

7 Wochen „Gut Genug“ - Ohne falschen Ehrgeiz

Vorschlag zur Anmoderation

Seit vielen Jahren ruft die Evangelische Kirche in der Fastenzeit zwischen Aschermittwoch und Ostern zu der Aktion 7 Wochen Ohne auf. Rund zwei Millionen Christen wie Nichtchristen machen laut Veranstalter in diesem Jahr mit. Das Motto dieses Jahr heißt: „GUT GENUG - 7 Wochen ohne falschen Ehrgeiz“ und ((meine Kollege Oliver Weilandt hat))) bei Arnd Brummer, dem Geschäftsführer von „7 Wochen Ohne“ nachgefragt, was es mit dem „Ehrgeiz-Fasten“ auf sich hat.

Frage: Herr Brummer, die Menschen sollen in diesen 7 Wochen auf falschen Ehrgeiz verzichten – wie ist das zu verstehen?

- *O-Ton 01: Die Menschen sollen in dieser Zeit mal überprüfen, wo sie übertreiben, wo sie es übertreiben, angefangen beim Sich versichern, bis dahin, den Nächsten immer nur als Konkurrenten wahrzunehmen.*

Frage: Verständlich, aber der Ehrgeiz hat ja auch eine positive Seite – gegen Gleichgültigkeit oder Langeweile zum Beispiel?

- *O-Ton 2: Also guter Ehrgeiz ist, wenn man zusammen eine Runde Skat spielt, das Spiel zu gewinnen, und übertrieben wäre es, zu sagen: die Partner, mit denen ich schon fünf Jahre spiele, die sind mir nicht mehr gut genug. Ich brauch bessere, damit ich noch besser spielen kann. Das ist nicht allein der Sinn des Spiels. Ehrgeiz hin oder her, den braucht man, aber falscher Ehrgeiz ist dieses Zuviel.*

Frage: gibt es noch andere Beispiele – Schule, Arbeit?

- *O-Ton 3: Wir lernen in den Schulen immer mehr: „Nütze deine Potentiale“. Die berühmte Tigermama einer amerikanischen Bestsellerautorin empfiehlt, Dreijährigen schon die Fremdsprachen beizubringen, damit sie frühzeitig besser ihre Mitbewerber, ihren Konkurrenten ausstechen. Die sollen lieber spielen. Das tut ihnen nämlich gut und dann lernen sie später vielleicht leichter.*

Frage: Die Fastenzeit dauert sieben Wochen lang. Welche Tipps haben sie? Wie kann man es lernen, beim Fasten auf Ehrgeiz zu verzichten, also Ehrgeizfasten zu betreiben im Alltag?

- *O-Ton 4: Also es gibt einen Kalender von uns, in dem wir die 7 Wochen immer unter einen bestimmten Blickwinkel stellt. Man kann z.B. gucken, ob man es nicht übertreibt mit seinen Versicherungen, wo man sagt jetzt haben wir wirklich jedes Risiko ausgeschaltet. Das ist ein falscher Ehrgeiz. Man kann sich das mit seinen Freunden oder Familie angucken. Wenn man sich um seine Fitness kümmert zum Beispiel kann man sagen, dass einem jeder Kardiologe empfiehlt, lieber nicht zu übertreiben, aber nachhaltig zu machen. Viele von uns gehen ins Fitnessstudio und*

dann hauen sie auf die Pauke und nach vier Wochen merken sie es klappt nicht und dann bleiben sie weg, also lieber weniger machen, aber mit Ausdauer.

Frage: Sie bieten Leuten zum Beispiel auch im Internet Hilfen an, damit sie sich nicht so alleine fühlen. Wenn man beim Fasten irgendwelche Freunde oder Gruppen hat, ist das einfacher. Was bieten Sie an?

- *O-Ton 5: Also wir haben einen wunderbaren Kalender, den wir den Leuten anbieten, als Tischkalender oder Wandkalender, in dem sie mit guten literarischen Texten wirklich guten Fotos von tollen Fotografen und auch Bibelzitate sich jeweils einstimmen können in einen Tag und wir kriegen zurück von den Leuten, dass sie sagen, das hilft uns ganz toll, wenn wir morgens beim Frühstück da mal reingucken nur ne Minute oder zwei und das ist ein bewährtes Modell, den Leuten da in den Tag zu helfen.*

Frage: Das Motto „Gut Genug“ ist ja im Kern sehr evangelisch: Also Luthers Erkenntnis, Gott ist mir gnädig, es ist gut so, wie ich bin. Ist das auch der Hintergrund, das man da sagt, der Kern der Reformation soll mit dieser 7 Wochen Ohne Aktion der Evangelischen Kirche betont werden?

- *O-Ton 6: Der Kern ist wichtig. Die Evangelischen selber haben es auch oft übertrieben in den letzten zweihundert Jahren mit einer Leistungsethik: Deine Begabung ist ein Geschenk und wenn du das nicht nützt, ist es eine Sünde. Immer mit einem schlechten Gewissen rumzulaufen, nicht gut genug zu sein. Und dagegen hilft das sich Zurückbesinnen auf Dr. Martinus oder Zwingli zurückzuerinnern, die gesagt haben, das Miteinander ist das Wesentliche. Man kann was miteinander machen, man kann auch miteinander Sport treiben und Wettbewerb haben, aber wir alle sind immer auf die Gnade angewiesen, weil unser Können nie reichen wird.*

Frage: Ihr Verständnis vom Fasten beinhaltet noch was anderes, als jetzt die meisten Leute in Deutschland darunter verstehen: Ich rauche nicht, ich trinke nicht, esse keine Schokolade und das ist meine Fastenzeit.

- *O-Ton 7: Das hat auch mit dem Evangelischen zu tun, dass nach unserer Vorstellung die Entsagung, der Verzicht alleine noch nichts ändert. Der Verzicht kann nützlich sein, einen aus dem Alltag rauszuholen und zu sagen, ich verändere was in meinem Leben, ich verzichte zum Beispiel auf das Stückchen Schokolade, weil ich mir dadurch bewusst mache, diese 7 Wochen sind anders als sonst. Aber es geht in erster Linie um dieses Sich-Entscheiden, was in dem alten germanischen Wort steckt, was man im Englischen vielleicht, wenn man mal im Flugzeug sitzt, mitkriegt: Fasten your Seatbelts, Schließen sie ihren Sicherheitsgurt. Fasten heißt eigentlich sich entscheiden, schließen, beschließen. Und das ist entscheidend aus unserer Sicht, dass wir beschließen, mal auf unser Leben zu gucken und was im Umgang mit unseren lieben Mitmenschen falsch läuft.*