



Impulse zur Fastenzeit 2025

Einladung zum Innehalten, Aufhalten, Standhalten

Fastenimpuls 3: Wohin – mit meiner Schuld?

Wer sich in diesen Wochen der Fastenzeit vermehrt Momente der Stille wünscht, um in der Passionszeit über die Geschichte des Leidens Jesu nachzudenken, der muss sich diese Zeiten bewusst suchen und nehmen. Ablenkungen gibt es immer, die guten und die besorgniserregenden. Die Passionszeit lädt uns ein, tieferzugehen, innezuhalten und die Ereignisse der Welt mit dem Weg Jesu nach Jerusalem in Verbindung zu bringen. Er ist unterwegs, in vollem Bewusstsein, was sein Auftrag ist, in der schrecklichen Ahnung, was auf ihn zukommen wird. Er geht diesen Weg für alle Menschen, auch für uns heute. Er geht ihn für das Leid in der Welt, um der Sünde entgegenzutreten und um dem Tod nicht das letzte Wort zu lassen.

Bleiben Sie dran an einer bewussten Zeit der Stille mit Zeit für Gebet und Meditation.



Wir laden Sie ein, sich zu orientieren, zu reflektieren, loszulassen, was weggang, und einzusammeln, was Sie stärker macht. Bleiben Sie dran am inneren Frühjahrsrückschnitt, der Kraft für Wachstum und Blüten schafft.

Nehmen Sie sich einmal in der Woche Zeit für eine stille Stunde, folgen Sie unseren Fragen und Gedanken Anregungen.

Schreiben Sie Ihre Gedanken, Ihre Fragen und Erkenntnisse auf. Nach einer Woche lesen Sie erneut den biblischen Text und Ihre Karte der vergangenen Woche – es könnte sein, dass sich etwas geändert hat.

Struktur der Impulse

1. sich Zeit nehmen / die Stille aufsuchen / ein Licht anzünden / sich in die Gegenwart Gottes begeben / Gebet
2. den biblischen Text 3x lesen und die Fragen zum jeweiligen Text meditieren
3. Gedanken in Stichworten auf eine Karte schreiben
3.1 Impuls lesen
4. 10 Minuten in der Stille sitzen
5. Gebet



Telefon abstellen, einen ruhigen Ort finden, ein Licht anzünden.

1. In der Stille ankommen

Nicht nur still werden und den Lärm abschalten, der mich umgibt.

Nicht nur entspannen und die Nerven ruhig werden lassen.

Das ist Ruhe. Schweigen ist mehr.

Schweigen heißt: mich loslassen – nur einen winzigen Augenblick –

Verzichten auf mich selbst,

auf meine Wünsche, auf meine Pläne

auf meine Sympathien und Abneigungen,

auf meine Schmerzen und meine Freuden.

Auf alles, was ich von mir denke und was ich von anderen halte.

Auf alle Verdienste, auf alle Taten.

Verzichten auch auf das, was ich nicht getan habe:

Auf meine Schuld

und auf alle Schuld der anderen an mir,

auf alles, was in mir Unheil ist. Verzichten auf mich selbst.

Nur einen Augenblick DU sagen und GOTT da sein lassen.

Ohne Vorbehalt, ohne Zögern, bedingungslos.

Das ist Schweigen vor Gott.

(TAIZÉ)

Gott, ich bin stille vor dir.

Lass mich deine Hörende sein.

Ich will dein Wort hören

und es in meine Seele versenken.

Ich will deine Gegenwart

in mir groß werden lassen. Amen.

2. Lukas 19, 1-10 Von der Rettung

1 Und er kam nach Jericho und zog hindurch. 2 Siehe, da war ein Mann namens Zachäus, der war Oberzöllner und reich. 3 Er versuchte, zu sehen, wer Jesus denn sei, aber wegen der Menge Leute konnte er es nicht. Denn er war klein gewachsen. 4 Er eilte voraus und stieg auf einen Maulbeerbaum hinauf, damit er ihn sehe, wenn er vorbeiziehen würde. 5 Und als Jesus an jenem Ort vorbeikam, sah er hinauf und sagte zu ihm: »Zachäus, komm schnell herunter! Denn heute muss ich in deinem Haus bleiben!« 6 Er kam schnell herunter und nahm ihn mit Freuden auf. 7 Und alle sahen es und murrten, indem sie sagten: »Bei einem Sünder kehrt er ein, um zu übernachten.« 8 Zachäus aber stellte sich vor den Befreier hin und sagte: »Sieh, Gebieter, die Hälfte meines Vermögens gebe ich den Armen. Und wenn ich von jemandem etwas erpresst habe, gebe ich es vierfach zurück!« 9 Darauf sagte Jesus zu ihm: »Heute ist diesem Haus Rettung widerfahren, denn dieser Mann ist auch ein wahrer Nachkomme Abrahams. 10 Denn ich bin gekommen, um zu suchen und zu retten, was verloren ging.« (BigS)



Fragen

1. Welcher Vers / Versteil spricht mich HEUTE direkt an?
2. Sieh Dir die Menschen in der Geschichte an und überlege, wie sie diese Begebenheit aus ihrer Sicht ihren Freunden erzählen. Welche Rolle spielt dabei die Sünde?
3. Was entfremdet Dich von Gott und Dir selbst? Was wäre Deine Rettung?
4. Stell Dir vor, Jesus steht vor der Tür und will bei Dir Kaffee trinken. Wie fühlt sich das an, was willst Du erzählen, worauf hoffst Du?

3. Schreiben Sie Ihre Fragen und Gedanken auf eine Karte.

Was ist Ihnen wichtig für diese Fastenzeit? Was möchten Sie nicht vergessen?

Was möchten Sie einüben?



Kapelle in Pomeyrol, Palmsonntag © Dagmar Müller

3.1 Impuls

Ich stelle mir das Netz der Sünden und Schuldgeschichten der Menschheit vor. Es ist riesig. Und es ist eng geknüpft mit vielen Knoten und starken Seilen und auch feinen Fäden. Krieg und Gewalt, gnadenloses Durchsetzen der eigenen Ansprüche, Ausbeutung von Menschen als Soldaten*, als Folterknechte*, als Sexobjekte, als Sklaven*, als Arbeiter*. Wenige sind reich, unendliche viele arm. Viele leben ohne Freiheit, Frauen wird das vollwertige Menschsein verweigert, Völker vernichten sich gegenseitig. Kinder arbeiten sich zu Tode. Menschen haben kein Dach über dem Kopf und nichts zu essen auf dem Teller. Herrschucht. Neid. Habgier. Ausbeutung auch der Schöpfung und Zerstörung der Lebensgrundlage. Das Netz ist groß, es umspannt die Welt. Das Netz fängt jeden, wir sind alle ein Teil davon.

So wie Zachäus. Hohe Zölle, ein bisschen Wucher, ein bisschen Erpressung, ein bisschen Gewalt, in seinen Augen gute Deals. Ein kleiner Mann – von Körpergestalt und vielleicht auch in seinem Innern. Wie so viele von uns.

Ich stelle mir manchmal vor, Jesus zu treffen. Ich treffe ihn dann in einer bestimmten Kapelle (siehe Bild). Manchmal träume ich das sogar. Wenn nichts mehr geht, wenn nichts gut genug ist, wenn ich an mir selbst zweifle und verzweifle, wenn ich hilflos bin. Dann stelle ich mir das vor. Wenn Schuld mich drückt, die kleine in Beziehungen, im Alltag. Wenn ich nicht



großzügig sein kann, wenn ich die Kontrolle verloren habe und zornig war, wenn ich einfach nur noch an mich denken will. Ich bin im Netz gefangen. Auch in dem weltumspannenden Sündennetz von Ungleichheit, Ausbeutung und Zerstörung der Schöpfung bin ich gefangen. Alles Strampeln und sich im Netz erheben, sind nur Momente der Befreiung. Und ich entferne mich Stück für Stück immer weiter von Gott. Manchmal merke ich es gar nicht, wie das passiert.

Und dann treffe ich Jesus in der Kapelle. So wie Zachäus. Und es geht mir auch genau wie diesem Zöllner, ich spüre Befreiung und Freude. Ich fühle mich gerettet und angekommen. In der Gegenwart Gottes geschieht etwas, das sich anfühlt wie zuhause sein. Wie sagt Jesus? „Denn dieser Mann ist auch ein wahrer Nachkomme Abrahams.“ (Vers 9) Das sind die, die Gott vertrauen wie Abraham. Alle sind dazu eingeladen, Gottes Gegenwart in sich selbst und in der Welt groß werden zu lassen. So wie Zachäus das dann tut. Er macht etwas anders, er entscheidet sich, seine Schuld zu verwandeln in Großzügigkeit und in Liebe.

Wohin mit meiner Schuld? In die Gegenwart dessen, der die Rettung ist!

4. 10 Minuten Stille

5. Schlussgebet Psalm 32 (EG 716)

Die Freude der Buße (Der zweite Bußpsalm)

1 Wohl dem, dem die Übertretungen vergeben sind, dem die Sünde bedeckt ist!

2 Wohl dem Menschen, dem der HERR die Schuld nicht zurechnet, in dessen Geist kein Falsch ist!

3 Denn da ich es wollte verschweigen, verschmachteteten meine Gebeine durch mein tägliches Klagen.

4 Denn deine Hand lag Tag und Nacht schwer auf mir, dass mein Saft vertrocknete, wie es im Sommer dürre wird.

5 Darum bekannte ich dir meine Sünde, und meine Schuld verhehlte ich nicht.

Ich sprach: Ich will dem HERRN meine Übertretungen bekennen. Da vergabst du mir die Schuld meiner Sünde.

6 Deshalb werden alle Heiligen zu dir beten zur Zeit der Angst; darum, wenn große Wasserfluten kommen, werden sie nicht an sie gelangen.

7 Du bist mein Schirm, du wirst mich vor Angst behüten, dass ich errettet gar fröhlich rühmen kann.

11 Freuet euch des HERRN und seid fröhlich, ihr Gerechten, und jauchzet, alle ihr Frommen.

Amen