

Fastenzeit 2021

Fasten in einer Zeit, in der wir ohnehin auf so viele Dinge verzichten müssen, die das Leben lebenswert machen, macht auf den ersten Blick keinen Sinn. In früheren Jahren habe ich mir oft vorgenommen, von Aschermittwoch bis Ostern keine Süßigkeiten zu essen oder keinen Alkohol zu trinken. Ich muss gestehen, irgendwann in diesen sieben Wochen bin ich schwach geworden, und das jedes Jahr.

Diese Art Fasten habe ich mir abgewöhnt. Selbstverständlich ist es gut, auf Genussmittel zu verzichten, die dem Körper schaden. Und wenn dabei Pfunde purzeln, ist das wunderbar. Fasten im religiösen Sinn meint aber etwas anderes. Ich muss keine Leistung vollbringen, mir und anderen beweisen, dass ich meinen inneren Schweinehund besiegen kann. Für mich bedeutet Fasten, dass ich mich bewusst aus dem Alltag herausnehme, mir Zeiten gönne, um die innere Unruhe aufzuräumen, wie es ein Mystiker des Mittelalters (Meister Eckhart) formuliert. Ich frage mich gerade in diesen Pandemie-Zeiten: Wo stehe ich im Leben, was ist wirklich wichtig, und wo kommt Gott in diesen Überlegungen vor? Die Fastenzeit ist dafür da, wieder Platz zu machen für Gott. Seit Jahresbeginn habe ich mir angewöhnt, für Einkaufsfahrten nicht mehr das Auto aus der Garage zu holen. Ich fahre mit dem Fahrrad oder gehe zu Fuß. Dabei spüre ich, wie gut mir diese kleinen Auszeiten tun. Ich bekomme den Kopf frei, es läuft keine Musik wie im Auto, ich nehme die Umwelt viel intensiver wahr und mache mir Gedanken über Gott und die Welt.

Daneben sind diese sieben Wochen vor Ostern für mich eine hoffnungsvolle Zeit. Die katholische Kirche nennt die Fastenzeit auch österliche Bußzeit. Die Perspektive heißt Ostern. Gerade in dieser Pandemie brauchen wir fröhliche Menschen, um die Hoffnung nicht zu verlieren. Ich freue mich immer wieder, wenn ich solchen Menschen begegne. Und ich finde sie überall: in meinen Kirchengemeinden, beim Arzt oder auf dem Spaziergang zum Supermarkt.

Matthias Ziemens