Kirche im hr

28.03.2019 um 05:20 Uhr
hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von
Pia Arnold-Rammé,
Katholische Pastoralreferentin, Referentin für Sozialpastoral, Frankfurt

Wie geht Fasten?

Drei Wochen Fastenzeit sind schon rum. Aber mit dem Fasten hat es bei mir noch nicht so gut geklappt in diesem Jahr. Immerhin sind ja noch fast vier Wochen Zeit bis Ostern. Da habe ich noch eine Chance! Um mich herum, in der Familie, am Arbeitsplatz, da sind sie schon eifrig dabei, verzichten auf zum Bespiel auf Süßkram oder Alkohol.

In der Bibel, beim Propheten Jesaja lese ich: *„Obwohl ihr fastet, gibt es Streit und Zank.“ (Jes 58,4).* Der Satz ist zwar über zweitausend Jahre alt, aber trotzdem hochaktuell – so meine ich. Menschen, die fasten, sind nicht automatisch die besseren Menschen. Und vielleicht ist es ja sogar so, dass diejenigen, die fasten, eher zu Streit und Zank neigen. Denn Fasten bedeutet ja gemeinhin auf Nahrung zu verzichten. Und Hungergefühl kann durchaus aggressiv machen.

Aber was genau meint der Prophet damit? In seiner Rede über das Fasten heißt es weiter:

„Ist das ein Fasten wie ich es liebe? Nein, das ist ein Fasten, wie ich es liebe: an die Hungrigen dein Brot auszuteilen, den obdachlosen Armen ins Haus aufzunehmen und die Fesseln des Unrechts zu lösen.“ (Jes 58, 6-7)

Der Prophet will also ein ganz anderes Fasten. Ihm geht es nicht um gesunde Ernährung, Entschlacken oder Abnehmen. Fasten ist auch nicht dafür da, dass ich mein persönliches Seelenheil finde. Für den Propheten Jesaja bedeutet Fasten: solidarisches Handeln und Einsatz für Gerechtigkeit. Fasten ist somit keine rein individuelle Angelegenheit mehr. Beim Fasten geht es um mein Verhalten für die Gemeinschaft. Fasten heißt dann: mein Brot mit den Hungrigen teilen, den Obdachlosen aufnehmen und mich gegen Unrecht wehren.

Nun lebe ich nicht mehr zur Zeit des Propheten. Aber eigentlich sind seine Vorschläge für das rechte Fasten doch noch sehr aktuell. Natürlich gibt es heutzutage eine bessere Versorgung der Armen von Seiten des Staates und der großen Sozialverbände. Aber als zum Beispiel sehr viele Flüchtlinge in unser Land kamen, forderte das alle heraus. Da war und ist nicht nur ganz konkrete Hilfe gefragt. Da geht es auch darum, wie ich mich positioniere: Mache ich mit bei der Hetze gegen Flüchtlinge? Widerspreche ich, wenn Menschen aufgrund ihrer Herkunft vorverurteilt werden? Oder wenn Politiker pauschal als unfähig hingestellt werden? Gerade in den sozialen Netzwerken kann ich aktiv werden und meine Meinung kundtun – gegen jegliche Hetze! Auch das ist eine Art von Fasten. Ich stehe ein für Menschenwürde und Menschenrechte, für alle Menschen, egal welcher Religion und Herkunft. Dann klappt es ja vielleicht doch noch mit meinen Fasten bis Ostern.