen schade.

So wie bei Jesus in der Wüste, kann das Fasten mit besonderen inneren Erfahrungen und Wandlungen verbunden sein. Nach der Auseinandersetzung mit dem Dunklen, kommt es zu Erfahrungen des Hellen und Leuchtenden: „Darauf ließ der Teufel von ihm ab, und es kamen Engel und dienten ihm,“ heißt es im Evangelium.

Wir gehen auf Ostern zu, auf das Geheimnis von Auferstehung und neuem Leben. Das Fasten kann uns helfen, einen besseren Blick und mehr Aufmerksamkeit für dieses Geheimnis zu bekommen. Diese Zeit will uns an die Fähigkeiten unseres Lebens und an die echten Quellen unserer Lebenskraft führen. So ist das Fasten eine Chance für uns, mit einer großen Perspektive hin zu Ostern, hin zum Fest des Lebens zu kommen. Nutzen wir die Zeit!

In diesem Sinne wünsche ich euch und Ihnen eine fruchtbare und gnadenreiche Fastenzeit!

Foto | [www.fachstelle-medien.de](http://www.fachstelle-medien.de)