

02.03.2022 um 00:01 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Dr. Matthias Viertel,
Evangelischer Pfarrer, Kassel

7 Wochen ohne Stillstand

Heute, mit dem Aschermittwoch, beginnt die Passionszeit. So werden in der Kirche die Wochen bis Ostern bezeichnet. In alter Zeit wollte man die Grenze zwischen den fröhlich bunten Tagen der Fastnacht und der besinnlichen Passionszeit durch ein besonderes Symbol markieren. Dafür streuten sich die frommen Christen Asche auf das Haupt, um auf die Vergänglichkeit des Lebens hinzuweisen. So wie es bei Beerdigungen heißt: „Asche zu Asche, Staub zu Staub.“ Die Asche als Zeichen der Trauer und Besinnung kommt noch heute in der Bezeichnung *Aschermittwoch* zum Ausdruck.

Passionszeit - sieben Wochen bist Ostern

Überdies galten die sieben Wochen vor Ostern früher als strenge Fastenzeit. Es sollte kein Fleisch gegessen werden, und andere Luxusgüter wie Süßigkeiten, Alkohol und üppige Menüs waren ebenfalls tabu. Das praktizieren einige auch heute noch und nehmen sich vor, worauf sie in den sieben Wochen bis Ostern verzichten.

Fasten - nicht nur Verzicht auf Speisen, sondern auch Bewusstmachung von Abhängigkeiten

Gleichzeitig hat sich eine weitere Deutung des Fastens verbreitet. Nicht um den

Verzicht auf Speisen geht es nun, sondern um das Bewusstmachen von Abhängigkeiten. Vieles bestimmt mein Alltagsleben, obwohl ich das gar nicht will, Angewohnheiten sind oft zur Sucht geworden. Nun bekomme ich eine Chance.

Gewohnheiten ändern

Wenigstens für die Zeit bis Ostern kann ich meine Gewohnheit verändern: Sieben Wochen ohne Fernsehen, ohne selbst gemachten Stress, ohne kritische Kommentare, vielleicht sogar ohne Besserwisserei. Wichtig ist nur, dass ich diese Chance ergreife, denn sie kann einen Neuanfang bedeuten.

„Üben! 7 Wochen ohne Stillstand“

In diesem Jahr heißt die Fastenaktion der evangelischen Kirche: „Üben! 7 Wochen ohne Stillstand“. Mich lässt das Thema aufhorchen. Die Lockdowns der vergangenen Zeit haben das Leben in vielen Bereichen zum Stillstand gebracht. Ein Zustand, unter dem viele Menschen leiden. Aber der äußere Stillstand muss mich nicht auch innerlich lähmen. Ich habe selbst die Wahl. Ich kann aktiv werden in meinen Denkgewohnheiten. Das Stillstehen ist nicht nur ein Problem des körperlichen Einsatzes. Viel schlimmer ist der Stillstand im Denken, der mich in immer die gleichen Muster zwingt, obwohl ich es gar nicht will.

Auf diese Art Bewegung in das Denken zu bekommen ist nicht leicht. Aber deshalb lautet der Slogan der Fastenzeit ja auch „Üben! 7 Wochen ohne Stillstand“.