



## Medien-Information

---

### „Sich darauf besinnen, was das Leben wirklich ausmacht“

#### Landesbischof Ernst-Wilhelm Gohl zur Fastenzeit 2025

Stuttgart. „Sieben Wochen lang bietet die Fastenzeit die Möglichkeit, auf etwas zu verzichten, was ich das Jahr über als so selbstverständlich ansehe. So kann ich mich darauf besinnen, was das Leben wirklich ausmacht.“ So Landesbischof Ernst-Wilhelm Gohl in seinem Wort zum Beginn der Fastenzeit an Aschermittwoch, das Sie unten zur freien Verwendung im Volltext finden.

Gohl weist darauf hin, dass Fasten keine Leistung sei, die man erbringen müsse, sondern „Fasten ist Geschenk. Wenn ich faste, wenn ich auf etwas verzichte, wird mir deutlich, was ich habe. Sieben Wochen Perspektivwechsel: Weg von der Vorstellung: das habe ich mir verdient - hin zu dem, was ich geschenkt bekomme.“

#### **Volltext des Wortes zur Fastenzeit von Landesbischof Ernst-Wilhelm Gohl:**

„Was hast du, was du nicht empfangen hast?“ So fragt der Apostel Paulus die Christen in Korinth. Diese Frage spricht mich dieses Jahr in der Fastenzeit an. Am Aschermittwoch beginnt sie.

Sieben Wochen lang bietet sie die Möglichkeit, auf etwas zu verzichten, was ich das Jahr über als so selbstverständlich ansehe. So kann ich mich darauf besinnen, was das Leben wirklich ausmacht. Sieben Wochen lang – bis zum Osterfest.

„Verzichten muss man sich leisten können“, sagte mir eine Frau, die nur wenig Geld für sich und ihre Kinder zur Verfügung hat. Und ich bin dankbar für diesen Hinweis. Denn die Ermutigung zum Verzicht klingt für die zynisch, die nichts oder nur wenig haben. Deshalb will ich auf das verzichten, was jedem Menschen möglich ist.

„Was hast du, was du nicht empfangen hast?“ Diese Frage zeigt mir die Richtung. Sieben Wochen lang will ich mich von ihr erinnern lassen. Fasten ist keine Leistung, die ich erbringen muss. Fasten ist Geschenk.

Wenn ich faste, wenn ich auf etwas verzichte, wird mir deutlich, was ich habe. Sieben Wochen Perspektivwechsel: Weg von dem, was ich leiste. Weg von dem, was ich besser kann als andere. Weg von der Vorstellung: das habe ich mir verdient - hin zu dem, was ich geschenkt bekomme.

Sieben Wochen Perspektivwechsel: Die wirklich wichtigen Dinge im Leben sind Geschenke, die ich empfangen. Mit jedem Atemzug, mit dem die Luft durch mich hindurchströmt, erfahre ich: „Du, Gott, gibst und ich empfangen“. Den ersten Atemzug habe ich mit dem Leben empfangen. Sieben Wochen Kontakt mit Gott.

„Was hast du, was du nicht empfangen hast?“ So fragt die Bibel. Sieben Wochen lang will ich mir Zeit nehmen, wenn ich es schaffe, jeden Tag. Zeit, um dankbar zu sein oder um es zu werden. Sieben Wochen Perspektivwechsel: Empfangen und dankbar sein.

Machen Sie mit!

*Landesbischof Ernst-Wilhelm Gohl*

Dan Peter  
Sprecher der Landeskirche

**Hinweise:** Die Fastenaktion der evangelischen Kirche „7 Wochen ohne“ steht dieses Jahr unter dem Motto „Luft holen! Sieben Wochen ohne Panik“ ([mehr Infos](#)). Die württembergische Landeskirche beteiligt sich zudem am ökumenischen Klimafasten mit wöchentlichem Newsletter zum Thema ([mehr Infos](#)). Bilder von Landesbischof Ernst-Wilhelm Gohl finden Sie im [Pressebereich unserer Webseite](#).