

AUF DEM WEG ZUM OSTERFEST

Beten, Almosengeben und Fasten

Im deutschen Sprachraum nennt man die 40 Tage vor Ostern einfach „Fastenzeit“, wodurch jedoch leicht der Eindruck entstehen kann, dass es in dieser Vorbereitungszeit auf das Osterfest vor allem um „Verzicht“ gehe.

„Fasten“ hat in der Gesellschaft von heute – einmal abgesehen vom Gesundheitsbereich – keinen besonderen Stellenwert. Auch die Einladungen zu „Gebet“ und „Almosengeben“ lösen im Allgemeinen kaum einen echten Aufbruch hin zum Osterfest aus.

Soll in dieser Fastenzeit 2023 einfach alles so bleiben, wie es ist oder lässt sich in dieser Einladung zu „Beten, Almosengeben und Fasten“ noch Neues entdecken?

Ein Impuls aus der Coronazeit

„Alles wirkliche Leben ist Begegnung“

Ganz gleich, ob von Corona angesteckt oder nicht, eine bedrückende Erfahrung haben wir wohl alle gemacht: die Einschränkungen der Begegnungsfreiheit hat uns ganz neu erfahren lassen, wie belastend Kontaktverluste und wie kostbar menschliche Begegnungen sind. Martin Buber, der große Religionsphilosoph (+ 1965), hat es schon vor Jahrzehnten auf den Punkt gebracht: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung.“

Im Vorfeld zur Fastenzeit 2023 kam mir plötzlich der Gedanke, ob es bei „Fasten, Beten und Almosengeben“ nicht auch um kostbare Begegnungen gehen könnte. Und ich bin fündig geworden, denn Beten schenkt Begegnung mit Gott, Almosengeben Begegnung mit den anderen und Fasten Begegnung mit mir selbst. Befragt nach dem größten Gebot gibt Jesus zur Antwort: *„Du sollst den Herrn, deinen Gott lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und all deinen Gedanken.* Das ist das wichtigste und erste Gebot. Ebenso wichtig ist das Zweite: *Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.*“

„Beten, Almosengeben und Fasten“ – die drei Einladungen für unseren Weg zum Osterfest – können daher auch als Aktualisierung des „wichtigsten Gebotes“ verstanden werden.

Die nun folgenden Impulse wollen kein „Fertig-Paket“ für die Gestaltung dieser vorösterlichen Zeit sein, wohl aber Einladungen zu einem persönlichen Weg durch diese Zeit.

BETEN

Beten ist eine Urgebärde in allen Religionen. Die älteste Darstellung eines Menschen in Mesopotamien zeigt diesen mit erhobenen Händen. Beten war immer schon Kontaktaufnahme mit dem Ewigen, mit dem göttlichen Geheimnis – so auch in der biblisch– christlichen Tradition.

Eine einfache und großartige Urgestalt solchen Betens ist das „Kreuzzeichen“, das älteste und auch wichtigste Symbol gelebten Glaubens.

Kreuzzeichen – Begegnung mit dem dreifaltigen Gott

Wir sprechen dazu die Worte: „**Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes**“ und tauchen damit ein in den Lebensraum des dreifaltigen Gottes.

Denn: Namen schaffen „Präsenz“! Wenn wir Namen nennen, dann stehen die Genannten ganz plötzlich vor unserem geistigen Auge – sogar dann, wenn wir sie schon lange nicht mehr gesehen haben oder vielleicht auch schon längst verstorben sind.

Die Worte, die wir beim Kreuzzeichen sprechen, gehen auf Jesus selbst zurück und sind daher kostbar wie die Worte des Vaterunsers: „Geht zu allen Völkern, und macht alle Menschen zu meinen Jüngern; tauft sie auf den Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes“ (Mt 28, 19).

In einem Dokument aus der Zeit um die erste Jahrhundertwende wird überliefert, dass den Katechumenen bei der Taufe ein Kreuz auf die Stirn gezeichnet wurde, zum Zeichen für die neue Verbundenheit mit Jesus Christus. Dieses Kreuz sollte von nun an Lebensbegleiter für die Neugetauften sein – damals und auch heute. So wurde das Kreuzzeichen – verbunden mit dem Bekenntnis zum dreifaltigen Gott – zum wichtigsten Symbol für unser Christsein.

In späteren Jahrhunderten kam zu diesem „kleinen Kreuzzeichen“ das „Große“ hinzu - mit der Bewegung der rechten Hand zu Stirn, Leibmitte und den beiden Schultern.

Mit der Bewegung „nach oben“ richtet sich unser Blick zu „Gott, der über uns ist und in unzugänglichem Licht wohnt“, den Jesus als seinen und auch unseren Vater geoffenbart hat: **Gott über uns!**

Die Bewegung zur Leibmitte – Sinnbild für das Kommen Gottes in die Mitte unseres Lebens und unserer Welt, für seine „Menschwerdung in Jesus Christus“: **Gott mit uns!**

Die Bewegung von der linken und zur rechten Schulter: der Geist seiner Liebe ist in unsere Herzen ausgegossen: **Gott in uns!**

Gebetseinladung – nicht nur zum Kreuzzeichen

Wenn wir auf unserem Weg zum Osterfest in besonderer Weise zum Gebet eingeladen sind, dann geht es primär nicht um Ausweitung unserer Gebetspraxis, sondern um Vertiefung. Das gilt auch für unsere Kreuzzeichen als Glaubensbekenntnis und Berührungsritual.

Sind wir davon in unserem Lebensalltag nicht oft meilenweit entfernt?

Ignatius von Loyola (+ 1565) empfiehlt, dass wir uns vor Beginn unseres Betens innerlich sammeln, um uns der Präsenz und damit der Gegenwart Gottes aussetzen. „Gegenwart“ aber bedeutet, dass da ein Gegenüber wartet, dass wir zu einem Gott beten, der auf uns wartet. Und dann ein Kreuzzeichen!

Welch eine Ermutigung!

ALMOSENGEBEN

Der Begriff „Almosen“ hat griechische Wurzeln und bedeutet „Mitleid, Erbarmen“ oder auch „milde Gabe“ für Menschen, die arm dran sind, ist also wesentlich mehr als eine „Mini-Spende“ bei der Kirchensammlung am Sonntag, für einen Bettler auf der Straße oder anderen Gelegenheiten.

Es gibt so viel „durchkreuztes Leben“ in unserer Welt, das darauf wartet, „aufgerichtet und geheilt“ zu werden. Wo immer dem Leben, das am Boden liegt, aufgeholfen wird, da leuchtet jetzt schon Osterlicht in unseren Lebensalltag herein.

Leben vom Duft einer Rose

Bei seinem ersten Aufenthalt in Paris geht Rainer Maria Rilke (+ 1926) jeden Tag mit einer Bekannten über einen großen Platz, auf dem eine Bettlerin sitzt und die Hand nach einer Gabe ausstreckt. Die Französin gibt etwas, der Dichter aber nicht. Befragt, warum er denn nichts gebe, antwortet er: „*Wir müssen dem Herzen geben.*“ Tags darauf bringt er eine weiße Rose mit und schenkt sie der Bettlerin. Diese springt auf, küsst ihm die Hand und verschwindet. Eine ganze Woche lang ist die Bettlerin nicht zu sehen, dann sitzt sie wieder auf ihrem Platz. Die Bekannte fragt ihren Begleiter, wovon sie denn in dieser Zeit gelebt habe. Der Dichter: „Vom Duft der Rose!“

Almosen geben – gelebte Barmherzigkeit

Was Menschen wie diese Bettlerin, Kranke und Alte, Einsame, Verlassene und Enttäuschte, Depressive und Verzweifelte wirklich brauchen, das ist menschliche Zuwendung: dass wir ihnen zuhören, mit ihnen sprechen, dass wir ihnen Zeit und Aufmerksamkeit schenken und ihnen so das Gefühl vermitteln „Ich bin angenommen und bin nicht allein“.

Papst Franziskus: „Barmherzigkeit ist der Name Gottes.“ Gelebte Barmherzigkeit ist daher wie ein Spiegel, in dem Gottes Barmherzigkeit aufleuchtet und Licht in das Dunkel des menschlichen Lebens bringt. Auch im Almosengeben leuchtet Gottes Barmherzigkeit mitten in unserem Leben auf.

Jesus schließt die „Seligpreisungen“ in der Bergpredigt, dieser großen Programmansage für die christlichen Gemeinden, mit den Worten:

Ihr sollt also vollkommen sein, wie es auch euer himmlischer Vater ist (Mt 5, 48). Dabei geht es jedoch nicht um religiösen Perfektionismus oder gar Fanatismus, sondern einzig darum, ein offenes Herz zu haben für Gott und die Menschen, die „arm dran“ sind. Gottes- und Nächstenliebe durchdringen sich gegenseitig.

Roger Schutz (+ 2005), Gründer und erster Prior der Brüdergemeinschaft von Taizè, schreibt:

Am Abend unseres Lebens wird es die Liebe sein, nach der wir beurteilt werden, die Liebe, die wir allmählich in uns haben wachsen und entfalten lassen, in Barmherzigkeit für jeden Menschen.

„Almosengeben“ erweist sich geradezu als Schlüssel, der Türen zu einem Leben nach dem Liebesgebot öffnet und damit auch echte „Begegnung mit anderen“ erfahren lässt.

FASTEN

„Fasten“ riecht nach „Verzicht“ und passt nicht so recht in unsere Wohlstandsgesellschaft, die auf allen Kanälen „Selbstverwirklichung“ und auch „Selbstoptimierung“ anpreist und die für viele zu einer Art „Weltanschauung“ geworden sind.

Es sieht ganz danach aus, dass nicht bloß junge Menschen, sondern auch Erwachsene in dieser Zeit der Unsicherheit und Orientierungslosigkeit Halt und Orientierung häufig im „Außen“ suchen.

Das beginnt wohl schon mit einer ständigen „Rufbereitschaft“. Das Handy ist zu einem Teil unseres Lebens geworden. Werbung und Influencer in den sozialen Medien unterjubeln uns nicht bloß, was wir zur Selbstoptimierung für unseren Alltag brauchen, sondern auch, wie wir in dieser „Ära des Wandels“ unser Leben deuten und verwirklichen sollen.

Solange wir „Fasten“ nur auf „weniger Essen, Trinken, Kaufen, Reisen und anderes mehr“ beschränken, dann steht ganz sicher „Verlusterfahrung“ im Vordergrund. Wir verzichten auf das, was scheinbar unser Leben ausmacht.

Wenn wir „Fasten“ jedoch als Chance entdecken, unserem Selbst zu begegnen, dann kann solches Verzicht auch zu einem Gewinn werden.

Ein Text von Jean Rotzetter SJ (+ 2015), meinem langjährigen Exerzitienbegleiter, macht darauf aufmerksam:

*Das Beste für mich:
nicht, was die anderen sagen,
sondern das, was mir ins Herz gelegt ist.*

*Wenn ich dieser Stimme folge,
wird sie zur Kraft meines Lebens.
Wo immer ich innehalte
und mein ungeduldiges Verlangen
nach Haben- und Besitzen-wollen Einhalt gebiete,
da kann mein Herz zum Einfallstor für den Geist Jesu werden.*

*Wenn ich den Geist, das Wort Gottes in mich „einfallen“ lasse,
entsteht in mir die neue Schöpfung,
da geschieht neue Geburt.*

Diese Worte machen nachdenklich.

Wer in pausenloser „Rufbereitschaft“ lebt, wer Stille nicht aushalten kann, wer sich dauernd am Limit seiner Kräfte bewegt, wer das Leben als „Letzte Gelegenheit“ betrachtet und sich vom Strudel des „Immer mehr, immer schneller und immer weiter“ mitreißen lässt, wer der Optimierung des eigenen Lebens absoluten Vorrang einräumt, wer sich vor allem daran orientiert, was die Medien sagen und was „in“ ist, dem verschließen sich die Zugänge zum eigenen Herzen, zu seiner Seele. Und doch bleibt so etwas wie eine Sehnsucht naheinem „Ich weiß nicht was“ bestehen.

Wüstentage und Wüstenzeiten

Vor etwa 30 Jahren war ich erstmals zu einem „Wüstentag“ eingeladen, um dem alltäglichen Gedränge zu entkommen, bei mir selbst einzukehren und Ausschau zu halten nach dem, was mich eigentlich trägt.

Das Bild der „Wüste“ erinnert daran, dass Jesus selbst nach dem Großereignis seiner Taufe am Jordan vom Heiligen Geist in die Wüste geführt wurde, um Klarheit über seinen Sendungsauftrag zu finden. Viele andere sind ihm im Lauf der Geschichte gefolgt, um sich selbst und Orientierung zu finden.

Der Name „Wüste“ markiert ja nicht bloß Bedrohung, Weglosigkeit, Hunger und Durst, sondern auch wunderbare Weite, klare Sicht und Sehnsucht nach dem Unendlichen.

Auch wenn wir keinen Abstecher in die echte Wüste machen können, auch wenn wir keine Gelegenheit haben, an einem „Wüstentag“ teilzunehmen, ist es doch jedem von uns möglich, eine persönliche „Wüstenzeit“ zu planen, um vom täglichen Allerlei Abstand zu nehmen.

Das kann ganz einfach eine Zeit der Stille am Morgen oder auch am Abend sein, eine Zeit, die dann nur mir gehört und sonst niemandem. Es kann eine Zeit sein für Erinnerungen an kostbare Begegnungen, aber auch eine Zeit des Nachdenkens über meinen Lebensweg, über mein Daheimsein in mir selbst.

Solches „Fasten“ hat nichts mehr mit „Verlust“ zu tun, im Gegenteil: es kann zu einem echten „Gewinn“ werden, wenn wir uns auch nur für kurze Zeit dem Alltags–Karussell entziehen, um uns selbst zu begegnen.

Ein bewusstes Kreuzzeichen zum Abschluss einer persönlichen „Wüstenzeit“ verleiht dieser eine ganz besondere Dimension!

Alles wirkliche Leben ist Begegnung!

Beten, Almosengeben und Fasten können zu einem wunderbaren Dreiklang auf dem Weg zum Osterfest werden. Denn „Liebe zu Gott, zum Nächsten und wie zu diesem auch zu uns selbst“ schenken schon eine Ahnung von dem, was „Auferstehung“ eigentlich meint.

Klaus Egger – Domplatz
Vor – Fastenzeit 2023