

***„ Bittet, so wird euch gegeben;
Suchet so werdet ihr finden;
Klopft an, so wird euch aufgetan.
Denn wer bittet, der empfängt;
Und wer da sucht, der findet;
Und wer da anklopft, dem wird aufgetan.“ Mt.7,7-8***

Liebe Senioren, liebe Seniorinnen, jetzt zum dritten Fastensonntag hin, möchte ich Ihnen mit diesem Brief einen ganz herzlichen Gruß senden. Ich hoffe, Sie sind gesund an Leib und Seele und schauen vor allem mit Zuversicht und Vertrauen auf die kommenden Wochen bis zu Ostern hin.

Der Benediktinerpater Anselm Grün schreibt einige Gedanken zur Fastenzeit im Lockdown, die ich Ihnen als Impuls gerne mitgeben möchte.

„ Fastenzeit ist eine Zeit der Reinigung, nicht nur der Reinigung des Körpers, sondern vor allem auch eine Reinigung des Geistes. Wir merken, dass in dieser Zeit des Lockdown in uns negative Gefühle hochkommen. Wir spüren Ungeduld, Ärger, Depression, Hilflosigkeit. Die Wüstenväter des 4. Jahrhunderts sagen: Wir sind nicht verantwortlich für die Gefühle und Gedanken, die in uns auftauchen, sondern nur wie wir damit umgehen. So wäre eine gute Übung, die Gedanken und Gefühle zu reinigen, indem wir das Jesusgebet in diese Gefühle hineinsprechen“ Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich meiner!“

Wenn wir das eine Zeit lang tun, wird in uns etwas klar und rein werden.

... Die Reinigung unserer Gedanken und Gefühle wird auch heilsam sein für die Gesellschaft, ja für die ganze Erde.“ (P.Anselm Grün)

Eine weitere Übung in der Fastenzeit kann für Sie darin bestehen, sich von Gott her innerlich verwandeln zu lassen. Ihr Vertrauen in die gute Führung Gottes zu stärken durch Gebet und Stille.

Ein Gebet, das dazu anregen möchte, kann der Psalm 36 sein.

***HERR, deine Güte reicht, so weit der Himmel ist,
und deine Wahrheit, so weit die Wolken gehen.
Wie köstlich ist deine Güte, Gott,
dass Menschenkinder unter dem Schatten
deiner Flügel Zuflucht haben!
Sie werden satt von den reichen Gütern deines Hauses,
und du tränkst sie mit Wonne wie mit einem Strom.***

*Denn bei dir ist die Quelle des Lebens,
und in deinem Lichte sehen wir das Licht.*

A u s P s a I m 3 6

Gott als die Quelle des Lebens zu sehen, in ihm das Licht und die Hoffnung zu sehen, das lässt mich neuen Mut schöpfen für das, was jetzt ansteht.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allen Gesundheit, Gottes Segen und eine gute Vorbereitung auf das Osterfest 2021.

Herzliche Grüße im Namen des gesamten Seelsorgeteams

Ihre Alexandra Scheifers (Seelsorgerin im PV Mariahilf, St. Franziskus)

Wenn Sie Hilfe brauchen oder ein Gespräch mit einem unserer Seelsorger/Innen, scheuen Sie nicht, im Pfarrbüro anrufen. Wir sind weiterhin für Sie und Ihre Sorgen oder Anliegen da!

Mariahilf Mariahilfplatz 11, 81541 München

Tel. 651 28 66 / Fax: 651 98 47

mariahilf.muenchen@ebmuc.de

Fr8.30 –12.00 Uhr Di. u. Do.15.00 –18.00 Uhr

St. Franziskus Hans-Mielich-Str. 14, 81543 München

Tel. 65 08 97

st-franziskus.muenchen@ebmuc.de

Di 8.30 –12.00 Uhr, 14.00 –16.00 Uhr

Do8.30 –12.00 Uhr, 14.00 –17.00 Uhr

*Änderungen der Bürozeiten möglich