21.03.2023 um 17:45 Uhr
hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von
Jochen Straub,
Seelsorge für Menschen mit Behinderung im Bistum Limburg

Fastenzeit, zweite Hälfte

Jeden Morgen schaue ich in unsere Tageszeitung. Eine Seite mag ich besonders. Auf meiner Lieblingsseite stehen drei Beiträge, von denen ich mindestens einen in den Tag mitnehme: ein Bild mit einem Sinnspruch, eine Bibelstelle zum Tag und der Witz des Tages.

Schneller fasten?

Zu Beginn der Fastenzeit fand ich als Witz des Tages folgenden Dialog: „Ich habe gerade ein Sieben-Tage-Fastenprogramm beendet.“ – „Machst du das nicht erst seit gestern?“ – „Ich hab´s schneller durchgezogen.“

Die Fastenzeit ist jetzt fast zur Hälfte rum, ich muss an diesen Witz wieder denken und frag mich: Wie steht es eigentlich gerade um meine Fastenvorsätze? Hab ich sie womöglich auch schon vorzeitig abgebrochen? Oder halte ich einigermaßen durch bis Ostern?

Vorsätze, einmal anders

Ich hab mir dieses Jahr vorgenommen, gesünder zu essen und mir mehr Zeit zu nehmen: Zeit für Beziehung, Zeit für mich und ja, gegen manche Gedanken zum Fasten, auch Zeit für bewussten Genuss am Wochenende. Zugegeben: Das ist vielleicht auch leichter durchzuziehen als Essensverzicht. Aber auch diese Vorsätze waren in den letzten Wochen gar nicht immer so einfach umzusetzen. Nach der Hälfte der Fastenzeit will ich jetzt mal schauen: Wie lief es bisher? Und was will ich in den nächsten Wochen noch mehr umsetzen?

© 2023 · Kirche im hr

Durchhalten tut gut

Eines ist mir klar: abbrechen steht nicht zur Debatte. Denn meine Fastenvorsätze tun mir, alles in allem, sogar richtig gut und machen Freude.

© 2023 · Kirche im hr