

Druckfehler

Nein, es war eben kein Druckfehler bei der letzten Andacht. Unter dem Wort "Fasten" stand nichts. Absichtlich. Ich habe die Andacht weggefastet. Warum? Weil sich jeder Gedanken machen sollte, ob er in dieser vorösterlichen Zeit auf etwas verzichtet. Laut Lexikon bedeutet Fasten "die völlige oder teilweise Enthaltung von Speisen, Getränken und Genussmitteln über einen bestimmten Zeitraum hinweg, üblicherweise für einen oder mehrere Tage".

Die sieben Wochen zwischen Aschermittwoch und Ostersonntag werden ja auch Fastenzeit genannt, da man sich in den Wochen auf das größte Ereignis der Weltgeschichte vorbereiten soll: Die Auferstehung Jesu Christi von den Toten und seinen vorangehenden Tod am Kreuz für uns. Auch wenn das für die meisten Leute heute kaum noch eine Rolle spielt, weil sie an Ostern lieber wegfahren, An grillen, Osterhasen jagen sowie Eier kochen, färben, verstecken, finden und verspeisen wollen, macht es doch Sinn, die österliche Fress-Orgie bzw. das spirituelle Highlight auch körperlich vorzubereiten. Wer fastet, schärft angeblich die Sinne, fokussiert sich auf das Wesentliche, sammelt seine Konzentration und lernt die verloren gegangene Unterscheidung von wichtig und unwichtig ganz neu. Manche nutzen die Fastenzeit als Anreiz, ihren Körper für die Freibadsaison zu stählen oder mit Tee- und Heilfasten von Giftstoffen zu befreien und zu entschlacken. Andere verzichten auf Rauchen, Trinken, Kino, Konzerte, Chips und Schokolade. Die ganz harten verzichten sogar morgens auf Nutella. Ein Freund von uns machte immer die Kiwi-Diät: Er aß alles außer Kiwi.

Für manche ist die Fastenzeit auch ein Anreiz, die schnell gescheiterten Silvestervorsätze neu zu beleben. Manche fasten, indem sie in der Zeit etwas tun, was sie sonst nicht tun: Sie sind dann ausgesprochen fröhlich, entspannt, gut drauf, konzentriert, liebevoll, geduldig, barmherzig und nicht so zickig, anstrengend, aufbrausend, gestresst, unmotiviert, nervig und ätzend wie sonst. Was es auch sei: Nutzen wir die Zeit gut! Nicht nur die Fastenzeit, sondern jeden Tag, den Gott uns in seiner Gnade noch schenkt.

Pastor Frank Wesemann