

➤ Gedanken zum Wochenende, 16.03.2019

Der Verzicht wird zum Genuss

Nun stehen wir wieder in der so genannten „Fastenzeit“, jene 7 Wochen, die zur inneren Vorbereitung auf das Osterfest dienen sollen. Der christliche Glaube beider Konfessionen hält daran fest, im Jahresrhythmus Akzente zu setzen: Feiern und Fasten. Unsere heutige Gesellschaft dagegen nivelliert die ursprüngliche Dynamik zwischen Zeiten des Feierns und der Fröhlichkeit und Zeiten der Ruhe und der Besinnung. Verrückterweise geht der Trend heute dahin, nur noch Höhepunkte zu setzen und einen Event nach dem anderen abzufeiern, und wir kommen nicht mehr zur Ruhe.

Doch unsere Seele lässt sich nichts vormachen: Selbst Höhepunkte, wenn sie dicht aneinander gereiht werden, werden flach. Feste, deren Gaumen- oder andere Freuden schon ausgiebig vorweggenommen wurden, werden schal und leer. Ich habe Kinder erlebt, die hatten keine Lust mehr zum Osternester-Suchen, weil sie seit Weihnachten bereits mit Schokolade-Osterhasen übersättigt waren. Es ist schwer sich dagegen zu stemmen. Aber es lohnt sich, weil wir ganz Wichtiges ganz neu und ganz bewusst erleben: Das Fasten zum Beispiel. Da Fasten offensichtlich mit Verzicht zu tun hat, ist es heute unpopulär: Verzicht erscheint als Verlust an Lebensqualität. Doch das stimmt so nicht. Es ist genau anders herum.

Ich vergleiche das Leben gerne mit einem Gemälde aus vielen Farbtönen. Helle, freundliche Farben kommen auf die Leinwand genauso wie dunkle, traurige Flecken. Sanfte Farbtöne mischen sich mit grellen. In der Kunst gilt es, die Farben gut zu dosieren, abzuwechseln, aufeinander zu beziehen, erst dann entsteht ein eindrucksvolles und spannendes Gemälde. So verlangt auch die Kunst des Lebens einen wohldosierten Umgang mit den Freuden der materiellen Güter und den unterschiedlichen Empfindungen. Ich habe einmal den denkwürdigen Satz gelesen: *„Es gibt eine untergründige Verwandtschaft zwischen Genügsamkeit und Genuss“*. Tatsächlich kann man etwas Schönes eigentlich nur aus dem Kontrast heraus bewusst erleben: Einen Urlaubstag nach anstrengenden Arbeitswochen, eine warme Dusche nach einem Jogging-Lauf im nasskalten Wind. Ein Glas Wasser nach einem heißen staubigen Weg. Eine festliche Sonntagsmahlzeit nach einer kargen Woche. Einen warmen Sonnenstrahl nach dem langen Winter... - Früher durchlebten die Menschen diesen Kontrast viel bewusster und ich wage zu behaupten, sie lebten dadurch viel intensiver.

So will ich in den nächsten Wochen auf manche Gewohnheiten, die sich eingeschlichen haben, verzichten: Zunächst mal auf das Altbekannte: auf Süßigkeiten oder das Feierabend-Bier. Aber ganz bewusst jetzt in dieser Zeit möchte ich versuchen, mich nicht mehr aufzuregen über Nebensächlichkeiten, ich will mich nicht mehr provozieren lassen. Ich will mir Freiräume schaffen, in denen ich zum Nachdenken und zur Besinnung komme. Ich will auch versuchen, die Überkommunikation mit emails und whats-App-Nachrichten auf das Notwendigste einzuschränken und mich als Pfarrer auf meinen eigentlichen Auftrag zu konzentrieren. In den letzten Jahren habe ich gute Erfahrungen damit gemacht, insbesondere in der Karwoche, am Karfreitag Nachmittag oder Kar-Samstag mich alleine in meine Kellerkapelle zurückzuziehen und mir bei stimmungsvollem Kerzenschein die Matthäus-Passion von Johann-Sebastian-Bach als Ganzes anzuhören und die Texte mitzulesen und auf mich wirken zu lassen, - wie stark war dann der Eindruck der Osterfreude in der Auferstehungsfeier.

Verzicht an visuellen Reizen, Verzicht an Lärm und Umtriebigkeit schafft seelische Freiräume. Fasten kann ein neues Bewusstsein schaffen für die verschütteten Seiten des Lebens. Es ist eine Chance, das Leben neu wahr zu nehmen. Und das könnte sogar ein unerwarteter Genuss werden. So unglaublich es klingt, es stimmt: Der Verzicht wird zum Genuss. Vielleicht stellt sich dann auch eine neue Dankbarkeit darüber ein, dass Gott uns täglich das Leben und die Mittel zum Leben schenkt, und manche - gut dosierte Freude - dazu!

Ich wünsche Ihnen an diesem Wochenende eine neue und ganz bewusste Wahrnehmung Ihres Lebens.

Ihr Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld
Übrigens darf ich Sie herzlich einladen zum Kantaten-Gottesdienst am morgigen Sonntag um 10:00 Uhr in der Friedenskirche in Marktheidenfeld. Da haben wir den CVJM-Chor Altfeld und den Jubilate-Chor Sachsenhausen unter der Gesamtleitung von Peter Freudenberger zu Gast unter dem Thema: „Preis und Anbetung“.

Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: www.marktheidenfeld-evangelisch.de gelesen und heruntergeladen werden. Die Andachten der letzten Jahre zu verschiedenen Themen finden Sie unter „Archiv“, - für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen.