



Fasten – abwarten und verzichten



Heute muss alles schnell gehen. Wir nehmen uns wenig Zeit, auf etwas zu warten. Vieles ist für viele Menschen schnell zu haben. Dabei vergessen wir, dass alles Lebendige sich entwickeln und reifen muss. Dazu braucht es Zeit. Gerade in der Familie können Kinder das «Warten» bewusster üben und neu lernen. Günstig ist, wenn Kinder nicht nur die unangenehmen Seiten des Verzichtens erleben, sondern auch die Freiheit, die sich daraus ergibt.

- ☼ Kinder werden angeregt, ein Bedürfnis – Süßes zu essen, fern zu sehen, Computer zu spielen... – bewusst aufzuschieben
- ☼ Mit Kindern aus Samen Blumen ziehen, um das Gesetz des Wachsens und Reifens bewusst zu erleben
- ☼ Nicht jeden Spielzeugwunsch sofort erfüllen, sondern Kinder anregen, Spiele selbst zu erfinden
- ☼ Spielzeug selber basteln – die Unterstützung der Väter ist besonders gefragt
- ☼ Kinder zum Verzichten und zum Teilen ermutigen
- ☼ Erzählen, wie Gleichaltrige in Krisen- und Hungergebieten der Welt leben müssen
- ☼ Im Atlas Not- und Hungergebiete suchen
- ☼ Einen Teil des Taschengeldes opfern für Menschen, die Hunger haben
- ☼ Auch die Eltern verzichten in der Fastenzeit z. B. auf das Glas Wein zum Mittagessen, auf das Kaffee danach, auf die Zigarette, auf den süßen Nachtisch
- ☼ Mit den Kindern das Material des Fastenopfers durchsehen und die Agenda erklären

Aus dem Büchlein «Kinder wachsen – eltern auch», Toni Fiung, Kath. Sonntagsblatt Diözese Bozen-Brixen