



Fastenzeiten

Description

Meditation

[Nebellandschaft- Foto: Jewgenia Stasiok](#)

Foto: Jewgenia Stasiok

Zum Evangelium des 1. Fastensonntages "Mt 4,1-11

Fastenzeiten

bewusst aussteigen
aus dem alltäglichen Einerlei

mir Fastenzeiten gönnen
um zu neuer Klarheit und Lebendigkeit zu finden

dem Geist Gottes vertrauen
der mich auch in Wüstenzeiten führen wird

mich dem Haben-Wollen verweigern
die Leere aushalten und Verzicht üben

der Versuchung widerstehen
mich auf den Jahrmarkt der Eitelkeiten locken zu lassen

meine innere Freiheit trainieren
und mein Gottvertrauen einer Bewährungsprobe unterziehen

Räume der Stille schaffen
um wieder sensibel zu werden für die leise Stimme Gottes

mich berühren und bewegen lassen von Seinem Wort
das neue Farbe und Leichtigkeit in mein Leben bringen wird

[Hannelore Bares](#)