

Muslime helfen fasten

Meine Eindrücke und Beobachtungen der vergangenen Jahre scheinen sich zu bestätigen: Das Fasten findet den Weg zurück in unsere Gesellschaft. In den Medien findet das Thema gerade grossen Niederschlag. Schliesslich ist seit Mitte dieser Woche (christliche) Fastenzeit. Das war zwar noch jedes Jahr so, dass mit Aschermittwoch theologisch gesehen die Zeit der Abstinenz und Abkehr von der Welt beginnt. Doch nie zuvor sind mir in der Vergangenheit so viele Menschen begegnet, die sich für die kommenden sieben Wochen bis Ostern bewusst für einen Verzicht entschieden haben und das auch noch nach aussen bekennen. Einige tun das aus religiöser Motivation. Viele aus anderen Gründen. Aus Gesundheitsbewusstsein, aus spirituellen Bedürfnissen, aus Lust, es einfach mal auszuprobieren, oder weil es einem einfach gut tut. Manche verzichten aufs Rauchen, andere auf den Fleischverzehr. Wieder andere trinken in dieser Zeit keinen Alkohol oder entsagen den süssen Versuchungen. Wie gefastet wird, entscheidet jeder und jede selbst, ob allein oder in der Gemeinschaft, ob strikt oder in der light Version. Ob das Fasten auch mit Einkehr einhergeht, ob man die Zeit als Auszeit, fernab von der Normalität, begeht oder ob man das Fasten in den ansonsten weitergehenden Alltag integriert, auch das wählt man individuell.

Verblüfft bin ich darüber, dass selbst überzeugte Reformierte sich plötzlich dem Fasten zuwenden. Denn es war doch gerade ein Wurstessen in Zürich am 2. Fastensonntag des Jahres 1522, das den Bruch mit den damals geltenden katholischen Fastenregeln markierte. Immer wieder erntete ich in früheren Jahren auf mein Nachfragen hin entschieden die Antwort, dass Fasten nur die Katholiken täten, nicht aber die Protestanten. Heute kenne ich reformierte Pfarrer und Pfarrerrinnen, die während der vierzig Tage vor Ostern sogar Exerzitien abhalten, geistige Übungen, die im weitesten Sinne auf den Rückzug Jesu in die Wüste zurückgehen, aber in der Geschichte vor allem in Mönchsorden praktiziert wurden.

Da wird deutlich, wie sehr auch das religiöse Leben im Wandel ist, wie sich Vorstellungen verändern, wie man sich auf Altes zurückbesinnt und einmal Verworfenes wieder neu als gewinnbringend entdeckt. Unser hektisches Leben, der hohe Effizienz- und Erfolgsdruck, die einseitig materielle Orientierung verlangen immer mehr nach der Hinwendung zu spirituellen Erfahrungen, Gesundheits- und Ernährungsbewusstsein, Entgiftung, Stressbewältigung, Stärkung der Widerstandskraft und Wellness für Körper und Geist. Sicher mögen das alles Gründe sein, warum das Fasten gerade ein Revival erlebt. Es könnte zudem aber auch sein, dass es der muslimische Einfluss ist, der die Wiederbelebung begünstigt. Die klar geregelte Fastenpraxis der Muslime während des Ramadan ist seit Jahren Thema, oft in der gewohnt problematisierenden Weise. Immer öfter war aber in interreligiösen Begegnungen auch vom Nutzen des Fastens die Rede – mit Verweis darauf, dass das Christentum auch eine Fasten-tradition hat. Und dann kam meist die Frage auf: "Und warum halten wir Christinnen und Christen diese dann nicht ein?"

Erschienen als Kolumne im Bieler Tagblatt am 27. Februar 2018

© Amira Hafner-Al Jabaji 2018