

Weniger ist mehr

Predigt zum 3. Fastensonntag Lj B 2015

Fastenzeit hat viele Gesichter und Formen. Für die meisten ist die Fastenzeit vor allem eine **Diätzeit** – den Gürtel enger schnallen und auf Kostbarkeiten **verzichten**.

Vielleicht sollten wir beim Fasten **nicht nur auf das Weniger schauen**, das von uns gefordert wird, sondern **auch auf das Mehr**, das wir dadurch erhalten. Weniger fernsehen z.B. heißt doch auch: mehr Zeit zum Reden, Lesen oder zum Spielen in der Familie zu haben; weniger rauchen und trinken führt zu einem Mehr an Genuss beim Essen oder auch zu mehr Gesundheit.

In der 1. Lesung werden uns heute wieder einmal die **10 Gebote** in Erinnerung gerufen. Auch sie werden **oft als Einschränkung angesehen**. Dabei stellt sich Gott schon im Vorspann zu den 10 Geboten vor als **Gott, „der die Menschen aus Ägypten, aus dem Sklavenhaus hinausgeführt hat in die Freiheit“**. Auch die 10 Gebote wollen nicht einschränken und beschränken, sondern sie wollen **neue Räume und Möglichkeiten öffnen**. Sie wollen den Menschen zu mehr Freiheit verhelfen.

Fastenzeit und 10 Gebote passen also gut zusammen. Beide wollen uns nicht zu einem Weniger, sondern zu einem MEHR verhelfen. Wie könnte ein Fasten mit den 10 Geboten aussehen?

1. Gebot: „Du sollst keine anderen Götter neben mir haben!“ **Andere Götter** tragen Namen wie: Macht, Geld, Karriere, Ansehen, Schönheit, Vergnügungssucht und andere Süchte wie z.B. Essen, Trinken, Sport, Freizeit. Wenn ich mich diesen Göttern **sparsamer hingeebe**, dann werde ich vielleicht wieder zu dem Gott hinfinden, der allein imstande ist, mich glücklich zu machen.

2. Gebot: könnte heißen: **weniger fluchen und dafür öfter loben** und einander Mut machen, trösten oder gar schmeicheln.

3. Gebot – der Sonntag und 4. Gebot – die Familie: da fällt mir der Spruch ein: **„Weniger ich und ein bisschen mehr du!“** Wenn ich weniger auf mich schaue, dann habe ich vielleicht **mehr Zeit für Gott und für die Familie**.

5. Gebot: Zorn ja – wenn es ein **heiliger Zorn** ist (vgl. Tempelreinigung). Fasten könnte heißen, die **Zorn- und Rachedgedanken in mir zu bremsen** und dafür mehr Bereitschaft zu zeigen für das **Verzeihen und die Versöhnung**.

6. Gebot: **weniger Eigensinn in der Partnerschaft**, dafür mehr Zärtlichkeit, Geduld, Verständnis und Liebe ohne Hintergedanken.

7. Gebot: „Eigentum“ – weniger dafür sorgen, den eigenen Besitz zu vergrößern und **mehr danach trachten, die anderen reich zu machen**.

8. Gebot: „Wahrheit“ – weniger darauf bedacht sein, den eigenen Ruf zu schützen, mehr **den Ruf der anderen in Ehren halten**. Vielleicht sollte ich auch einmal bereit sein, in der Öffentlichkeit etwas zu sagen oder zu tun, was dem eigenen Ruf schaden könnte.

9. und 10 Gebot: „nicht begehren...“ heißt auch zufrieden sein mit dem, was ich habe, auch wenn es scheint, dass der andere das größere Stück vom Kuchen erwischt hat. **Ein Weniger kann oft ein Mehr sein.**

Und das gilt überhaupt für die Fastenzeit und für unser ganzes Leben und könnte als Spruch in die Woche mitgenommen werden:

Ein Weniger kann oft ein Mehr sein!