

05.03.2024 um 18:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Alexandra Becker,

Katholische Pastoralreferentin Frankfurt

Fröhlich durch die Fastenzeit

Moderator/in: *Einige verzichten zurzeit auf Süßes oder Alkohol oder fahren mehr mit dem Fahrrad statt mit dem Auto. Es ist Fastenzeit – knapp die Hälfte ist rum. Zeit für eine erste Bilanz, Alex Becker von der katholischen Kirche.*

Ich faste ganz klassisch Süßigkeiten und bisher klappt das auch ganz gut. Am Eiscafé vorbei zu gehen, fällt mir bei dem Wetter jetzt echt nicht so leicht. Aber: Ostern ist für mich ein ganz wichtiges Fest. Darauf will ich mich vorbereiten, und da gehört für mich das Verzichten zum Beispiel auf Süßigkeiten dazu. Es gab übrigens früher sogar zwei Fastenzeiten im Jahr.

Ok, was ist denn die zweite Fastenzeit?

Der Advent. Fasten hat auch da zur Vorbereitung gedient - nämlich auf Weihnachten. Gefastet wird heute im Advent nicht mehr, aber die Vorbereitung aufs große Fest: Die ist vielen wichtig. Und dafür kennen wir jede Menge Aktionen: Plätzchen backen, Wohnung schmücken, Adventskonzerte oder Weihnachtsmärkte. Obwohl ich jetzt auf Süßigkeiten verzichte: Ich finde: Auch die Fastenzeit jetzt vor Ostern kann man mit so schönen Dingen füllen, die Freude machen: Eier bemalen mit den Kindern, beim Spaziergehen entdecken, was draußen alles zum Leben erwacht oder zum alkoholfreien Cocktailabend einladen. Denn ich bereite mich ja schließlich auf eine große Freude vor. An Ostern feiere ich die Auferstehung Jesu.