

Einige Telefonbotschaften von Pfarrerin Kim Dämmer / März 2007

Passionszeit – Verzichtszeit?

In der Passionszeit stellt sich immer wieder die Frage: Will ich fasten? Viele Menschen nutzen die sieben Wochen zwischen Fasching und Ostern, um auf etwas bewusst zu verzichten.

Das ist ja Selbstkasteiung! Das ist ja vollkommen überflüssig. Wir haben doch alles, ich muss doch nicht so tun als ob ich Hunger leide. Was soll denn das? Bin ich ein Mönch? Die Fastenzeit ist eine jahrtausend alte Tradition, die wir schon aus dem Alten Testament kennen. Die 40tägige Fastenzeit ist biblisch und erinnert ursprünglich an die Wüstenzeit des Volkes Israel. Jesus ging in die Wüste um zu fasten, die Kirchenväter, die Propheten. Über die Jahrtausende hinweg haben Menschen erfahren, wie gut es ist, solche Zeiten im Leben zu haben.

Die diesjährige Aktion „Sieben Wochen ohne“ steht unter dem Motto: Atempause – spüren wie das Leben fließt. Das Motto ist wunderbar gewählt. Denn es zeigt, dass die Fastenzeit keine Selbstkasteiung sein sollte, nicht verstanden sein will als Zwang der das Leben einschränkt. Ganz im Gegenteil. Die Fastenzeiten unseres Kirchenjahres wollen uns eine Atempause geben, wollen uns helfen, das zu finden, was unser Leben trägt. Es ist nicht ganz einfach, den eigenen Weg zu finden, mit der Passionszeit umzugehen. Es ist eine schwermütige Kirchenjahreszeit, die solchen Menschen oft besonders zu schaffen macht, die in ihrem Leben sowieso oft um selbstzerstörerische und trübe Gedanken kreisen.

Es ist sicherlich eine schwere Zeit, nicht zuletzt, weil unsere Seele, unser Körper nach den trüben Wintermonaten endlich Sonne, den Neuanfang der Natur und den Frühling bräuchte.

Vielleicht liegt es deswegen besonders in unserer Verantwortung, diese letzten Winterwochen zu unserem Wohl zu nutzen und zu erleben, wie gut es tun kann, die Fastenzeit bewusst zu erleben. Lassen sie sich darauf ein und nehmen sie in dieser Woche einige Impulse mit.

Diese Woche spricht Pfarrerin Kim Dämmer aus Plößberg in der Oberpfalz zu Ihnen. Ich wünsche ihnen einen erfüllten Tag und eine gesegnete Nacht.

Auf was kann ich verzichten?

Die Kinder meiner Grundschulklasse haben die Augen weit aufgerissen. „So etwas macht jemand freiwillig?“ Ich hatte ihnen erzählt von der Familie, die in der Fastenzeit den Fernseher auf den Dachboden stellt und sieben Wochen ohne Fernseher verbracht hat. Sie waren entsetzt. Wie kann man sich so etwas nur antun?

Wir haben lange darüber geredet. Wie lange sieben Wochen doch sein können. Und wie sehr wir uns an die großen und kleinen Annehmlichkeiten unseres Alltags gewöhnt haben.

Ich frage die Kinder: Was ist denn in eurer Freizeit am wichtigsten. Der Computer und das Internet werden genannt, auch der Fernseher. Aber auch die Freunde und die Familie.

In den Sieben Wochen auf etwas zu verzichten, da sind sich die Kinder einig, das würden sie nicht hinkriegen. Vielleicht auf die Hausaufgaben oder auf die Schule, aber auf alles andere kann man doch nicht so lange verzichten. Also überlege ich mit den Kindern eine andere Strategie. Wir wollen uns etwas vornehmen, worauf wir erstmal nur einen Tag verzichten.

Der erste Tag ist noch ganz einfach. Einen Tag ohne Schokolade, ohne Gummibärchen, ohne Fernsehen, Playstation oder Computer. Alles kein Problem. Am nächsten Tag sind die Kinder sehr stolz auf sich.

Auch der zweite Tag ist vollkommen unkompliziert. Doch was nun tun? Am Mittwoch ist der letzte Religionsunterricht der Woche und der nächste erst am Montag wieder. Das Projekt stoppen? Doch in den Kindern ist der Ehrgeiz erwacht. Was wir in zwei Tagen können, schaffen wir auch noch bis zum Montag.

So verzichten die Kinder eine Woche auf das, was ihnen am liebsten ist. Und besonders am Wochenende ist das schwer. Nach einer Woche haben sie gemerkt, wie schwierig es ist, auf etwas lieb Gewonnenes zu verzichten, aber auch, wie gut es tut, in dieser Zeit mal das zu tun, was man sonst immer aufschiebt. Mit Freunden spielen, mit der Schwester losziehen. Atem holen, wo man sonst kein Land zu sehen scheint.

Wir haben mit den Kindern das Fasten für eine Woche geschafft. Ein Projekt das ihnen gut tat. Wie dankbar konnten sie dann wieder den geliebten Beschäftigungen nachgehen! Es ist eben nichts selbstverständlich, das hatten sie gelernt.

Was für ein Bild haben wir von Christus dem Leidenden?

In den Tiefen meines Pfarramtes habe ich unter den Hinterlassenschaften meiner Vorgänger auch Geschenkbücher aus einer längst vergangenen Zeit gefunden. Geburtstagsbücher für die Passionszeit. Auf dem Titelbild die Nahaufnahme einer Schnitzerei des Korpus Christi am Kreuz. Die Bauchwunde und all die Spuren der Folterung. Ganz nah, ungeschminkt.

Ich verstehe, wenn Eltern ihre Kinder vor solchem Anblick bewahren wollen. Ich habe mich selber mit Grauen abgewandt. Es ist kein Bild, das uns gefällt und doch gehört es zu unserem Glauben dazu.

Was für ein Bild haben sie von Jesus Christus in der Passionszeit? Wagen sie einen Blick auf diesen Christus ohne dabei schon wieder den Auferstandenen im Hinterkopf zu haben.

Ich bin eine Gegnerin von blutrünstigen Szenen. Horrorfilme, auch mit christlichem Inhalt wie „die Passion Christi“ sind für mich außerhalb jeder Akzeptanz. Dennoch. Jesus Christus ist durch unbeschreibliches Leid gegangen. Und das Kruzifix in unseren Kirchen spiegelt die Qualen und Leiden wider. Die Passionszeit weist uns auf diese Leiden. Und sie sind ein zentraler Teil unseres Glaubens. Trotzdem denke ich, dass wir in dem Leiden Jesu uns nicht weiden müssen. Weder in Bildern noch in Filmen.

Das Leiden Jesu hat nicht den Grund, dass wir uns deswegen schlecht fühlen sollen, wie es in den Liedern Paul Gerhardts manchmal durchschimmert. Das Leiden Jesu soll uns nicht vor Ekel von ihm abwenden lassen. Das Leiden Jesu erinnert uns daran, wie nah Gott uns ist. Kaum ein Leid gibt es, das Gott nicht kennt. Er hat es in Christus selbst durchlebt. Er weiß, was es heißt, Schmerzen an Körper und Geist zu haben. Gott weiß es, weil er es selbst erlitten hat. Deswegen ist er der Gott, auf den wir bauen können. Deswegen ist er der Gott, dem wir ganz und gar vertrauen können. Weil er kein ferner Gott ist, der sich nicht auskennt mit den Menschen, sondern weil er einer von uns war und wie kein anderer unsere Schmerzen an Seele und Körper verstehen kann.

Hoffnung schöpfen aus dem Kreuz. Hoffnung schöpfen aus dem, was wir Passion nennen.

Sieben Wochen – was in dieser Zeit alles passieren kann

In sieben Wochen kann viel passieren. In der Zeit zwischen Fasching und Ostern verändert sich so vieles. Menschen haben Geburtstag. Andere werden krank oder sterben gar.

Die Natur verändert sich, alles bekommt einen grünlichen Hauch.

Sieben Wochen sind eine lange Zeit und sie kommt uns noch länger vor, wenn wir in dieser Zeit auf etwas verzichten. Sieben Wochen sind fast so viel wie die Schulferien. Diese Zeit vergeht für die meisten wie im Flug. Die Tage ohne Zwang verbringen. Den Urlaub der Eltern genießen tun was Spaß macht.

Doch wenn wir sieben Wochen auf etwas verzichten, kann die Zeit quälend lang werden. Noch so lange keinen Kaffee trinken. Noch so lange keine Schokolade. Noch so lange keinen Alkohol trinken. Oder worauf auch immer sie verzichten.

Die Durststrecken in unserem Leben haben wir immer wieder. Wenn wir auf das endgültige Ergebnis einer Untersuchung warten nach schlimmer Diagnose. Wenn wir auf das Verzeihen eines lieben Menschen warten, den wir um Entschuldigung gebeten haben. Wenn wir auf Genesung warten.

Doch so oder so können wir Zeit die besonders intensiv ist bewusst gestalten. Es sind nicht nur die Umstände die unsere Zeit gestalten. Wir können eine schwere Zeit durch Gebet und im Austausch mit den Lieben bewusst durchleben. Wir können eine glückliche Zeit im Herzen bewahren und davon zehren wenn sie vorbei ist.

Sieben Wochen sind sieben mal sieben Tage, ein Tag hat 12 Stunden, eine Stunde 60 Minuten. So gesehen ist Zeit berechenbar und absehbar. Und doch ist sie relativ und das erleben wir immer wieder.

Die Fastenzeit kann sehr lang sein, wenn wir immer nur auf das schauen, auf was wir verzichten. Doch wir können die Dinge sehen, die diese Zeit zu einer reichen Zeit trotz des Verzichts machen. Die Zeit, die wir zusätzlich frei haben, weil wir auf das Fernsehen verzichten und deswegen mit Freunden und Familie verbringen können.

Die Möglichkeit neue Teesorten zu probieren, weil wir auf den Kaffee verzichten. Die Möglichkeit, den Genuss von gutem Obst und Gemüse neu erleben weil wir auf die Süßigkeiten verzichten.

In sieben Wochen kann viel passieren. Wir können uns und unseren Alltag sogar ein kleines bisschen verändern.

Mit ohne – Sieben Wochen mit?

Sieben Wochen ohne. Haben sie ein Fastenvorhaben?

Oft ist es nicht einfach auf etwas so lange zu verzichten. Und doch machen wir immer wieder die Erfahrung, dass es gut tut.

Wir könnten die Fastenzeit aber auch anders definieren. Vielleicht macht das mehr Mut zu einer bewusst erlebten Zeit. Sieben Wochen mit.

Sieben Wochen mit einem regelmäßigen Gottesdienstbesuch. Sieben Wochen mit dem täglichen Losunglesen. Sieben Wochen mit einem wöchentlichen Familienabend.

Es gibt so viele Dinge in unserem Leben, die wir nicht tun obwohl wir wissen, dass sie uns gut täten. Solche Zeiten wie die Fastenzeit geben uns die Chance, solche Vorhaben einmal auf Zeit in die Tat umzusetzen. Auszuprobieren ob es uns wirklich so gut tut, wie wir meinen. Auszuprobieren, wie wir so etwas in die Tat umsetzen können was wir uns immer schon vorgenommen haben.

Dazu können Besuche gehören, die wir immer schon vor uns herschieben. Das kann auch das gute Buch sein, das seit Monaten auf dem Schreibtisch liegt und wir uns noch nicht die Zeit genommen haben es zu lesen. Das kann auch der Gutschein einer Freundin oder des Enkelkindes sein für einen Spieleabend, einen Restaurantbesuch oder einen Spaziergang den wir schon seit Jahren nicht eingelöst haben.

Was würden sie sich wünschen, endlich mal zu machen? Gibt es etwas, das ihnen gut tun würde? Gibt es etwas, womit sie schon immer jemandem eine Freude machen wollten?

Vielleicht nehmen Sie sich gerade jetzt einmal diese Zeit. Sieben Wochen mit den Vorhaben, die Sie schon lange vor sich her geschoben haben. Fastenzeit heißt, eine Zeit zu schaffen in der wir zu Atem kommen. Das muss nicht immer ein Verzichten sein.

Womit füllen sie die Fastenzeit?

Verzichten um anderen zu geben

Jedes Jahr aufs Neue verzichtet ein Ehepaar auf einen Teil ihres Gehalts. In der Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostersonntag leben sie von dem Geld, das ihnen nach Hartz IV zustehen würde. Das restliche Geld wird nicht etwa gespart, das restliche Geld wird gespendet an eine Organisation, die sich um psychisch labile und einsame Menschen kümmert.

Fasten mal ganz anders. Und fasten zum Wohle anderer. Viele solcher Fastenprojekte gibt es derzeit. Im großen und im kleinen Stil. Von Familien und Ehepaaren, von Schulklassen oder Seniorenkreisen. Damit wird die Idee des Fastens mit unserem christlichen Grundgedanken der Nächstenliebe und der Diakonie verbunden. Es ist eben schön, wenn Menschen sich Gedanken umeinander machen und nicht nur um sich selbst.

Dieser Blick über den Tellerrand hinaus ist es, der unser Leben reich macht. Es lässt zu Atem kommen, wenn wir erkennen dass andere ähnliche Probleme haben wie wir und wir uns mit ihnen austauschen können.

Es lässt zu Atem kommen, wenn wir merken dass jemand uns anhört und wir ernst genommen werden.

Es lässt uns zu Atem kommen, wenn uns jemand das gibt, was wir brauchen. Sei es Geld, Zuwendung, Aufmerksamkeit oder Anerkennung.

Es liegt auch in unserer Hand, anderen Menschen das zukommen zu lassen, was sie brauchen. Dazu brauchen wir nicht immer einen dicken Geldbeutel. Dazu reicht es mit offenen Augen und Ohren den Menschen zu begegnen und sie ernst zu nehmen.

Fasten bedeutet selber etwas tun, was uns sonst schwer fällt. Fasten bedeutet den anderen und sich selbst im Blick zu haben im Alltag.

Gott ist es, der uns anerkennt und wertschätzt. Daraus dürfen wir die Kraft schöpfen, eben dies auch anderen zugute kommen zu lassen.

Verzichten, um anderen zu geben – ein Konzept das sicher nicht jedem passt. Aber doch so vielen gut tun würde.

Fastenauszeit – die Sonntage in der Fastenzeit

Das Fastenbrechen gehört zur Fastenzeit wie der Verzicht und die Einkehr.

Vielleicht haben Sie es schon mal nachgerechnet. Sieben Wochen sind keine 40 Tage. Doch ziehen Sie einmal von den Sieben Wochen die Sonntage der Fastenzeit ab, und Sie werden auf 40 Fastentage kommen.

Denn jeder Sonntag ist ein Osterfest. Jeden Sonntag neu dürfen wir die Osterfreude spüren und uns daran erfreuen, dass unser Gott der Gott des Lebens ist. Deswegen dürfen wir am Sonntag das Fasten brechen.

Kein Mensch sollte wochenlang trübsinnigen Gedanken nachhängen. Wir sind zur Freude erwählt durch unseren Gott.

Worauf verzichten Sie in der Fastenzeit? Was haben Sie sich für diese Wochen vorgenommen?

Am Sonntag dürfen wir uns davon lösen und schon ein wenig Ostern feiern. Jeden Sonntag im Jahr. Deswegen feiern wir am Sonntag auch Gottesdienst, jedes Mal eine kleine Auferstehungsfeier.

Es geht nicht darum, an diesem Tag zu schlemmen und vorzubauen für die Fastenwoche, die ansteht. Es geht darum, sich den Vorgeschmack auf Ostern zu sichern. Eine kleine Praline für den, der auf Schokolade verzichtet. Eine Tasse Kaffee für den Kaffeeabstinenten und einmal Nachrichten für den, der auf das Fernsehen verzichtet.

Unser Sonntag ist jedes Mal ein Osterfest. Ein freudiges Fest. Denn wir als Christen leben immer nach Ostern, auch wenn der Zyklus unseres Kirchenjahres alle Facetten des Lebens Jesu beleuchtet.

Wir dürfen uns auch in der Fastenzeit sagen lassen, dass wir Kinder des auferstandenen Gottes sind. Dass wir nicht traurig sein müssen, sondern hoffen dürfen auf das Leben, das uns verheißen ist.

Psychologisch ist das ganz wichtig. Denn es tut nicht gut, wochenlang sich zu etwas zu drängen. Das wussten schon die alten Mönche, als sie die Zeiten unseres Kirchenjahres fest legten und die 40 Fastentage zu 7 Wochen des Verzichts zusammen fasten, durchbrochen vom Licht der Sonntage.

Wir haben in dieser Woche viel über das Fasten gehört. Jeder und jede von ihnen hat sicher ihren eigenen Umgang mit dieser ganz besonderen Zeit im Kirchenjahr. Ich wünsche Ihnen, dass Sie diese Zeit als besonders intensiv erleben. Intensiv mit den Gedanken die Sie selber haben, aber viel mehr noch mit den Menschen um sich herum und als eine Zeit, die noch tiefer an Gott bindet.