

13.03.2022 um 07:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Rolf Müller,

Pastoralreferent Pfarrei Mariä Himmelfahrt, Frankfurt

Fastenzeit ist Boosterzeit

„Ich muss mich noch boostern!“ hat mir letzte Woche ein Schüler gesagt. Ich hatte ihn gefragt, ob er schon fit für seine Abiturprüfungen ist. Ich war etwas verwirrt! „Der spricht doch nicht von der Corona-Impfung“, habe ich mir gedacht. Und dann ist mir klar geworden: Er meint damit, dass sein Abiturwissen wohl noch eine kleine Auffrischung bekommen müsste. Ich weiß aus der Medizin: Boostern heißt ja so viel wie Auffrischung oder Stärkung. Was ich nicht gewusst habe: Dieses Wort ist mittlerweile so bekannt geworden, dass es längst auch in anderen Bereichen verwendet wird.

Auffrischen und Stärken brauch' ich in vielen Bereichen

Das gefällt mir – und es passt sogar zur Fastenzeit gerade. Denn die ist so etwas wie eine „Boosterzeit“ für mich. Ich weiß viele Bereiche, in denen ich das Boostern dringend brauche. Das fängt bei meiner Fitness an. Die braucht dringend eine Auffrischung. Ich habe deshalb wieder angefangen, mich täglich mehr zu bewegen und wieder Sport zu machen. Aber auch mein Geist braucht einen Booster! Ich weiß: Wenn ich den nicht wachhalte, wird der träge und unaufmerksam. Da sind die beiden dicken Bücher, die ich mir für die Fastenzeit extra bestellt habe, ein echter Booster für mich. Und auch mein Verhältnis zu Gott bräuchte mal wieder einen Booster! Ich will mir extra Tage der Stille in der Fastenzeit nehmen, um zu beten und zu meditieren. Das gibt mir innere Kraft!

Einen Booster braucht auch mein Engagement für Andere dringend mal wieder. Ich weiß: Hier könnte ich noch mehr tun. Ich denke da im Moment besonders an die Menschen in und aus der Ukraine, die dringend humanitäre Hilfe brauchen.

Fastenzeit boostert Körper und Geist

Diese Fastenzeit soll meine Boosterzeit werden! Bis Ostern will ich eine Auffrischung für Körper und Geist bekommen. Und ich hoffe, dass die Wirkung dann lange anhält!