

# 1. Fastensonntag

## PAUSEN.BROT

### Aus dem Evangelium zum Tag – Lk 4,3-4

3 Da sagte der Teufel zu ihm: Wenn du Gottes Sohn bist, so befiehl diesem Stein, zu Brot zu werden. 4 Jesus antwortete ihm: Es steht geschrieben: Der Mensch lebt nicht vom Brot allein.

Jesus, Brot des Lebens  
Ein Wort  
von dir  
stillt meinen Hunger  
und gibt mir Ruhe  
um in mir drin  
ganz still zu werden.

Jesus, Brot des Lebens  
Ein Wort  
von dir  
richtet mich wieder auf  
und gibt mir Orientierung  
um mein Leben  
neu auszurichten.

Jesus, Brot des Lebens  
Ein Wort  
von dir  
lässt mich zur Ruhe kommen  
und gibt mir Kraft  
um auf meinem Weg  
neu anzufangen.

Jesus, Brot des Lebens  
Durch dich  
ist kein Mensch  
allein.

© Markus Aichelburg

So wie der Teufel Jesus in der Wüste in Versuchung führte, es sich leicht zu machen, so werden auch wir immer wieder herausgefordert und vor die Wahl gestellt: Gehst du den leichten Weg oder hältst du fest an deinen Zielen, Idealen und Werten?

Das macht die Fastenzeit zu einer Gelegenheit, sich selbst eine Zeit der Bewährung zu geben und zu erproben, wie es um die eigene Standhaftigkeit bestellt ist.

Doch, wie es uns die Stelle aus dem Evangelium auch vermitteln möchte, sehnt sich der Mensch nach mehr, als nur Brot, sondern auch nach geistiger Nahrung. Darum sind wir eingeladen, eine Pause einzulegen und darüber nachzudenken: Wonach sehne ich mich wirklich?

