

Fastenzeit – Zeit für einen Stopp

Wir sind ständig unterwegs auf unserem eigenen Lebensweg. Dabei scheint es, als stehe die Zeit niemals still.

Auch die Fastenzeit kann als Weg verstanden werden. Dieser Weg lädt uns dazu ein, uns neu auszurichten, zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu tanken.

Dabei geht es darum, über die Beziehung zu sich selbst, zu seinen Mitmenschen und zu Gott nachzudenken.

Aufgaben:

1. Wer/ Was bringt dich im Alltag zum Anhalten?
Wer/ Was lässt dich zur Ruhe kommen, damit du dein Leben wieder bewusster leben und dich neu ausrichten kannst? Notiere dies auf einer Karte.
2. Beobachte im Laufe der Fastenzeit, wo in deinem Alltag Stopps zum Anhalten möglich sind. Was hat sich verändert und welche Konsequenzen haben sie für dein Leben?