

## Fasten - Impuls „Halt amol“ Jeweils mitten unter der Woche von Aschermittwoch bis Ostern



Katholische  
Jugend  
und Jungschar

Unterer Kirchweg 2 | 6850 Dornbirn  
brigitte.dorner@kath-kirche-vorarlberg.at  
www.kathfish.at

### Vogelfrei

Warst du schon mal paragliten oder würdest du es vielleicht gerne mal ausprobieren?

Losrennen - auf den Abgrund zu - abspringen - loslassen - abheben - Adrenalin schießt in die Adern!

Du spürst keinen Boden mehr unter den Füßen und wirst doch getragen.

Du schwebst durch die Lüfte, fast schwerelos.

Du fühlst dich frei - frei wie ein Vogel.

Der Blick weitet sich und öffnet sich für das Ganze.

Was weit weg ist, wird plötzlich unwichtig.

Du genießt den Moment und den unglaublich tollen Ausblick aus der Vogelperspektive.

Was zählt, bist du und der Wind - und der Schirm, der dich hält.

Die Fastenzeit lädt uns im übertragenen Sinne auch zum „Paragleiten“ ein: loslassen, das Leben aus einer anderen Perspektive betrachten, frei werden von Gewohnheiten und Zwängen, auf das Wesentliche achten, Vertrauen haben.

Das Fasten kommt dir auf den ersten Blick wahrscheinlich nicht sehr spannend vor. Der Adrenalinkick lässt vielleicht auf sich warten. Du wirst von deinen Mitmenschen unter Umständen schräg angesehen. Aber es braucht Mut und Überzeugung, sich darauf einzulassen und den Alltag zu verändern. Trau dich!

Guten Flug, viel Spaß und sichere Landung! ☺

„Und doch ist einer, der dieses Schweben, dieses Fallen in den Händen hält...“ (nach R.M.Rilke)

### Impulsfragen:

- ☺ Was hält dich fest an deinem „alltäglichen“ Leben? Was möchtest du ändern?
- ☺ Gibt es in deinem Leben Turbulenzen?
- ☺ Wer oder was hält dich und gibt dir Auftrieb?
- ☺ Wer ist dein/e Tandempartner/in? Gott?



Katholische Kirche Vorarlberg – www.haltamol.at

© Halt amol

„Sonst hatsche ich halt so mühsam meine Tage dahin, wie ein Vogel mit gebrochenen Schwingen im Käfig und lebe mein einsames, anspracheloses Leben so gut und so schlecht als ich es eben vermag und ohne Illusionen! Aber je mehr dem Menschen liebe Menschen fehlen, desto mehr wendet sich die Seele an den, den niemand ferne halten kann...“ (aus einem Brief von Carl Lampert aus dem Gestapogefängnis Stettin an seinen Bruder Julius, 13.7.1943)

„Gott rettet dich von der Schlinge des Vogelfängers. Mit seinen Schwingen deckt er dich, und du findest Zuflucht unter seinen Flügeln.“ (Psalm 91, 3-4)