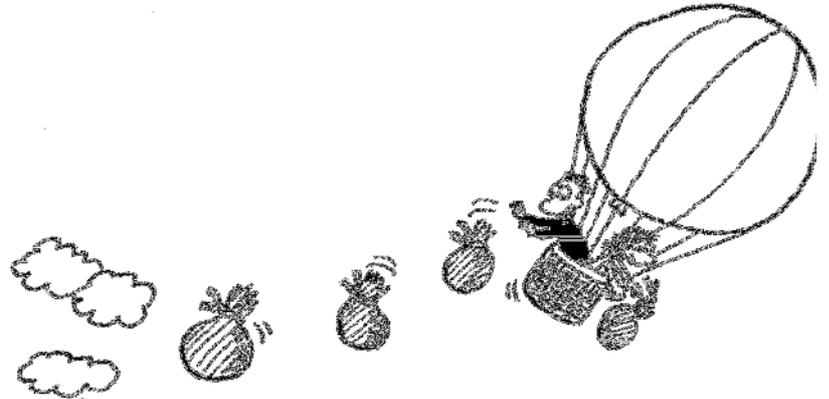




#### Liebe Leserinnen und Leser

Mit dem Aschermittwoch hat nun die 40-tägige Fastenzeit begonnen. Nicht nur das Christentum kennt eine eigene

Fastenzeit. In vielen Religionen wird gefastet. Besonders bekannt ist beispielsweise der Fastenmonat Ramadan der Muslime.



Doch wozu eigentlich eine Fastenzeit? Und das auch noch in einem Moment, wo wir durch die äusseren Umstände sowieso auf vieles verzichten müssen: weniger Begegnungen, keine Anlässe und keine Feiern. Wieso jetzt auch noch freiwillig z.B. auf Süssigkeiten, Fleisch, Alkohol oder Kaffee verzichten? Manche Menschen fasten in diesen Wochen eine Zeit lang sogar ganz und essen wenig oder gar nichts. Nicht, weil sie dringend abnehmen möchten, sondern eher, um von schlechten Alltagsgewohnheiten freier zu werden und manche Dinge wieder bewusster zu erleben.

Als Antwort auf die Frage, wozu Fasten nützlich ist, hilft mir die Erfahrung der Perlenfischer, die im Meer nach Perlen tauchen. Für jeden Tauchgang braucht es gewisse Vorbereitungen. So verlassen die Fischer ihre Hütten und gehen an den Strand. Dort legen sie alles ab, was sie am Tauchen hindert. Dann fetten sie sich ein und suchen sich einen geeigneten, handlichen Stein, mit dem sie

abtauchen können, um an die Perlen zu gelangen. Zu den Perlen kommen sie nur, indem sie all das zurücklassen, was sie daran hindert, ganz und gar abzutauchen. Lediglich einen Stein brauchen sie; einen, der dazu geeignet ist, sie in die Tiefe zu bringen. Nicht zu schwer und nicht zu leicht darf er sein. Wie diesen Stein brauchen auch wir Menschen etwas, das uns hilft, in die Tiefe zu kommen. Und das Fasten oder der Verzicht kann dafür ein Übungsweg sein. Es ist ein Hilfsmittel, um nach den „Perlen“ im eigenen Leben zu tauchen.

Die Evangelien erzählen, dass auch Jesus gefastet hat, sich in die Wüste zurückzog, um sich innerlich wieder neu auszurichten. So lesen wir im Markusevangelium:

*„Der Geist trieb Jesus in die Wüste. Dort blieb Jesu vierzig Tage lang und wurde vom Satan in Versuchung geführt. Er lebte bei den wilden Tieren und die Engel dienten ihm. Danach ging er nach Galiläa; er verkündete das Evangelium Gottes und sprach: Die Zeit ist erfüllt, das Reich Gottes ist nahe. Kehrt um und glaubt an das Evangelium.“ (Markus 1, 12-15)*

Die Wüste ist eine ganz eigene Welt, eine Landschaft von bizarrer Schönheit. Aber darum auch ein Ort, in dem sich die Extreme berühren, wo Leben und Tod, Untergang und Rettung, tiefste Verzweiflung und höchstes Glück nahe beieinander liegen. Zwar gibt es in der Wüste nur wenige Ablenkungen von aussen, dafür geht es aber im Inneren eines Menschen dann richtig ab. Alle, die sich in die Wüste zurückzogen, mussten durch diese inneren Kämpfe und Versuchungen hindurch. Auch Jesus. Da kamen sie dann, die „Dämonen“, mit all ihren unterschiedlichen Namen wie Langeweile, Leere, Ungeduld, Überdross, Enttäuschung, Zorn, Trauer, Depression, Angst und manch anderen. Bei den Wüstenvätern hiess: **Wer mit den Dämonen ringt, wird früher oder später auch den Engeln begegnen.** Nach den inneren Kämpfen und Überwindungen begegnet uns das Glück.

Sich in die Wüste zu begeben bedeutet wie beim Fasten: die eigene Komfortzone hinter sich zulassen und das fällt uns allen nicht leicht. Aber wer wirklich hindurchgeht, für den wird das Leben anders. Das Selbstverständliche ist nicht mehr selbstverständlich. Das Gewöhnliche nicht mehr so gewöhnlich.

Fasten- und Wüstenzeiten schärfen die Aufmerksamkeit für die meistens übersehenen Wunder des Alltäglichen und sie geben unserem Leben eine Tiefe. Sie helfen uns, das Wesentliche vom Unwesentlichen zu unterscheiden.

Auch Jesus war den Versuchungen ausgesetzt, aber er ist seiner Mission treu geblieben und ist nach seiner Wüstenzeit als Wanderprediger durchgestartet.

So wünsche ich uns, dass diese Fastenzeit uns in die Tiefe führt und uns hilft, die vielen Wunder in unserem Alltag bewusst zu erleben.



Mit herzlichen Grüßen,

*Christina Burger*

**Christina Burger**

Seelsorgerin, Antoniuspfarre

Tel: 056 245 33 27 oder E- Mail: [christina.burger@kath-aare-rhein.ch](mailto:christina.burger@kath-aare-rhein.ch)

Web: [www.kath-aare-rhein.ch](http://www.kath-aare-rhein.ch)