Liebe Gemeinde[[1]](#footnote-1), die Asche verweist uns auf die Nichtigkeit der Welt. „Gedenke, o Mensch, dass Du Staub bist und zum Staub zurückkehrst.“ Das wird uns beim Auflegen der Asche gesagt.

Unser Leben soll nicht in Traurigkeit gestürzt werden, sondern schöner werden gerade durch das Wissens um die Asche. Wenn der Mensch weiß, dass er beim Tod nichts mitnehmen kann, sondern Staub wird, kann er die Tatsache für sein Leben umsetzen und nicht im Geldanhäufen das Lebensziel sehen, oder der Illusion von Macht frönen.

Wer sich das „Gedenke, o Mensch, dass Du Staub bist und zum Staub zu­rückkehrst“ klar macht, der sieht manches scheinbar Erstrebenswerte in neuem Licht, mit einer inneren Ruhe, da nur Taten der Liebe zählen.

Die Fastenzeit will uns helfen, mit Werken der Liebe den Weg zum Leben bewusst in den Blick zu nehmen. Ein Mann, den ich auf dem letzten Weg begleitete, sagte zu mir: „Schade, erst jetzt wird mir klar, dass ich nichts mitnehmen kann, außer die kleinen Taten der Liebe.“

Dieses Wissen will uns aus unserem hektischen Leben befreien, will uns fähig machen mit Offenheit den Nächsten in den Blick zu nehmen, auf ihn zuzugehen, ohne Neid, Hass oder Missgunst. Das gilt im Bereich der Familie, der Gemeinde, der Kirche und der Staaten. Wie erlöst würden Menschen aufatmen, wenn Neid, Hass und Missgunst verbannt wären.

Der Ascher­mittwoch will unser Leben ins rechte Lot bringen und dadurch Freude und Frieden verbreiten. In diesem Sinne wollen wir uns die Asche auflegen lassen.

Machen Sie in der Fastenzeit eine Übung des Verzichts, um zu sehen, wie weit kann ich mit mir gehen, ohne schlechte Laune zu bekommen. Im christlichen Denken ist oft nur das Gebet als geistliches Hilfsmittel lebendig. Geistliche Hilfsmittel, die uns zu Gott führen, sind auch das Almosengeben, eine Tat der Liebe, und das Fasten. Im jüdischen Volk und in der Urkirche hatte das Fasten einen festen Platz. So gibt Jesus den Hinweise: „Wenn ihr fastet, macht kein finsteres Gesicht wie die Heuchler! Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, dass sie fasten. Amen, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn bereits erhalten. Du aber, wenn du fastest, salbe dein Haar und wasche dein Gesicht, damit die Leute nicht merken, dass du fastest, sondern nur dein Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der das Verborgene sieht, wird es dir vergelten.“ (Mt 6, 16-18)

Entscheidend ist, dass Fasten, Gebet und Almosengeben, diese drei geistlichen Heilsmittel gehören zusammen, dem Vater, der das Verborgene sieht, dargebracht werden. Von Hanna wurde uns gesagt: „Sie hielt sich ständig im Tempel auf und diente Gott Tag und Nacht mit Fasten und Beten.“ (Lk 2,37) Vor großen Entscheidungen sollen wir fasten, damit der Heilige Geist in uns wirken kann; so war es in der Urkirche üblich: „Als sie zu Ehren des Herrn Gottesdienst feierten und fasteten, sprach der Heilige Geist: Wählt mir Barnabas und Saulus zu dem Werk aus, zu dem ich sie berufen habe! Da fasteten und beteten sie, legten ihnen die Hände auf und ließen sie ziehen.“ (Apg 13,2.3) In der Urgemeinde wurde besonders bei der Übergabe der Ämter gebetet und gefastet: Sie setzten „in jeder Gemeinde Älteste ein und empfahlen sie sie unter Gebet und Fasten dem Herrn, an den sie nun glaubten.“ (Apg 14,23)

In Israel ist es selbstverständlich, dass bei Vergehen gegen Gott ein Fasten ausgerufen wird (1 Kön 21,9). Gerade in der Fastenzeit sollen wir versuchen, auf Güter dieser Welt zu verzichten, damit wir nicht Sklaven dieser Güter werden, sondern in der uns von Gott geschenkten Freiheit leben. Suchen sie sich in der Fastenzeit etwas aus, um sich im Verzicht üben zu können, um über der Sache zu stehen, ohne dass ihr Kopf von irgendwelchen Dingen und Süchten ständig beunruhigt ist.

Wenn sie aber das Rauchen aufgeben oder keine Süßigkeiten essen und dadurch ungenießbar werden, dann lassen sie das, um den Mitmenschen nicht zur Last zu werden. Machen sie aber dennoch eine Übung des Verzichts, um zu sehen, wie weit kann ich mit mir gehen, ohne schlechte Laune zu haben. – Das kann auch mit Kindern geübt werden.

Gerade in der Fastenzeit haben Sie die Möglichkeit ihr Inneres auszuloten: wie weit kann ich gehen? Diese Übung hilft, sich selber zu entdecken. Menschen bereisen die ganze Welt, die Wissenschaft erforscht den Markokosmos; das eigene Innere ist für viele Menschen ein dunkler Fleck. Wenn der Mensch sich selbst entdeckt, wird er auch lernen, mit sich selber umzugehen. Es geht um die Entdeckung dessen, was Gott in uns hineingelegt hat, unserer eigenen Persönlichkeit, die nicht abhängig ist von „Lobhudeleien oder Ablehnung“.

Entscheidend ist das Wissen: Ich stehe vor Gott!

Schön wäre es, wenn Sie in aller Ruhe über Lob oder Ablehnung stehen und denken können: „Herr, laß' sie“.

So können wir in der Freude fasten, die der Heilige Geist gibt. Amen.

1. Predigt teilweise nach einer Idee von P. Bernhard Sirch OSB [↑](#footnote-ref-1)