



Fastenzeit â?? Anders-Zeit

Description

Moment mal

[FÃ¼r-auf-Himmelsschaukel_Blick-in-die-Weite](#) - Foto: Sonja Knapp

Bild: Sonja Knapp

Fastenzeit â?? Anders-Zeit

â??Diesmal mache ich es anders!â??, hatte ich mir fest vorgenommen. Die Fastenzeit soll in diesem Jahr fÃ¼r mich eine Anders-Zeit werden! Ich will nicht hinein stolpern, sondern ganz bewusst starten. Ich quartiere mich eine Woche aus und organisiere, dass ich wirklich FREI-RAUM habe; ohne ToDoâ??s und Verpflichtungen.

Am Ende kam es ganz anders als geplant. Ich habe mich ausquartiert- aber das Leben ist mir nachgereist und hat mich vor ganz ungeahnte Herausforderungen gestellt. So wurde diese erste Fastenwoche tatsÃ¤chlich eine Anders-Zeit, aber ganz kontrÃ¤r zu dem, was ich erwartet oder gewÃ¼nscht hatte.

Dennoch war in dieser ersten Fastenwoche etwas von dem, wonach ich mich im Vorfeld sehnte:

Ein Weg zu

mehr Lebendigkeit
mehr Beweglichkeit (innerlich und Ã¤uÃ?erlich)
mehr Achtsamkeit
mehr Lebensfreude.

Loslassen â??

ent-schlacken
ent-giften

Ballast abwerfen

â?? körperlich und seelisch.

FREI werden

von To-Do's und Verpflichtungen

von Ängsten und Sorgen

für alles, was das Leben für mich bereit hält.

Lauschen

auf meinen Leib

auf meine Seele

und â?? endlich mal wieder â?? auf Dich, Gott!

Dafür bin ich dankbar.

Mal sehen, wie es weiter geht. Es sind ja noch ein paar Tage!

[Sonja Knapp](#)