

«Heute wird mal nicht gejammert.»

Päpstliche Ratschläge für die Fastenzeit



Bildlegende: Die Fastenzeit lädt uns ein, die Schminke zu entfernen und unser wahres Gesicht zu entdecken (adobestock)

Mit dem Aschermittwoch hat die diesjährige Fastenzeit begonnen. Während 40 Tagen sind wir eingeladen, unser Leben zu durchleuchten, wo nötig umzukehren und uns neu auszurichten. Wenn uns das gelingt, kann Ostern, das Fest der Auferstehung Jesu auch für jeden Menschen zu einer Auferstehung aus Sünde, Frustration und Kummer werden.

Papst Franziskus hat in seinen Ansprachen immer wieder gute Ratschläge gegeben, die wir in der 40-tägigen Fastenzeit (die Sonntage zählen nicht zur Fastenzeit) bedenken und umsetzen sollten. **Stefan von Kempis, Leiter der deutschsprachigen Abteilung von Radio Vatikan hat kürzlich ein Buch mit dem Titel: «Hast du ein Herz, das Grosses will?» veröffentlicht, in dem** er 40 Fragen des Papstes zum Thema Fasten gesammelt hat.

Im Folgenden einige Fragen, die ganz konkrete Vorsätze für den Tag ergeben: «Bin ich eigentlich ein Christ, der immer unausgeschlafen ist? Bin ich hektisch? Habe ich keine Zeit für die Leute oder bleibe ich auch mal stehen, trinke einen Kaffee, höre ich andere Leute zu? Da geht jeder mal für sich in sein eigenes Herz und guckt, was für eine Art Christ er ist.» Der Papst stellt auch ganz konkrete Fragen zum Gebet: «Wie bete ich: Blablabla, wie ein Papagei? Oder setze ich mich vor den Tabernakel und schlafe ein, weil ich nicht weiss, wie ich mit Gott reden soll?» Franziskus gibt auch ganz konkrete Vorsätze für den Tag, zum Beispiel: «Morgen hetze ich mal nicht so rum, sondern ich höre mal den Leuten zu». Auch unsere Beziehung zu Gott kommt zur Sprache: «Leben wir für den Herrn oder für uns selbst, für das ewige Glück oder für die Befriedigung jetzt? Wie ist mein Herz? Habe ich irgendeine Bitterkeit, Traurigkeit? Ist meine Redeweise ein Lob Gottes, ein Lob der Schönheit oder immer nur Gejammer?» Da kann man sich dann zum Beispiel vornehmen: «Heute wird mal nicht gejammert.»

Schminke entfernen

Gute Ratschläge für die Fastenzeit hat Papst Franziskus auch in seiner Predigt in der Messe am Aschermittwoch in Rom gegeben: «Die Fastenzeit taucht uns in ein Bad der Reinigung und Säuberung: Sie will uns helfen, jede "Schminke" zu entfernen, alles, was wir auftragen, um angemessen zu erscheinen und besser als wir sind, erläuterte Franziskus.

«Zum Herzen zurückzukehren bedeutet, zu unserem wahren Ich zurückzukehren und es so wie es ist, nackt und bloss, vor Gott zu stellen. Es bedeutet, in unser Inneres zu schauen und uns bewusst zu werden, wer wir wirklich sind, indem wir die Masken abnehmen, die wir oft tragen, das Tempo unserer Hektik verlangsamen und die Wahrheit über uns selbst annehmen. Das Leben ist kein Schauspiel, und die Fastenzeit lädt uns ein, von der Bühne der Verstellung herabzusteigen, um zu unserem Herzen zurückzukehren, zur Wahrheit dessen, was wir sind.» Das Aschenkreuz, das uns am Aschermittwoch auf die Stirn gezeichnet wird, solle uns daran erinnern, dass «wir Staub sind und unser Leben wie ein Hauch ist», so Franziskus weiter. Es warne uns davor «uns mit der Maske des Scheins zu tarnen und uns ein künstliches Licht ausstrahlen» zu lassen, das uns in Wahrheit aber «leer und unfruchtbar» mache.

«Und wenn in der Asche, die wir sind, das Feuer der Liebe Gottes brennt, dann entdecken wir, dass wir von dieser Liebe durchdrungen sind und dass wir zur Liebe berufen sind: die Geschwister zu lieben, die uns umgeben, achtsam gegenüber anderen zu sein, Mitgefühl zu zeigen, Barmherzigkeit zu üben, das, was wir sind und was wir haben, mit denjenigen zu teilen, die bedürftig sind. Daher können Almosen, Gebet und Fasten nicht auf äußere Verhaltensweisen verkürzt werden, sondern sie sind Wege, die uns zum Herzen zurückführen, zum Wesentlichen des christlichen Lebens. Sie lassen uns entdecken, dass wir Asche sind, die von Gott geliebt ist, und sie befähigen uns, dieselbe Liebe über die "Asche" so vieler alltäglicher Situationen zu streuen, damit in ihnen Hoffnung, Vertrauen und Freude wiederaufleben,» predigte Franziskus unter dem altehrwürdigen Gewölbe von Santa Sabina. Die Fastenzeit rufe uns nämlich zur Besinnung auf das Verborgene, zur Rückkehr zum Herzen. Ein Rat, der gerade in unserer schnelllebigen Zeit, die persönliche Kontakte so oft mit digitaler Kommunikation ersetzt, besonders dringlich wird.

KID/Paul Martone

News aus Kirche und Welt

Diözesaner Weiterbildungskurs

Vom 19.-21. Februar 2024 findet im Bildungshaus St. Jodern der diesjährige Weiterbildungskurs für alle kirchlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im Oberwallis statt. Dr. Georg Plank wird unter dem Motto «Gott den Weg bereiten» wird den Anwesenden aufzeigen wie man durch Innovation zu einer lebendigen und lebensnahen Kirche kommen kann. Im Blick auf verschiedene Situationen und Ausdrucksformen einer Volkskirche, die in den vergangenen Jahrzehnten massiv zurückgegangen sind, will der Referent aufzeigen, dass es auch manchmal durchaus erfolgreiche Initiativen gab, die es wahrzunehmen und zu analysieren gelte. Denn dadurch lassen sich grundlegende Prinzipien für zukunftsfähige Ausdrucksformen von Kirche entdecken.

Wissenschaft und Bibel

Was uns die Bibel über die Entwicklung des Menschen verrät, wird in einem theologischen Frühschoppen der Theologe Stefan Dominik Furrer allen Interessierten am Samstag, 24. Februar 2024, 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr Bildungshaus St. Jodern in Visp erläutern. Das Schweizerische Katholische Bibelwerk Oberwallis lädt alle Interessierten zu dieser Veranstaltung ein. Eine Anmeldung ist bis am 23. Februar an das Bildungshaus St. Jodern in Visp zu richten.

Fastenmeditation

Der Katholische Frauenbund Oberwallis (kfbo) lädt am Dienstag, 12. März 2024, 17.00 Uhr alle Interessierten ins Bildungshaus St. Jodern, Visp zu Meditation in der Fastenzeit ein. Diese wird gestaltet durch Irmine Imseng, Pastoralassistentin der deutschsprachigen Pfarreien Siders/Sitten und trägt den Titel «Wenn Steine reden könnten...» Eine Anmeldung für diese Abendveranstaltung ist bis am 1. März an das Sekretariat des kfbo zu richten. Weitere Angaben dazu sind auf der Homepage des kfbo zu finden.