

Fastenzeit 2021

„Impfprogramm Hoffnung“

Das winzige Virus hat die Welt durcheinandergebracht. Auch im geistigen Sinn liegt eine ansteckende Stimmung auf der Welt, die verwirrt und krank macht.

Gegen das Coronavirus haben Wissenschaftler eine Impfung gefunden. Gegen die innere Trübung kann der Glaube wie eine Impfung wirken. In der Fastenzeit laden wir ein zu einem geistigen Impfprogramm aus dem Schatz christlicher Erfahrung – jeden Tag nachdenken, beten, in sich aufnehmen.

1. Woche

„Werft die Zuversicht nicht weg!“ (Hebr 10,35)

Den Unterschied zwischen Optimismus, Zuversicht und Pessimismus erklärt

folgende Geschichte:

Drei Frösche fallen in einen Topf mit Milchobers.

Der Pessimist denkt: „O je, wir sind verloren, alles sinnlos.“ Sagt's und ertrinkt. Der Optimist gibt sich unerschütterlich: „Keine Sorge, nichts ist verloren. Am Ende wird Gott uns retten.“ Er wartet und wartet und ertrinkt ...

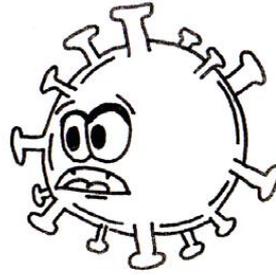
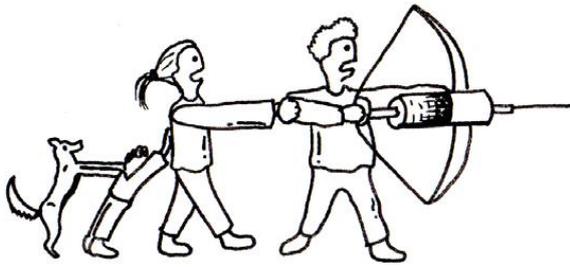
Der dritte Frosch ist zuversichtlich. Er sagt sich: „Schwierige Lage, da bleibt mir nichts übrig, als zu strampeln.“

Und er strampelt und strampelt, bis das Obers zu Butter wird. Mit einem Sprung rettet er sich aus dem Topf.

Was sagt mir die Geschichte von den drei Fröschen?

Ich spüre und beobachte, wie ich mich verändere, je nachdem, ob ich Verzweiflung

oder Hoffnung in mir stärke. Ein weiser Hirte sagte: „Nur Geduld, mit der Zeit wird aus Gras Milch!“



Fastenzeit 2021

„Impfprogramm Hoffnung“

Das winzige Virus hat die Welt durcheinandergebracht. Auch im geistigen Sinn liegt eine ansteckende Stimmung auf der Welt, die verwirrt und krank macht.

Gegen das Coronavirus haben Wissenschaftler eine Impfung gefunden. Gegen die innere Trübung kann der Glaube wie eine Impfung wirken. In der Fastenzeit laden wir ein zu einem geistigen Impfprogramm aus dem Schatz christlicher Erfahrung – jeden Tag nachdenken, beten, in sich aufnehmen.

2. Woche

„Ein fröhliches Herz tut der Gesundheit gut, ein bedrücktes Gemüt lässt die Glieder verdorren.“

Spr 17,22

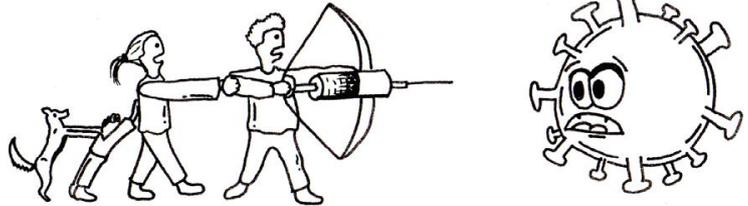
Man kann mit Kleinigkeiten für ein fröhliches Herz sorgen.

Hier **fünf Tipps des großen Thomas von Aquin** für Menschen, die traurig und niedergeschlagen sind: Probiere einen Tipp pro Tag aus!

- • **Tränen:** Weinen spült den lähmenden Schmerz aus der Seele
- • **Das Mitleid der Freunde:** Suche das Gespräch mit Freunden
- • **Der Wahrheit ins Auge sehen:** „Es ist, wie es ist!“ Die Wahrheit der Welt und die Wahrheit Gottes
- • **Schlafen:** Sich erholen (ein Spaziergang hilft oft mehr als Liegen)
- • **Baden:** Sich etwas Gutes gönnen (ein Spaziergang; etwas Gutes essen; Musik hören; etwas tun, was Freude macht)

Fastenzeit 2021

„Impfprogramm Hoffnung“



Das winzige Virus hat die Welt durcheinandergebracht.

Auch im geistigen Sinn liegt eine ansteckende Stimmung auf der Welt, die verwirrt und krank macht.

Gegen das Coronavirus haben Wissenschaftler eine Impfung gefunden.

Gegen die innere Trübung kann der Glaube wie eine Impfung wirken.

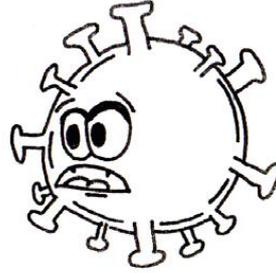
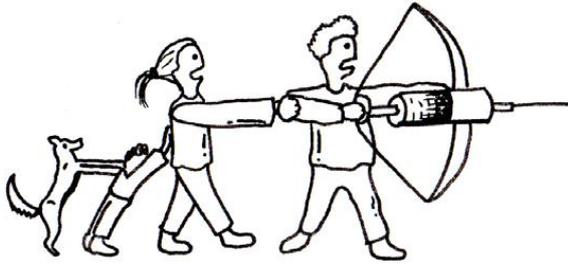
In der Fastenzeit laden wir ein zu einem geistigen Impfprogramm aus dem Schatz christlicher Erfahrung – jeden Tag nachdenken, beten, in sich aufnehmen.

3. Woche „Übrigens hat Gott in alles die Ewigkeit gelegt!“

Koh 3

Oft haben wir eine fixe Idee, wie es sein müsste, aber es kommt anders.

- • Loslassen und „die gegenwärtige Gnade lieben!“
- • Auszug aus „**Willkommen in Holland**“ (von *Emily Perl Kingsley*)
Ich werde oft gefragt, wie es ist, ein behindertes Kind großzuziehen ... Wenn man ein Baby erwartet, ist es, als würde man eine wundervolle Reise nach Italien planen. Man deckt sich mit Prospekten und Büchern über Italien ein und macht sich großartige Pläne. Man lernt vielleicht noch ein paar nützliche „Brocken“ Italienisch.
Nach Monaten kommt endlich der langersehnte Tag. Man packt die Koffer, und es geht los. Einige Stunden später landet das Flugzeug. Die Stimme der Stewardess aus dem Lautsprecher sagt: „Willkommen in Holland!“ „Holland ?? Was meinen Sie mit Holland?? Ich habe eine Reise nach Italien gebucht! Mein ganzes Leben lang habe ich davon geträumt, nach Italien zu fahren!“
Aber der Flugplan wurde geändert. Du bist in Holland gelandet und da musst du jetzt bleiben. ... Also musst du losziehen und neue Reiseführer besorgen, eine komplett neue Sprache lernen. Und du triffst Menschen, die du in Italien nie getroffen hättest. Es ist nur ein anderer Ort, langsamer als Italien, nicht so glitzernd wie Italien.
Nach einer gewissen Zeit, und wenn du dich von deinem Schrecken erholt hast, schaust du dich um, und du entdeckst, dass Holland Windmühlen hat, Tulpen, sogar Gemälde von Rembrandt. Aber alle, die du kennst, beschäftigen sich damit, nach Italien zu reisen. Und für den Rest deines Lebens sagst du dir: „Ja, Italien, dorthin hätte auch meine Reise führen sollen.“ Und der Schmerz darüber wird nie vergehen. Aber wenn du dein Leben damit verbringst, dem verlorenen Traum der Reise nach Italien nachzutrauern, wirst du nie offen dafür sein, die einzigartigen und wundervollen Dinge genießen zu können... in Holland.



Fastenzeit 2021

„Impfprogramm Hoffnung“

Das winzige Virus hat die Welt durcheinandergebracht. Auch im geistigen Sinn liegt eine ansteckende Stimmung auf der Welt, die verwirrt und krank macht.

Gegen das Coronavirus haben Wissenschaftler eine Impfung gefunden. Gegen die innere Trübung kann der Glaube wie eine Impfung wirken. In der Fastenzeit laden wir ein zu einem geistigen Impfprogramm aus dem Schatz christlicher Erfahrung – jeden Tag nachdenken, beten, in sich aufnehmen.

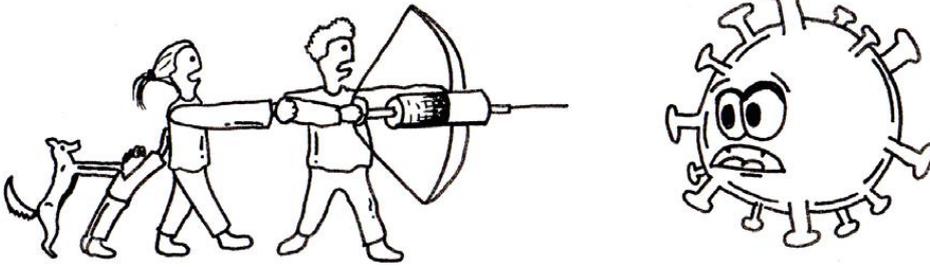
4. Woche

„Mit meinem Gott überspringe ich Mauern, du machst meine Finsternis hell!“ (Ps 18,30)

Beten geht so:

- • Stell dich bewusst vor Gott, erinnere dich, dass er dich gütig anschaut und lass das wirken. Achte darauf, welche Gedanken und Gefühle in dir aufsteigen. Es sind drei Schritte:
 - sich öffnen, wie wenn man ein Fenster aufmacht.
 - wie Licht und Luft die Liebe von Gott hereinströmen lassen.
 - und dabei verwandelt werden.
- • Gottes Name JHWH heißt: „Ich bin der, als der ich mich zeigen werde – du wirst schon sehen.“ Er überrascht uns immer wieder und öffnet unerwartet Türen.
Eine praktische Übung: Öffne eine Türe und erinnere dich an alle Türen, die das Leben dir schon geöffnet hat! Jesus sagt einmal: Ich bin die Tür!

Dann sag dankbar zu Gott: „Gott, Du Öffnender!“



„Impfprogramm Hoffnung“

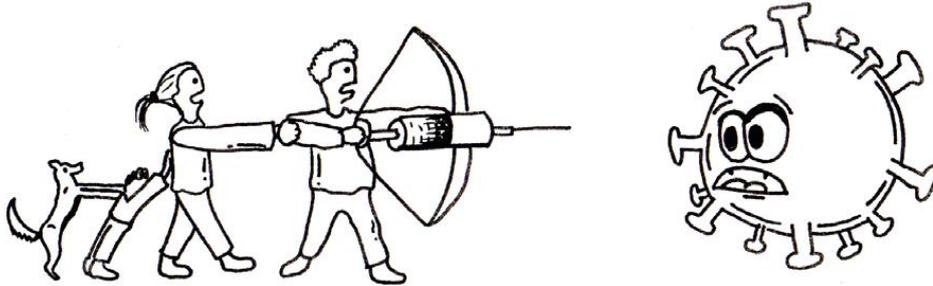
Das winzige Virus hat die Welt durcheinandergebracht. Auch im geistigen Sinn liegt eine ansteckende Stimmung auf der Welt, die verwirrt und krank macht.

Gegen das Coronavirus haben Wissenschaftler eine Impfung gefunden. Gegen die innere Trübung kann der Glaube wie eine Impfung wirken. In der Fastenzeit laden wir ein zu einem geistigen Impfprogramm aus dem Schatz christlicher Erfahrung – jeden Tag nachdenken, beten, in sich aufnehmen.

5. Woche „Im Kreuz ist Hoffnung!“ – das Geheimnis des Weizenkorns

Unser spirituelles Immunsystem wird durch Gebet und positive Erfahrungen gestärkt. Doch Antikörper bilden sich gerade dort, wo der Organismus angegriffen wird.

- • Wer auf Jesus am Kreuz schaut, sieht die Folgen des Bösen und verdrängt es nicht. Das fremde Leid soll unser Mitgefühl wecken. Und uns erinnern, dass auch wir manchmal Täter sind.
- • Wer auf Jesus am Kreuz schaut, sieht Jesus durch das Leiden hindurchgehen zur Auferstehung. Wer bei der Liebe bleibt, wird reich beschenkt. „Jesus hat durch Leiden den Gehorsam gelernt.“ (Hebr.5,8)
Nur Liebe oder Schmerz kann uns verwandeln.
- • Schau auf das Kreuz und bete:
„Ich danke dir Jesus, dass du klein und niedrig geworden bist, sodass auch ich nicht vorgeben muss, groß und überlegen zu sein.
Ich danke dir Jesus, dass du unsere Schande und Nacktheit so mutig ausgehalten hast, so dass ich mein Menschsein nicht leugnen muss.
Ich danke dir, dass du akzeptiert hast, ausgeschlossen zu werden.
Dadurch weiß ich, dass ich dir genau dort begegnen kann.
Ich danke dir, dass du zur Sünde geworden bist, so dass ich mein eigenes Versagen nicht leugnen muss und erkennen kann, dass meine Fehler überraschender Pfad zur Liebe sind.
Ich danke dir, dass du von vielen nicht geliebt worden bist, sodass ich mich nicht stressen muss, jedermanns Liebling zu sein.
Ich möchte dich lieben in dieser Gestalt, mein Bruder Jesus!“ (R. Rohr)



Fastenzeit 2021, „Impfprogramm Hoffnung“

Das winzige Virus hat die Welt durcheinandergebracht. Auch im geistigen Sinn liegt eine ansteckende Stimmung auf der Welt, die verwirrt und krank macht.

Gegen das Coronavirus haben Wissenschaftler eine Impfung gefunden. Gegen die innere Trübung kann der Glaube wie eine Impfung wirken. In der Fastenzeit laden wir ein zu einem geistigen Impfprogramm aus dem Schatz christlicher Erfahrung – jeden Tag nachdenken, beten, in sich aufnehmen.

Karwoche

„Gott hat die Welt so sehr geliebt, dass er seinen Sohn hingab, damit jeder, der an ihn glaubt, in ihm das unendliche Leben hat.“ (Joh 3,16)

Das Kreuz ist Weg der Transformation und Wandlung.

- • Ein Mann stellt nach zwei Scheidungen fest, dass die entscheidende Ursache dafür war, dass er sich selbst nicht lieben konnte.

- • Setze dich vor ein Kreuz, vor Jesus hin.

Versuche, in Beziehung mit ihm zu treten.

Jesus spricht vom Kreuz zu dir:

„Ich bin das, wovor du dich am meisten fürchtest:
dein tiefstes Selbst, das, was du sein kannst.

Ich bin das, was du dem zufügst, was du lieben könntest!

Ich bin deine tiefste Güte, deine tiefste Schönheit,
die du leugnest und verzerrst. Nimm dich an in mir.

Ich bin die ganze Schöpfung, ich bin jeder und jede,
ich bin jedes Ding ...“ (R. Rohr)