

**Liebe Pfarrgemeinde,**

**die Fastenzeit ist eine wichtige Zeit im christlichen Kalender, die uns die Möglichkeit gibt, uns auf unsere Beziehung zu Gott und unseren Mitmenschen zu besinnen und uns auf das Wesentliche zu konzentrieren. Es ist eine Zeit der Vorbereitung auf Ostern, die höchste Feier im christlichen Glauben.**

In der Fastenzeit werden wir aufgefordert, uns zu beschränken und uns auf das zu konzentrieren, was im Leben wirklich wichtig ist. Dies kann bedeuten, auf bestimmte Nahrungsmittel oder Gewohnheiten zu verzichten, um uns daran zu erinnern, dass unser Körper und unsere Bedürfnisse nicht das Wichtigste in unserem Leben sind. Es kann auch bedeuten, sich auf Beziehungen zu konzentrieren, indem wir uns Zeit nehmen, um Freunde und Familie zu besuchen, oder indem wir uns ehrenamtlich engagieren, um anderen zu helfen.

Die Fastenzeit bietet uns auch die Möglichkeit, uns auf unsere Beziehung zu Gott zu konzentrieren. Dies kann durch Gebet, Bibelstudium oder Besuch von Gottesdiensten erfolgen. Indem wir uns bewusst auf Gott ausrichten, können wir uns daran erinnern, dass er der Mittelpunkt unseres Lebens ist und dass unser Vertrauen in ihn uns durch schwierige Zeiten hindurch tragen kann.

Es ist auch wichtig zu bedenken, dass die Fastenzeit kein Wettbewerb ist und dass es keine „richtige“ oder „falsche“ Art gibt, zu fasten. Jeder kann die Fastenzeit auf eine Art und Weise begehen, die für ihn oder sie sinnvoll ist. Wenn Sie beispielsweise auf Alkohol oder Süßigkeiten verzichten, aber immer noch Fleisch essen möchten, ist das vollkommen in Ordnung. Es geht nicht darum, sich selbst zu bestrafen oder zu quälen, sondern darum, sich bewusst auf das Wesentliche zu konzentrieren.

Die Fastenzeit kann auch eine Zeit sein, um als Gemeinschaft zusammenzukommen und uns gegenseitig zu unterstützen. Wir können uns verabreden, um gemeinsam zu beten oder eine Mahlzeit zu teilen. Wir können uns gegenseitig ermutigen, uns an unsere Fastenversprechen zu halten und uns dabei helfen, durch schwierige Zeiten zu gehen.

Insgesamt ist die Fastenzeit eine Zeit der spirituellen Erneuerung und der Vorbereitung auf Ostern. Es ist eine Zeit, um uns auf das Wesentliche zu konzentrieren und unsere Beziehung zu Gott und unseren Mitmenschen zu stärken. Lasst uns diese Zeit nutzen, um uns auf das Wichtigste im Leben zu konzentrieren und uns daran zu erinnern, dass Gott immer bei uns ist, egal was wir durchmachen.

**Pater Jomon Joy**

Kaplan Pfarrverband Gars