Kirche im hr

06.03.2019 um 06:30 Uhr
hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Dr. Ursula Schoen,
Prodekanin, Evangelisches Stadtdekanat Frankfurt

Schokolade ... die zarteste Versuchung

„Die zarteste Versuchung, seit es Schokolade gibt.“ Fast jeder kennt diesen Werbeslogan. Er passt zur Fastenzeit. Die beginnt heute, am Aschermittwoch. Traditionell eine Zeit, sich einzuschränken, zu verzichten. Das Fasten liegt im Trend. Früher waren die Regeln kulturell und kirchlich vorgegeben, heute entscheiden das die meisten selbst. Wer fastet, will etwas überwinden, wie zum Beispiel Gewohnheiten, die nicht gut tun. Auch überwinden, immer gleich und sofort etwas haben oder genießen zu wollen. Da ist die Schokolade nur ein harmloses Beispiel.

Das ist ein altes menschliches Problem, das mit dem Haben-Wollen und Nicht-Verzichten können. Gleich im ersten Buch der Bibel geht’s darum. Da rückt die Schlange jenen Apfel verführerisch in den Blick, der den Menschen neue Erkenntnis verschaffen soll, noch mehr sogar: Gott gleich werden. Widerstehen konnten die Menschen nicht. Am Ende war das Paradies verloren.

Menschen sind verführbar, nicht nur durch Schokolade. Sie wollen haben und sie überschätzen sich ständig. So sieht das die Bibel. Ganz schön nüchtern. Das Bewusstsein für die eigenen Grenzen geht ihnen immer wieder verloren. Erst unter Gottes Blick erkennen sie neu, was sie sind: Geschöpfe, die mit Grenzen und Begrenzungen leben.

Wenn ich das akzeptiere, geht es mir besser. Dabei kann Fasten helfen. Dann merke ich: Ich habe zwar Grenzen, aber ich bin nicht nur ein Gewohnheitstier. Ich kann auch anders, ich bin frei zu wählen, was ich will und was ich nicht will. Ich muss nicht alles gleich haben und machen. Darum geht es denen, die aktiv fasten. Die Palette ist groß: Autofasten, Handyfasten, Alkoholfasten und der Verzicht auf Süßigkeiten.

„Fasten“ heißt auch, den Blick auf das eigene Leben zu verändern. Als Mensch bin ich verführbar und begrenzt. Aber ich habe auch die Chance, frei und neu auf mein Leben zu sehen. Ich werfe einen Blick auf meine eingespielten Lebensmuster. Da kann ich doch was verändern.

Was heißt das für die Schokolade, diese zarte Versuchung? Auch sie kann ich wertschätzen, als wirklichen Genuss. Das passt zu ihr. Schokolade gehörte über Jahrhunderte in Europa zu den Luxusgütern „Götterbaum“ nannten die Botaniker den Kakaobaum. Diese "Götterspeise" war so kostbar, dass sie in einigen Weltgegenden als Zahlungsmittel diente. Jeder wollte sie haben. Ihr Genuss aber war nur wenigen möglich. Wie gut, dass sie inzwischen für viele erschwinglich ist. Doch mir macht sie mehr Freude, wenn ich sie wirklich genieße und nicht als kleines oder großes Trostpflaster gebrauche. Manchmal hilft ja ein Bad mehr oder einfach mit jemand zu sprechen.

Fasten hilft mir, über solche Muster nachzudenken. Vielleicht was zu verändern. Ein guter Leitsatz ist für mich: Genießen statt gedankenlos gebrauchen. Etwas kostbar finden, statt einfach nur konsumieren. Gilt nicht nur für Schokolade!