

## Wer fastet, hat mehr!



Wenn ich alleine Auto fahre, lausche ich gerne Hörbüchern. Besonders gerne mag ich dabei CDs von Kabarettisten, bei denen die Handlung einfacher zu verfolgen ist und ich dazu noch etwas zum Schmunzeln habe. Und manchmal bleibt beim Zuhören sogar ein Satz hängen, der mich zum Nachdenken bringt. So wie dieser hier: „Ich nehme mir gleich nichts vor, um nicht von mir enttäuscht zu sein, wenn ich es doch nicht schaffe, meine Vorsätze einzuhalten. Wenn ich mir nichts vornehme und doch etwas schaffe, dann kann ich stolz auf mich sein.“ Was auf den ersten Blick klingt wie eine typisch kabarettistische Wortdreherei, hört sich beim zweiten und dritten Durchlesen ziemlich resigniert und traurig an. Spricht da einer aus der Erfahrung zahlreicher nicht eingehaltener Neujahrsvorsätze oder ist das eher eine Ausrede, ein Vorwand, um frei und ungezwungen leben zu können? Und sind wir nicht auch gerade am Anfang der Fastenzeit in der Versuchung, es uns mit einer solchen Aussage so einfach wie möglich zu machen? Fasten – Wer hört dieses Wort schon gerne? Verbinden wir es doch automatisch mit Verzicht in den vielfältigsten Varianten. Angefangen bei A wie Auto bis Z wie Zigaretten. Und dazwischen liegen Fernseher, Getratsche, Smartphone, Schokolade, Laptop, Alkohol und noch vieles mehr. Doch fasten heißt nicht automatisch weniger haben. Ganz im Gegenteil. Wer fastet, befreit sich vielleicht von scheinbaren Verpflichtungen, die aber gar nicht so wichtig sind; entledigt sich negativer Einstellungen oder Vorurteile; lässt Angewohnheiten sein, die im Endeffekt belasten oder Zeit stehlen. Dadurch wird der Fastende leer. Er schafft Platz für die Mahl-Gemeinschaft des Gründonnerstags, für das Mitleiden und die Hingabe des Karfreitags, für die Ruhe des Karsamstags und letztendlich für die Freude von Ostern. Wer fastet, hat also mehr. Er hat die ganze Fülle, die Tiefe und die wunderbare Höhe eines österlichen Lebens.

Es bleibt die Frage, wie Fasten gelingen kann, ohne dass es in der vom Kabarettisten angesprochenen Enttäuschung endet. Denn ohne Zweifel ist dieses Leerwerden für jeden von uns eine Herausforderung. Vielleicht können uns die folgenden Sätze von Petrus Chrysologos (380-450) eine Hilfe sein: „Gebet, Barmherzigkeit und Fasten, diese drei bilden nur eines. Sie geben einan-

der das Leben. Denn die Seele des Gebetes ist das Fasten. Das Leben des Fastens ist die Barmherzigkeit. Niemand reiße sie auseinander. Wenn man nur eines von diesen dreien hat, so hat man nichts. Wer also betet, der faste! Wer fastet, der übe Barmherzigkeit!“

Ich wünsche Ihnen, dass Sie in der Fastenzeit im vom Papst ausgerufenen „Jahr der Barmherzigkeit“ diese Erfahrungen machen!

Ihre

Theresa Reitberger

Gemeindesassistentin

im Pfarrverband Grafenau