

23.02.2021 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Pia Arnold-Rammé,

Katholische Pastoralreferentin, Referentin für Sozialpastoral, Frankfurt

Spielraum – 7 Wochen ohne Blockaden

„7 Wochen ohne“ – das ist seit einigen Jahren das Motto der evangelischen Kirche für die Fastenzeit. Ehrlich gesagt hatte ich bisher immer ein bisschen Probleme mit dem Motto, weil das „7 Wochen ohne“ für mich einen negativen Klang hat. Klar, die meisten Leute verbinden Fastenzeit mit diesem „ohne“, mit Verzicht also. Sie verzichten auf Süßigkeiten, auf Alkohol oder auf Fleisch. Ich möchte lieber „7 Wochen mit“ sagen. Denn eigentlich mache ich das ganze Verzicht ja nur, weil ich dafür auch etwas bekomme: wenn ich mich zum Beispiel beim Verzicht aufs Essen durch Hungergefühle oder Kopfschmerzen gequält habe, geht's mir plötzlich viel besser: mein Geist wird frei, und ich bin viel offener für alles, was mir begegnet. Oder wenn ich auf Fernsehen oder Computerspiele verzichte, kommt nach der Langeweile was ganz Neues: Ich entdecke neue Aktivitäten, habe Zeit für Telefonate mit Freundinnen oder spiele mal wieder Mensch ärgere dich nicht.

In diesem Jahr finde ich das Motto der evangelischen Kirche allerdings wirklich inspirierend: „Spielraum – 7 Wochen ohne Blockaden“. Und ich finde: Es passt, sehr gut in meine aktuelle Corona-Erschöpfung. Ja, ich lasse mich blockieren von den vielen Einschränkungen und dem Verzicht. Ich würde gerne wieder Kollegen treffen, mal essen gehen und meine Tochter in Hamburg besuchen. Diese Fastenzeit lädt mich ein, so verstehe ich es, trotzdem Spielräume zu entdecken. Eben nicht nur die Blockaden in meinem Leben wahrzunehmen,

sondern auch Handlungsspielräume zu entdecken: Ich habe zum Beispiel seit langer Zeit mal wieder Briefe geschrieben, das hat mir richtig Spaß gemacht. Ich genieße die Natur in der Umgebung meiner Wohnung im Homeoffice ganz neu, mache in den Pausen gerne Spaziergänge.

Und ich nehme mir vor: Bis Ostern will ich noch mehr Spielräume entdecken und Blockaden auflösen. Da gibt es ja auch ohne Corona einiges: Menschen, die ich eigentlich nicht mag, mal mit neuen Augen ansehen. Mich mal anders verhalten, als es in einer bestimmten Situation alle von mir erwarten. Meinem Mann zuliebe etwas tun, wozu ich eigentlich keine Lust habe. Es fällt mir schon so allerlei ein, was ich mal anders machen könnte, Spielräume schaffen und Blockade überwinden. Ich freue mich drauf und hoffe, die Zeit bis Ostern reicht für alles, was mir da einfällt.