

## Impulse durch die Fastenzeit

---

### Hinführung

- Als Grundlage für die Impulse durch die Fastenzeit dient das Evangelium von der Verklärung Jesu. Sie finden es in der Bibel im Neuen Testament bei Matthäus, Kapitel 17, Verse 1-9.
- Wie viele Erzählungen aus der Bibel ist auch diese vielschichtig und kann von verschiedenen Aspekten und Sichtweisen her betrachtet werden. In den Impulsen richten wir unsere Aufmerksamkeit auf die „Verklärung“. Dieses Wort kann bedeuten, dass sich der Blick der Jünger auf Jesus klärt, dass ihnen klar wird, wer Jesus für sie und für die Welt sein kann. Sie schreiben diese Geschichte erst nach der Auferstehung auf und weisen dadurch auch darauf hin, dass Ihnen jetzt erst der Durchblick gelungen ist und sie langsam Einblick gewinnen in den Plan Gottes.
- Die folgenden Bilder und Texte beschäftigen sich mit dem Blick, mit dem wir Dinge anschauen und damit, wie er unser Handeln, Denken, Leben prägt. Manchmal ist es nötig, im Team, in Beziehungen, im Umgang mit Eltern und Kindern, mit einem ganz neuen Blick hinzuschauen, um Weiterentwicklung zu ermöglichen. Meistens ist es gut, den Blick zu schärfen, sich die „Augen auszuwischen“, damit das Herz besser sehen kann.

### Methodisches

- Beim Einsatz im Team ist es günstig, die Fotos auszudrucken und in die Runde zu legen.  
Oder Sie bringen einfach die entsprechenden Brillen und ein Brillenputztuch mit.
- Die Texte werden langsam vorgelesen.
- Die Gedanken zum Fasten können aus der Gruppe ergänzt, variiert und diskutiert werden.
- Als Erinnerungszeichen wird das Bild oder die Brille im Teamzimmer an einem geeigneten Platz präsentiert.



Wir wünschen Ihnen gute Erfahrungen damit!

Margot Eder

Luitgard Mittermaier

# 1. Woche: Mit Augen und Herz



Foto: Margot Eder/EOM

Manchmal sehe ich den Wald vor lauter Bäumen nicht. Ich stehe vor dem Regal und finde den Ordner nicht, den ich doch gerade hineingestellt habe. Ich entdecke die Datei im Computer nicht, obwohl sie doch abgespeichert sein muss. Ich finde das Vorbereitungsblatt für den nächsten Tag nicht, obwohl ich doch sehr ordentlich bin... Dann bin ich mit Augen und Herz „nicht ganz bei der Sache“.

## Den Jüngern fällt es auf dem Berg der Verklärung wie Schuppen von den Augen.

Sie entdecken mit ganzem Herzen, wer Jesus für sie ist:

„Und er wurde vor ihren Augen verwandelt; sein Gesicht leuchtete wie die Sonne, und seine Kleider wurden blendend weiß wie das Licht.“ (Mt 17,2)

Fasten kann für diese Woche bedeuten:

- Ich bitte um einen klaren Blick für das Wesentliche.
- Ich frage mich, wer Jesus für mich sein möchte.

## 2. Woche: Schwarzseher



Foto: Margot Eder/EOM

„Da sehe ich ganz schwarz!“ sage ich manchmal und es ist, als ob ich durch eine dunkle Brille auf mein Leben schaue. Dann traue ich der Hoffnung nicht, nörgle an unwichtigen Dingen herum und jammere auf hohem Niveau.

Auf dem Berg sehen die Jünger Jesus in strahlendem Weiß. Weiß ist die Symbolfarbe für Göttliches, für die Unendlichkeit, für Ewiges. Sie entdecken in Jesus die Nähe Gottes, die unerwartet in ihr Leben leuchtet.

**Die Zeit des Schwarz-Sehens ist vorbei. Die ewige Hoffnung beginnt.**

*Fasten kann in dieser Woche heißen:*

- *Ich verzichte auf meine schwarzseherischen Neigungen.*
- *Ich versuche, nicht zu nörgeln.*
- *Ich lasse Gott in mein Leben hinein leuchten.*

### 3. Woche: Die rosarote Brille



Foto: Margot Eder/EOM

Wie wunderbar ist es, verliebt zu sein und die ganze Welt durch die rosarote Brille zu sehen. Schmetterlinge schwirren im Bauch und im Kopf. Sie machen das gesamte Leben leicht und himmlisch.

In einer seiner Anfangspredigten sagte Kardinal Marx:

**„Wir dürfen an einen Gott glauben, der knallverliebt in uns Menschen ist.“**

*Fasten kann in dieser Woche heißen:*

- *Daran glauben, dass Gott in mich verliebt ist.*
- *Kinder und Eltern in Liebe betrachten.*
- *Unwichtige Erlebnisse leichter nehmen.*
- *Dafür sorgen, dass es auf der Erde/ in unserer Kita „himmlisch“ werden kann.*

## 4. Woche: Das Putztuch



Foto: Margot Eder/EOM

Was das Brillenputztuch für die Brille ist, kann die Fastenzeit für meine Seele und für mein Leben sein. Um meine Brille zu putzen, muss ich

**die „blinden Flecken“ angehen, die Unklarheiten beseitigen, das Verschwommene klar bekommen.**

Das ist nicht so einfach. Aber ich muss es nicht alleine schaffen.

*Fasten kann für diese Woche bedeuten:*

- *Ich suche den ehrlichen Austausch mit einer Freundin/Kollegin oder einem Freund/Kollegen.*
- *Ich spreche mit einem Seelsorger oder gehe zur Beichte.*
- *Ich gehe in eine Kirche und bitte Gott um seine Hilfe.*

## 5. Woche: Der klare Blick



Foto: Margot Eder/EOM

Im Piemont gibt es einen alten Brauch: Am Ostermorgen laufen die Menschen zum Dorfbrunnen und waschen sich die Augen aus. Sie beten darum, sich selbst, die Welt, ihre Zeit und Gott mit neuen Augen sehen zu können. Sie beten darum, Oster-Augen zu bekommen und mit ihnen - bei allem Elend und Leid - Erlösung und Heil zu entdecken:

**Der klare Blick macht mich frei.**

*Fasten kann in dieser Woche heißen:*

- *Ich lasse mir die Schönheit der Schöpfung schenken bei einem Spaziergang oder beim Joggen.*
- *Ich denke am Abend an drei Situationen, die gut waren (für mich/ für die Kita/ für die Welt).*