

Liebe Schwestern und Brüder

im Seelsorgeraum „An der Leitha“ und darüber hinaus!

In der Fastenzeit dieses Jahres möchte ich euch Sonntag für Sonntag einen Fastenbrief mit Impulsen für diese Zeit mitgeben. Anregungen, Gedanken und Informationen können so durch diese Zeit führen!

Der Fastenbrief soll in erster Linie ein spiritueller Begleiter durch die Fastenzeit sein. Er liegt in den Pfarren des Seelsorgeraumes „An der Leitha“ auf und ist auch über die Homepage [www.seelsorgeraum-an-der-leitha.at](http://www.seelsorgeraum-an-der-leitha.at) erhältlich.

Im deutschen Sprachraum nennt man die 40 Tage vor Ostern einfach „Fastenzeit“ wodurch jedoch leicht der Eindruck entstehen kann, dass es in dieser Zeit einfach nur um „Verzicht“ geht. „Fasten“ hat in der Gesellschaft von heute – abgesehen vom Gesundheitsbereich - keinen besonderen Stellenwert. Aber die Fastenzeit ist viel mehr. Es geht um **Beten, Almosengeben und Fasten**.

### **Beten**

Beten ist die Urgebärde des Menschen in allen Religionen. Beten war schon immer Kontaktaufnahmen mit dem Ewigen, mit dem göttlichen Geheimnis. Eine einfache und großartige Geste des Betens ist das „Kreuzzeichen“. Ich empfehle, dieses ganz bewusst am Beginn des Gebetes zu machen. Das Kreuzzeichen ist quasi die Eintrittstür in das Geheimnis Gottes. Wenn wir auf dem Weg hin zu Ostern in besonderer Weise zum Gebet eingeladen werden, dann geht es nicht nur darum, die Gebetszeiten vielleicht auszudehnen, sondern es geht um die Vertiefung. Nimm dir eine bestimmte Zeit zum Gebet frei! Schau dir bereits am Abend den nächsten Tag an und überlege, wann du eine gute Gebetszeit unterbringen kannst?

### **Almosengeben**

Der Begriff „Almosen“ hat seine Wurzeln im Griechischen und bedeutet „Mitleid, Erbarmen“ oder „milde Gabe“, für Menschen die arm dran sind. Es geht also um viel mehr als eine „Mini-Spende“. Die Möglichkeiten um zu spenden sind heute nicht zu übersehen. Jede Woche bekomme ich Schreiben von den verschiedensten Organisationen und fast jede Woche wird für etwas anderes in der Kirche gesammelt. Einmal für die Mission, dann für die Priesterausbildung, dann wieder für den Muttertag, dann wieder für das Heilige Land. Almosengeben bedeutet zuerst sich vom Leid berühren zu lassen. Wer braucht was? Wo gibt es in Hilfe noch Defizite? Die Kirche hat immer jene Not wahrgenommen, die andere noch nicht erkannt haben. Almosengeben kann auch bedeuten einfach Zeit zu schenken, für Menschen die uns brauchen. Welche notleidenden Menschen sind dir besonders wichtig?

## Fasten

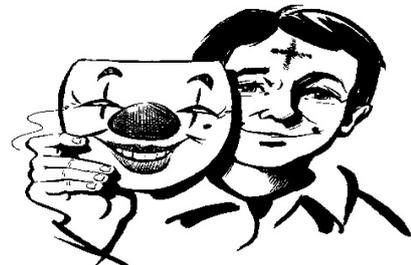
„Fasten“ riecht nach verzichten und passt nicht so richtig in unsere Wohlstandsgesellschaft. Aber der Verzicht schafft neue Freiräume. Wenn ich weniger vor dem Fernseher sitze, habe ich Zeit für etwas anderes! Wenn ich weniger Rauche, bleibt mir Geld für etwas anderes? Wenn ich weniger....., dann habe ich mehr für.....?

Jesus geht vierzig Tage in die Wüste. Weil er von anderen Dingen und Menschen nicht abgelenkt wurde, konnte er sich mehr auf sich selbst und auf Gott einlassen. So wurde für ihn die Wüste zum Gewinn, weil er nach dieser Zeit wusste, worin sein Auftrag und sein Leben bestehen. Erst nach der Wüstenzeit beginnt er öffentlich zu wirken!

In der Fastenzeit dürfen wir unseren Geist beflügeln. Ich möchte daher für jeden Tag einen Gedanken zum Weiterdenken mitgeben. Die Zitate sind entnommen aus *Te Deum, Stundengebet im Alltag, Februar 2024*.

### Gedanken für den Tag

- Aschermittwoch, 14. Februar 2024 *Fühle mit allem Leid der Welt, aber richte deine Kräfte nicht dorthin, wo du machtlos bist, sondern zum Nächsten, dem du helfen, den du lieben und erfreuen kannst. (Hermann Hesse, 1877-1962)*
- Donnerstag, 15. Februar 2024 *Es gibt nichts Läuterndes als ein Fasten, doch Fasten ohne Gebet ist unfruchtbar. (Mahatma Gandhi, 1869 – 1948, indischer Widerstandskämpfer und Pazifist)*
- Freitag, 16. Februar 2024 *Sich selbst verleugnen und sein Kreuz auf sich zu nehmen hat nichts mit Masochismus und seelischer Verkrüppelung zu tun, sondern sehr viel mit Humor und Selbsterkenntnis. (Michael Th. Schulz, geb. 1944, evang. Theologe)*
- Samstag, 17. Februar 2024 *Man ist angewiesen. Diese Bedürftigkeit ist vielleicht die größte Kunst, die man lernen kann. In den wichtigsten Dingen des Lebens ist man nicht sein eigener Meister. (Fulbert Steffensky, geb. 1933, evang. Theologe)*



So wünsche ich allen einen guten Start in die Fastenzeit!