

INFORMATIONEN

Adressaten	Alle, die interessiert sind einmal anders zu fasten und sich jede Woche eine Stunde Zeit zu nehmen
Ort	Kirche Bruder Klaus Dorotheasaal 1. Stock Attinghauserstrasse 6460 Altdorf
Datum	7mal, jeweils am Mittwoch Vom 18. Februar bis 1. April 2026
Zeit	von 17.00 -18.00 Uhr
Kosten	werden von der Fachstelle Katechese Uri übernommen
Organisation	Fachstelle Katechese Uri
Referentin	Agi Bacchi, Mitarbeiterin Fachstelle Katechese Uri
Anmeldung	bis 12. Februar 2026 über www.kath-uri.ch oder Tel.: 041 871 45 90 oder medienstelle@kath-uri.ch



FASTEN EINMAL ANDERS



Bild: Jodie Griggs/Getty Images

JEWELLS AM MITTWOCH

18. FEBR. – 1. APRIL 2026, 17.00 -18.00 UHR

DOROTHEASAAL, KIRCHE BRUDER KLAUS

DAS DÜRFEN SIE ERWARTEN

Viele Menschen nutzen die Fastenzeit, um auf Süßigkeiten, Nikotin oder anderes zu verzichten. Es ist aber auch eine Zeit die Routine des Alltags auf andere Weise zu durchbrechen. Dazu gibt die Fastenaktion „7 Wochen Ohne“ jedes Jahr neue Anregungen.

Und das Fasten muss gar nicht allein geschehen. Vielerorts zeigt sich, dass gemeinsam Fasten ist wie sieben Wochen Süßigkeiten für die Seele.

Die Fastenaktion steht in diesem Jahr unter dem Motto **„Mit Gefühl! Sieben Wochen ohne Härte“**.

Für sieben Wochen treten wir bewusst aus der Praxis und den Bildern der Härte heraus.

- Wir fühlen uns ein in den Blick Gottes auf unsere Welt.
- Wir üben uns in einem mitfühlenden Umgang miteinander.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme in diesem etwas anderen Fastenkurs.

Fachstelle Katechese Uri

1. WOCHEN:

Sehnsucht (1. Könige 3,7,9)

Am Anfang der Fastenzeit spüren wir unserer Sehnsucht nach. Wohin soll es gehen? Habe ich einen inneren Kompass? Ein „hörendes Herz“, wie der junge König Salomo es sich wünscht, das mir den Weg weist?

2. WOCHEN:

Weite (Psalm 31,8–9)

In mir ist eine große Bandbreite an Gefühlen. Welche erlaube und welche versage ich mir? Oft sind wir zu streng und hart mit uns selbst. Diese Woche entdecken wir, wie weit der Raum ist, auf den Gott uns stellt.

3. WOCHEN:

Verletzlichkeit

(Markus 14,34.37)

In manchen Zeiten sind wir besonders dünnhäutig und verletzlich. Es erfordert Mut, sich jetzt nicht zu verstecken. Und andere um Hilfe zu bitten, wie Jesus es bei seinen Jüngern tut. Können wir das? Und wie gehen wir damit um, wenn die anderen einen dann doch hängen lassen? Niemand ist nur stark.

4. WOCHEN:

Mitgefühl (Römer 12,15)

Das ist eine Kunst: Mitschwingen mit den Gefühlen anderer, ohne den Boden unter den Füßen zu verlieren. Wir üben das empathische Mitweinen und Mitfreuen. Fragt sich, was von beidem leichter ist?



5. WOCHEN:

Nachfragen (Lukas 10,29)

Ein Gegenmittel zu einem harten Gesprächsabbruch: Nachfragen. Ich verstehe dich nicht – erkläre mir deine Sicht! Gerade wenn es um Fragen von Mitgefühl und Nächstenliebe geht. Wie nahe lasse ich das Schicksal von Menschen an mich rankommen, die ich vielleicht gar nicht kenne. Da müssen wir drüber reden!

6. WOCHEN:

Sanfte Töne (1. Samuel 16,14.23)

Was kann ich tun, wenn es einem Freund, einer Freundin schlecht geht? Davids Harfenspiel erreicht die Seele. Und ich? Habe ich auch ein Talent, mit dem ich Menschen in Not guttun kann?

7. WOCHEN:

Furcht und große Freude (Matthäus 28,8)

Wir werden hin- und hergeschüttelt von den Ereignissen der Karwoche. Da kommen die Gefühle manchmal nicht hinterher. Die Frauen am leeren Grab fürchten sich und können trotzdem die Freude spüren, die in ihnen wächst und irgendwann ganz übernehmen wird.