

Mehr oder weniger sieben Wochen - Fastenzeit

Mehr Zeit für Menschlichkeit.
Oder weniger klagen über den Alltag.
Mehr Dankbarkeit für erfreuliche Kleinigkeiten jeden Tag.
Oder weniger Gerede hinter vorgehaltener Hand.
Mehr Gespräche mit Gott.
Oder weniger „alles-haben-müssen“.
Mehr Aufmerksamkeit für meine Stärken.

Fastenzeit - Sieben Wochen für Gottes Welt.



Im Buch des Propheten Jesaja (Kapitel 58) lesen von einer Rede an das Volk Israel, mit Beispielen, welches Fasten sich Gott wünscht: Unrecht und Unterdrückung beenden, Arme und Obdachlose versorgen, sich nicht der Verwandtschaft entziehen. Auffällig ist: Immer stehen Mitmenschen im Mittelpunkt, deren Leben belastet ist durch Streit oder nicht gelingende Teilhabe.

Wenn Jesaja heute zu uns sprechen würde:

- Welche Menschen würde er in den Mittelpunkt stellen?
- Wer in meiner Umgebung braucht Unterstützung?
- Was kann ich tun, damit Erschöpfte Entlastung und Zuwendung bekommen?
- Kann ich in meinem Umfeld für mehr Menschlichkeit oder Hilfsbedürftige eintreten?

Es gibt viele Möglichkeiten die sieben Wochen der Fastenzeit zu gestalten. Etwas zu tun, was unser Miteinander fördert, ist auf alle Fälle eine sehr gute Möglichkeit.

Eine ganz besondere Chance dieses Jahr: Auch Muslime und Muslimas beginnen am 18. Februar 2026 ihre Fastenzeit. Auch für sie hat Nächstenliebe eine wichtige Bedeutung in der kommenden Zeit. Lassen Sie sich einladen, die folgenden Wochen ganz bewusst mit Menschlichkeit und Miteinander zu gestalten.

Wir wünschen allen Fastenden eine gesegnete und erfüllte Zeit.

In Vertretung: Claudia Chmiel, Referentin für Theologie und Spiritualität, KDFB Diözesanverband Augsburg e. V.

Foto © Piret Ilver auf Unsplash