



Berner Oberländer
3800 Interlaken
033/ 828 80 40
www.berneroberlaender.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 17'675
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 140.006
Abo-Nr.: 1093805
Seite: 8
Fläche: 14'646 mm²

«Gott loben ...» – aber mir fehlt die Zeit dafür

FASTENGEBET 2015 Unsere Zeit ist knapp. Oft regiert die Agenda unseren Alltag. Die Fastenzeit soll helfen, Zeit für Gott zu gewinnen.

Was, geht es schon gegen Ostern zu? Am 18. Februar startete daher bereits die 40-tägige Fastenzeit.

Es soll keinen Stress auslösen

In diesem Jahr steht Psalm 34,2 (s. Kasten) im Zentrum: «Ich will den Herrn allezeit loben und nie aufhören, ihm zu danken».

Es ist der Aufruf, einen Lebensstil des fortwährenden Betens, des Lobens und Dankens zu pflegen. **Susanna Richiger**, eine der Initiantinnen der Aktion, schreibt in der Einladung zur Fastenzeit, solche Verse hätten bei ihr oft Stress ausgelöst. «Ich weiss zu gut, dass ich dazu nicht «allezeit» fähig bin und die Ausdauer nicht habe – oder gar nicht haben möchte.»

Der Leitfaden für die 40 Tage Gebet und Fasten besteht aus einem einfachen liturgischen Morgengebet und einem Abendgebet. Liturgien schätzt Susanna Richi-

ger als Hilfe, um Gott nahe zu kommen: «Liturgien schaffen in dieser kurzlebigen, schnellen und lauten Welt einen strukturierten Raum, in dem das Wort Gottes, die Stille, das Besinnliche wie auch die Anbetung und die Fürbitte Platz finden und sich entfalten können.»

Die Initianten des Fastengebetes empfehlen, bewusst auf etwas zu verzichten oder eine neue Gewohnheit zu trainieren. Dazu Projektleiter **Peter Höhn** von Campus für Christus: «Meistens habe ich im Vorfeld gebetet, dass Gott mir ein bestimmtes Gebiet zeigt, wo Erneuerung dran war. Einmal war es «Sorgen fasten», ein anderes Mal «Dankbarkeit üben». Ich tat es einfach mal 40 Tage, aber in der Tiefe des Herzens ist ein Stück Neuschöpfung gewachsen, die angehalten hat.»

Es gehe beim Fastengebet nicht um die Form der «Liturgie», sondern um «den Segen, der fliesst, wenn wir mit Entschlossenheit an Gott und der Beziehung zu ihm dranbleiben», betont Peter Höhn. «Der ganze Psalm 34 beschreibt diesen Segen, der jedem gilt, der in Verbindlichkeit mit Gott lebt.»

Florian Wüthrich, Livenet/hm



Fastenbroschüre bestellen: Campus für Christus, Fastengebet, Josefstrasse 206, 8005 Zürich.
Oder herunterladen unter:
www.fastengebet.ch