

Texte zum Nachdenken, Beten, Singen ... in der Fastenzeit



Gott spricht:

«Siehe, ich will sie locken und in die Wüste führen
und ihr zu Herzen reden.»

Hosea 2,16

«Lass den Hungrigen dein Herz finden!»

Jesaja 58,10

Fastenzeit – Wüstenzeit – Zeit der Liebe

Wer mag von Fasten hören, wenn das Leben schon genug Einschränkung und Verzicht mit sich bringt? Und doch: Uns persönlich und freiwillig überlegen, was wir loslassen wollen, um Raum zu haben für das Wesentliche – diese Chance besteht auch jetzt und erst recht!

«ICH will sie locken und in die Wüste führen und ihr zu Herzen reden.»

In Hosea 2 spricht Gott von seinem Volk wie von einer treulosen Geliebten, mit der ER einen neuen Anfang machen möchte. Dazu lockt er sie – uns – in die «Wüste», weg vom (Zu-) Vielen, hin zur Stille und Kargheit – wo unser Herz empfänglich werden kann für Seine Liebe.

Verzichten auf eine Mahlzeit, auf Medienkonsum o.ä., dafür im Alltag eine Stille-Insel einbauen, auch mal einen «Wüsten-Tag», ob draussen unterwegs oder vielleicht im Gästehaus einer christlichen Gemeinschaft: Damit können wir Raum und Abstand schaffen, um auf Gott zu hören und auf die manchmal so vernachlässigte Stimme unseres Herzens.

Dabei geht es nicht um fromme Selbstbezogenheit. Das Loslassen und Hören auf Gott wird unser Herz wach machen für die Mitmenschen. In Jesaja 58 ist davon die Rede – hier einige Auszüge:

Gott spricht: Das ist ein Fasten, an dem ICH Gefallen habe:

Lass los, die du mit Unrecht gebunden hast, lass ledig, auf die du das Joch gelegt hast! ... Brich dem Hungrigen dein Brot, und die im Elend ohne Obdach sind, führe ins Haus! Wenn du einen nackt siehst, so kleide ihn, und entzieh dich nicht ...

Lass den Hungrigen dein Herz finden und sättige den Elenden. Dann wird dein Licht in der Finsternis aufgehen ... Der HERR wird dich immerdar führen und dich sättigen... Du wirst sein wie eine Wasserquelle, der es nie an Wasser fehlt.

Wir können nicht die Armut und das Elend aller Welt beseitigen. Doch Gott, der zutiefst daran leidet, kennt unser Herz und wird uns zeigen, was je unser Teil ist!

Die folgenden Texte sind eine Hilfe zur Gestaltung einer Stille-Insel. Es tut gut, sie langsam und hinhorchend zu lesen. Man kann bei dem verweilen, was persönlich berührt – oder auch Satz für Satz «kauen» und nach und nach auf den «Geschmack» kommen.

Psalm 63 (nach Gute Nachricht)

Ein Lied Davids. Er dichtete es, als er in der Wüste Juda war.

2 Gott! Du bist mein Gott, dich suche ich!
Ich sehne mich nach dir mit Leib und Seele;
ich dürste nach dir wie ausgedörrtes, wasserloses Land.

3 Im Heiligtum schaue ich nach dir aus,
um deine Macht und Herrlichkeit zu sehen.

4 Deine Liebe bedeutet mir mehr als das Leben,
darum will ich dich preisen.

5 Mein Leben lang will ich dir danken
und dir meine Hände im Gebet entgegenstrecken.

6 Du machst mich satt und glücklich wie bei einem Festmahl;
mit jubelnden Lippen preise ich dich.

7 In nächtlichen Stunden, auf meinem Bett,
gehen meine Gedanken zu dir
und betend sinne ich über dich nach.

8 Ja, du hast mir geholfen,
im Schutz deiner Flügel kann ich vor Freude singen.

9 Von ganzem Herzen hänge ich an dir,
und deine Hand hält mich fest.



Gebet

(Jens Kaldewey)

da bin ich mein Gott, da bin ich

von dir geschaffen
von dir gewollt
von dir geliebt
von dir gerechtfertigt

von dir erlöst
von dir erwählt
von dir erkannt
von dir ersehnt

von dir umhüllt
von dir umfriedet
von dir umarmt
von dir umsorgt
da bin ich mein Gott, da bin ich

1.
Mei - ne See - le ist stil - le zu

2.
Gott, der mir hilft, *) mei - ne See - le ist

3.
stil - le zu Gott, der mir hilft, mei - ne

See - le ist stil - le zu Gott.

The musical score is written on four staves in G major (one sharp) and common time. The first staff begins with a treble clef, a key signature of one sharp (F#), and a common time signature 'C'. The melody consists of quarter notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The second staff continues with quarter notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The third staff continues with quarter notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The fourth staff concludes with quarter notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4, followed by a double bar line with repeat dots. The lyrics are placed below the notes, with the first line starting at the first measure and the second line starting at the second measure.

Text und Musik: Communauté de Granchamp
© Communauté de Grandchamp, CH-2015 Arensee

*) auch eigene Worte: ... der mich trägt / liebt / sucht / braucht etc.