

## **Kalorien zählen, statt demütig zu sein... (2017)**

Die „Grünen“ und Umweltverbände rufen dazu auf, die Autos stehen zu lassen. Experten raten, einfach das „Smartphone“ öfter beiseite zu legen. Und die Vegetarier-Bewegungen setzen sich dafür ein, auf den Fleisch-Konsum zu verzichten. Die Fastenzeit im Jahr 2017 scheint ein sich gegenseitiges Überbieten in den Appellen zu sein, den unterschiedlichsten Trends zu folgen. Sieben Wochen möge man sich bitte an verschiedensten Stellen kasteien. Und der alleinige Grund für all das ist offenbar der Gedanke, sich durch ein Verzichten wohler zu fühlen. Die Psyche austricksen, indem wir mit Pseudo-Maßnahmen vorgaukeln, das zu verdecken, von dem wir wissen, dass es uns nicht gut tut – dessen Versuchung wir aber wohl nur während ein paar Tagen im Jahr mit dem Gruppendruck des gemeinsamen „Kürzertretens“ entgegenen können.

Fastenzeit ist zu einem modernen Begriff in einer Welt geworden, in der unterschiedliche Anschauungen aufeinander treffen. Seien es religiöse oder esoterische, neureligiöse oder heidnische, fernöstliche oder westliche. Jede bringt ihre Einflüsse mit hinein. Ein Cocktail aus Überzeugungen, gepaart mit guten Tipps aus der Gesundheitslobby, das ergibt eine Stimmung, in der wir glauben, dass das „Weglassen“ dieser Schlüssel zum Glück ist. Und zweifelsohne: Es hat durchaus therapeutische Züge, wenn wir uns in unserem suchartigen Verhalten von heute darauf einlassen müssen, das Handy ein paar Stunden zur Seite zu legen, den Süßigkeiten im Küchenschrank einen Abend zu widerstehen oder die 200 Meter zum Bäcker einfach zu Fuß zu gehen.

Aber wenn wir auf die christlichen Ursprünge schauen, dann sehen wir etwas ganz Anderes: Mit dem Aschermittwoch beginnt die Leidenszeit Jesu. In Erinnerung an seine Qualen geben wir einen Stück unseres Alltages preis. Es ist nicht das Ziel, anschließend schlanker zu sein. Es ist auch nicht Aufgabe der Fastenzeit, uns in unserem „Twitter“-Verhalten zu mäßigen. Und auch nicht der Sinn dieser ganzen Sache, uns danach „besser“ zu fühlen. Entbehrung heißt, sich wieder auf das Wesentliche zu konzentrieren. Es geht um das Existenzielle. Die Passionszeit bringt uns an unsere Grenzen. Sie macht uns bewusst, wie vergänglich wir sind. Sie hält uns den Spiegel vor, wie wehleidig wir geworden sind. Wie empfindsam wir sind, wenn wir um das Materielle zu weinen beginnen.

Sein Fahrzeug zuhause stehen zu lassen, das hat mit Fasten wenig zu tun. Ohne sich bewusst zu sein, warum wir verzichten, wird dieser scheinbare Idealismus rasch zu einer puren Farce. Dann ist er allein ein Götzendienst, für uns selbst. Wir befriedigen unser Gewissen, etwas für die Umwelt, für unsere Freizeit, vielleicht auch für unser Gewicht getan zu haben. Doch es ist gerade nicht der Narzissmus, der in der Passionszeit im Mittelpunkt stehen darf. Jesus lebte im Bewusstsein, sich für die Menschen hinzugeben. Wenn wir fasten, dann sollen wir sein Leid teilen. Wir wollen durch unser Entsagen etwas davon spüren, wie es ist, trotz Schmerzen nicht zu verzagen. Die Opferbereitschaft, die dieser Sohn Gottes mit seinem Gang durch die Hölle zeigte, soll uns nicht ermutigen, nicht Vorbild sein, aber demütig machen.

Passionszeit ohne einen Glauben ist wie diese Burg ohne ein Fundament. Das Brot ohne Butter zu essen, ohne sich dabei klar zu sein, dass dies nicht nur in der physischen, sondern auch in der geistlichen Askese geschieht, bleibt ohne wirklichen Effekt auf unser Dasein. Denn von weniger Kilos allein lebt es sich zwar leichter, aber nicht erfüllter. Und diesen „Zweck“ soll doch die Leidenszeit Christi mit sich bringen: Durch Teilhabe an seiner

Geißelung, an seinem Hadern, an seiner Folter lernen wir all jene Kostbarkeit des Lebens neu kennen, die uns kein Flachbildfernseher, keine Sahnetorte und kein „Cabriolet“ bietet. Die Rückbesinnung auf die Wurzeln der Existenz, auf Gott und auf das Geschenk, das er uns mit dieser Welt gemacht hat. Die Fastenzeit lehrt uns wieder das Danken. Sie nimmt die Selbstverständlichkeit unseres Alltags von heute, der geprägt ist von Konsum, Überfluss und Gierigkeit, dem wir unreflektiert und anbetend folgen wie einer unzweifelhaften, unüberdachten und ignorierenden Beweihräucherung unserer eigenen Freiheit.

Jesus ging nicht nur den Kreuzweg, er starb nicht nur in Golgatha. Er wurde schon zuvor gedemütigt, ausgegrenzt und mit einem Joch versehen. An all diese Grausamkeit, an dieses Vorenthalten jeglicher Würde, erinnert uns die Passion Christi. Gerade jetzt, wo überall auf der Erde Menschen um ihre grundlegenden Rechte fürchten müssen, in Gefängnissen sitzen, weil sie kritisch berichten wollten, weil sie nur eine sichere Zuflucht suchten, die falsche politische Richtung vertraten, ermahnt uns diese Zeit vor Ostern an unsere eigene Integrität und die Verpflichtungen, die mit ihr einhergehen. Wir sollen eine Fertigkeit zurückerlangen, die im Egoismus des 21. Jahrhunderts so rar geworden ist: Das Mitfühlen mit unseren Nächsten. Und nicht nur das: Wir sind aufgefordert, den Mund zu öffnen, wenn die Menge kreischt und den Tod für jemanden fordert, der als „König der Juden“ für all jene steht, denen Ungerechtigkeit widerfährt.

Es ist eine platte Attitüde, die zu einer coolen Gewohnheit gewordene Fastenzeit mit inhaltsleeren Sprüchen nach Diäten, weniger Zigaretten und einem „nachhaltigen“ Leben zu füllen, ohne ihre Bedeutung zu hinterfragen. Es ist nicht die Stunde von ausgedehnter Selbstherrlichkeit. Im Gegenteil. Vielleicht sollten wir uns Kurt Ihlenfeld wieder einmal in unser Gedächtnis rufen, der mit klaren Worten formuliert hat: „Er schonte den Verräter, ließ sich als Missetäter verdammen vor Gericht, schwieg still zu allem Hohne, nahm an die Dornenkrone, die Schläge in sein Angesicht“ (EG 94,3). Wir selbst könnten nicht ertragen, welch es Unheil wir alle zusammen auf diese Welt tagtäglich verursachen. Deshalb Jesu soll es sühnen – doch wir denken nur an die Kalorien. Hat er das verdient?

*Dennis Riehle*