



FASTENKALENDER 2018 – 5. WOCHE

TIPP 5: FASTET!

Keinen Zweifel lässt Franziskus daran, dass er auch das Fasten selbst als sehr wichtig erachtet: Es rüttele auf, nehme "unserer Gewaltsamkeit die Kraft, es entwapfnet uns und ist eine wichtige Gelegenheit zur Reifung." Wie die Gläubigen [das Fasten umsetzen](#), dazu gibt es eine Fülle von Möglichkeiten: Der Verzicht auf das Lieblingslebensmittel (Kaffee, Fleisch, Schokolade) oder auf Alkohol und Zigaretten ist eher konventionell; angesichts der päpstlichen Warnung vor dem trügerischen virtuellen Leben wäre auch Internetabstinenz eine denkbare Möglichkeit. Eine Hilfe beim Durchhalten bieten etwa christliche Fastenkalender.

TIPPS VON PAPST FRANZISKUS FÜR DIE FASTENZEIT

Die Fastenbotschaft 2018 von Papst Franziskus soll den Gläubigen eine konkrete Hilfe für eine gelingende Fastenzeit sein: Er wolle mit der Botschaft "der ganzen Kirche helfen, diese Zeit der Gnade in Freude und Wahrheit zu leben", schreibt er in der Einleitung. Als Leitwort hat Franziskus einen Satz auf dem Matthäus-Evangelium gewählt: "Weil die Gesetzlosigkeit überhandnimmt, wird die Liebe bei vielen erkalten" (Mt 24,12).

Texte aus:

Botschaft von Papst Franziskus zur österlichen Bußzeit 2018