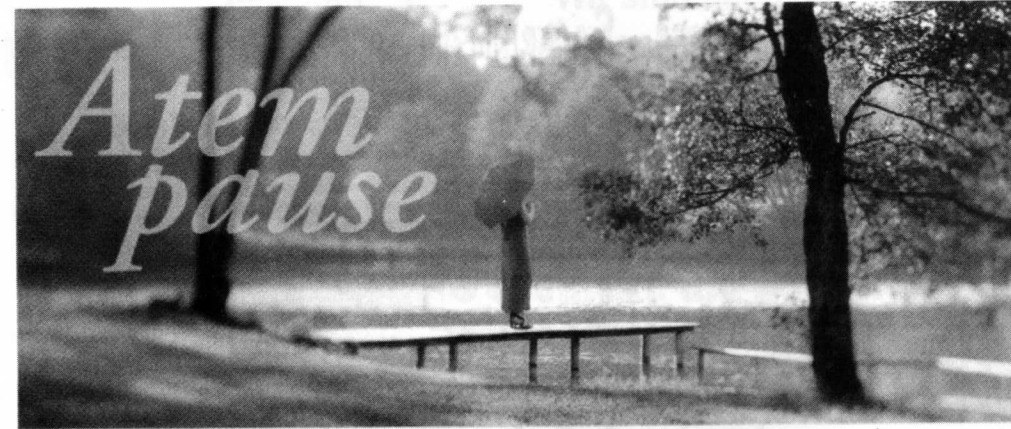




Fastenaktion der evangelischen Kirche



Die Fastenaktion *7 Wochen Ohne* wird von vielen Menschen als Aufforderung angenommen, freiwillig auf etwas zu verzichten. In einer Zeitschrift haben wir folgendes „aufgelesen“:

“Es mag paradox klingen, doch für mich bedeutet Verzicht oftmals eine Steigerung der Intensität - einer Intensität des (Er-)Lebens, die erst durch das bewusste Weglassen der zahllosen überflüssigen Dinge um einen herum erzielt wird ...

In der Fastenzeit etwa wird der Verzicht auf Alkohol und Tabak angemahnt, die so genannten Genussmittel.

Mein höchster Genuss aber ist das Leben selbst. Und darauf kann und will ich nicht verzichten, genauso wenig wie auf die wichtigsten Menschen: meine Freunde!”

(Inga Rumpf, Musikerin und Komponistin)

In diesem Jahr heißt das Motto der Fastenaktion: *Atempause - spüren, wie das Leben fließt*. Wir leben in Zeiten, in denen es für viele nur wenige Momente fürs Innehalten gibt. Wer dieses schmerzlich spürt, der sehnt sich zugleich nach einer Unterbrechung. So ist für viele die Passionszeit ein willkommener Anlass, neu nach den Kraftquellen des Lebens zu suchen, sich neu auszurichten auf Gott, Meditation und Gebet für sich zu entdecken. Gemeinsam können wir in den sieben Wochen den Weg von der Quelle zur Mündung beschreiten. Dazu gehört zunächst einmal, die Quellen des Lebens zu entdecken:

Oasen der Stille für sich zu finden, um zu spüren, wie das Leben fließt,
vom Gewohnten loszulassen,
dem Fluss des Lebens zu folgen.

So ermutigt, können wir dann neue Kraft schöpfen, um den Weg, der sich uns eröffnet, zu Ende zu gehen.

Das Bewusstsein, innezuhalten, eingeschliffene Verhaltensweisen zu überdenken und sich auf das Neue einzulassen, aus „Weniger“ - „Mehr“ zu machen, eröffnet neue Perspektiven.