

## » *Der Heilige Pfad der Fastenzeit* «

Tag 2

### “GUTES HOLZ FÜR DAS FEUER DER LIEBE”



Zu dem heiligen Pfad der Fastenzeit gehört - wenn möglich - das körperliche Fasten und auch der Verzicht auf manche uns angenehmen Dinge.

Damit betreten wir den Bereich einer für das geistliche Leben hilfreichen Askese. Wird diese richtig ausgeübt, dann bewirkt sie, was die Präfation in der Fastenzeit besagt: *“O Gott, durch körperliches Fasten unterdrückst du die Sünden, erhebst den Geist, spendest Kraft und Gnadenlohn.”*

Der freiwillige Verzicht unterstützt eine geistliche Lebensweise.

Es steht auf diesem Weg nicht im Vordergrund, was ich alles brauche, um gut leben zu können, sondern wir beginnen uns zu beschränken, damit wir uns auf das Wesentliche konzentrieren können. Das entspricht dem Gebot christlicher Klugheit, die uns darauf aufmerksam macht, zu wählen, was auf dem Weg zum Herrn dienlich ist und was hindert und somit zurückgelassen werden sollte. Ohne Zweifel hindert eine Lebensweise, die betont auf den sinnlichen Genuß ausgerichtet ist, die geistliche Lebensführung, während eine sinnvolle Askese sie fördert.

Ist auch das körperliche Fasten geistlich nur dann ganz fruchtbar, wenn es mit der inneren Haltung der Buße, also der Umkehr zu Gott, verbunden ist, so hat es dennoch in sich einen beträchtlichen Wert. Nicht umsonst hat die Kirche jahrhundertlang auf dem Fasten bestanden. Erst in jüngster Zeit sind die Fastenregeln so abgemildert worden, daß sie in Bezug auf unseren Weg der Nachfolge Christi kaum noch eine Bedeutung einnehmen.

Doch bleibt es uns Christen ja selbst überlassen, das Fasten oder andere asketische Einschränkungen zu wählen.

Es sei daran erinnert, daß es lange Zeit üblich war, am Mittwoch und Freitag bei Wasser und Brot zu fasten. Auch finden wir in den Klöstern, die noch am Fasten und an der körperlichen Buße festgehalten haben, viele verschiedene Formen zur Einschränkung

des sinnlichen Genusses. Sie dienen demselben Ziel wie jede Form einer sinnvollen Askese: Die Kraft der Seele soll gestärkt und unterstützt werden und die Freiheit soll wachsen, mit den Dingen dieser Welt umzugehen, ohne daß diese uns zu stark beeinflussen oder gar dominieren.

Es sei noch hinzugefügt, daß Jesus darauf aufmerksam macht, daß manche Art von bösen Geistern nur durch Fasten und Beten ausgetrieben werden können (Mt 17,21), dem Fasten also in der Abwehr gottfeindlicher dämonischer Mächte eine besondere Aufgabe zukommt.

Hinzu kommt, daß das freiwillige Fasten ein Opfer ist, das Gott sicher annehmen und nutzen wird, wenn wir es in rechter Gesinnung darbringen. Erinnern wir uns daran, daß Jesus vor Beginn seines öffentlichen Wirkens vierzig Tage in der Wüste betete und fastete.

Es gibt also gewichtige Gründe, das Fasten bewußt in unser geistliches Leben einzubeziehen. Sicher soll es unserer Lebenssituation angepaßt sein und uns nicht durch Übertreibungen unfähig machen, die uns gestellten Aufgaben zu erfüllen.

Auch gilt das Wort des Heiligen Paulus: *“Gott liebt einen fröhlichen Geber”* (2 Kor 9,7), der im Verborgenen diese Werke vollbringt, ohne das Ansehen bei den Menschen zu suchen (Mt 6,17-18).

Fallen wir bei der Frage nach dem Fasten nicht auf Täuschungen herein, wir könnten dadurch einen Verlust an Lebensqualität erleiden, wir würden es nicht schaffen, wir könnten gar krank werden oder auch, daß Fasten nur früher wichtig war. Hören wir nicht auf die vielen Bedenken, die unsere gefallene Natur gegen jedes Opfer vorzubringen vermag.

Wenn wir den heiligen Pfad zur Auferstehung des Herrn zu einem hellen Feuer werden lassen wollen, welches danach brennt, die Liebe Gottes zu leben und zu verkünden, dann können wir das körperliche Fasten und die entsprechenden Opfer als »gutes Brennholz« betrachten, welches die Flamme der Liebe nährt und am Leben erhält.

---

Link zur Meditation über die Lesung von heute: <https://elijamission.net/2022/03/03/>

Link zur Meditation des Tagesevangeliums: <https://elijamission.net/2021/02/18/>