

## GEDANKEN ZUM TANKEN am Sonntag, 3. April 2022

von Pfarrer Hans Weber

### Futter für die Fastenzeit



#### **Deklaration der Inhaltsstoffe:**

*Enthält Extrakte aus der Predigt, die ich Mitte März hielt. Falls Sie dabei waren und eingeschlafen sind, oder falls Sie daheim ausgeschlafen haben: Hier ein Nachservice in gewürzter Kürze.*

Liebe Gemeinde, liebe Gedankentanker\*innen

Noch sind wir in der Fastenzeit. Seit Aschermittwoch verzichten einige Menschen auf üppiges Essen – häufig auf Fleisch. Jetzt bloss nicht lockerlassen! Nur noch zwei Wochen... dann ist es geschafft. Vegetarier, Veganerinnen, Pescetarier oder Frutarierinnen müssen sich hier weniger zusammenreissen, denn punkto Ernährung sind sie eh schon das ganze Jahr hindurch achtsam unterwegs. Wieder Anderen ist die Fastenzeit wurst. Das war schon zur Reformationszeit so: Am 9. März 1522 wurde im Haus des Zürcher Buchdruckers Froschauer ein öffentliches Wurst-Essen inszeniert. Die Provokation wurde prompt angezeigt, und einige Akteure wurden verhaftet.

Der Reformator Huldrych Zwingli reflektierte die Fastenthematik in einer denkwürdigen Predigt, die auch in gedruckter Form grossflächig verteilt wurde: „*Vom Erkiesen (d.h. geniessen) und von der Fryheit der Spysen; Ob man Gewalt habe, die Spys zuo etlichen Zeyten zuo verbieten*“. Darin erklärt er, die Bibel kenne keine Fastenzeit mit Essregeln. Derlei sei erst später vom (Kirchen-)menschen erfunden worden. Trotzdem liege ein hoher Sinn im rechtschaffen motivierten und entsprechend angewandten Fasten. Wenn Sie möchten, kann ich diese historische Predigt gerne einmal halten (zwei bis drei Rückmeldungen genügen und – zack – ist sie auf dem kommenden Predigtplan). Aber überlegen Sie es sich gut. Der Sermon geht gut und gern zwei Stunden. Wenn er zustandekommt würde ich immerhin zur Stärkung in der Pause ein mageres Spargelsoufflé und ein stilles Wässerli bereitstellen.

Aber es geht auch mit einem Blick in die Bibel: Schon der alttestamentliche Jesaja nahm in seinem Prophetenbuch am Anfang vom Kapitel 58 voraus: „*Soll das etwa ein Fasten sein, das mir gefällt?... dass der Mensch sich kasteit, seinen Kopf hängen lässt wie Schilf und in Sack und Asche wandelt?*“ Und Paulus gibt sich in seinem ersten Brief an die Gemeinde in Korinth erfrischend liberal: „*Ob ihr nun esst oder trinkt oder ob ihr nicht esst oder trinkt, ist nicht so wichtig. Aber bei allem was ihr tun möget oder nicht: Tut es zur Ehre Gottes*“ (1Kor 10,31).

**ALLES ZUR EHRE GOTTES TUN! Welch ein hehrer Anspruch!**



Im Vergleich dazu ist ein „Body Reset® 40 Tage ohne“ in einem der zahlreichen, meist nicht religiös motivierten Fastengröpplein, die sich solidarisch tapfer durch die gegenwärtigen Tage manövrieren, oder das autodidaktisch anwendbare Programm „16:8“, bei dem das Fasten dank Intervallmodus beinahe schon lustvoll wird, wahrlich eine der leichteren Übungen. Ich hätte da übrigens auch noch eine gute Idee: Pfarrer Weber's probate Sellerie-Diät (Pat. angem.): Man darf alles essen ausser Sellerie.

Spass beiseite. Auf das Zeichen des mittelalterlichen Wurst-Essens in der Limmatstadt zur Fastenzeit können wir Reformierte nicht ernsthaft und in theologisch begründetem Sinn stolz sein. Es liegt gar lange zurück und war zudem vielmehr zotig denn heldenhaft. Aber im Verein mit Jesaja, Paulus, Froschauer und Zwingli meine ich: **Ein Leben zur Ehre Gottes darf uns nicht einschränken, sondern es muss uns im Gegenteil FREI machen – eben, FREI für Gott.** Freiheit gewinnt man, wenn man loslässt. Wir sollen loslassen von dem, was uns hindert am guten und gelingenden Leben. Hier kommt mir das innige Gebet des (übrigens katholischen weil vor-reformatorischen) Niklaus von Flüe in den Sinn: „Mein Gott... nimm alles von mir, was mich hindert zu Dir“.

Viele Menschen sind dauerhaft angespannt und gestresst. Das ist auf Dauer nicht gesund. Es ruiniert unsere körperliche Gesundheit. Es ruiniert unsere psychische Gesundheit. Und es ruiniert unsere spirituelle Gesundheit. Die Fastenzeit bietet uns die Chance, festgefahrene Gewohnheiten zu durchbrechen und uns neu auszurichten im Leben. Und dieses Leben, mein Leben, ist mir eben nicht wurst. Es hat zwar einmal ein Ende (nur die Wurst hat zwei). Aber trotzdem und gerade deswegen gönne ich meinem Körper und meinem Geist gerne mal eine Aus- oder eben Fastenzeit. Der Verzicht auf eine Cervelat macht dabei übrigens durchaus Sinn. Er erspart meinem Körper eine Ladung Konservierungsstoff E250 und Stabilisator E450. Ich will in dieser Zeit aber mehr darauf achten, wonach meine Seele Hunger hat.

Und wie ist das bei Ihnen? Gerne servieren wir Ihnen bei Bedarf etwas Seelenfutter – zum Beispiel in unseren Gottesdiensten.

Viele Grüsse

Pfarrer Hans

Weber



*Zur Zeit 2 Kilo leichter, aber der hüpft schon auf der Zielgeraden.*

*(Toppt garantiert jedes Spargelsoufflé. Aber ehrlich gesagt weiss ich gar nicht, wie man sowas macht).*