

# Fastenzeit – Zeitfasten

**„Ja, auch jede Fülle braucht Begrenzung“**

Wenn ich faste  
Hab ich Zeit  
Fühle wie es still wird in mir.

Wenn ich faste  
Hab ich Zeit  
Mich auszuruhen.

Wenn ich faste  
Hab ich Zeit  
Laufe aus - ganz weit ins Meer.

Wenn ich faste  
Hab ich Zeit  
Unendlichkeiten Ewigkeiten.

Wenn ich faste  
Ist so viel Zeit  
Zum Leere spüren.