Lasst uns was tun!

Der Misereor-Fastenkalender gibt Anregungen nicht nur für die Fastenzeit

Von Ruth Schlotterhose

Fasten bedeutet heute für viele Menschen nicht mehr ausschließlich Verzicht auf Genussmittel. Inzwischen wird die Zeitspanne von Aschermittwoch bis Ostern auch zur inneren Einkehr oder zur Umkehr genutzt. Ein nützlicher Begleiter kann dabei der Fastenkalender des Bischöflichen Hilfswerks Misereor sein. Hier wird jeder Fastentag einem von sieben Themen gewidmet.

Foto: Martin Vorel/pixabay.com

↑ *Lebensmittel sind kostbar! Auch aus Resten kann man Schmackhaftes zaubern.*

heute ist Sonntag

Dieses Jahr stehen an den Sonntagen unterschiedliche Aspekte des Misereor-Aktionsthemas „Gib Frieden!“ im Mittelpunkt, zum Beispiel Frieden mit mir selbst und Gott, Frieden unter den Geschlechtern, Frieden mit der Schöpfung, Verantwortung der Politiker für den Frieden.

heute Kopf und Herz riskieren

Das klingt nach einer unlösbaren Aufgabe: Kopf und Herz riskieren – dazu braucht es Mut, wie soll das gehen? Wenn ich die entsprechenden Texte des Fastenkalenders lese, klingt das ein bisschen nach Gleitschirmfliegen. Ich muss in die Tiefe springen, etwas wagen, mich lösen von dem, was mir bisher Sicherheit gegeben hat, „was immer schon so war“. Um dann vielleicht festzustellen, dass ich doch nicht alleine bin.

heute die Umwelt retten

Das ist etwas Konkretes! Aber muss da nicht die Politik ran? Doch – auch. Aber es gibt genügend kleine Schritte, die jeder von uns tun kann. Schon mal was von der „100-Punkte-Challenge“ gehört? Tipp vom Fastenkalender: Schauen Sie einmal auf die entsprechende Webseite. Einfach umzusetzen ist die Idee, Dinge, die ich nicht mehr brauche, weiterzugeben. Im Internet gibt es genügend Plattformen, auf denen mit Artikeln aus zweiter Hand gehandelt wird – auch eine Art von Müllvermeidung!

heute neu denken

Der Rhythmus, bei dem ich immer mit muss… Muss ich wirklich? Immer schneller, weiter, höher? Der Misereor-Kalender lädt ein, einmal auszubrechen und anzuhalten, und bietet dazu ganz konkret zum Beispiel ein Kreuzworträtsel an. Die Antworten zu dessen Fragen schüttelt kaum einer aus dem Ärmel, und schon habe ich „neu gedacht“, ehe ich mich versehe.

heute auch mal andere

An dieser Stelle kommt zwei Mal Schwester Veronika von den Armen-Schwestern vom heiligen Franziskus zu Wort. Sie erzählt Episoden aus dem Alltag der Schwestern, die sich in der „Franziska-Schervier-Stube“ um Menschen sorgen, die materiell oder psychisch in Not sind. Da geht es zum einen darum, wie einfach es sein kann, anderen zu helfen. Andererseits aber auch darum, akzeptieren zu lernen, dass jeder Mensch seinen eigenen Weg finden und gehen muss.

heute Tischlein, deck dich

Lebensmittel sind kostbar. In diesem Thema kann sich wohl jeder wiederfinden. Stichworte sind hier Resteverwertung und Mindesthaltbarkeitsdatum. Die Rezepte verführen zum Nachkochen, auch wenn sie einem vielleicht die Tränen in die Augen treiben…

heute weiter als der Horizont

Die Welt ist so klein geworden, dass wir uns als eine große Gemeinschaft begreifen müssen und nicht mehr nur um uns selbst kreisen dürfen. Deshalb streben die Vereinten Nationen an, bis 2030 insgesamt 17 Nachhaltigkeitsziele umzusetzen; einige werden hier anhand konkreter Misereor-Projekte vorgestellt: Brunnenbau in Nigeria, Unterstützung des Amazonasgebietes, Solaranlagenbau im Kongo oder Schulunterricht und Ausbildung für Flüchtlinge im Nahen Osten.

Alles in allem präsentiert sich der Misereor-Fastenkalender 2020 als ein alltagstauglicher Begleiter durch die 40 Tage vor Ostern. Er zeigt in gewissem Sinne Bodenhaftung und verlangt dem Nutzer keine übermenschlichen Anstrengungen ab. Die eingestreuten Impulse sind wie Zwiegespräche mit Gott, betreffen konkrete Situationen, in die jeder geraten kann. So wirken die Anregungen zur Gestaltung der Fastenzeit einladend, und man lässt sich gern und neugierig auf das „Abenteuer Fastenzeit“ ein.

Der Misereor-Fastenkalender 2020 erscheint im MVG-Verlag Aachen und kann zum Preis von 2,25 Euro zzgl. Versandkosten unter www.eine-welt-shop.de bestellt werden oder über den Leserservice der KirchenZeitung unter Tel. 02 41/18 65-211.