

## Wie die Fastenzeit gestalten

*Die Fastenzeit will uns auf das Hochfest der Auferstehung Jesu vorbereiten*

Wir stehen noch mitten in der Fasnacht, schminken und verkleiden uns und geniessen das bunte Treiben. Das alles ist auch für den Christen gut und recht, natürlich alles im entsprechenden Rahmen. Am Aschermittwoch beginnt dann aber wieder die Fastenzeit, in der wir in uns gehen und dort Ruhe finden können. Damit uns dies gelingt, legt uns die Kirche einige Ideen vor.

### Busstage

Es gibt Busstage, an welchen die Gläubigen sich in besonderer Weise dem Gebet widmen, Werke der Frömmigkeit und der Nächstenliebe verrichten, die ihnen eigenen Pflichten getreu erfüllen und Fasten und Abstinenz halten. Solche Busstage sind alle Freitage des Jahres, der Aschermittwoch und die österliche Busszeit. Am Freitag, dem Todestag Jesu bekennen wir uns durch sinnvollen Verzicht zum Kreuz Christi. Jeder soll dort Verzicht üben, wo er zu Übertreibung und Masslosigkeit neigt. Jeder soll auch das Gebot der Nächstenliebe ernst nehmen.

### Fast- und Abstinenztage

Hat man früher am Freitag kein Fleisch gegessen, so hat die Kirche dieses Gebot inzwischen für freiwillig erklärt. Sinnvoll ist es nach wie vor! Am Aschermittwoch und am Karfreitag aber sind Fasten (verpflichtend ab erfülltem 18. bis zum Beginn des 60. Lebensjahres) und Abstinenz (verpflichtend ab dem 14. Lebensjahr) zu halten. Die Abstinenz fordert den Verzicht auf Fleischspeisen, zum Fasten gehört ein spürbarer Verzicht auf Speise.



*Bildlegende: Das neue Fastentuch wird und durch diese Fastenzeit begleiten.*

### Die österliche Busszeit

Während der vierzig Tage vor Ostern sind wir dem Leiden Christi enger als sonst im Jahre verbunden. Wir bereiten uns in dieser Zeit auf eine würdige Feier des Ostergeheimnisses vor. In der Auferstehung Christi gründet die Hoffnung auf unsere eigene Auferstehung. Die Verbundenheit mit Christus können wir in besonderer Weise durch Fasten zeigen, dann aber auch durch vermehrtes persönliches Gebet und durch Teilnahme an der Eucharistiefeyer sowie in Werken der Nächstenliebe. Letztere können ihren Ausdruck finden in der Unterstützung des Fastenopfers der Schweizer Katholiken.

### Die Osterpflicht

Jeder Gläubige ist verpflichtet, wenigstens einmal im Jahr die Kommunion zu empfangen. Zudem muss jeder, der sich einer schweren Sünde bewusst ist, die er getan hat, diese aufrichtig bekennen. Dies geschieht durch den Empfang des Buss-Sakramentes.

Mit diesen Ideen, die uns die Kirche vorlegt, will sie uns helfen, die Fastenzeit durch konkrete Zeichen und Handlungen als eine Zeit der Vorbereitung auf das Hochfest der Auferstehung Jesu Christi zu leben.

*KID/pm*

## **News aus Kirche und Welt**

### **Valentinstag**

Die Dienststelle Ehe und Familie unseres Bistums lädt am Valentinstag, 14. Februar alle Liebenden zu einer Segensfeier ein, in der die Paare ihre Liebe unter den Segen Gottes stellen wollen. Die Feier beginnt um 19.00 Uhr im Gottesdienstraum in Baltschieder. Anschliessend sind alle zu „Wii und Stecklini“ eingeladen. Die Feier steht unter der Leitung von Emmy Brantschen Wyssen und Martin Blatter, musikalisch wird sie von Valérie Benelli begleitet.

### **Grippewelle**

Im Oberwallis grassiert eine Grippewelle. Generalvikar Richard Lehner hat daher in einem Schreiben vom 1. Februar die Seelsorger gebeten, in den kommenden Wochen auf den Austausch eines Friedensgrusses in der Eucharistiefeier zu verzichten und so einen Beitrag zu leisten, dass die Grippeviren nicht zusätzlich verbreitet werden.

<http://www.die-messe.org>

Was genau passiert in einem katholischen Gottesdienst? Das erklärt seit diesem Freitag eine neue Internetseite aus der Schweiz. <http://www.die-messe.org> informiert in Wort, Text und Video darüber, was eine katholische Messe ist. Die Internetseite des Katholischen Mediendienstes (KM) soll den Menschen den katholischen Gottesdienst näher bringen und erklären. Viele Leute wüssten nichts oder nur sehr wenig darüber, so der KM-Geschäftsführer Charles Martig gegenüber der Presseagentur „Kipa“.

*KID/pm*