



# Auszeit zur Umkehr

Nach der Taufe Jesu berichtet das Markusevangelium kurz über die vierzig Tage in der Wüste und über das erste Auftreten Jesu in Galiläa. Der Widersacher hat keine Gewalt über ihn, den ganz Heiligen. Engel und Tiere dienen ihm, dem neuen Menschen. Jesus ruft das „Evangelium Gottes“ aus; es gibt Rettung für den, der an das Evangelium glaubt. Glaube und Umkehr sind Forderungen Gottes an den Menschen, und es sind zugleich seine Gaben.

## Markus 1, 12–15

*In jener Zeit trieb der Geist Jesus in die Wüste. Jesus blieb vierzig Tage in der Wüste und wurde vom Satan in Versuchung geführt. Er lebte bei den wilden Tieren und die Engel dienten ihm.*

*Nachdem Johannes ausgeliefert worden war, ging Jesus nach Galiläa; er verkündete das Evangelium Gottes und sprach: Die Zeit ist erfüllt, das Reich Gottes ist nahe.*

*Kehrt um und glaubt an das Evangelium!*

**21. Februar | 1. Fastensonntag**  
Stundenbuch B I, I. Woche  
Buch Génesis 9, 8–15;  
1. Brief des Apostels Petrus 3, 18–22;  
Markus 1, 12–15

Zeit für meinen Glauben

**Der SONNTAG**

www.dersonntag.at

DIE FROHE BOTSCHAFT

## Umkehren, frei werden, heimkommen

„Zurück an den Start“ heißt es oft in dem bekannten Spiel „Mensch, ärgere dich nicht“. Das Evangelium heute klingt irgendwie ähnlich. Warum Umkehr im Leben nicht nur „nicht ärgerlich“ ist, und auch nicht wie im Spiel bedeutet, wieder bei null beginnen zu müssen, davon sprechen die heutigen Schrifttexte. Ein Herzstück des Evangeliums am Beginn der Fastenzeit.

**W**ie sind deine Erfahrungen mit dem Fasten? Hast du die befreiende und stärkende Kraft des Verzichtes schon verkostet? Oder denkst du beim Wort „Fasten“ an halbleere Teller und einen knurrenden Magen? An Mangel und ein Gefühl des zu kurz Kommens?

Dabei geht es in der Fastenzeit um die Fülle. Klingt paradox? Ist es auch. Wie so vieles von der Botschaft Jesu, wenn wir sie von außen betrachten. Erst wenn wir uns vom unwiderstehlichen Duft des Evangeliums locken lassen, eintreten, nicht mehr nur Beobachter sind, sondern es von innen her verkosten, dann verstehen wir plötzlich, wie sehr uns manche zuerst unverständliche Spannung trägt.

Beim Fasten geht es um Fülle. Darauf aufmerksam zu werden,

dass sie schon da ist. „Kehrt um!“, ruft uns Jesus heute zu. Ich höre in diesen Worten Jesu: ‚Schau her!‘, ‚Hier bin ich!‘, ‚Komm nach Hause!‘. Oder: ‚Richte dein Leben wieder in die Richtung aus, woher dir die Fülle zukommt! Reiß dich innerlich los, von allem, was an dir zerrt. Vergangenes, Gegenwärtiges und Zukünftiges. Komm zu mir! Ich kann dir geben, wonach du dich so sehr sehnst.‘

Die Einladung gilt uns! „Die Zeit ist erfüllt“, sagt Jesus. Jetzt ist die Zeit. Er ist da. Durch Ihn Sein Reich. Mit Ihm hat es angefangen und wächst. Unaufhaltsam. Wir dürfen mitbauen. An Seinem Reich unter uns. Durch jeden kleinen Akt der Umkehr. Durch jeden Verzicht, durch jede gute Gabe, materiell oder im Gebet.

Lassen wir uns auf die Einladung Jesu ein. Legen wir das, was unsere Hände, Gedanken und Her-

zen ausfüllt, zurück in seine Hände. Vertrauen wir es Ihm (neu) an. Verzichteten wir darauf, über alles selbst verfügen zu wollen. Und lassen wir uns überraschen, was Gott stattdessen Besseres schenkt. Oder was Er gereinigt und erneuert in unsere Hände zurücklegt.

Vertrauen wir Ihm! Bestärken wir uns auch gegenseitig. Das Fasten wird uns helfen, im Glauben stärker, und innerlich freier zu werden. Beten wir diese Woche füreinander um eine extra Portion Sehnsucht und Vorfriede auf eine Erfahrung der Nähe und Fülle Gottes! Jetzt! ☘



**Barbara Ruml**  
Mitarbeiterin von Radio Maria



### Texte zum Sonntag

#### 1. LESUNG

Buch Génesis 9, 8–15;

Gott sprach zu Noach und seinen Söhnen, die bei ihm waren:

Ich bin es. Siehe, ich richte meinen Bund auf mit euch und mit euren Nachkommen nach euch und mit allen Lebewesen bei euch, mit den Vögeln, dem Vieh und allen Wildtieren der Erde bei euch, mit allen, die aus der Arche gekommen sind, mit allen Wildtieren der Erde überhaupt.

Ich richte meinen Bund mit euch auf: Nie wieder sollen alle Wesen aus Fleisch vom Wasser der Flut ausgerottet werden; nie wieder soll eine Flut kommen und die Erde verderben.

Und Gott sprach: Das ist das Zeichen des Bundes, den ich stifte zwischen mir und euch und den lebendigen Wesen bei euch für alle kommenden Generationen:

Meinen Bogen setze ich in die Wolken; er soll das Zeichen des Bundes werden zwischen mir und der Erde. Balle ich Wolken über der Erde zusammen und erscheint der Bogen in den Wolken, dann gedenke ich des Bundes, der besteht zwischen mir und euch und allen Lebewesen, allen Wesen aus Fleisch, und das Wasser wird nie wieder zur Flut werden, die alle Wesen aus Fleisch verdirbt.

#### 2. LESUNG

1. Brief des Apostels Petrus 3,18–22; Schwestern und Brüder! Christus ist der Sünden wegen ein einziges Mal gestorben, ein Gerechter für Ungerechte, damit er euch zu Gott hinführe, nachdem er dem Fleisch nach zwar getötet, aber dem Geist nach lebendig gemacht wurde.

In ihm ist er auch zu den Geistern

gegangen, die im Gefängnis waren, und hat ihnen gepredigt. Diese waren einst ungehorsam, als Gott in den Tagen Noachs geduldig wartete, während die Arche gebaut wurde; in ihr wurden nur wenige, nämlich acht Menschen, durch das Wasser gerettet.

Dem entspricht die Taufe, die jetzt euch rettet. Sie dient nicht dazu, den Körper von Schmutz zu reinigen, sondern sie ist eine Bitte an Gott um ein reines Gewissen aufgrund der Auferstehung Jesu Christi, der in den Himmel gegangen ist; dort ist er zur Rechten Gottes und Engel, Gewalten und Mächte sind ihm unterworfen.

#### ANTWORTPSALM

Ps 25 (24), 4–5.6–7.8–9

Deine Wege, HERR, sind Huld und Treue, für alle, die deinen Bund wahren.

### Tag für Tag

#### 21. Februar - 1. Fastensonntag

Genesis 9,8–15;  
1 Petrusbrief 3,18–22;  
Markus 1,12–15.

#### 22. 2. Montag Kathedra Petri

1 Petrusbrief 5,1–4;  
Matthäus 16,13–19.

#### 23. 2. Dienstag

hl. Polykarp,  
Jesaja 55,10–11;  
Mt 6,7–15

#### 24. 2. Mittwoch

hl. Apostel Matthias;  
Apg 1,15–17.20ac–26;  
Johannes 15,9–17.

#### 25. 2. Donnerstag

hl. Walburga;  
Est 4,17k.17l–m.17r–t;  
Matthäus 7,7–12.

#### 26. 2. Freitag

Ezechiel 18,21–28;  
Matthäus 5,20–26.

#### 27. 2. Samstag

Deuteronomium 26,16–19;  
Matthäus 5,43–48.

#### 28. Februar - 2. Fastensonntag

Genesis 22,1–2.9a.10–13.15–18;  
Römerbrief 8,31b–34;  
Markus 9,2–10.

### IMPULS ZUM Evangelium

**Bei welchen Ängsten, Dingen, Beziehungen, Gewohnheiten, ... fällt es mir besonders schwer, sie in Gottes Hände zu legen?**

**Ich bitte Gott im Gebet, mir zu zeigen, warum es mir schwerfällt. Auch dieses Warum darf ich vertrauensvoll in Seine Hände legen.**

**Für welche Menschen(-gruppe) möchte ich eintreten in dieser Fastenzeit, durch mein Gebet, mein Opfer oder/und mein Fasten?**