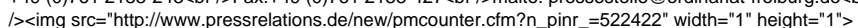




## Frühjahrsputz für die Seele: Mehr als nur Kalorien zählen - Erzbischof Zollitsch an Aschermittwoch zum Start in die Fastenzeit

Frühjahrsputz für die Seele: Mehr als nur Kalorien zählen - Erzbischof Zollitsch an Aschermittwoch zum Start in die Fastenzeit  
Freiburg / Offenburg (pef). Die mit dem Aschermittwoch beginnende Fastenzeit will nach den Worten von Erzbischof Dr. Robert Zollitsch (Freiburg) auch "eine Zeit der Entschleunigung" sein: "Viele Menschen spüren die Gefahr, nicht mehr zur Besinnung und zum Nachdenken zu kommen", schreibt Zollitsch in einem am Mittwoch (13.2.) veröffentlichten Zeitungsbeitrag im "Offenburger Tageblatt". Beim Fasten im religiösen Sinn gehe es nicht nur um das Zählen von Kalorien. Es komme darauf an, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und sich verstärkt um das rechte Verhältnis zu Gott und den Mitmenschen zu bemühen: "Es geht letztlich darum, sich Zeit zu nehmen für das, was im Leben und Zusammenleben wirklich zählt." "Zeit für Ehe, Familie und Freunde statt Befriedigung im Konsum" - Erzbischof Zollitsch beschreibt die Tage der Fastenzeit deshalb als Einladung, das eigene Leben zu überdenken. Wem es heute gelinge, den eigenen Konsum zu begrenzen, der könne feststellen, "was man so alles gar nicht zum Leben nötig hat. Wer sich bewusst einschränkt, der spürt, was wirklich lebenswichtig ist, der entdeckt, wie wichtig es ist, sich Zeit für Ehe, Familie und Freunde zu nehmen, statt im Konsum Befriedigung zu suchen." Vom heiligen Augustinus (354 - 430) sei der noch heute gültige Satz überliefert: "Es ist besser, wenig zu brauchen, als viel zu haben." Dahinter stecke die tiefe Erkenntnis: "Wer sich an das Eigene klammert, hat die Hände nicht frei, zu geben und zu empfangen. Wer lernt, sich selbst zu begrenzen, wer auf einen Teil seines Wohlstandes bewusst verzichtet, damit es anderen besser geht, der kann eine neue Freiheit entdecken." - Spannende Entdeckungsreise: Verzicht wird zum Gewinn - Mit dem Aschermittwoch beginnt für Christen die Fastenzeit. "Erfreulich viele Menschen nehmen sich für die vierzig Tage der Vorbereitung auf Ostern einen festen Vorsatz. Die einen verzichten auf Alkohol oder Fleisch, andere reduzieren ihren Fernseh- oder Internetkonsum, wieder andere benutzen weniger als sonst das Auto", schreibt Erzbischof Robert Zollitsch. Das Thema "Fasten" sei geradezu "in": Zeitschriften preisen in immer neuen Varianten Fastendiäten an, Wellnesshotels bieten Fastenkuren, Krankenkassen laden zum kollektiven Abnehmen ein. Richtiges Fasten gleicht nach Überzeugung des Erzbischofs "einem Frühjahrsputz für die Seele, bei dem ich den Staub beseitige, der den Blick auf Gott und auf die Mitmenschen verdeckt". Dann werde die Fastenzeit "zur spannenden Entdeckungsreise nach dem, was wirklich zählt; dann wird der Verzicht zum Gewinn, das Weniger zum Mehr: Mehr an Stille und Gebet, mehr Zuhören und menschliche Begegnung, mehr Gottvertrauen und Mitmenschlichkeit." - Mit rund zwei Millionen Katholiken gehört das Erzbistum zu den großen der 27 Diözesen in Deutschland. Informationen zur Erzdiözese erhalten Sie unter <http://www.erzbistum-freiburg.de>. Auch der Kurznachrichtendienst "Twitter" bietet Informationen aus dem Erzbistum an - unter <http://twitter.com/BistumFreiburg>. Den Medien-Monitor des Erzbistums stellen wir unter <http://twitter.com/MeMoEBFR> bereit. Bei "Facebook" können interessierte Internetnutzer sich ebenfalls informieren - unter <http://www.facebook.com/erzdioezese-freiburg> - Erzdiözese Freiburg - Stabsstelle Kommunikation - Schoferstraße 2 - D-79098 Freiburg - Tel.: +49 (0)761 2188-243 - Fax: +49 (0)761 2188-427 - maito: [pressestelle@ordinariat-freiburg.de](mailto:pressestelle@ordinariat-freiburg.de) - <http://www.erzbistum-freiburg.de> - 

### Pressekontakt

Erzbistum Freiburg

79098 Freiburg

### Firmenkontakt

Erzbistum Freiburg

79098 Freiburg

Mit mehr als zwei Millionen Katholiken ist das Erzbistum Freiburg die zweitgrößte der insgesamt 27 Diözesen in Deutschland. Die Kirche von Freiburg lebt im Südwesten Deutschlands in unmittelbarer Nachbarschaft zur Schweiz und zum Elsaß. In reizvoller geografischer Lage erstreckt sich das Gebiet vom Bodensee und dem Hochrhein im Süden über den Schwarzwald und die Oberrheinische Tiefebene bis hinauf in den Odenwald und an den Main im Norden. Innerhalb des Bundeslandes Baden-Württemberg umfasst das 1827 gegründete Erzbistum das ehemalige Land Baden und Hohenzollern. Am 20. Juli 2003 wurde Dr. Robert Zollitsch als vierzehnter Erzbischof von Freiburg in sein Amt eingeführt. Er ist zugleich Metropolit der Oberrheinischen Kirchenprovinz mit den Nachbarbistümern Rottenburg-Stuttgart und Mainz.