

## Kleine Zwischenbilanz

Liebe „Fastenweggemeinschaft“,

bald ist Halbzeit. Die halbe Wegstrecke auf Ostern zu liegt hinter uns.

Ich habe eine Text bekommen, der sich gut eignet, einmal zu schauen, wo ich jetzt stehe, was mir bisher so „begegnet“ ist.

Was ist aus meinen „Vorsätzen „geworden?

Oder hatte ich vielleicht gar keine und ich schaue jeden Tag für sich an – was bringt er mir, wo bin ich gefordert, wie komme ich dadurch, gibt es kleine Highlights?



## Fasten

Was wäre denn,  
wenn wir mal anders fasten würden?

Ja - genau -  
Fasten der besonderen Art.  
Weniger Fernsehen - dafür sich mehr unterhalten  
Handy-Gebrauch reduzieren und  
direkt mit Familie oder Freunden  
etwas unternehmen...

Unsere Gedanken wie Gefühle  
aufmerksam ansehen  
und dabei eine abspeckende Frühjahrsreinigung  
vollziehen...

Fasten -  
bei manch selbstverständlichem Konsumverhalten

Fasten -  
bei Dingen - Menschen - Erlebnisse  
die uns nicht gut tun,  
die trotzdem täglich unser Dasein nähren.  
Mit was genau?

Fasten - mit Alltagsgewohnheiten -  
dafür einen neuen Weg ausprobieren,  
jemanden anlächeln  
dankbar sein für die vielen feinen Seelenschätze  
die im Hier und Jetzt  
innerlich bereichern  
oft kaum mit Zufriedenheit beachtet

Wir nicht mehr fließen im persönlichen Lebensfluss  
sondern uns treiben lassen  
von lockend manipulierenden Versprechungen wie Informationen.

Einfach richtig satt sein -  
weil der Atemraum - Zeit - Bewusstheit  
das spüren dürfen - können - wollen...

Wunderbare Gegenwartsblüten  
erlangen kostbare Präsenz  
die auf sämtlichen Daseinsebenen  
Energie - Glück - Ruhe  
schenken.  
Unerschöpflich eine gänzlich epochale  
Innen- wie Außenwelt  
offenbaren.

*Copyright Beate Loraine Bauer,  
Wellenburger Straße 31, 86199 Augsburg*

