



glauben – leben – denken

Impulse zum Sonntag – und für die Woche
aus dem **Seelsorgeraum Graz-Südwest**

Fastenzeit – Zeit der Neuorientierung

1. Fastensonntag – 26. Februar 2023

Mt 4,1-11

Die Fastenzeit hat begonnen. Sie ist zwar erst ein paar Tage alt, aber schon heute holt uns die Versuchung ein. Das Matthäusevangelium erzählt uns, dass Jesus 40 Tage in der Wüste verbringt um zu fasten. Der Teufel erscheint ihm und will ihn von diesem Vorhaben abbringen. Gegen den Hunger soll er Steine in Brot verwandeln. Er möchte ihm die ganze Welt zu Füßen legen, wenn er den Teufel anbetet. Doch Jesus hält dem allen stand.

Versuchungen über Versuchungen – auch wir sind ihnen tagtäglich ausgesetzt. Die Versuchungen sind groß – der Verzicht aber schwer.

Gerade die Fastenzeit nutzen auch wir immer wieder um auf bestimmte Dinge zu verzichten. Manche möchten gerade während der kommenden 40 Tage auf Süßes, auf Alkohol, Zigaretten, Fleisch ganz bewusst verzichten. Aber vielleicht sollte man Verzicht auch ein wenig anders betrachten.

Es braucht in unserer Zeit dieses Fasten, um aus unserm Wohlfühlmodus herauszukommen. Wir müssen einmal die Komfortzone des Lebens verlassen. Fasten – glaube ich – bedeutet viel mehr – in sich hinein zu hören. Kann schon sein, dass der Verzicht auf Nahrung dabei hilfreich sein kann. Man beginnt dann den Körper wieder mehr zu spüren. Wenn der Körper sich reinigt, reinigt sich auch die Seele. Unser aller Leben läuft in bestimmten Bahnen ab. Wir alle sind an bestimmte Strukturen und Riten gewohnt. Die sind auch gut so, denn sie erleichtern uns das Leben immens. Doch manchmal zwingen uns diese Strukturen auch ein. Sie hindern uns am Blick auf das Wesentliche im Leben. Manches Mal fehlt einem im Leben etwas, das Hoffnung und Trost gibt. Kann sein, dass es der Glaube an Gott ist, der dieses Etwas ausmacht. Der Glaube, der mein Leben reicher und lebendiger macht. Aber wo hat mein Glaube in diesem Leben noch Platz? Lass ich mich auch blenden oder kann ich der täglichen Versuchung standhalten? Es sind nicht nur 40 Tage im Jahr, in denen es mir so ergeht.

Unsere Lebensstruktur hat uns gefangen genommen. Die Fastenzeit soll uns sensibler machen für das, was im eigenen Leben so fehlt. Eine spürbare Lebendigkeit, ein Sich-wieder-fühlen – Können. Wir sollten die Fastenzeit nützen – diese Zeit kann eine Neuorientierung im Leben sein.

Vielleicht ein Spaziergang täglich, um den Kopf frei zu bekommen. Vielleicht ein Besuch der Kirche, um sich auch über die Beziehung zu Gott wieder klarer zu werden. Die Fastenzeit soll uns dazu animieren, mutig zu sein und vielleicht auch ein klein wenig seine Träume und Sehnsüchte in die Tat umzusetzen. Dann kann Leben wieder lebendiger werden. Dann verschwindet vielleicht auch das, was mich bisher von Gott getrennt hat. Die Fastenzeit kann als Chance gesehen werden, dass etwas anders werden kann, weil ich es nun einfach anders mache. Und ich glaube es gibt viele Dinge in meinem Leben, die mich mehr von Gott trennen, als ein Stück Schokolade oder ein Glas Wein.



Petra Pansy

Seelsorgeraum Graz-Südwest
petra.pansy@graz-seckau.at

Einen gesegneten Sonntag!

Seelsorgeraum Graz Südwest

www.seelsorgeraum-graz-suedwest.graz-seckau.at