

## **„Verzicht nimmt nicht, sondern gibt“**

Morgenandacht im DLF am Kardienstag 2026

„Das schlimmste Wort, das ich nach der Wende gelernt habe, heißt ‚Besitzstandswahrung‘!“ Diese Äußerung stammt von Giselher Quast, dem ehemaligen Magdeburger Domprediger. Doch wer so etwas sagt, begibt sich zweifellos auf ein Minenfeld. Der Begriff „Besitzstandswahrung“ wird ja nicht nur tarifrechtlich gebraucht, sondern drückt auch eine weit verbreitete Anspruchsmentalität aus. „Verzicht“ ist da ein Unwort und wird höchstens, wenn äußere Umstände dazu zwingen, widerwillig erlitten. Eher erwartet man, in allen Lebensbereichen möglichst aus dem Vollen zu schöpfen, den Genuss sogar noch zu steigern und sich darin nicht einschränken zu lassen. Wenn das aufgrund von Krisen und Notlagen als schwierig erscheint, wird oftmals – auch auf hohem Niveau – geklagt, fühlen sich hierzulande manche sogar in ihren Menschenrechten verletzt und in ihrer Entwicklung beeinträchtigt. Das ist sicher ernst zu nehmen, verblasst und relativiert sich aber, wenn man bedenkt, was frühere Generationen zu ertragen hatten und unzählige Menschen auf der Welt auch heute erleiden. Wie vielen würde es schon reichen, genügend zu essen und ein Dach über dem Kopf zu haben, in Frieden und Freiheit leben zu können und keine wirklichen Katastrophen befürchten zu müssen.

Andererseits gibt es Menschen, die für ein bestimmtes Anliegen bereit sind, Verzicht zu üben: aus Protest oder Solidarität in einen Hungerstreik zu treten, der Umwelt wegen den Energieverbrauch zu verringern, um Hochleistungen im Sport oder anderswo zu erreichen, sich Entbehrungen und Strapazen zu unterwerfen, um gesund, schlank und schön zu werden oder zu bleiben, auch zu fasten. Manchmal handelt es sich dabei um einen nützlichen Selbstzweck.

Aber: Verantwortlich zu leben, bedeutet eben aber auch manchmal, auf etwas bewusst zu verzichten. Dazu hat Wolfgang Schäuble einmal gesagt: „Ohne Maß ist die Freiheit ein Ruin“. Das ist zwar schwer vermittelbar, jedoch in vielem einsichtig. Verzicht gehört zum Leben, bedeutet, Gewohntes zu hinterfragen und Abhängigkeiten aufzudecken, Mehreres abzuwägen und dann bewusst zu entscheiden, Freiheit auszuüben und Unsicherheiten zu ertragen. Es ist eine immer wieder gemachte Erfahrung, dass Verzicht

nicht nur nimmt, sondern auch gibt. Inzwischen ist diese individuelle Tugend fast zu einer gesamtgesellschaftlichen Notwendigkeit geworden. Freilich gehört Mut dazu, sich auf sie einzulassen. Dabei ist nicht Hochmut gemeint, sich etwa narzisstisch oder arrogant als etwas Besseres zu dünken und von anderen abzusetzen. Vielmehr geht es um wahre Demut, den – wie es das Althochdeutsche nahelegt – „Mut zum Dienen“. Dabei ist nicht gemeint „zu kriechen“, sondern sich und die anderen zugleich als endliche und bescheidene wie auch würdevolle und freiheitliche Vernunftwesen zu begreifen und danach zu leben.

Das ist der eigentliche Sinn religiösen Fastens: aus den Verstrickungen des Alltags gelöst zu werden, wieder mehr zu sich selbst zu kommen und empfindsamer zu werden für Gott und die anderen Menschen. Ein solcher Verzicht um eines höheren Zweckes wegen tut nicht nur einem selbst gut, sondern hat wesentlich auch einen sozialen Bezug, drückt Barmherzigkeit und Solidarität aus. So heißt es auch in einem gottesdienstlichen Text der Fastenzeit: „Die Entsagung mindert in uns die Selbstsucht und öffnet unser Herz für die Armen.“ Diesem Anspruch sich zu stellen, könnte für viele hilfreich und heilsam sein.