opusdei.org

Fastenzeit: am Weg auf Ostern hin

Die Kirche lädt uns während der Fastenzeit dazu ein, in unserem Gebet die Notwendigkeit zu Umkehr und Buße zu betrachten und unsere Schritte wieder auf den Herrn hin zu lenken. Hier ein Text über die Fastenzeit als Abschnitt des Kirchenjahres.

02.03.2022

„Herr, unser Gott, (…). Gib deinem Volk einen hochherzigen Glauben, damit es mit froher Hingabe dem

Osterfest entgegeneilt“[1]: Seit dem ersten Fastensonntag zeigt die Liturgie konsequent den Charakter der am Aschermittwoch beginnenden vierzig Tage auf. Die Fastenzeit ist ein Abriss unseres Lebens, das zur Gänze ***eine ständige Heimkehr ins Haus unseres Vaters***[2] ist. Es ist ein Weg nach Ostern, hin zu Tod und Auferstehung des Herrn, die für jede Frau und jeden Mann der Schwerpunkt der Weltgeschichte ist: eine Rückkehr zur Ewigen Liebe.

In der Fastenzeit weckt die Kirche in uns aufs Neue die Notwendigkeit, unser Herz zu erneuern und unsere Taten neu auszurichten, so dass wir immer mehr die zentrale Bedeutung des Ostermysteriums entdecken: es geht darum, dass wir uns den Händen Gottes anvertrauen, so „dass wir in der Erkenntnis Jesu Christi voranschreiten und die Kraft seiner Erlösungstat durch ein Leben aus dem Glauben sichtbar machen“[3].

Wie merkwürdig ist die Fähigkeit des Menschen, die herrlichsten Dinge zu vergessen und sich an das Geheimnis zu gewöhnen. In dieser Fastenzeit wollen wir erneut daran denken, dass ein Christ nicht oberflächlich sein darf. Auch wenn er ganz mit seiner Arbeit beschäftigt ist (…), muss der Christ zugleich doch ganz in Gott geborgen sein, da er Kind Gottes ist[4]. Es ist darum ganz logisch, dass wir in diesen Tagen in unserem Gebet die Notwendigkeit zur Umkehr bedenken, um unsere Schritte wieder auf den Weg des Herrn zu lenken und unser Herz zu reinigen, indem wir uns die Worte des Psalmisten zueigen machen: „*Cor mundum crea in me, Deus, et spiritum firmum innova in visceribus meis*; Erschaffe mir, Gott, ein reines Herz und einen festen Geist erneuere in meinem Inneren![5]“ Das sind Worte des Psalms *Miserere*, den uns die Kirche in dieser liturgischen Zeit

häufig vorlegt, und den der heilige Josefmaria so oft gebetet hat.

Israels Weg durch die Wüste

Die Fastenzeit ist in verschiedenen Schlüsselereignissen der Heilsgeschichte, die auch unsere Geschichte ist, tief verwurzelt. Eines davon ist die Wüstenwanderung des Auserwählten Volkes. Diese vierzig Jahre waren für die Israeliten eine Zeit der Prüfungen und der Versuchungen. Gott war ihr ständiger Begleiter und wollte ihnen zu verstehen geben, dass sie sich nur auf Ihn stützen sollten. Er wollte ihr steinhartes Herz erweichen[6]. Es war außerdem eine Zeit ständiger Gnaden. Auch wenn das Volk zu leiden hatte, war es Gott, der es durch Moses tröstete und orientierte, der es mit Manna und Wachteln ernährte und ihm bei Meriba Wasser aus dem Felsen zu trinken gab[7].

Wie nahe sind uns doch die feinfühlenden Worte, mit denen Gott den Israeliten den Sinn ihrer langen Wanderung nahebrachte. „Du sollst an den ganzen Weg denken, den der Herr, dein Gott, dich während dieser vierzig Jahre in der Wüste geführt hat, um dich gefügig zu machen und dich zu prüfen. Er wollte erkennen, wie du dich entscheiden würdest: ob du seine Gebote bewahrst oder nicht. Durch Hunger hat er dich gefügig gemacht und hat dich dann mit dem Manna gespeist, das du nicht kanntest und das auch deine Väter nicht kannten. Er wollte dich erkennen lassen, dass der Mensch nicht nur vom Brot lebt, sondern dass der Mensch von allem lebt, was der Mund des HERRN spricht“[8]. Auch heute richtet der Herr diese Worte an uns; an uns, die in der Wüste unseres Lebens sicherlich die Erfahrung von Erschöpfung und alltäglichen Problemen durchmachen, obwohl uns die väterliche Vorsorge Gottes

nicht fehlt, die uns gelegentlich durch die selbstlose Hilfe unserer Familienangehörigen, von Freunden und sogar von unerkannt bleiben wollenden Menschen guten Willens zukommt. Mit seiner unbeschreiblichen Pädagogik beginnt uns Gott in sein Herz aufzunehmen, in das wahre versprochene Land: „Praebe, fili mi, cor tuum mihi … Gib mir dein Herz, mein Sohn, deine Augen mögen an meinen Wegen Gefallen finden“[9].

Viele Episoden des Exodus waren Andeutungen künftiger Gegebenheiten. Tatsächlich sind von den Teilnehmern dieser ersten Pilgerschaft nicht alle in das versprochene Land gekommen[10]. Deshalb wird im Brief an die Hebräer der Psalm 95 zitiert, mit seinem Schmerz über die Aufsässigkeit des Volkes und der Erwartung eines neuen Exodus: Für „die aber, die früher das Evangelium

empfangen haben, wegen ihres Ungehorsams nicht hineingekommen sind, setzt er aufs Neue einen Tag fest, Heute, indem er durch David, wie schon gesagt, nach so langer Zeit spricht: Heute, wenn ihr seine Stimme hört, verhärtet nicht eure Herzen!“[11]. Dieses Heute wurde von Jesus Christus begonnen. Mit seiner Fleischwerdung, seinem Leben und seiner Verherrlichung führt uns der Herr zum endgültigen Exodus, bei dem sich die Versprechungen vollkommen erfüllen: Er bereitet uns einen Platz im Himmel. „Also verbleibt dem Volk Gottes noch eine Sabbatruhe. Denn wer in seine Ruhe eingegangen ist, der ruht auch selbst von seinen Werken aus, wie Gott von den seinigen“[12].

Christi Weg durch die Wüste

Das Evangelium des ersten Fastensonntags zeigt uns Jesus, der – in Solidarität zu uns – am Ende der

vierzig Tage in der Wüste versucht werden wollte. Seinen Sieg über Satan zu sehen, erfüllt uns mit Hoffnung und zeigt uns, dass auch wir mit Ihm in den Kämpfen unseres Innenlebens siegen können. Deshalb beunruhigen uns unsere Versuchungen nicht, sondern sie wandeln sich für uns in eine Gelegenheit zu besserer Selbsterkenntnis und zu mehr Gottvertrauen. Wir erkennen, dass das Ideal eines bequemen Lebens ein Zerrbild des echten Glücks ist, und mit dem heiligen Josefmaria wird uns klar: ***Uns wieder einmal zu erneuern, tut not; wir müssen treuer werden und brauchen eine tiefere Demut, damit unsere Selbstsucht schwindet und Christus in uns wächst, denn*** **illum oportet crescere, me autem minui*, Er muss wachsen und ich abnehmen (Joh 3,30)***[13].

Die Erfahrung unserer eigenen Gebrechlichkeit führt nicht zu Furcht, sondern zur demütigen Bitte, dass unser Glaube, unsere Hoffnung und unsere Liebe aktiv werden. Wir können das mit Worten sagen, die der heilige Josefmaria häufig sprach: ***Herr, nimm von mir was mich von dir trennt***[14]. Mit Jesus finden wir die Kraft, Versuchungen entschieden abzuweisen, ohne uns dem Dialog zu beugen: „Achtet gut darauf, wie Jesus antwortet. Er tritt mit dem Satan in keinen Dialog, wie dies Eva im Paradies getan hatte. (…) Jesus trifft die Entscheidung, im Wort Gottes Zuflucht zu suchen, und antwortet mit der Kraft dieses Wortes. Erinnern wir uns daran: Im Augenblick der Versuchung, unserer Versuchungen: kein Argumentieren mit dem Satan, sondern immer verteidigt durch das Wort Gottes! Und das wird uns retten“[15].

Der am zweiten Fastensonntag gelesene Bericht von der Verklärung festigt unsere Überzeugung, dass wir trotz unserer Begrenztheit sicher siegen werden. Auch wir werden an seiner Herrlichkeit teilhaben, wenn wir es verstehen, unser alltägliches Leben mit seinem Kreuz zu verbinden. Dazu müssen wir unseren Glauben festigen, wie jene Personen, die uns das Evangelium alle drei Jahre an den letzten Sonntagen der Fastenzeit vorstellt: Die Samariterin, welche die Sünde überwindet, als sie in Jesus den Messias erkennt, der ihre Sehnsucht nach Liebe mit dem lebendigen Wasser des Heiligen Geistes stillt[16]; der Blindgeborene, der in Christus das Licht der Welt erkennt und seine Unwissenheit besiegt, während die Sehenden in der Welt blind bleiben[17]; Lazarus, dessen Auferstehung uns daran erinnert, dass Jesus gekommen ist, um uns ein neues Leben zu bringen[18]. Wenn wir diese Szenen

wie ein weiterer Teilnehmer betrachten, werden wir mithilfe der Heiligen Stoff für unser persönliches Gebet finden und unsere Gottesgegenwart, die wir in diesen Tagen wachzuhalten versuchen, wird gestärkt.

Unser Bußweg als Söhne

Das Tagesgebet des dritten Fastensonntags stellt uns den Sinn dieser Zeit der Buße vor: „Gott, unser Vater, du bist der Quell des Erbarmens und der Güte, wir stehen als Sünder vor dir, und unser Gewissen klagt uns an. Sieh auf unsere Not und lass uns Vergebung finden durch Fasten, Gebet und Werke der Liebe“. Mit der Demut eines sich als Sünder Bekennenden, erbitten wir mit der ganzen Kirche das erhoffte Eingreifen des Erbarmens des göttlichen Vaters: ein von Liebe erfülltes Herabsehen auf unser Leben und seine Verzeihung[19].

Es handelt sich um den ***Geist der Buße***, von dem der heilige Josefmaria spricht, und den er mit so vielen praktischen Beispielen vorstellt: ***Buße heißt, den Stundenplan genau zu erfüllen (…). Du bist ein Büßer, wenn du dich der für das Gebet eingeplanten Zeit in Liebe unterwirfst, magst du dich auch erschöpft, lustlos oder innerlich kalt fühlen. Buße heißt ein Höchstmaß an Nächstenliebe im Umgang mit deinen Mitmenschen zu zeigen (…). Zur Buße gehört, dass wir mit guter Laune den tausend kleinen Widerwärtigkeiten des Alltags begegnen (…); dass wir dankbar essen, was auf den Tisch kommt und uns diesbezügliche Extravaganzen versagen***[20].

Wir wissen aber auch, dass äußere Handlungen ohne die Gnade Gottes nichts zählen; es ist nicht möglich,

sich mit Christus ohne seine Hilfe zu identifizieren: „*quia tibi sine te placere non possumus*, denn ohne deine Hilfe können wir dir nicht gefallen“[21].Auf ihn gestützt, versuchen wir diese Werke „im Verborgenen“ zu vollbringen, das nur unser göttlicher Vater sieht[22]. Dabei müssen wir unsere Absicht oft berichtigen und die beste Art herausfinden, um Gott zu verherrlichen und die Rettung aller anzustreben. Der Apostel Johannes schreibt: „Denn wer seinen Bruder nicht liebt, den er sieht, kann Gott nicht lieben, den er nicht sieht“[23]. Das sind Worte, die zu einer tiefen Gewissenserforschung anregen, da es nicht möglich ist, die beiden Aspekte von der Liebe zu trennen. Wenn wir uns von Ihm betrachtet wissen, wird der Sinn unserer Gotteskindschaft unser Innenleben und Apostolat durchdringen, mit vertrauensvollerer und kindlicher Zerknirschung und mit einer

aufrichtigen Hingabe an unsere Familienangehörigen, Arbeitskollegen und Freunde.

Der Weg der Buße durch die Sakramente

In unserem Kampf gegen die Unordnung der Sünde sind das Bußsakrament und die Eucharistie ebenfalls wichtige Momente. Natürlich vervollkommnet sich unsere innerliche Buße dank der Feier des Bußsakramentes. Obwohl Gott der Protagonist ist, der uns zur Bekehrung drängt, hängt doch viel von der Einstellung des Büßers ab. Durch dieses Sakrament, das eines der „Meisterwerke Gottes“[24] ist, erfahren wir seine *Wohltat* an unserer gefallenen Freiheit. Die uns zukommende Rolle stellt der heilige Josefmaria wie folgt dar: ***Ich rate allen, die Andacht zu pflegen, viele Reueakte zu verrichten (…) Und äußerer, praktischer Ausdruck***

dieser Andacht ist eine besondere Liebe zum heiligen Sakrament der Buße[25]. Dabei ***ziehen du und ich Jesus Christus und seine Verdienste an***[26].

Die Fastenzeit ist eine wunderbare Gelegenheit, um diese „besondere Liebe“ zur Beichte zu fördern, indem wir sie zunächst selbst leben und vielen anderen nahebringen.

Nach der vom Priester im Namen Gottes gegebenen Absolution, sieht das Ritual - neben anderen Möglichkeiten - ein schönes Gebet zur Verabschiedung des Pönitenten vor: „Das Leiden unseres Herrn Jesus Christus, die Fürsprache der seligen Jungfrau Maria und aller Heiligen, alles, was du Gutes getan und Böses ertragen hast, gereiche dir zur Vergebung der Sünden, lasse dich in der Gnade wachsen und schenke dir Anteil am ewigen Leben. Gehe hin in Frieden“[27]. Es handelt sich um ein

altes Gebet, in dem der Priester Gott bittet, dass sich die Früchte des Sakramentes im ganzen Leben des Pönitenten auswirken und ihn daran erinnern mögen, aus welcher Quelle seine Wirksamkeit kommt: von den Verdiensten des unschuldigen Opfers und aller Heiligen.

Wie der jüngere Bruder aus dem Gleichnis sind wir nach der Umarmung des Vaters zum Gastmahl eingeladen[28]. Welche Freude, gut vorbereitet an der Eucharistie teilzuhaben! ***Den Herrn immer mehr lieben... Bewahre in deiner Seele diese Sehnsucht, Ihn zu lieben. Nähre sie! Liebe Gott, gerade jetzt, da Ihn einige, die Ihn in ihren Händen halten, nicht lieben, Ihn misshandeln, Ihn ignorieren.***

Geh mit dem Herrn zart um, feinfühlig - in der heiligen Messe und den ganzen Tag hindurch [29].

Die Kirche lädt uns mit der Liturgie ein, großzügig den Weg der Fastenzeit zu gehen. Übungen zur Einstimmung unserer Seele sind häufiger Sakramentenempfang, eifrige Betrachtung des Wortes Gottes und Bußwerke. Dabei soll die Freude nicht fehlen – *Laetare Ierusalem!* – „Freue dich Stadt Jerusalem“[30]. Damit bereiten wir uns auf eine intensive Teilnahme an der Karwoche vor, in der wir die Höhepunkte des Erdendaseins Jesu wieder erleben.***Wir müssen uns in das Leben und Sterben Christi selbst hineingeben. Durch Abtötung und Buße sterben, damit Christus durch die Liebe in uns lebt. Und so in seine Fußspuren treten, um zu Miterlösern für alle Menschen zu werden***[31]. Wenn wir von unseren Sünden gut gereinigt den Herrn betrachten, wie Er sein Leben für uns hingibt, werden wir die uns von Gott gebrachte Freude wieder erleben: „*Redde mihi laetitiam*

salutaris tui. – Gib mir wieder die Freude deines Heils“[32].

Alfonso Berlanga

---

1 *Römisches Messbuch*, 4. Fastensonntag, Tagesgebet.

2 Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 64.

3 *Römisches Messbuch*, 1. Fastensonntag, Tagesgebet.

4 Hl. Josefmaria, *Christus begegnen*, Nr. 65.

5 *Ps* 51,12.

6 Vgl. *Dtn* 8,2-5.

7 Vgl. *Ex* 15,22 – 17,7.

8 *Dtn* 8,2-3

9 *Spr* 23,26.

10 Vgl. *Num* 14,20 ff.

11 *Hebr* 4,6-7; Vgl. *Ps* 95,7-8.

12 *Hebr* 4,9-10.

13 *Christus begegnen*, Nr. 58.

14 Hl. Josefmaria, *Aufzeichnung* einer Familienrunde vom 18.10.1972 (zitiert nach A. Sastre, *Tiempo de caminar*, Madrid 1989, S. 353).

15 Papst Franziskus, *Angelus*, 9.3.2014.

16 Vgl. *Joh* 4,5-42 (*Lektionar* für den dritten Fastensonntag, Zyklus A)

17 Vgl. *Joh* 9,1-41 (*Lektionar* für den vierten Fastensonntag, Zyklus A)

18 Vgl. *Joh* 11,1-45 (*Lektionar* für den fünften Fastensonntag, Zyklus A)

19 Vgl. *Katechismus der Katholischen Kirche*, Nr. 1434.

20 Hl. Josefmaria, *Freunde Gottes*, Nr. 138.

21 *Römisches Messbuch*, 4. Fastensamstag, Tagesgebet

22 Vgl. *Mt* 6,6.

23 1 *Joh* 4,20.

24 Vgl. *Katechismus der Katholischen Kirche*, Nr. 1116.

25 Hl. Josefmaria, *Mitschrift* vom 26.4.1970, zitiert nach Ernst Burkhart – Javier López, *Alltag und Heiligkeit in der Lehre des heiligen Josefmaria*, Köln 2017, S. 379.

26 Hl. Josefmaria, *Der Weg*, Nr. 310.

27 *Bußritual*, Nr. 104.

28 Vgl. *Lk* 15,22-24.

29 Hl. Josefmaria, *Im Feuer der Schmiede*, Nr. 438.

30 *Römisches Messbuch*, 4. Fastensonntag, Eröffnungsvers (Vgl. *Jes* 66,10).

31 Hl. Josefmaria, *Der Kreuzweg*, XIV. Station.

32 *Ps* 51,14.

Alfonso Berlanga

pdf | automatisch generiertes Dokument von https://opusdei.org/de-de/article/fastenzeit-am-weg-auf-ostern-hin/ (10.12.2025)