

7 Wochen ohne ... – Fasten und Verzichten

7 Wochen ohne ...? Vielleicht kann sich nicht jeder direkt vorstellen, was sich dahinter verbirgt, doch es lohnt sich, dem Thema nachzugehen. Was hat es also mit dem „7 Wochen ohne ...“ auf sich?

In der letzten Unterrichtsstunde hat sich der Religionskurs des 9. Jahrganges von Frau Dr. Krawelitzki mit der Aktion „7 Wochen ohne ...“ befasst und verschiedene Ideen entwickelt, auf was man 7 Wochen lang verzichten könnte. Die Aktion „7 Wochen ohne ...“ stellt eine Fastenaktion dar, die von der Evangelischen Kirche Deutschland (EKD) ausgerufen wird. Die Fastenzeit beginnt am Aschermittwoch und endet immer am Ostersonntag. Dieses Jahr startet die Fastenzeit demnach am 2. März (Aschermittwoch) und endet am 17. April (Ostersonntag).



Die Fastenaktion
der evangelischen Kirche

Doch wofür soll diese Aktion gut sein? Wieso soll ich inmitten einer durch Corona ohnehin schwierigen Zeit auf etwas verzichten? Ist es eine Überforderung, vielleicht sogar eine Zumutung? Diese Fragen sind berechtigt. Doch die Fastenaktion ist auf jeden Fall eine wertvolle Aktion. Nicht nur für Christen, sondern auch für alle anderen Menschen. Die Fastenzeit bietet uns Zeit, die wir sonst im Alltag nicht haben, um uns von unseren Alltagsgewohnheiten oder sogar Süchten zu trennen, und diese zu überdenken. In unserem stressigen Alltag haben wir immer weniger Zeit dafür, zur Ruhe zu kommen und richtig über das eigene Leben nachzudenken. Genau dem möchte die EKD entgegenwirken und ruft daher jedes Jahr die Fastenaktion „7 Tage ohne ...“ aus. So soll bewusst der Anreiz geweckt werden, selbst auf etwas zu verzichten und diese Zeit für anderes zu nutzen. Man soll Zeit bekommen, der täglichen Routine zu entkommen und Prioritäten im Leben neu zu setzen. Vor allen Dingen sollte man diese Zeit jedoch bewusst Gott schenken und Zeit mit ihm verbringen, indem man beispielsweise die Bibel liest und so zu innerlichen Ruhe kommt. Dadurch stärkt man seine Beziehung zu Gott und lernt ihn und seine Liebe immer besser kennen. Denn im Alltag sind wir so von unseren Aufgaben, Ängsten, Sorgen und Problemen abgelenkt, so dass wir meinen, ohnehin keine Zeit zu haben, schon gar nicht für Gott. Die Fastenaktion schafft dafür eine perfekte Möglichkeit, bewusst auf etwas zu verzichten, um etwas Anderes zu priorisieren und Zeit dafür zu finden. Wenn man auch so schon Zeit mit Gott verbringt, dann könnte man die Fastenzeit dafür nutzen, sich an das Leiden und Sterben Jesu am Kreuz und an seine Auferstehung zu erinnern.

Auf was können wir in der Fastenzeit verzichten? Dies ist eine schwierige und zugleich spannende Frage, auf die es keine genaue Antwort. Jeder sollte selbst abwägen und entscheiden, was in seinem Alltag viel Zeit einnimmt, die man vielleicht lieber woanders investieren würde. Ein Vorschlag für einen Verzicht wäre aber beispielsweise der Verzicht auf soziale Medien oder auf Computerspiele. Des Weiteren könnte man auch auf bestimmte Mahlzeiten am Tag verzichten, zum Beispiel das Müsli am Morgen weglassen und diese Zeit dafür nutzen, mit Gott ins Gespräch über den anstehenden Tag zu kommen. Es gibt unzählige Möglichkeiten und Ideen, auf etwas zu verzichten. Daher bleibt es auch eine individuelle Entscheidung, auf was man in der Fastenzeit verzichtet. Die EKD führt diese Aktion jedes Jahr unter einem anderen Motto durch. Dieses Jahr lautet das Motto: Sieben Wochen ohne Stillstand. Dies könnte auch für dich eine Inspiration bieten, auf etwas bewusst in der Fastenzeit zu verzichten. Wir hoffen, dass wir für dich einen Anreiz schaffen konnten, auf deine Alltagsgewohnheiten in der Fastenzeit bewusst zu verzichten.

Text: Jaroslav Lepekhin (9a)