



## Haltestille vom 17. März 2022

### Bibelstelle: 1 Könige 19,3-4

19 <sup>3</sup>Elija geriet in Angst, machte sich auf und ging weg, um sein Leben zu retten. Er kam nach Beerscheba in Juda und liess dort seinen Diener zurück. <sup>4</sup>Er selbst ging eine Tagereise weit in die Wüste hinein. Dort setzte er sich unter einen Ginsterstrauch und wünschte sich den Tod. Er sagte: Nun ist es genug, EWIGER.

### Einleitung zur Stille

Mitten in Hunger und Krieg feiern wir, was verheissen ist: Fülle und Frieden.  
Mitten in Drangsal und Tyrannei feiern wir, was verheissen ist: Hilfe und Freiheit.

Mitten in Zweifel und Verzweiflung feiern wir, was verheissen ist: Glaube und Hoffnung.

Mitten in Furcht und Verrat feiern wir, was verheissen ist: Freude und Treue.

Mitten in Hass und Tod feiern wir, was verheissen ist: Liebe und Leben.

Mitten in Sünde und Hinfälligkeit feiern wir, was verheissen ist: Rettung und Neubeginn.

Mitten im Tod, der uns von allen Seiten umgibt, feiern wir, was verheissen ist: durch den lebendigen Christus.

6. Vollversammlung des Ökumenischen Rates aus: Pro Ökumene – Informationsdienst 5/6, 1988

### Kraftwort: Herunterfahren

Die diesjährige ökumenische Kampagne zur Fastenzeit heisst Klimarechtigkeit – jetzt? – Auf zu neuen Energiequellen. Welche könnten das für uns ganz persönlich sein?

Alles «heruntergefahren» haben wir im letzten Jahr genug. Wir sind zu Hause geblieben, aber unfreiwillig. Es hat sich nicht wirklich angefühlt wie abschalten. Eher, als hätten jemand plötzlich die Handbremse gezogen.

Haltestille Bahnhofstrasse

Donnerstags

12.15 bis 12.35 Uhr

Musik

Stille

Wort

Ein Angebot der  
christkatholischen,  
reformierten und  
römisch-katholischen Kirche  
in Zürich

Lars Simpson  
Priscilla Schwenidmann  
Thomas Münch

[www.haltestille.ch](http://www.haltestille.ch)

# Haltestille Bahnhofstrasse



Herunterfahren will gelernt sein. «Slow food», «slow travel», «slow living». Das bedeutet nicht nur langsamer, sondern anders. Mit voller Absicht weniger, um mehr zu haben. Bewusster, sorgsamer, achtsamer. Das kann man mitnehmen, wenn der Alltag wieder schnell wird.

Kennen sie Menschen oder gehören selber dazu, die dauerhaft angespannt sind und gestresst. Das ist langfristig ungesund. Die Fastenzeit bietet uns die Chance, festgefahrene Gewohnheiten zu durchbrechen und uns neu auszurichten: Wir können uns vornehmen, von Zeit zu Zeit einfach alles ausschalten, was uns «unter Strom» stehen lässt – vom WLAN, Handy, TV bis zum Computer. Seien Sie nicht erreichbar, bzw. lassen Sie sich nicht ablenken: Dies ist der wahre Luxus unserer Zeit.

Wie wäre es, stattdessen raus in die Natur zu gehen, sich zu bewegen, etwas Feines zu kochen und über das Leben nach zu denken. Sie werden sehen, wie gut Ihnen die Zeit mit sich selbst tut.

Positiver Nebeneffekt: Sie sparen viel Strom. Vor allem, wenn Sie Ihre Elektrogeräte nicht nur auf «Stand-by» setzen, sondern ganz abschalten. Wie klingt das für Sie?

Haltestille Bahnhofstrasse

Donnerstags

12.15 bis 12.35 Uhr

Musik

Stille

Wort

Ein Angebot der  
christkatholischen,  
reformierten und  
römisch-katholischen Kirche  
in Zürich

Lars Simpson  
Priscilla Schwenidmann  
Thomas Münch

[www.haltestille.ch](http://www.haltestille.ch)