



Einladung zum Fasten – MH -25

Liebe Gemeinde,

vor einigen Tagen fand ich einen Text von einem Mitbruder, der auf sehr einladende und kluge Weise Menschen zum Fasten einlädt. Mir hat er gefallen und er hat mich auch auf die eine oder andere Idee gebracht, die ich dann nicht nur ausprobieren wollte, sondern, motiviert durch seine Anregungen, nun auch tatsächlich ausprobiere. Er schreibt: Niemand soll zum Fasten überredet werden. Auch in der Fastenzeit nicht. Aber vielleicht wollen Sie ja mal schauen, auf welchen *Verzicht Sie eigentlich Lust hätten?* Klingt ganz ungewohnt: Lust auf einen Verzicht haben!?! Vielleicht nicht für Ihr ganzes Leben, aber eine gewisse Zeit lang. Zum Ausprobieren. Um Ihre Grenzen auszutesten, wie beim Sport. Nicht mit zusammengebissenen Zähnen und griesgrämigem Gesicht, eher humorvoll und spielerisch. Sie müssen ja nicht gleich Ihren eigenen Ausreden auf den Leim gehen: „Das bringt doch sowieso nichts. Es gibt schließlich wichtigere Dinge! Das ist nichts für mich.“

Weniger von etwas ist automatisch mehr von etwas anderem. Welches „andere“ wäre es denn wert? Für welchen Genuss könnte Ihnen denn der Verzicht eine Hilfe sein? Sie könnten zum Beispiel beginnen mit etwas, das Sie sowieso stört: Wo Sie spüren, dass es Sie im Grunde behindert oder unfrei macht, oder wo Sie abhängig geworden sind von schlechten Gewohnheiten. Verlockt es Sie nicht, so etwas (wieder) wegzulassen?

Oder Sie nehmen als Ausgangspunkt das Überflüssige, was Sie gar nicht brauchen.

Dann könnte womöglich das Wesentliche mehr zum Vorschein kommen, etwas Wichtiges wieder Platz finden.

Wenn Sie es ein bisschen dramatischer haben wollen, könnten Sie der Anregung des Indien-Missionars Matthias Altrichter, einem Jesuiten, folgen: „Hie und da mal eine Mahlzeit ausfallen lassen, weil Unzählige keine andere Wahl haben. Fasten, bis es wehtut, nur um zu verstehen (zu ahnen), was wohl in einem Menschen vorgeht, der diesem unangenehmen Reiz Tag für Tag ausgesetzt ist. Ob daraus nicht Mitgefühl erwachsen könnte, Mit-Schmerz? Und dieser Schmerz uns vielleicht auf neue Gedanken bringt?“

Vielleicht gelingt es Ihnen, auch im übertragenen Sinn einen Raum in Ihnen leer zu lassen, nicht sofort immer mit etwas zuzuschütten. Und darauf zu vertrauen, dass dieser Raum auf andere, überraschende Weise gefüllt wird. Von einem, der gesagt hat: „Ich bin gekommen, dass sie das Leben in Fülle haben.“

Vielleicht entdecken auch Sie, liebe Gemeinde, die Lust, etwas auszuprobieren. Neugierig zu werden, wie es mir geht, wenn ich mit weniger auskomme und dabei spüre, es geht mir besser. Oder neugierig zu werden, wie es mir geht, wenn ich mir einen Wunsch nicht erfülle, den ich mir erfüllen könnte, und mich damit verbunden zu wissen mit Menschen in der Nähe oder Ferne, die sich diesen Wunsch tatsächlich nie in ihrem Leben werden erfüllen können.

Fastenzeit, auch eine Zeit des Experimentierens. Aber immer mit dem Ziel, damit Gott, dem Leben und den Menschen, meinen Mitgeschöpfen, näher zu kommen, aber nicht mit saurer Miene, sondern im Mit-lieben und Mit-leiden. Gutes Gelingen. Amen

Mariä Himmelfahrt, 3. Fastensonntag -

P. Joachim Gimbler SJ