

Tobias Aldinger, Referent des Diözesan-
Bonifatiuswerkes der Erzdiözese Freiburg

Impuls zur Fastenzeit

„Stärke, was dich trägt!“

Ich mag dieses Motto sehr: Denn es ermutigt mich dem nachzugehen, was Kraft hat. Und das zu suchen, was mich im Tiefsten trägt und mir Halt gibt. In Zeiten einer aufwühlenden politischen Unsicherheit und den gesellschaftlichen Spannungen brauche ich die Frage: Was gibt mir wirklich Halt? Worauf stehe ich fest? Die Fastenzeit als Einladung zum Umdenken und Umkehren stellt mir am Aschermittwoch gleich eine herausfordernde Rückfrage: „Was kannst du überhaupt festhalten? Bedenke Mensch, dass du Staub bist, und zum Staub zurückkehren wirst.“ Der Aschermittwoch zieht mir zuerst den Boden unter den Füßen weg. Hier ist die nackte, bloße Erinnerung: Ich werde sterben. Was trägt in dieser ehrlichen Betrachtung noch?

Für mich ist das Aschenkreuz und die damit verbundene Erinnerung nicht erdrückend, sondern lädt mich zum Loslassen ein: Denn ich selbst muss mein Leben nicht selbst halten. Ich kann es gar nicht tragen. Ich stehe auf dem Boden von so vielem, was mir geschenkt ist. So taucht ein feiner, zarter tragender Raum auf: Ich erahne Gottes Güte, die uns alle hält – spürbar oft in anderen Menschen oder stillen Momenten. Wir können nicht tiefer fallen als in Seine liebende Gegenwart.

Ein Lied von Jelena Herder begleitet mich oft durch die dunklen Wintertage Richtung Frühling und Ostern: Sie hat das Loblied „[Gott ist gegenwärtig](#)“ mit einem neuen Text versehen. Es ist auch mein Gebet für diese Fastenzeit, als Einladung meine selbstgebauten Sicherheiten neu ins Vertrauen an Gott zu verwandeln:

„Lass mich wie den Winter still erstarrt hier sterben und dann zaghaft Frühling werden. Alles taut, atmet auf. Daran will ich klammern, halte mich solange.“ (Jelena Herder, [Gott ist gegenwärtig](#))
Ich wünsche Ihnen von Herzen eine aufatmende Fastenzeit, die sich in die tragende Güte Gottes fallen lassen kann.