

Projekt Fastenzeit 2022

Einladung und Vorinformation

Gott. Begegnen. Wie ...

Nach fünf vorausgegangenen Projekten haben wir dieses neue Projekt entwickelt. Das Thema lädt zur Begegnung ein: mit Gott, mit sich selbst, den eigenen Bezugsgruppen und der Schöpfung bzw. Natur.

Für jede Woche erhalten Sie Anregungen in einem zweiseitigen Text, der Ihnen jeden Dienstag per Newsletter zugestellt wird.

Sie müssen sich dazu auf der Seite www.projektfastenzeit.org/newsletter anmelden.

Wenn Sie das bisher noch nicht getan haben, können Sie das jederzeit tun. Wenn sie dort angemeldet sind, müssen sie **nichts** neu unternehmen! Sie können die Texte für die jeweilige Woche außerdem immer ab Dienstag auf der Seite www.projektfastenzeit.org downloaden.

Die einen werden mit diesem Projekt ihre Meditationspraxis vertiefen wollen, die anderen suchen einfach eine Zeit der Stille und des Innehaltens. Manche sind mehr durch das Thema angesprochen. Ebenso erhalten sie auf der Homepage dazu eine kleine Gebärde und Lieder.

Für die Frage nach einem möglichen Ablauf für Ihren Umgang mit den wöchentlichen Impulsen gilt grundsätzlich: Aus den Briefen der Newsletter nehmen Sie bitte das auf, was Ihnen jeweils wichtig ist. Dazu lesen Sie den wöchentlichen Text am Anfang durch und schauen sich den geistlichen Impuls für die Woche an. Wenn es möglich ist, wählen Sie einen festen Zeitpunkt für Ihre persönliche Zeit aus. Für viele Menschen ist der Beginn des Tages gut geeignet oder wenn kein anderer (mehr) im Haus ist.

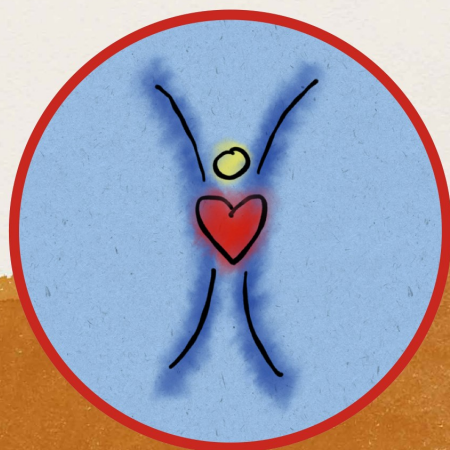
Wir könnten uns beispielhaft folgenden Ablauf vorstellen:

- ◆ Beginnen Sie mit der Gebärde.
- ◆ Nehmen Sie etwas aus der Anregung zur Stille auf - und nehmen Sie sich eine Zeit der Stille (10-15 Minuten) und/oder gehen Sie in Ihre Meditationspraxis.
- ◆ Lesen Sie anschließend das Wort für diese Woche. Lassen Sie diesen Text noch einmal kurz in der Stille wirken. Wiederholungen sind hilfreich, denn so können wir Neues im Gewohnten entdecken.
- ◆ Sie können nun das Vaterunser anschließen und mit dem Segen abschließen.

Letztlich geben wir „nur“ Anregungen, aber wir möchten mit diesen Anregungen so konkret sein, dass Sie etwas „Handfestes“ übernehmen können. Es gilt die Regel:

Nehmen Sie das auf, was Sie fördert und lassen Sie das, was Sie hindert.

Gott. Begegnen. Wie ...



**Projekt Fastenzeit
2022**

www.projektfastenzeit.org

In diesem Jahr wird es, bedingt durch die Pandemie, nur wenige Gruppen vor Ort geben. Schauen sie bitte auf der Homepage www.projektfastenzeit.org/gruppen nach, ob es vielleicht Online Angebote zum Teilnehmen gibt.

Wenn Sie Ihre Verbundenheit mit anderen Menschen, die auch am Projekt teilnehmen, online ausdrücken möchten, können Sie gerne Gruppenangebote, Bilder, Texte, eigene Impulse oder Fotos Ihrer Meditationsecke oder von Impressionen Ihrer Spaziergänge während der Zeit auf der Seite www.projektfastenzeit.org/gruppen teilen.

Falls Sie inhaltliche Fragen zu unserem Projekt haben oder sich auf dem Weg eine Frage oder ein Problem auftut, können Sie gerne per E-Mail Kontakt zu uns aufnehmen: kontakt@projektfastenzeit.org

Wir leiten Ihre Mail zur Beantwortung an Menschen aus dem Team weiter, die Ihnen antworten werden. Allerdings können wir nur konkrete Anfragen beantworten, für Menschen in Lebenskrisen ist der Kontakt über Mail nicht geeignet. Wir wünschen Ihnen eine segensreiche und erfüllte Teilnahme.

Ihr Projekt-Team

Eine Übersicht über die wöchentlichen Themen:	
23. Februar 2022	Einführung ins Thema
1. März 2022	Gott. Begegnen. Wie ... ein Berg.
8. März 2022	Gott. Begegnen. Wie ... eine Mohnblume.
15. März 2022	Gott. Begegnen. Wie ... das Meer.
22. März 2022	Gott. Begegnen. Wie ... meinem Nachbarn.
29. März 2022	Gott. Begegnen. Wie ... Abraham.
5. April 2022	Gott. Begegnen. Wie ... Maria.
12. April 2022	Gott. Begegnen. Wie ... Jesus.