

Zuversicht! Sieben Wochen ohne Pessimismus

Mit Aschermittwoch beginnt die Fastenzeit, in der sich viele vornehmen, auf etwas zu verzichten. Seit über 35 Jahren gibt es die Fastenaktion der evangelischen Kirche „7 Wochen ohne“.



Inzwischen machen Jahr für Jahr viele Menschen mit. Religiöses Fasten ist eine asketische Übung, die der Intensivierung des geistlichen Lebens in Vorbereitung auf ein bevorstehendes Fest dient. Seit dem 4./5. Jh. ist für den Großteil der Christenheit eine 40-tägige Vorbereitungszeit auf das Osterfest mit Buß- und Fastenübungen bezeugt. Weil an den 6 Sonntagen vor Ostern nicht gefastet wurde, erstrecken sich die 40 Tage vor Ostern bis Aschermittwoch.

In der Regel verstehen wir unter Fasten den Verzicht auf liebgewonnene Gewohnheiten wie Alkohol, Süßigkeiten, Tabak, Fleisch usw.

Doch Verzicht ist nur die eine Seite von Fasten. Das Wort „Fasten“ kommt von „fast“ = „(fest)halten, beobachten, bewahren“. Im Englischen ist es als „festmachen“ („to fasten“) in der Wendung erhalten, die wir aus Flugzeugen kennen: „Fasten your seatbelts“ („Schließen Sie Ihre Gurte“). Es geht also im Grunde darum, bestimmte Dinge für sich festzumachen, sie einzuhalten.

Die alte Kirche hat „Fasten“ im Sinn von „an den (Fasten)gebieten festhalten“ verstanden. Die diesjährige Fastenaktion vom 26. Februar bis zum 11. April 2020 steht unter dem Motto „Zuversicht! Sieben Wochen ohne Pessimismus“. Pessimismus steht für eine Lebensauffassung, die alles von der schlechten Seite sieht. Als Pessimist wird man nicht geboren. Es ist eher die Lebenserfahrung, die einen dazu macht: „Ein Mensch erblickt das Licht der Welt, doch oft hat sich herausgestellt nach manchem trüb verbrachten Jahr, dass dies der einzige Lichtblick war“ (Eugen Roth). Fehlende Lichtblicke verdunkeln das Leben. Man kann aber auch einiges dagegen tun, zum Griesgram zu werden. In Epheser 4,31f lesen wir: „Alle Bitterkeit und Grimm und Zorn und Geschrei und Lästerung seien fern von euch samt aller Bosheit. Seid aber untereinander freundlich und herzlich und vergebt einer dem andern, wie auch Gott euch vergeben hat in Christus.“

Freundlich, herzlich ... Der Kalender der diesjährigen Fastenaktion zeigt auf der Vorderseite zwei auf einem Skateboard übereinander liegende Kinder, die freudestrahlend in Fliegerhaltung einen Abhang hinabfahren. Das Bild atmet Leichtigkeit. Verzicht auf Pessimismus meint nicht, Leid und Trauer auszublenden. Es geht eher darum, sich von kindlicher Freude anstecken zu lassen, damit wir nicht zu unerträglichen Miesepetern werden („Wenn ihr nicht werdet wie die Kinder ...“). Wer es schafft, sieben Woche ohne Griesgram auszukommen, wird vielleicht gar nicht mehr darauf verzichten wollen. In diesem Sinn lassen Sie uns festhalten („fasten“) an der herzlichen Freude, die uns zu freundlichen Zeitgenossen macht.

[Pfr. Dr. Rainer Metzner]