

# Die Nacht des fastenden Menschen

## Wüstenzeit, nicht rigoros

Das ist aus christlicher Perspektive der wichtigste Unterschied zum Fasten als Selbstoptimierung: sich selbst wieder neu in Gott verankern, dem Spender allen Lebens und alles Guten. Dementsprechend hat der Benediktiner und Kontemplationslehrer David Steindl-Rast, der einer amerikanischen Abtei angehört, die Fastenzeit als „Zeit des knospenden Lebens, innen wie außen“ gekennzeichnet. Auf Englisch *Lent* genannt, was mit dem alten deutschen Wort „Lenz“ für Frühling verwandt ist, sei die Fastenzeit Anlass zur Freude über einen Neubeginn.

In poetischen Bildern schildert der Mönch seine Herangehensweise an die Fastenzeit, die alles andere sei als eine Zeit der verbissenen Buße. Es gehe um Umkehr, um ein Abwenden von der Sünde. „Sünde steht für alles, was uns von unserem authentischen Selbst, voneinander und vom göttlichen Urgrund unseres Seins trennt.“ In der Fastenzeit wendet sich der Blick auf das wachsende Reich Gottes, der einen Plan für unsere Welt habe. „Und wie machen wir Gottes Plan für die Welt zu einer greifbaren Realität? Indem wir die Sünde in ihren drei Dimensionen überwinden: Wir werden authentisch, indem wir uns darum bemühen. Wir preisen unsere Zugehörigkeit zum Universum, indem wir miteinander teilen. Wir verankern uns in Gott, indem wir uns in seine Stille hineinlassen, um vom Brunnen des Lebens zu trinken, der wahren Quelle unseres Seins.“

## Verzichten ist politisch

Für den Kontemplationslehrer leben die traditionell der Fastenzeit zugeordneten Taten Fasten, Beten, Almosengeben aus einem Bedeutungsüberschuss. Jesus deutete das an mit dem Satz: „Der Mensch lebt nicht vom Brot allein.“ Fasten sei als „Sich-Bemühen“ mehr und anderes als die Kasteiung des Leibes beim Essen und Trinken. Das Miteinander-Teilen bedeutet „Wohltätigkeit“, was ebenfalls einiges mehr ist als nur Almosen zu verteilen. Und das „in Gott verankern“, das Beten, geht weit über das Gebete-Aufsagen hinaus: Schweigen, andächtig sein, die Stille fühlen. All das hat Folgen für das Tun.

Laut David Steindl-Rast hat das christliche Fasten zwei Seiten: Einerseits gibt es die „intime persönliche Form“, die jeder für sich selbst entscheidet. Andererseits drückt sich Fasten in einem „öffentlichen Handeln“, politisch, aus. Insofern ist jeder christlich Fastende auch all jenen nahe, die mit ihrem Versuch des Verzichtens eine bessere, humanere Welt erreichen wollen. Das Reich Gottes ist eben nicht indifferent gegenüber den Dingen dieser Welt. ←