

7 Wochen ohne – Machst du mit?

Aschermittwoch ist nicht nur das Ende der Faschingszeit, sondern auch der Beginn der Passionszeit. Sie dauert bis Ostern und ist ungefähr 7 Wochen lang. In dieser Zeit gedenken Christ*innen der Leidensgeschichte Jesu (lat. *passio* = Leiden, Krankheit) vom Verrat mit einem Kuss durch seinen Jünger Judas, über die Verurteilung durch den römischen Statthalter Pontius Pilatus bis hin zu seinem Tod am Kreuz.

Im Mittelalter war die Passionszeit eine Zeit des Fastens, des Gebets und der Besinnung zur Vorbereitung auf das Osterfest. Fasten bedeutete dabei auch damals nicht unbedingt kompletter Verzicht auf Nahrung (obwohl das durchaus möglich ist und sicherlich auch von einigen streng Gläubigen so gemacht wurde), sondern eher das Verbot bestimmter Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Milchprodukte, Eier und Alkohol und die Beschränkung auf eine Mahlzeit am Tag. Um die leicht verderblichen Lebensmittel vor Beginn der Fastenzeit noch aufzubauchen, entwickelte sich das traditionelle „Kräppelbacken“ zu Fasching. Auch die Bezeichnungen **Fasching** („Fastenschank“ = letzter Ausschank alkoholischer Getränke vor der Fastenzeit), **Fastnacht** (Vorabend/Nacht vorm Fasten) und **Karneval** (lat. *Carne levare* = Fleisch wegnehmen) weisen auf die bevorstehende Fastenzeit hin.

Mit Martin Luther und der Reformation wurde das Fasten zwar nicht abgeschafft, wohl aber die Verpflichtung dazu. Das Fasten in der Passionszeit hat aber in den letzten Jahren wieder an Beliebtheit gewonnen. Unter dem Motto „7 Wochen ohne“ ruft die evangelische Kirche jedes Jahr aufs Neue zu ganz besonderen Fastenaktionen auf. Es geht darum bewusster zu leben – im Kopf zu fasten. Auf der Internetseite von „7 Wochen ohne“ heißt es: „sieben Wochen lang die Routine des Alltags hinterfragen, eine neue Perspektive einnehmen, entdecken, worauf es ankommt im Leben“.

<https://7wochenohne.evangelisch.de>

Entdecken, worauf es im Leben ankommt – Was brauchen wir wirklich, um gut und zufrieden leben zu können und auf was können wir auch mal verzichten*? Um sich diese Frage zu beantworten und um die eigenen Grenzen auszutesten, fasten heutzutage auch viele Jüngere in der Passionszeit. Ob Fleisch, Süßigkeiten, Autofahren, Medienkonsum, Streit, Lästern oder schlechte Gedanken, es gibt viele Möglichkeiten, auf was man in den kommenden sieben Wochen verzichten kann. Ein super Beispiel findet ihr im vorherigen Beitrag zu Aschermittwoch – Klimafasten.

Aber egal, auf was du bis Ostern verzichtest (es sollte dir allerdings nicht zu leicht fallen, sonst ist es ja keine Herausforderung), mach mit und finde heraus, was du wirklich brauchst!

Herausforderung angenommen?!

**Seit einem Jahr sind wir jetzt schon Profis im Verzicht auf soziale Kontakte und gesellschaftliches Leben. Ich wäre nie auf die Idee gekommen, freiwillig mein soziales Leben zu fasten und schon gar nicht für eine so lange Zeit, aber ein Jahr später betrachtet, ist es irgendwie auch ein spannendes Experiment. Ich für meinen Teil habe gemerkt, dass ich andere Menschen wirklich in meinem Leben brauche. Die Tatsache, dass wir alle so kreativ geworden sind, um zwar körperlich auf Distanz gehen zu können, aber nicht sozial, zeigt mir, dass es den meisten Menschen genauso geht wie mir. Mein Fazit zum Corona-Fasten: Wenn wir die anderen so sehr brauchen, sollten wir vielleicht mal die Art und Weise unseres Umgangs mit anderen Menschen überdenken, denn Gemeinschaft ist ein wertvolles Gut.*