

Durch Almosengeben, Beten und Fasten kann ich wieder neu entdecken, **in welcher Beziehung ich zu meiner Umwelt, zu mir selbst und zu meinem Schöpfer stehe**. Durch das Fasten soll mir bewusst werden, dass ich ein Geschöpf Gottes bin, das in Abhängigkeit von der Schöpfung lebt. Lebensausrichtung ist das Ziel.

An uns alle ergeht der Impuls, **bewusst** durch die Österliche Bußzeit zu gehen und sie als eine Chance fürs Leben zu verstehen. Die beiden Tage Aschermittwoch und Karfreitag mit einem besonderen Akzent zu versehen, sollte dabei nicht eine bloße Ableistung von Vorgaben sein.

Wenn beim Weg durch die Fastenzeit aus tiefer Überzeugung und ehrlicher Gesinnung das eine oder andere, was sonst so selbstverständlich zum Leben dazu gehört, einfach einmal nicht verzehrt oder unternommen wird, kann man das eigene Leben vielleicht wieder neu entdecken...

Ihr Pfarrer Matthias Bambynek

*Pfarrei Maria Heimsuchung Bubenreuth
Kath. Seelsorgebereich Erlangen Nord-Ost*

www.sb-erlangen-nordost.de

**Meine Beziehung zur Umwelt,
zu mir selbst und
zu meinem Schöpfer**

Ein Impuls von Pfarrer Matthias Bambynek

**Pfarrei Maria Heimsuchung Bubenreuth
Kath. Seelsorgebereich Erlangen Nord-Ost**

2011

Meine Beziehung zur Umwelt, zu mir selbst und zu meinem Schöpfer

"Der Aschermittwoch und der Karfreitag sind kirchlich vorgeschriebene Fast- und Abstinenztage. Alle 14- bis 60jährigen Katholiken sind verpflichtet, diese Tage entsprechend zu halten. Auf Fleischspeisen und Genussmittel soll verzichtet (Abstinenz) und am Tag nur ein sättigendes Mahl eingenommen werden. Zugleich ist jede und jeder aufgefordert, ein Geldopfer für Notleidende zu geben. Entbunden von den Abstinenzauflagen sind Kranke und all jene, die einer schweren körperlichen Arbeit nachgehen", so geregelt in der durch die Deutsche Bischofskonferenz herausgegebenen Bußordnung aus dem Jahre 1987.

Das alles liest sich vermutlich nicht nur für der Kirche fern Stehende eher altmodisch und ruft den Vorwurf neu wach, dass die christliche Religion vor allem mit Opfern und Feindseligkeit gegenüber Spaß und Lebensfreude zu tun hat.

Der Begriff „**Abstinenz**“ bedeutet nichts anderes als „sich fern halten, verzichten, sich enthalten“. Umgangssprachlich eher selten gebraucht, ist er in der Öffentlichkeit vor allem im Zusammenhang mit dem Thema Suchterkrankung zu vernehmen. Ein „Trockener Alkoholiker“ lebt so und so lange bereits „abstinente“, d.h. er verzichtet auf seine Droge.

Hingegen klingt „**Fasten**“ alles andere als altmodisch. Gerade während der letzten Winterwochen ist es ein Modewort. Kaum ein Magazin – ob gedruckt oder im Fernsehen – kommt ohne die Vorstellung einer Fastenkur auf den Markt. Mit geringstem Aufwand lassen sich optimale Erfolge, in kürzester Zeit eine maximale Reduzierung des Gewichts erzielen, so jedenfalls wird es zumeist suggeriert. Danach fühlt man sich körperlich und seelisch gleich viel, viel besser.

Unter diesen Vorzeichen werden wir nun damit konfrontiert, dass die Österliche Bußzeit eine **Fastenzeit** ist, die von Aschermittwoch und Karfreitag als den beiden jährlichen Fast- und Abstinenztagen gerahmt wird. Einerseits erscheint das Ganze mit Blick auf die Kirche eher antiquiert; andererseits ist Fasten gesellschaftlich voll im Trend.

In der jüdisch-christlichen Tradition gibt es eine Fülle von Vorschriften, aus welchen Gründen, vor welchen Tagen und in welcher Art und Weise ein bestimmtes Fasten einzuhalten ist.

Vor allem im Mittelalter brachte die katholische Kirche eine Vielzahl von Regelungen hervor, die den Christgläubigen bis ins Detail darlegten, was man tun muss und lassen soll.

Aus dem Blick geriet dabei leider nicht selten **der Sinn des Fastens**. Wer diesen aber verliert, gerät auf Irrwege und landet bei einem Fastenverständnis und womöglich auch bei einer Fastenpraxis, die dem Glauben an einen Gott, der für uns Menschen die Freiheit und ein Leben der Fülle will, widersprechen.

Es ist eine große Herausforderung, für sich selbst einen guten Fastenweg zu finden.

Hilfreiche Impulse bieten womöglich zwei biblische Texte, die als Gottesdienst-Lesungen am Aschermittwoch den Weg hinein und durch die Fastenzeit führen:

Im alttestamentlichen Buch Joel ist zum Thema Fasten zu lesen: „Zerreißt eure Herzen, nicht eure Kleider, und kehrt um zum Herrn, eurem Gott!“ [Joel 2,13] – Das Zerreißen von Kleidern ist, wie das Streuen von Asche aufs Haupt, nichts anderes als ein bloßer Ritus, ein äußeres Zeichen. Entscheidend aber ist die Gesinnung. Das Herz ist zu zerreißen, was nichts anderes bedeutet, als dass durch die Fastenübungen **das Innere des Menschen bewegt** werden soll, mit dem Ziel, eine neue Orientierung auf Gott hin zu finden. Umkehr als Hinkehr.

Wie das gelingen kann, ist in anschaulichen Worten Jesu zu entdecken. Für ihn verfolgt Fasten keinesfalls einen Selbstzweck und schon gar nicht das Ziel, Körpergewicht aus Gesundheits- oder Schönheitsgründen zu verlieren.

Im Verständnis Jesu ist die Dreieinheit von Almosengeben, Beten und eben Fasten wichtig [vgl. Mt 6,1-18]. – Und das alles ist nicht als öffentliche Übung zu praktizieren: „Hütet euch, eure Gerechtigkeit vor den Menschen zur Schau zu stellen!“ [Mt 6,1]

Für Jesus geht es ausschließlich um die enge, ja geradezu intime Beziehung zwischen dem oder der Einzelnen mit Gott: