

# 7 TAGE FASTEN

2. März - 9. März 2018

„mit ganzem Herzen und mit ganzer  
Seele... damit du Leben hast“

Dtn 30,6

„Eine spirituelle Reise zu sich selbst und zu Gott.“

# Fastenwoche 2018

In der Zeit vom 2. – 9. März 2018 sind Sie herzlich eingeladen, in einer Gruppe mitten im Alltag eine Fastenwoche einzulegen. Gemeinsam starten wir in die Woche, begleiten uns gegenseitig und feiern auch das Fastenbrechen in der Gruppe. Bei täglichen Begegnungen unter den Fastenden tauschen wir uns aus, stärken uns gegenseitig und nutzen die geschenkte Zeit für spirituelle Impulse, ohne Kochen und Essen.

Wie in den Jahren zuvor, macht auch im Jahr 2018 eine Fastenopfer-Kampagne darauf aufmerksam, dass viele Menschen nicht gleich leben können wie wir. Wir werden eingeladen, einen Wandel herbeizuführen und beginnen so bei uns selbst. Bewusst zu verzichten kann für die Fastenden zu einer spirituellen Reise zu sich selbst und Gott werden. Das Fasten hat eine lange Tradition in der Geschichte des Christentums und erfreut sich grosser Beliebtheit. Es ist, wie Exerzitien auch, ein Weg bzw. ein Prozess, den jede/r Einzelne für sich mit Gott geht. Dabei ist es aber erfahrungsgemäss von grossem Vorteil, wenn man nicht allein auf dem Weg ist. Die Gruppe kann helfen, dran zu bleiben und den eigenen Weg in einem Gesamt zu sehen.

## ***Hinweis***

Die Teilnahme an der Fastenwoche erfolgt auf eigene Verantwortung und soll allenfalls mit dem (Haus-)Arzt abgesprochen werden. Zwei erfahrene FastenbegleiterInnen stehen den Fastenden helfend und beratend bei.

## ***Auskünfte? Fragen? Anmeldung?***

Dann wenden Sie sich an den Fastenwochenleiter:

Benjamin Meier, Tel. 041 910 57 13

[benjamin.meier@prbs.ch](mailto:benjamin.meier@prbs.ch)

# Programm

## **Freitag, 2. Mrz, 18 Uhr – Entlastungstag**

Start der Fastenwoche. Wir beginnen das Fasten mit einer Einstimmung. Anschliessend gemütliches Beisammensein und weitere Informationen zur Woche.

## **Samstag, 3. Mrz, 18 Uhr – 1. Fastentag**

Abendliches Treffen

## **Sonntag, 4. Mrz, 18 Uhr – 2. Fastentag**

Abendliches Treffen

## **Montag, 5. Mrz, 18 Uhr – 3. Fastentag**

Abendliches Treffen

## **Dienstag, 6. Mrz, 18 Uhr – 4. Fastentag**

Abendliches Treffen

## **Mittwoch, 7. Mrz, 18 Uhr – 5. Fastentag**

Abendliches Treffen

## **Donnerstag, 8. Mrz, 18 Uhr – 6. Fastentag**

Abendliches Treffen

## **Freitag, 9. Mrz, 18 Uhr – Fasten brechen**

Gottesdienst und abendliches Treffen

**Es ist zwingend erforderlich, sich für die Teilnahme an der Fastenwoche mit dem beiliegenden Talon bis 28. Feb 2018**

**anzumelden.** Die abendlichen Treffen finden jeweils von 18 – 19 Uhr statt und enthalten vier Elemente: Bewegungs-Entspannung / Austausch / Impuls / Tee & Freies Gespräch. **Wer an einem Treffen nicht teilnehmen kann, soll sich bitte abmelden. Danke.**

## *Nice to know*

Johannes Chrysostomus schreibt in einer seiner Homilien zu Genesis 10:

„Das Fasten ist die Speise der Seele. Wie die körperliche Speise stärkt, so macht das Fasten die Seele kräftiger und verschafft ihr beweglichere Flügel, hebt sie empor und lässt sie über himmlische Dinge nachdenken.

Es gibt aber auch andere Wege, als den der Enthaltbarkeit von Speise. Wer also Speise genießt und nicht imstande ist zu fasten, soll dafür reichlicheres Almosen geben, soll Gebete verrichten, soll grossen Eifer in der Anhörung der göttlichen Worte zeigen.“

## *Verantwortlicher*

Benjamin Meier  
Pastoralassistent i.A.  
Kirchplatz 2  
6280 Hochdorf  
041 910 57 13  
[www.pfarrei-hochdorf.ch](http://www.pfarrei-hochdorf.ch)



Hochdorf | Hohenrain | Kleinwangen | Römerswil