

AUF ETWAS VERZICHTEN KÖNNEN (Askese)

Katechetische Zusammenfassung

6.05.2023

Was bedeutet „Askese“?

Das griechische Wort „*askesis*“ bedeutete ursprünglich jedes (physische, moralische, intellektuelle) Ausüben einer Kunstfertigkeit – z.B. beim Training des Athleten, bei der Übung der Soldaten oder bei der Meditation des Philosophen.

Christliche Askese bedeutet das Ganze des beharrlichen Bemühens, durch die ein Christ mit der Gnade Gottes im übernatürlichen Leben wachsen will. Durch sie kommt er Gott näher, um mit ihm vereint zu sein. Der Unterschied der christlichen von der „weltlichen“ Askese (vgl. die Abstinenz der Sportler, „Diät“, therapeutische „Fastenkuren“) ist groß: Ihr **Ziel liegt in Gott** und im geistlichen Fortschritt in der Liebe zu ihm! Schon im Alten Testament sollte die Askese zur Hingabe an Gott führen: „*Kehrt um zu mir von ganzem Herzen mit Fasten, Weinen und Klagen*“ (Joel 2,12). In der Askese nach der Heiligen Schrift geht es immer um die **äußeren Übungen** und gleichzeitig um die **Haltung des Herzens** dabei. Der Prophet Jesaja erinnert: Die Fastenübung muss dem ganzen Leben des Gläubigen entsprechen, seiner Nächstenliebe! (Jes 58,4-9).

Für den Jünger Christi hat Askese viele Aspekte: Selbstverleugnung, Enthaltbarkeit, Entsagung/Verzicht/Entbehrung, Abtötung, Annahme des Leides ohne Jammern, Fasten. Das Wort „*fasten*“ bedeutete ursprünglich „festhalten“, es weist also auf eine Beharrlichkeit hin. Sie ist bei allen Formen der Askese wesentlich. Das Maß der asketischen Praktiken kann unterschiedlich sein, eine gewisse Askese ist aber unvermeidlich, wenigstens in Gestalt einer Disziplin des Lebens.

Anstrengung aus Liebe und ihr Ziel

Das Neue Testament spricht oft über die liebevolle Anstrengung, die untrennbar zu jedem christlichen Leben gehört. Ohne sie hat unser Christ-Sein keinen Bestand! Der hl. Paulus bekennt: „*Das Ziel vor Augen, jage ich nach dem Siegespreis: der himmlischen Berufung, die Gott uns in Christus Jesus schenkt*“ (Phil 3,14). Die Perspektive dieses Zieles erfüllt die christliche Askese mit Freiheit und Freude. Zu solcher Askese lädt Paulus auch seine Jünger ein: „*Leide mit mir als guter Soldat Christi Jesu. Keiner, der in den Krieg zieht, lässt sich in Alltagsgeschäfte verwickeln, denn er will, dass sein Heerführer mit ihm zufrieden ist* (2Tim 2,3-4). – „*Wisst ihr nicht, dass die Läufer im Stadion zwar alle laufen, aber dass nur einer den Siegespreis gewinnt? Lauft so, dass ihr ihn gewinnt. Jeder Wettkämpfer lebt aber völlig enthaltsam; jene tun dies, um einen vergänglichen, wir aber, um einen unvergänglichen Siegeskranz zu gewinnen*“ (1Kor 9,24-25).

Will Jesus unsere Askese?

„*Wer mein Jünger sein will, der verleugne sich selbst, nehme täglich sein Kreuz auf sich und folge mir nach. Denn wer sein Leben retten will, wird es verlieren; wer aber sein Leben um meinetwillen verliert, der wird es retten*“ (Lk 9,23-24 par.).

Solche Askese hat uns Jesus selber vorgelebt: „*Wenn ihr recht handelt und trotzdem Leiden erduldet, das ist eine Gnade in den Augen Gottes. Dazu seid ihr berufen worden; denn auch Christus hat für euch gelitten und euch ein Beispiel gegeben, damit ihr seinen Spuren folgt*“ (1Petr 2,20-21).

Vor Beginn seines öffentlichen Wirkens hat Jesus selber 40 Tage bis an die Grenze des Ertragbaren gefastet, mit dem Versucher, dem Satan, gekämpft und ihn mit dem Wort Gottes abgewehrt (Mt 4,1-11 par.). Auch im rechten Fasten seiner Hörer sieht er etwas Gottgefälliges, wofür man den Lohn von Gott selber bekommt: „*Wenn ihr fastet, macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler. Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, dass sie fasten. Du aber salbe dein Haar, wenn du fastest, und wasche dein Gesicht, damit die Leute nicht merken, dass du fastest, sondern nur dein Vater, der auch das Verborgene sieht; und dein Vater, der das Verborgene sieht, wird es dir vergelten*“ (Mt 6,16-18).

AUFRUF ZU ABTÖTUNG UND BUSSE

Aus: „An die Priester, die vielgeliebten Söhne der Muttergottes“, S. 746-748

„Das sind die Tage der Vorbereitung auf das, was euch nun erwartet, auf die großen Ereignisse, die euch vorhergesagt worden sind. Ich bitte also wieder um tägliche Werke der Abtötung und der Buße. Die Buße sollt ihr meinem Herzen auf drei verschiedene Arten darbringen:

1. Innere Buße

Schenkt mir vor allem die *innere Buße*, die ihr tun müsst, um die Beherrschung über euch selbst und über eure Leidenschaften zu erlangen und um wirklich fügsam, demütig, klein und für meinen Plan verfügbar zu werden.

Manchmal berührt es mein Herz schmerzlich, wenn ich sehe, wie ihr euch meinen mütterlichen Aufforderungen widersetzt und so jenes Maß an Fügsamkeit, Demut und echter Selbstverleugnung nicht erreichen könnt, das ich von euch verlangen muss, weil es für mich unentbehrlich ist, um euch für die Verwirklichung meines barmherzigen Rettungsplans einsetzen zu können.

2. Stille Buße

Und dann schenkt mir die *stille und tägliche Buße*, die sich für euch ergibt, wenn ihr in jeder Lebenslage einzig und allein dem Willen des Herrn durch die demütige, treue und vollkommene Erfüllung aller eurer Pflichten gewissenhaft nachkommt. Wenn ihr dies tut, bieten sich euch im Laufe eines ganzen Tages so viele kostbare Gelegenheiten zu leiden und zu opfern! Euer Lächeln, eure Heiterkeit, Ruhe, Geduld, Duldsamkeit und eure Opferbereitschaft sind echte stille Bußen, die jeder Situation eures Lebens größeren Wert und mehr Licht verleihen.

3. Äußere Buße

Ich verlange von euch auch die *äußere Buße*, die immer im *Beherrschen der Leidenschaften, der Abtötung eurer Sinne, vor allem der Augen, der Zunge, des Gehörs und des Gaumens*, besteht.

Schaut nicht auf das große Übel, das euch umgibt, und auf so viel Unreinheit, die eure Wege verseucht. *Verzichtet auf das Fernsehen*, um in der Seele das Licht zu bewahren und in eurem Leben der inneren Sammlung, der Betrachtung und dem Gebet mehr Raum zu geben. Versteht es, eure *Zunge im Zaum* zu halten und in euch und rund um euch Stille zu halten, damit ihr fähig werdet, im Geist der Liebe und der demütigen Dienstbereitschaft für alle nur zur Verbreitung des Guten zu sprechen. *Meidet Kritik und Murren, üble Nachreden und Bosheiten.*

Gebt der leichtfertigen Versuchung des Richtens und Verurteilens nicht nach. Verschließt eure Ohren und euren Geist dem Stimmengewirr, das heute ständig lauter wird und euch dazu bringt, im Lärm, in der Verwirrung und der Trockenheit zu leben.

Unterdrückt die Unmäßigkeit, indem ihr das *meidet, was eure Lust am meisten anregt*, und indem ihr auch leiblich fastet, wie es Jesus in seinem Evangelium gefordert hat und auch ich es heute noch von euch verlange.

Wenn ihr diesen Weg, den ich euch vorschreibe, geht, dann werden die Tage eures Lebens vom Herrn gesegnet werden und sie werden euch zum Frieden des Herzens und zur Reinheit der Seele führen.

Ihr selbst werdet zu meinem lebendigen Wort und ihr werdet das Licht meiner Gegenwart überall in die große Finsternis, die sich über die Welt gelegt hat, hinbringen. *Auf diesem leuchtenden Weg der Bekehrung und der Buße führe ich euch ständig, vor allem in diesen Tagen der Vorbereitung auf das große Wunder der göttlichen Barmherzigkeit, das sich bald ereignen wird.*“ (4.3.1987)

EMPFOHLEN ZUR VERTIEFUNG:

YOUCAT, Jugendkatechismus der Katholischen Kirche, Nr. 151, 230

Im Calix-Verlag:

JESUS KENNEN UND LIEBEN LERNEN, S. 47-49, 73-74;

Die Geistliche Familie vom Heiligen Blut. Eine kleine Einleitung in Ihre Spiritualität, S. 40-42;

BLUT-CHRISTI-LOB, I-A, Gebete um das Ringen um Freiheit von Abhängigkeiten – S. 165-171.