

Fasten – wozu?

Mit dem Aschermittwoch beginnt für uns katholische Christen die 40tägige Fastenzeit bzw. österliche Bußzeit. Für viele, auch Nichtchristen, ein willkommener Anlass, sich einer Abmagerungs- oder Schlankheitskur zu unterziehen, ihre Konsumgewohnheiten zu überprüfen und zu korrigieren, gesünder, einfacher und bewusster zu leben. Fasten ist aber für uns Christen kein Selbstzweck. Es dient auch nicht in erster Linie unserer Selbstoptimierung, sondern will uns zu mehr und besserem Leben verhelfen. Konkret geht es beim Fasten aus christlicher Sicht vor allem um dreierlei:

um mehr und größere Freiheit

In unserer Wohlstandsgesellschaft haben die meisten Menschen mehr als sie brauchen. Erich Kästner sagt einmal: „Der Bauer, der am Morgen ein Schwein schlachtet, kann zu Mittag auch nur ein Kotelett essen.“ So viel Fleisch – und nur ein kleiner Magen! So viele schöne Kleider – und nur ein Rücken, über den man sie hängen kann! So viele CDs und nur zwei Ohren, die vor lauter Lärm ohnehin schon bald nicht mehr hören!“ Die Gefahr dabei ist, den Sinn des Lebens einzig und allein im Haben und Genießen zu suchen und zu sehen, bei den vielen Angeboten „unterzugehen“, abhängig und süchtig zu werden. Die Fastenzeit lädt uns ein, dieser Gefahr durch Fasten und Verzicht entgegenzusteuern, sie will uns zu mehr und größerer Freiheit verhelfen.

um mehr Solidarität

Es ist eine alte, gute christliche Tradition, das durch Fasten und Verzicht, durch einfache Lebensweise und Mahlzeiten Ersparnis mit den Armen zu teilen. Eine unserer Fastenpräfationen sagt es so: „Die Entsagung mindert in uns die Selbstsucht und öffnet unser Herz für die Armen.“ Der „Familienfasttag“, die „Fastensuppe“ oder die am Ende der Fastenzeit abgehaltene „Fastenaktion“ greifen dieses Anliegen auf und erhalten von daher auch ihre Bedeutung und ihren Sinn.

um Umkehr und Versöhnung mit Gott

Gott ist für uns Christen nicht bloß ein „höchstes Wesen“, über das wir nichts Genaueres wissen. Er ist für uns der Schöpfer der ganzen Welt, dem auch wir, jeder und jede von uns, letztlich unser Leben verdanken und der uns in seinem Sohn Jesus Christus von unseren Sünden und vom ewigen Tod erlöst hat.

Wenn wir wirklich an diesen Gott glauben, was könnte dann für uns wichtiger sein, als mit und für Gott zu leben, auf ihn zu hören, ihn zu lieben - aus ganzem Herzen, mit ganzer Seele, mit all unserem Denken und unserer ganzen Kraft?

Dazu sind wir immer wieder, aber vor allem in der Fastenzeit eingeladen und aufgerufen: umzukehren zu Gott, der Quelle des Lebens und der Liebe, und aufzuhören, ohne ihn und fern von ihm dahinzuleben.

Und diese Umkehr zu Gott sollen wir auch **in einer guten Beichte** zum Ausdruck bringen. Die Beichte, **das Sakrament der Versöhnung**, ist der Höhepunkt unserer persönlichen Vorbereitung auf Ostern, sie ist „**Ostern im Herzen**“ (P. Karl Wallner).

In der Beichte geht es darum, dass wir frei werden von unseren falschen Bindungen und Abhängigkeiten, von unseren Sünden, frei werden von all dem, was das gute Einvernehmen mit Gott und mit unseren Mitmenschen stört oder zerstört hat, um mit Christus zu einem neuen Leben auferstehen zu können.