**Beitrag zur 33. Evangelischen Fastenaktion 7 Wochen Ohne**Länge: 2’37 (plus Anmoderation)  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Vorschlag zur Anmoderation für den Sender:**

Kennst du das? Du willst eigentlich was sagen, traust Dich aber nicht so richtig, zögerst – und der Moment ist vorbei. Schade eigentlich, denn was hätte sich vielleicht für ein spannendes Gespräch ergeben. Zeig Dich! (Ausrufezeichen) 7 Wochen Ohne Kneifen. So heißt das Motto der diesjährigen Evangelischen Fastenaktion 7 Wochen Ohne. Arnd Brummer, der Herausgeber vom Monatsmagazin Chrismon verrät, was das mit dem Kneifen und dem Fasten zu tun hat.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Anfang***

* O-Ton Brummer 02: Zeig dich sieben Wochen ohne Kneifen meint, dass wir nur dann eine Gemeinschaft sind, wenn wir im Guten wie in der Auseinandersetzung uns als Person und als Persönlichkeit zeigen und uns nicht in der Anonymität oder hinter anonymen Blogs oder sonst was verstecken.

Mod 1: Miteinander reden, auch Unangenehmes aussprechen, face to face, Auge in Auge streiten und seine Meinung vertreten – das sei unglaublich wichtig, erklärt Arnd Brummer. Fasten sei aus evangelischer Perspektive denn auch viel mehr als Askese und Verzicht. Ihm geht es darum, in Gemeinschaft mit anderen nach guten Wegen zu suchen - für sich selbst, für andere und für die Welt.

* O-Ton Brummer 03: Die Fastenzeit erinnert an die 40 Tage Jesu in der Wüste, in der er sich sicher werden wollte, dass er dem Auftrag seines himmlischen Vaters folgen kann. Der Züricher Reformator Ulrich Zwingli schreibt, dass er da wenig gegessen hat, lag nicht daran, dass er sich das vorgenommen hat, sondern daran, dass es in der Wüste wenig gab. Er wollte nachdenken über sich und sein Leben. Und das will die Fastenzeit, dass wir über unser Leben nachdenken einzeln oder in Gemeinschaft und dazu liefern wir ein Motto, also einen Vorschlag.

Mod 2: Dass Leute eben einfach ins Gespräch kommen, dafür sorgt unter anderem ein sogenannter Fastenkalender. Keine Diättips, sondern gut gemachte Fotos, Gedichte, Sprüche und Bibelzitate. Der Kalender ordnet die 7 Wochen in 7 Themen ein.

* O-Ton Brummer 07: Gott zeigt sich. Zeig Dein Mitgefühl! Zeig Deine Liebe! Zeig Deine Fehlbarkeit! Zeig Deine Hoffnung! Zeig wofür Du stehst! Zeig Dich Gott.

Mod 3: Damit keiner allein fasten muss, bietet 7 Wochen Ohne auch die Möglichkeit, sich mit anderen Fastenfreunden zusammenzuschließen zu einer Fastengruppe.

* O-Ton Brummer 10: Es gibt eine Online-Präsenz von 7 Wochen Ohne auch über evangelisch.de, da kann man sich auch austauschen und da kann man eingeben, wo man wohnt und ob vielleicht in der Nähe irgendwo eine Fastengruppe ist. Das Wesentliche ist aber nach wie vor die persönliche Kommunikation.

Mod 4: Denn der im besten Sinne protestantische Streit um Gott und die Welt, ist Arnd Brummer überzeugt – der sei für eine Demokratie schlichtweg eine unverzichtbare Voraussetzung. Und was hat sich der Mitinitiator der 33. Evangelischen Fastenaktion 7 Wochen Ohne selbst vorgenommen, wo will er sich zeigen, statt zu kneifen? Im Sportverein!

* O-Ton Brummer 12: Da habe ich mir in zwei Vereinen, in denen ich bin, vorgenommen, dass ich mich zu Wort melde auch wenn die Leute dann mit sorgenvoller Miene auf die Uhr schauen und sagen: „jetzt wollten wir doch nach eineinhalb Stunden zum gemütlichen Teil übergehen“. Nein, die Themen sind ernst und wichtig, das eine ist ein Sportverein, und da werde ich sagen, nein, ich zeig mich jetzt, ich kneife nicht.

***Ende***