

Apropos Sonntag, Antenne Brandenburg, 26.02.2017

Wunder brauchen etwas länger – Die Fastenaktion „7 Wochen Ohne Sofort“

Autor und Sprecher: Christian Engels, Sprecherin: Lena Högemann

1) Autor 1:

Rufen Sie jetzt an! Entscheiden Sie sich so schnell wie möglich! Bestellen Sie jetzt, dann erhalten Sie dieses Besteck-Set als Gratis-Geschenk dazu! Sätze wie diese umgeben uns. Ständig werden wir dazu aufgefordert, schnell zu reagieren, am besten sofort. Und das gilt nicht nur für die Arbeit. Auch im Privatleben müssen die Kinder schnell zum Training gebracht werden, während am besten zeitgleich Rechnungen bezahlt werden sollen, um die Mahnung zu vermeiden. Der ständige Druck wird eingekleidet in das schöne neue Wort „zeitnah.“ Die Wahrheit dahinter: alles muss reibungslos funktionieren, ohne Unterbrechung - ohne Störung – am besten rund um die Uhr. Diese Hetze umfasst inzwischen auch Zeiten, in denen man früher ganz selbstverständlich abschalten konnte.

2) O-Ton 1: Brummer (03.24-03.48)

Im Urlaub, da wusste man, dass wenn man zurückkommt, dass ein Berg Post auf dem Schreibtisch liegt. Inzwischen schreibt man zwar diese Antwort-Mails, „Bin nicht erreichbar, bin in Urlaub“, aber man guckt trotzdem während des Urlaubs dann über das Smartphone oder das Tablet in seine Mails und das tut einem nicht gut, man muss Abstand gewinnen.

3) Autor 2:

Das ist die Erfahrung von Arnd Brummer, dem Geschäftsführer von 7 Wochen Ohne, der Fastenaktion der evangelischen Kirche. Dieses Jahr hat sie das Motto „Augenblick mal! 7 Wochen ohne Sofort.“ Das klingt erst einmal etwas sperrig. Was soll das heißen – ohne Sofort? Aber dahinter steht der Gedanke, dass in der Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostern,

in diesen sieben Wochen alle Menschen eingeladen werden, ob sie evangelisch sind oder nicht, ihr Leben zu überdenken, inne zu halten. Wo lasse ich mich zu sehr treiben? Wo habe ich die Chance, mir Freiräume zu schaffen? Wo kann ich mehr auf mich achten und auf die Menschen in meiner Umgebung? Um Antworten auf diese Fragen zu finden, stellt 7 Wochen ohne Hilfe zur Verfügung: in Gruppen können sich Menschen treffen und ihre Erfahrungen besprechen. Dazu gibt es begleitendes Material: Kalender, Online-Auftritt und ein Buch mit Tipps und Texten, die zum Nachdenken anregen.

4) O-Ton 2: Brummer (15.34-16.01)

Das sind so Auslöser, wo dann eben auch Diskussionen in diesen Gruppen stattfinden, (...) dass es manchmal wichtiger sein kann, zu jemandem zu sagen: „Mensch, du siehst irgendwie angeschlagen aus, wollen wir mal zusammen einen Kaffee trinken?“

5) Autor 3:

Die sieben Wochen nach Fasching sind traditionell die Zeit, in der man sich auf Ostern vorbereiten soll. Fastenzeit – wie ursprünglich auch die Adventszeit, in der die Gläubigen fasteten - vier Wochen bis Weihnachten. Bei der Aktion 7 Wochen ohne ist diese Zeit in sieben Themen aufgeteilt. Jede Woche gibt es einen bestimmten Schwerpunkt, über den ich in meinem Leben nachdenken kann. Und zu diesem Schwerpunkt gibt es Texte, mal nur ein Satz, mal eine kleine Geschichte, wie diese von Arno Geiger, der davon berichtet, wie er seinen demenzkranken Vater besucht hat.

6) O-Ton 3: Sprecherin 1

Einmal, als ich ihm die Hand gab, bedauerte er mich, weil die Hand kalt war. Ich sagte, ich käme von draußen aus dem Regen. Er behielt meine Hand zwischen seinen Händen und sagte: „Ihr könnt tun, was ihr zu tun habt, ich werde derweil diese Hand wärmen.“

7) Autor 4:

Dieser Text stammt aus der dritten Woche der diesjährigen Fastenaktion. Sie lädt dazu ein, Nicht sofort draufloszuschaffen. Beginnen tut die Fastenzeit mit einem Satz aus der Bibel: „Alles hat seine Zeit“ eine Erinnerung daran, dass wir unsere Zeit nicht in der eigenen Hand haben. Mit einem bemerkenswerten Satz aus der Bibel beginnt jede einzelne Woche der Fastenzeit. Und stößt damit wichtige Fragen an: Wie nutze ich die Zeit, die ich habe? Wem und was schenke ich meine Zeit? Und kann ich auch schon hier, mitten in der Zeit, etwas davon erleben, was über diese Zeit hinausgeht? Kann ich auch schon jetzt, in der Zeit, etwas von Ewigkeit erleben und spüren? Elke Heidenreich bringt das wunderbar auf den Punkt, findet Arnd Brummer, Geschäftsführer der Mitmachfastenaktion „Sieben Wochen ohne“:

8) O-Ton 4: Brummer (14.58-15.32)

Es kann nicht der Sinn des Lebens sein, eine aufgeräumte Wohnung zu hinterlassen, ja? Das nimmt natürlich auch irgendwo Bezug auf die schöne Geschichte von Jesus, Maria und Martha, wo die eine rumwirbelt und putzt und macht und sich dann darüber beklagt, dass die andere, dass die Martha da mit dem Jesus rumsitzt und nichts tut (...) und dann sagt der Jesus noch: „Deine Schwester hat den besseren Teil erwählt“, also die, die mit ihm sitzt und sagt: „Jetzt machen wir mal ein Püschchen und quatschen miteinander.“

9) Autor 5:

Wenn ich mir Zeit nehme, heißt das auch: ich nehme mir Zeit zurück. Ziehe sie ab von unnötigen und überflüssigen Unternehmungen. Wenn ich mir Zeit nehme, heißt das: Ich konzentriere mich auf das, was jetzt wesentlich ist. Wenn ich mir Zeit nehme, heißt das nicht, dass ich Zeit verliere. Im Gegenteil. Wenn ich mir Zeit nehme, gewinne ich oft Zeit für

mich. Denn die Versuche, Zeit zu sparen und sich zu beeilen, bringen meistens nichts.

10) O-Ton 5: Brummer (06.01-06.24)

Wenn man auf der Autobahn unterwegs ist und es ist Stau, und ich sag: Ich fahr da jetzt raus und ich fahr dann da über die Bundesstraße – hm. Auf die Idee kommen 5.000 andere auch, dann steh ich halt auf der Bundesstraße im Stau.

11) Autor 6:

Manchmal lohnt es sich also, zu warten. Ungeduld führt nur dazu, dass man länger braucht. „Nicht sofort drankommen“ ist daher das Motto in der vierten Woche der evangelischen Fastenaktion 7 Wochen ohne. „Die Letzten werden die Ersten und die Ersten die Letzten sein“ heißt es dazu in der Bibel. Ein Satz von Jesus, der gut darin war, sich Zeit zu lassen, nicht im Stress zu sein, ruhig zu bleiben. Von Jesus kann man unter anderem lernen: Immer vorne sein zu wollen, führt nicht unbedingt nach vorne. Es kann auch dazu führen, frustriert und enttäuscht zu sein –und am Ende ganz hinten. Es gibt wichtigeres, als schnell zu sein. Nämlich aufmerksam zu sein, genau hinzusehen, genau hinzuhören. Und dann im richtigen Moment zu sagen: Hier bin ich! Jetzt handele ich.

12) Musik: Bis du zu mir kommst (Element of crime) (LC 4909)

13) Autor 7:

7 Wochen ohne ist eine der größten evangelischen Aktionen in Deutschland. Mehr als eine Million Menschen nehmen daran teil. Sie überdenken ihr Leben. Sie bestellen die Bücher und Kalender der Aktion und machen mit. Sie kommen mit anderen Teilnehmern zusammen, um sich auszutauschen. Sie beginnen den Tag mit einem Satz, der unseren

Alltag unterbricht, wie dieser hier von Erhard Bellermann, aus der fünften Woche mit dem Thema „Nicht sofort lospoltern.“

14) O-Ton 6: Sprecherin 2

Man kann nicht immer meckern, man muss auch mal schlafen

15) Autor 8:

Das Thema der letzten Woche der Fastenaktion lautet „Gottes Zeit feiern.“ Für die Macher hinter der Aktion ist der Zusammenhang ganz klar: Ich kann warten, ich kann mir Zeit lassen, ich kann geduldig sein, weil ich meine Zeit ohnehin geschenkt bekommen habe, und zwar von Gott. Wenn ich Gottes Zeit feiere, dann feiere ich anders als sonst. Der Autor Peter Rosegger beschreibt das so.

16) O-Ton 7: Sprecherin 3

Gib der Seele einen Sonntag, und dem Sonntag eine Seele.

17) Autor 9:

Und das sind die sieben Themen für die sieben Wochen zwischen Aschermittwoch und Ostern: Alles hat seine Zeit, Nicht sofort entscheiden, nicht sofort drauflosschaffen, nicht sofort drankommen, nicht sofort lospoltern, nicht sofort aufgeben, Gottes Zeit feiern. Ein großes Programm. Aber so groß, wie diese Themen klingen, müssen die Folgen gar nicht sein. Denn es geht bei der evangelischen Fastenaktion gar nicht darum, zu einem neuen Menschen zu werden. „Augenblick mal! 7 Wochen ohne sofort“ ist vielmehr eine Einladung, den eigenen Alltag zu überdenken. Wo kann ich auf mich selbst mehr Rücksicht nehmen? Wo kann ich schon mit kleinen Gesten das Zusammenleben verbessern?

18) O-Ton 8: Brummer (10.29-11.52)

Um einfach mal zu akzeptieren, dass nicht alles sofort gelöst wird, einen Moment innehalten. (...) Ich lerne wirklich selber, dass ich mich nicht

aufrege so schnell, wen ich irgendwo im Supermarkt in der Schlage stehe und es mir sogar gelingt, hin und wieder jemanden an mir vorbeigehen zu lassen.

19) Autor 10:

7 Wochen ohne Sofort kann also ganz einfach sein. Erstaunlich eigentlich, denn Fasten wird normalerweise damit verbunden, mühsam auf etwas zu verzichten, wie auf Schokolade, Zigaretten oder Alkohol. Oder man fastet, um abzunehmen. Aber was hat es mit fasten zu tun, wenn ich überlege, wo ich auf ein „Sofort“ verzichten kann? Arnd Brummer, der Geschäftsführer der Aktion, erklärt es.

20) O-Ton Brummer 9 (00.23-00.33)

Richtig fasten ist im Sinne des Wortes (...) schließen, beschließen, sich entschließen.

21) Autor 11:

Wir kennen es aus dem Flugzeug: fasten your seat belts – Schließen Sie Ihre Sitzgurte. Fasten bedeutet also, etwas zu beschließen, sich zu entschließen. Ich kann mich dazu entschließen, ein wenig in meinem Leben zu ändern. Nicht mehr so drängeln, nicht mehr so schnell reden, sondern mehr zuzuhören. Und ich kann mich dazu entschließen, meine Zeit als Geschenk anzusehen, über das ich mich jeden Tag wieder aufs neue freuen kann. Ich will sie genießen und nicht bloß nutzen.

**22) Musik: Ganz leicht (Element of crime)
(LC 4909)**