Impuls zur Fastenzeit:

Was ist Dein Standpunkt?

Nein, es geht nicht wieder um die Themen der Bundestagswahl, so wichtig diese auch waren. Nein, es geht um Deinen Standpunkt im Leben – im wörtlichen und natürlich auch im übertragenen Sinne: Was sind meine drei Pfeiler, auf denen mein Leben fußt? Viele werden hier vielleicht Beziehungen, Gesundheit und Glaube/Werte nennen. Nicht immer sind alle drei Pfeiler gleich stark, manchmal beginnt einer zu bröckeln und unsicher zu werden. Aber solange die anderen beiden stabil bleiben, kann man sich im Gleichgewicht halten.

Was trägt mich am meisten?

Worauf kann ich mich stützen, wenn ich aus dem Gleichgewicht zu fallen drohe?

Übung: Um dieses Bild auch körperlich zu erleben, stellen wir uns mit beiden Beinen fest auf den Boden und schließen die Augen -nehmen unseren Stand wahr: Ferse, Fußballen und Fußaußenrand sind unsere drei Standpunkte. Nun nehmen wir ein Bein angewinkelt hoch bis zur Brust. Wer sein Gleichgewicht behält, kann zusätzlich noch die Augen schließen. Anschließend wechseln wir das Standbein und wiederholen die Übung auf der anderen Seite.

Und was hat dies mit der Fastenzeit zu tun? Nun, in der Fastenzeit können wir versuchen, unser Gleichgewicht zu halten, obwohl/indem wir einige Dinge weglassen, die wir zu unseren lieben Gewohnheiten zählen. Hier kann uns wieder deutlich werden, was wirklich wichtig ist und was uns nur unentbehrlich erscheint.