

## Alles neu

Schon wieder Fastenzeit! Was soll es diesmal sein: kein Kaffee, mehr Sport, weniger Fleisch? Wovon soll es ein bisschen weniger sein?

Der Haken ist, dass wir die Frage falsch stellen. Stellen Sie sich einmal vor, am Beginn der Fastenzeit würden sich alle damit beschäftigen: wie kann es ein bisschen *mehr* sein – ein bisschen mehr „Leben in Fülle“? Und schwups ist der Fokus ein ganz anderer. Jesus sagt von sich, ich bin gekommen, dass sie das Leben haben und es in Fülle haben. (Joh 10,10) Eine Fülle, die natürlich nichts mit Konsum, Leistung, Auszeichnungen o.ä. zu tun hat. Wie viele alte Mönche erzählen davon, dass sie auf ein „erfülltes“ Leben zurückblicken, obwohl es von Armut, Schlichtheit und Verzicht geprägt ist. Trotz alledem oder vielleicht gerade deswegen haben diese und andere Menschen eine Erfahrung gemacht, um die wir sie eigentlich beneiden können.

Leben in Fülle, wie geht das und warum gerade zur Fastenzeit? Wir können diese Zeit des Jahres als Bestärkung sehen, neu anzufangen, echter, beziehungsreicher, bewusster zu leben und den Gott des Lebens mehr in unseren Alltag hinein zu holen. Wenn ich 7 Wochen lang auf Fleisch verzichte, kann ich Wurst, Fisch und Fleisch wieder mehr als Geschenk wahrnehmen und es bewusster essen, oder ich merke, dass auch dauerhaft der klassische Sonntagsbraten reicht. Nur 1 Tasse Kaffee am Tag tut meinem Körper gut und der weltweiten Kaffeeproduktion ebenso. Der Verzicht kann mich innerlich freier machen und das ist in einem Land wie dem unseren echt schwer. Wir haben so viel, Werbung und der Lebensstil manch anderer in unserem Umfeld oder wie wir es aus der Presse erfahren, verführen uns zum immer Mehr. Wir meinen, dass wir immer mehr haben oder leben müssen, um glücklich zu sein.

Und da kommt wieder Jesus ins Spiel. Er sagt ganz klar, dass er will, dass wir Menschen das Leben haben und in Fülle noch dazu. Vielleicht sagt er deswegen auch an anderer Stelle ganz deutlich „wenn ihr fastet, dann macht kein finsternes Gesicht...sondern salbe dein Gesicht“ (Mt 6,16f), weil er weiß, dass es nicht um den Verzicht an sich geht, auch nicht um eine Form der Selbstkasteiung. Es geht um die Fülle, die es dahinter zu entdecken gilt. Das Gefühl reich beschenkt zu werden bzw. reich beschenkt worden zu sein.

In unserem Bistum gibt es in diesem Jahr die Aktion „7 Wochen miteinander“, ein Angebot für Paare. Während der Fastenzeit werden Briefe verschickt, die die Paare einladen miteinander (wieder) ins Gespräch zu kommen, über Themen, die nicht immer einfach sind, aber die die Partnerschaft stärken und die Liebe neu spürbar machen wollen. Ähnlich die Aktion von *andere Zeiten* „7 Wochen anders leben“, die ebenfalls Menschen ganz klassisch per Briefpost begleiten und Impulse geben, kleine Schräubchen im Leben zu drehen, um – jetzt mal ganz drastisch gesprochen – der großen Verheißung vom Leben in Fülle in meinem Leben überhaupt eine Chance zu geben! Denn die Fülle wird ja nicht einfach so vom Himmel plumpsen, an meiner Haustür klingeln und mich begrüßen mit „Guten Tag Frau Maier, Sie hatten mich bestellt, da bin ich nun!“ Irgendwie liegt diese Fülle schon in mir drin und will mir gleichzeitig von Gott geschenkt werden. Und dafür ist also die Fastenzeit da: Ballast abwerfen, frei werden von dem was mich unglücklich bindet und einschränkt, und mir einen Neuanfang ermöglichen und damit dem „Leben in Fülle“ überhaupt eine Chance zu geben!

Steffi Hoffmann

Schulseelsorgerin an der Bischöf. Maria-Montessori-Grundschule Bautzen