

Impuls

Fastenzeit



Kinder
LOGIK

Fröhliche Kindergeschichte zur Fastenzeit – Fürs Fasten gibt es viele Ideen

„Ich habe euren Lieblingskuchen gebacken. Lasst ihn euch schmecken!“

Zum Nachmittagskaffee stellte Oma ihren besten Schokoladenkuchen mit einer Schale Schlagsahne auf den Tisch. Lieblingskuchen an einem ganz normalen Werktag? Einfach so? Das konnte nichts Gutes bedeuten. Fragend blickten Pia und Pit Oma an. Und da kam es auch schon: „Genießt und esst euch noch mal tüchtig satt!“, sagte sie mit einem etwas seltsamen Lächeln. „Ab morgen wird gefastet.“
„Gefastet?“

Fragend sahen Pia und Pit Oma an. Was meinte sie? Oma machte doch sonst nicht jeden Trend mit. „Oh je!“ Opa seufzte. „Das nun wieder!“ „Fasten? Sind wir zu dick?“, fragte Pia nach einer Schrecksekunde. „Kriegen wir nun nichts mehr zu essen?“ Pit, der sehr gerne sehr viel aß, war blass geworden. „Wenn Mama und Papa das wüssten!“ Er dachte an die Eltern, die für ein Jahr in Kanada arbeiteten, und hatte plötzlich schreckliches Heimweh nach ihnen. „Gar nichts mehr essen dürfen wir“, erklärte Opa mit dumpfer Stimme. „Jedenfalls nicht die Leckereien, die wir mögen.“

Doch das ist nicht alles. Meine Pfeife ist auch tabu. Wir dürfen auch nicht mehr Fernsehen und der Computer ist nur erlaubt, wenn wir ihn für den Job – oder für die Schule – brauchen. Das Handy ebenso. Ja, selbst das Autofahren ist nur für Momente der Not gestattet. Weil Laufen gesünder ist und weil man im Verzicht die wahren Bedürfnisse erkennt.“ „Momente der Not?“, fragte Pia. „W-w-wahre Bedürfnisse?“ , stammelte Pit. „W-w-was sind solche B-bedürfnisse?“

Die Geschwister sahen sich betroffen an. Das waren harte Zeiten, die da ins Haus standen. Opas Miene war ernst, sehr ernst, und das bedeutete höchste Alarmstufe. „Dieses Fasten haben wir zuhause nicht gemacht“, sagte Pit schnell. „Ich glaube, das ist gar nicht mehr modern.“ „Und wenn man nichts isst, kann man auch nicht arbeiten“, half Pia nach. „Wie doof wäre das denn?“ Opa nickte. „Genau“, sagte er und sah Oma an. „Da hörst du es! Fasten ist ungesund und gar nicht mehr modern. Das sage ich dir schon seit hundert und mehr Jahren.“

„Hier verhungert keiner! Dass du aber auch immer so übertreiben musst!“ Oma bedachte Opa mit einem strafenden Blick. Dann grinste sie. „Das Fasten ist eine feine Sache zum Nachdenken und gar nicht unmodern.“ „Und worüber werden wir nachdenken?“ „Über unser Leben“, sagte Oma. „Und über Dinge, die man zum Leben braucht und Dinge, auf die man gerne auch verzichten kann. Brauchen wir immer ein Auto oder könnten wir vieles zu Fuß oder mit dem Rad erledigen? Müssen wir jede Sendung im Fernseher sehen oder können wir auch mal nur ein paar wenige Filme und Sendungen, die uns wirklich interessieren, auswählen? Und genau so ist es auch mit dem Essen. Wir wählen beim Verzicht unsere Speisen sorgfältiger aus. Versteht ihr, was ich meine?“

Die Geschwister nickten. Sie verstanden gut, was Oma sagte. „Und nach dem Fasten mögen wir all die Dinge, auf die wir jetzt verzichten, noch mehr leiden“, stellte Pia fest. „Stimmt’s?“ Pit stopfte sich ein besonders großes Stück Kuchen in den Mund. „Man muss ja auch wirklich nicht jeden Tag Schokoladenkuchen mit Schlagsahne essen. Ein Apfelkuchen wäre auch okay, oder?“