

Fleisch, Süßigkeiten, Alkohol oder Zigaretten zu verzichten. 83 Prozent wollen ihre Gewohnheiten nicht ändern.

Allen ,die in dieser Fastenzeit über ihr Leben und ihre Gewohnheiten nachdenken bzw. ihr Leben neu „strukturieren“ wollen, wünsche ich von Herzen viel „Gottvertrauen“ und nicht zuletzt seine spürbare Nähe besonders dann , wenn es wieder beim Alten bleiben sollte!

Ihr D. Niklewicz ,Pfr

Umkehr beginnt,
wenn ich zugebe, dass ich mich verlaufen habe.

Gordon MacDonald

спасибо 谢谢
GRACIAS 谢谢

THANK YOU

ありがとうございました MERCI

DANKE धन्यवाद

شكراً OBRIGADO

Vielen Dank !

Bei der Gelegenheit bedanken wir uns als Kirche St. Ludwig bei unserem Frauenkreis für die großherzige Spende von 415 € für die geplante „Beschallungsanlage“ , sowie für die Spende von 200 € ,die unseren Ministranten für Ihre Romreise zugutekommen soll!

Vielen, vielen Dank!

Fasten – ja , aber wie ?



Nach den Karnevalstagen begann für die Christen am Aschermittwoch die österliche Bußzeit, auch Fastenzeit genannt.

Das Aschenkreuz ist ein äußeres Zeichen für den Beginn des Fastens und die erneuerte Bereitschaft, das Leben nach christlichen Maßstäben auszurichten.

Ein Karnevalswitz erzählt von drei Diäten, die jemand einhält: „Von einer Diät wird man ja nicht satt“, heißt die Pointe, und dem Hungerkünstler ist Mitleid gewiss und meist auch ein wenig Schadenfreude. Wer hätte es nicht selbst schon einmal versucht, überflüssige Pfunde loszuwerden - und ist dabei gescheitert.

Auch beim Fasten mit christlicher Intention kann man scheitern, aber nur dann, wenn man - nicht zunimmt. „Abzuspecken ist gewiss erlaubt, aber es geht um ein Mehr: in der Beziehung zu Gott, zu sich selbst und zu den Mitmenschen.

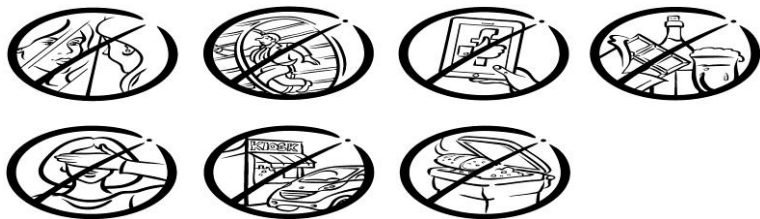
Die Fastenzeit stelle keinen Körperkult in den Mittelpunkt-ihre Ziel ist eine Neuausrichtung des Fastenden. „Indem ich einschränke, werde ich sensibel für das, was ich brauche. Ich kann entdecken, was mir gut tut und wer und was in meinem Leben wirklich wichtig ist“.

Gewissermaßen zur Entschlackung wie beim körperlichen Fasten kommt es dann, wenn Fehlhaltungen und schlechte Gewohnheiten korrigiert werden. „Das ist gemeint, wenn Christen von Umkehr sprechen: Richtungsänderung, vielleicht sogar: runter vom falschen und rauf auf den richtigen Weg.“ Das tue dem ganzen Menschen gut.

Worauf kommt es an ?

Das Fasten beschränkt sich darum nicht nur auf das Essen. Es soll ebenso auf Zeit raubende Vergnügungen wie auf gedankenlosen Konsum verzichtet werden. Durch den Verzicht werden Zeit, Geld und Mittel frei für die Auseinandersetzung mit der eigenen Person, für die Begegnung mit Menschen und die Solidarität mit den Armen, für das Gebet zu Gott und die Meditation.

Die persönliche, soziale und religiöse Dimension des Fastens bildet für die Christen eine untrennbare Einheit. Es entspricht dem christlichen Menschenbild. Jeder Mensch ist einzigartig, kann aber nicht ohne andere Menschen sein, und die Existenz und Freiheit des Menschen verdanken sich Gott, dem Ziel des Lebens



Um das immer wieder zu entdecken und bewusst zu halten, brauche es besonderer Zeiten und Gelegenheiten. „Die Fastenzeit bedeutet also mehr Gewinn als Verzicht, weil sie mich den Reichtum meines Lebens entdecken lässt. Christen könnten darum heiter fasten.

„Zumal das Ziel Ostern heißt, das Fest der Auferstehung! Das bedeutet Zukunft über den Tod hinaus.“

Die Tradition der 40 Tage

Warum dauert die Fastenzeit eigentlich genau 40 Tage? Die Zahl 40 hat in der Bibel eine hohe Symbolkraft. So wandert Elias 40 Tage zum Berg Horeb (1 Kön 19,8), 40 Tage bleibt Moses auf dem Berg Sinai (Ex 24,18) und 40 Jahre wandern die Israeliten durch die Wüste (Ex 16,35). Die katholische Kirche hat die Dauer der Fastenzeit auf 40 Tage angesetzt, in Anlehnung an das Fasten Jesu in der Wüste: (Mt 4,2). Übrigens wird auch das Fest Christi Himmelfahrt 40 Tage nach Ostern gefeiert (Apg 1,3).

Ziele sind
WEGWEISER.
Sie leiten dich &
zeigen dir,
was in deinem
Leben
alles möglich ist.

Dass man rechnerisch bei der Zeit von Aschermittwoch bis zum Karsamstag auf 40 Tage kommt, liegt an den ausgesparten Sonntagen. Sonntage zählen nicht zu den Fastentagen. Beim Fasten geht es schließlich nicht um Selbstkasteiung, sondern um ein Überdenken der eigenen Haltung. So dürfen die Sonntage durchaus als kleine Inseln, als Atempausen

in der Fastenzeit gelten, an denen man sich ruhig etwas gönnen darf - denn schlechte Laune ist alles andere als christlich, heißt es doch in der Bibel: „Wenn ihr fastet, macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler. Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, daß sie fasten.“ (Mt 6,16)

Wie viele fühlen sich heute davon noch angesprochen ?

Jeder siebte Deutsche will fasten. In einer Forsa-Umfrage für den „Stern“ erklärten 14 Prozent der Bundesbürger, in den kommenden Wochen auf Nahrungs- und Genussmittel wie