

DIGITALER MORGENIMPULS

Dienstag, 01. 04. 2025: Fastenzeit

Die Fastenzeit ist eine besondere Zeit im Kirchenjahr, in der wir uns auf Ostern vorbereiten. Es ist eine Zeit des Verzichts und der Besinnung, in der wir uns auf das Wesentliche konzentrieren und unsere Beziehung zu Gott vertiefen.



In unserer Schule haben wir euch aufgefordert, dienstags auf eure Handys zu verzichten. Dieser Phone-Free-Tuesday mag für viele von uns eine Herausforderung sein, denn Handys sind ein wichtiger Teil unseres Alltags. Aber genau darum geht es beim Fasten: Wir verzichten auf etwas, das uns wichtig ist, um Raum für etwas anderes zu schaffen – für Stille, für Gebet und für Gemeinschaft.

Eine passende Bibelstelle, die uns dabei helfen kann, ist Matthäus 6,17-18: **"Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, damit du dich nicht vor den Leuten zeigst mit deinem Fasten, sondern vor deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der in das Verborgene sieht, wird dir's vergelten."** Diese Worte erinnern uns daran, dass Fasten eine persönliche und innere Angelegenheit ist. Es geht nicht darum, anderen zu zeigen, wie gut wir verzichten können, sondern darum, unsere Herzen zu öffnen und uns Gott zuzuwenden.

Lasst uns heute darüber nachdenken, was es bedeutet, auf unsere Handys zu verzichten. Wie können wir die Zeit, die wir normalerweise am Handy verbringen, sinnvoll nutzen? Vielleicht können wir ein Buch lesen, mit unseren Freunden sprechen oder einfach in der Stille nachdenken und beten.

Lieber Gott,

wir danken dir für die Fastenzeit und die Möglichkeit, uns auf das Wesentliche zu konzentrieren. Hilf uns, den Verzicht auf unsere Handys als Chance zu sehen, unsere Beziehung zu dir zu vertiefen und unsere Herzen zu öffnen.

Gib uns die Kraft, in der Stille zu verweilen und deine Gegenwart zu spüren. Mögen wir immer daran denken, dass du uns begleitest und uns niemals verlässt.

Amen.

Verfasst und gestaltet von Stephanie Reumann (Schulseelsorgerin und Lehrerin an der Mittelschule), Wilhelm-Löhe-Schule

(Bild aus pixabay <https://pixabay.com/de/images/search/handy%20fasten/>)