

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

**Das geht mir auf den Wecker!**

Am Morgen ist er dein größter Feind – der Wecker.

Erbarmungslos reißt er dich – wie immer viel zu früh – aus dem kuscheligen Bett und dem Reich der Träume. Radikaler könnte der Bruch kaum sein - von einer Sekunde auf die andere holt er uns zurück auf den nackten Boden der Tatsachen. Alles was du während des Schlafs erfolgreich ausgeblendet hast, ist plötzlich wieder da: das Gespräch mit dem Chef, die Mathe-Schularbeit, das überzogene Konto. Schlaftrunken wankst du ins Bad und machst dich startklar für den neuen Tag... und obwohl du schon wach bist, reißen dich nun die Radio-Nachrichten aus deiner Alltags-Routine: Terroranschläge, Naturkatastrophen, Selbstmordattentate, Missbrauchsfälle... Solche Meldungen wecken auf und machen wach-sam. Sie lassen uns erkennen, was wirklich wichtig ist im Leben. Wach(sam) sein kann Leben retten.

Auch nach der Fastenzeit ist es wichtig, einen Wecker zu haben. Nicht nur den in der Früh, sondern einen „inneren“ Wecker, der uns immer wieder wachrüttelt aus unserem Alltag und unserer Selbstzufriedenheit. Ein Wecker der uns erinnert: Bin ich noch auf dem richtigen Weg oder bin ich in einer Sackgasse gelandet? Hab ich mich verlaufen oder muss ich vielleicht umkehren? Und: Gibt es jemanden in meinem Umfeld der meine Hilfe braucht? Wo muss ich die Augen aufmachen und hinsehen anstatt sie (bewusst) zu verschließen?



© clix, www.sxc.hu

**Impulse:**

Wer oder was braucht meine Aufmerksamkeit zur Zeit?

In welchen Situationen gilt es, besonders wachsam zu sein?

Wer oder was ist mein Wecker, der mich immer wieder aus meiner Lethargie oder Selbstzufriedenheit herausholt?

Ich versuche heute, mit wachen Sinnen durch den Tag zu gehen. Fällt mir etwas auf, das sonst spurlos an mir vorüber geht?

**Literaturtipp:**

Anthony de Mello SJ: "Awareness."  
Deutsche Ausgabe: "Der springende Punkt. Wach werden und glücklich sein."