

Apropos Sonntag Antenne Brandenburg 25.2.2024

Start der Fastenaktion: 7 Wochen ohne Alleingänge

von Pfarrerin Barbara Manterfeld-Wormit

Sprecher: Fabian Hahn

Anmoderation:

Mit Aschermittwoch hat für Christen die Fastenzeit begonnen. Sie dauert sieben Wochen und endet mit dem Osterfest. Worauf Gläubige verzichten, ist diesem Jahr lautet das Motto der Fastenaktion: *Komm rüber! Sieben Wochen ohne Alleingänge*. Wie das geht? Barbara Manterfeld-Wormit hat nachgefragt. Sie hören eine Sendung der evangelischen Kirche.

Autorin 1

Ich bin wieder dabei! Auch in diesem Jahr faste ich wieder. Ein bisschen jedenfalls, denn echte Hardliner verzichten ja tatsächlich ganz auf's Essen und nehmen nur etwas Brühe und Flüssigkeit zu sich. Das schaffe ich nicht. Was ich mir vorgenommen habe, ist überschaubar – aber trotzdem nicht leicht für mich. Darum geht es ja: Dass man für eine Zeit lang etwas sein lässt, was einem lieb geworden ist. Das selbstverständliche Glas Wein am Abend zum Beispiel, der Kaffee am Morgen, der Griff zu den Süßigkeiten, wenn's mal wieder stressig ist. Es gibt viele Möglichkeiten zu fasten. Aber zurück zu mir: Ich möchte bis Ostern keinen Alkohol mehr trinken: keinen Wein, kein Fläschchen Bier, keinen Schluck Sekt. Ich will auf Süßes verzichten, was zur netten aber ungesunden Angewohnheit geworden ist abends auf dem Sofa. Vor allem will ich auf's Fernsehen verzichten. Dazu zählen auch Netflixserien. Ich vermute, das wird mir wirklich schwerfallen. Aber ich will's versuchen. Weniger Ablenkung und mehr Zeit für andere Dinge – auch für mich, für Freunde und Familie könnte ein netter Nebeneffekt sein. Ich bin gespannt, wie's wird. Und falls ich am Ende nur eines der drei Fastenziele erreiche, immerhin – das wäre auch schon was! Viele Mensch fasten in dieser Zeit – auch wenn sie nicht zur Kirche gehören. Einfach, weil's guttut. Sogar jetzt, wo viele wegen Inflation und Krisen das Gefühl haben, schon genug verzichten zu müssen.

Einer, der quasi schon von Berufs wegen fastet, ist Christian Stäblein, Bischof der evangelischen Kirche in Berlin und Brandenburg

O-Ton 1 Christian Stäblein (2:24):

Ich versuch es jedenfalls! Ich geb zu, für mich heißt Fastenzeit immer wieder sehr klassisch einfach zu schauen: Auf was kann ich verzichten, um nochmal neu zu spüren, wie das so ist, wenn es ohne ist an dieser Stelle und auch, um ne andre Achtsamkeit für den Körper zu kriegen. Ich denke, dass so diese sieben Wochen ohne

Schokolade, ohne Zucker immer noch ne Hilfe ist, um ein Gefühl dafür zu kriegen, was einen ständig überflutet – mich auch manchmal „überzuckert“ will ich mal sagen. Und da finde ich die Passionszeit ne große Hilfe... es gibt noch dieses alte Gefühl, dass man in der Passionszeit keine großen Sausen macht. Mir tut das gut! Das schafft mir Freiräume, an denen ich nochmal für nen Moment ins Gespräch mit nem guten Buch, aber auch natürlich verstärkt mit Gott gehen kann.

Autorin 2

Auf den ersten Blick scheint fasten einsam zu machen. Nicht genussvoll essen, nicht trinken, nicht feiern... Das verbinden wir eher mit schlechter Laune und Magenknurren. Interessanterweise kennen fast alle Religionen den Brauch des Fastens. Nicht um einsam zu sein, sondern um in Kontakt zu kommen: mit Gott aber eben auch mit anderen, die ebenfalls fasten in dieser Zeit. Im Neuen Testament gibt es eine Geschichte, die genau von dieser Gemeinschaft handelt: Sie spielt nach der Kreuzigung Jesu. Die Jünger sind ohne ihren Freund und Meister. Sie trauern.

Sprecher 1

Und siehe, zwei von ihnen gingen an demselben Tage in ein Dorf, das war von Jerusalem etwa zwei Wegstunden entfernt, dessen Name ist Emmaus. Und sie redeten miteinander von allen diesen Geschichten. Und es geschah, als sie so redeten und sich miteinander besprachen, da nahte sich Jesus selbst und ging mit ihnen. Aber ihre Augen wurden gehalten, dass sie ihn nicht erkannten.

2

Autorin 3

Jesus, der Auferstanden, begegnet den Jüngern. Er geht mit ihnen, er hört zu, er redet mit Ihnen. Die Macher der evangelischen Fastenaktion *Sieben Wochen ohne* haben genau diese Geschichte an den Anfang des diesjährigen Fastenkalenders gestellt: Er begleitet durch die sieben Wochen der Passionszeit mit Bildern, Fotos und Texten, die zum Nachdenken anregen. Genau wie das Motto, das genau in diese Zeit passt, in der viel Streit herrscht und Menschen oft auch einsam sind.

Sprecher 2

Willkommen in der 1. Fastenwoche!

Es gibt einen Brauch, an einem gedeckten Tisch immer einen Sitzplatz frei zu halten. Es könnte noch ein unerwarteter Gast kommen. In der biblischen Geschichte von den zweien auf dem Weg nach Emmaus kreuzt der auferstandene Jesus auf. Unerwartet und unerkannt. In der Lutherbibel heißt es so schön: Er naht sich und geht mit ihnen. Ein Mensch, der sich den beiden zufällig anschließt. Ein Zufallsmensch – so wie es sie oft im Leben gibt: der bedächtige Mann, den ich immer beim Gassigehen treffe. Die gut gelaunte Kollegin aus dem anderen Flur. Die junge Frau, die oft dieselbe Bahn wie ich zur Arbeit nimmt. Wir nicken uns mittlerweile einen Morgengruß zu. In der ersten

Fastenwoche geht es um all die Menschen, mit denen ich unterwegs bin: die Vertrauten und auch die Zufallsmenschen. Ich halte für sie in meinem Inneren einen Platz frei. (Fastenkalender 7 Wochen ohne 2024, 15. Februar)

Musik 1 Peter Gabriel

O-Ton 2 Christian Stäblein (1:28)

Das ist ja genau die Erfahrung, dass so riesige Städte oft Menschen viel einsamer machen als ein Leben etwa auf dem Land, in einem Dorf, wo zwar nicht soviel los ist, aber die Menschen sich kennen und oft auch einen Blick dafür haben, wer nun tatsächlich nicht nur allein – das ist man immer mal im Leben – sondern wirklich einsam ist. Und gegen diese Einsamkeit, da - glaube ich – geht es in diesen sieben Wochen darum, ins Gespräch zu kommen, natürlich auch ins Gespräch mit Gott zu kommen. Auch das Gebet kann mir sehr helfen, gerade gegen die Einsamkeit. Wenn ich allein mit Gott bin, muss ich gar nicht einsam sein...

Autorin 4:

Meint Christian Stäblein, Bischof der evangelischen Kirche in Berlin und Brandenburg – und damit Bischof sowohl für eine Millionenstadt wie Berlin als auch für kleinere Städte wie Potsdam, Frankfurt/Oder oder Perleberg. Er gehört zu den Menschen in unserem Land, die fasten in den sieben Wochen bis Ostern und damit auf etwas verzichten, um sich bewusst Zeit zu nehmen für Dinge und Menschen, die sonst im normalen Alltag zu kurz kommen.

Sprecher 3

Die Liebsten sind die, die einem ganz nahestehen. Enge Freundinnen, Partner, Seelenverwandte. Manchmal vergisst man, was sie für eine Zauberkraft haben. Es lässt das Herz hüpfen, wenn ich hin und wieder meine Ohren für den anderen so spitze wie im Hohelied aus dem Alten Testament: „Hör ich da nicht meinen Liebsten?“ Und der kommt nicht mit müden Schritten, sondern federnd, als würde er über Berge springen, und sagt: „Komm doch heraus!“

Ich brauche dieses „Komm doch heraus!“. Ich schaffe es nicht immer, mich von selbst aus dem zu lösen, worin ich mich eingeklemmt habe. In Gedanken, die immer um dasselbe kreisen. In Stimmungen, die schwermütig machen. Wenn dann ein liebster Mensch mich so ruft, ist das wie ein himmlischer Wink: Gibt die einen Ruck und komm heraus!

Autorin 5:

schreibt Pfarrer Martin Vorländer, einer der Autoren des Fastenkalenders. Sich nicht einigeln in Sorgen, genau so wenig wie in fest gefahrenen Ansichten, Meinungen oder Vorurteilen. Neugierig sein auf andere wie auf den Frühling, der hoffentlich bald

kommt und mit ihm neue Energie und Helligkeit, das ist eine gute Idee, ein guter Vorsatz in dieser Zeit. Sind Sie neugierig geworden? Infos zur Fastenaktion der evangelischen Kirche gibt es unter www.7-wochen-ohne.de. Dort kann man sich mit anderen vernetzen, sich bei Bedarf auch einer Fastengruppe anschließen oder einfach nur stöbern oder sich austauschen. Um diesen Austausch geht es – gerade jetzt. Und so ändert die Fastenzeit nicht nur Gewohnheiten: Sie bringt Menschen in Bewegung und – ins Gespräch. Auch das braucht unsere Gesellschaft jetzt, meint Bischof Christian Stäblein:

O-Ton 3 Christian Stäblein bei 4:00

Wir haben ja regelrecht so eine Art Bürgerbewegung im Moment... eine Bewegung für Demokratie, eine hohe Achtsamkeit dafür, dass wir leidenschaftlich für die Demokratie eintreten müssen, sie auch verteidigen müssen – aber natürlich auch dadurch ins Gespräch kommen wollen. Es geht nicht um Polarisierung. Es geht gerade um ein Sichtbarmachen: Hier sind die Menschen, die Demokratie verteidigen – hier sind aber auch Menschen, die mit anderen ins Gespräch kommen wollen.

Schlussmusik