

## 40 Tage ohne ..... Rosenkohl

Shopgirl61 hat gerade fest gestellt, dass die Fastenzeit dieses Jahr aber früh los geht, will auf jeden Fall wieder mit machen und freut sich schon auf den fröhlichen Austausch. „Schoki“ auch, der oder die wird auf Kaffee und Schokolade verzichten, es sich aber vorher nochmal richtig gut gehen lassen. Claudia will schon etwas eher anfangen und die Person mit dem genussvollen Kürzel „Cacao-Noir“ will noch warten, bis es im März etwas wärmer ist. „Zuckerschnitte“ verzichtet – wie der Name bereits ahnen lässt - sowieso schon auf Fleisch und Fisch, und ein Namenloser hat einen „Monster-Respekt“ vor dem, was ihn an „seinen Ambitionen“ hindern könnte.

Eigentlich wollte ich nur ein Rezept für Zitronenkuchen suchen und bin überrascht über die Fastencommunity bei chefkoch.de. Wo sonst die besten Rezepte ausgetauscht werden, geht es in den nächsten vierzig Tagen offenbar mit heiligem Eifer um Verzicht von dem, was das Leben sonst so lecker macht. Da schreibt Andrea: „Meine kleine Tochter wird wohl auch in diesem Jahr wie letztes Jahr auf Rosenkohl verzichten.“

„40 Tage ohne Rosenkohl“ – ich finde die kleine Tochter von Andrea spontan sympathisch und beschließe, mich ihrem Ansatz anzuschließen: 40 Tage ohne das, was ich ohnehin nicht mag. Dieses unbekannte Kind soll zu seinem Recht kommen und einer neuen Fastencommunity das Wort reden dürfen. Sollen die Eltern doch auf Wein und Kaffee, Süßkram und Zigaretten verzichten und sich darüber nach einem langen Tag „fröhlich“ und anonym austauschen. Andreas Tochter darf entspannten

Zeiten entgegen sehen: 40 Tage lang kein Streit über Rosenkohl. 40 Tage lang kein Streit über „Wenigstens probieren“, „Wenigstens ein Gäbelchen“ und „Obst und Gemüse sind aber gesund, wenn du groß und stark werden willst“. Sondern: 40 Tage lang Leben in Freiheit von Rosenkohlzwang.

Denn die Kleine hat begriffen, worum es beim eigentlich Fasten geht: Zwänge lassen, sich verweigern, Freiheit aushalten. Sich der Frage aussetzen: was mag ich eigentlich nicht? Und warum nicht? Andere mit Konsequenz und klaren Ansagen überraschen. Nicht immer nur das tun, was andere sagen. Den eigenen Weg gehen. Es wäre doch schade, wenn Andreas Tochter nur deshalb Rosenkohl isst, damit ihre Mama sie lieb hat und an anderer Stelle belohnt. Nein, sie soll auch als ein Kind, das dieses Gemüse nicht mag, groß und stark werden dürfen. Das sieht Andrea ja vielleicht sogar ähnlich. Und jetzt hat sie die Chance, mit allen, die normalerweise bei ihr daheim leibhaftig und real am Tisch sitzen, 40 Tage lang die Gemüsevorlieben ihrer Tochter getrost in Gottes Hand zu legen.

Sie wäre damit in bester Gesellschaft. Was das Essen und damit verbundene Speisegebote betrifft, war Jesus jedenfalls absolut klar: „Merkt ihr nicht, dass alles, was von außen in den Menschen hineingeht, ihn nicht unrein machen kann? Denn es geht nicht in das Herz, sondern in den Bauch, und kommt heraus in die Grube.“ Sondern: „Was aus dem Menschen herauskommt, das macht ihn unrein.“ Da fällt mir jede Menge ein, was ich nicht mag, an mir und an anderen. Das Anliegen des unbekanntes Töchterleins will ich persönlich jedenfalls in die Fastenzeit mit

nehmen: 40 Tage ohne das, was mir nicht schmeckt. Das heißt konkret: weniger runter schlucken, weniger runter würgen, weniger rumkauen auf dem, wovon andere meinen, es könnte gut sein, Mut zum eigenen Geschmack und ein besseres Gefühl im Mund. Weil, so meine Hoffnung, dann bei Tisch mit echten Menschen was Gutes raus kommt, ohne Zwang, in Freiheit.

Pfarrerin Clarissa Graz  
[graz@triangelis.de](mailto:graz@triangelis.de)