

Österliche Bußzeit / Fastenzeit 40 Tage vor Ostern

Bereits im 2. Jahrhundert bereiteten sich Christen mit einer zweitägigen oder vierzigstündigen Fastenzeit auf das Osterfest vor. Dieses wurde im dritten Jahrhundert auf die gesamte Karwoche ausgedehnt. Eine vierzig tägige Fastenzeit (Quadragesima) vor Ostern, wie sie heute noch gilt, ist seit dem 5. Jahrhundert üblich. Seit der Liturgiereform des Zweiten Vatikanischen Konzils (1962-1965) wird diese Zeit „österliche Bußzeit“ genannt - die (innerliche) Vorbereitung auf das Osterfest rückt damit in den Fokus. In der Bibel hat die Zahl 40 eine große symbolische Bedeutung: Sie steht für Erwartung, Wandlung, Vorbereitung und Buße. In der Liturgie der Fastenzeit wird die Farbe violett verwendet. Nur zu Laetare, dem Mittfasten, am vierten Fastensonntag, bereitet die Farbe rosa bereits auf das kommende Hochfest vor. Während in der ersten Hälfte der „österlichen Bußzeit“ Einkehr und Selbsterforschung im Vordergrund stehen, richtet sich ab jetzt der Blick freudig auf das herannahende Osterfest.

Die Fastenzeit beginnt am Aschermittwoch (siehe hierzu sowie zur Bedeutung des Aschekreuzes den gesonderten Beitrag zum Aschermittwoch) und endet am Karsamstag mit der Feier der Osternacht. Adam (1990: S. 54) gibt dazu folgende Erklärung: „Ursprünglich begann die Quadragesima am 6. Sonntag vor Ostern und erstreckte sich bis zum Gründonnerstag, an dem in Rom die Wiederaufnahme der öffentlichen Büsser stattfand. Weil man an Sonntagen nicht fastete, suchte man im 5. Jahrhundert die Zahl der wirklichen Fasttage auf 40 zu erhöhen. Dies geschah in zwei Schritten: Man löste den Karfreitag und Karsamstag aus dem österlichen Triduum heraus und zählte sie zur Quadragesima. Später zog man den Beginn um vier Tage vor, so daß man zum heutigen Aschermittwoch gelangte.“

Die Fastenregeln waren über Jahrhunderte sehr streng festgelegt und es durfte kein Fleisch, kein tierisches Fett, im Mittelalter auch keine Ei- oder Milchprodukte verzehrt werden. Heute sind für Katholik*innen nur noch der Aschermittwoch und Karfreitag strenge Fastentage, an denen kein Fleisch verzehrt (Abstinenz) und nur eine Mahlzeit zu sich genommen werden soll (Fasten). Ansonsten stehen der individuelle Verzicht und die Einkehr im Mittelpunkt der katholischen Fastenzeit, die in einer pluralen Gesellschaft vielfältig ausgelegt wird. So ist der Verzicht auf Alkohol oder andere Genussmittel, Süßigkeiten oder zumindest die Reduktion des Fleischverzehr und weit verbreitet, aber ebenso die Einschränkung des eigenen Konsumverhaltens. Dies kann die eigenen Medien- und Smartphonennutzung genauso betreffen wie z.B. auch ein „Autofasten“, das 2024 erneut von vielen österreichischen Diözesen beworben wurde (Autofasten).

Fastenspeisen

Die „österliche Bußzeit“ war und ist mit besonderen Speisen verbunden. So wurde der üppige „Heringsschmaus“ am Aschermittwoch vom ursprünglichen „Arme-Leute-Essen“ zu einem gesellschaftlichen und kulinarischen Ereignis in Feinschmecker*innen-Restaurants mit allem was See und Meer zu bieten haben. Mit dem Verzehr des Fisches, dessen hoher Fettgehalt gut zur Entschlackung nach möglicherweise erhöhtem Alkoholenuss zum Höhepunkt des Faschings/der Fastnacht passt,

wurde der Beginn der fleischlosen Zeit begangen (siehe auch den Beitrag zu [Ascher-mittwoch](#)).

Fastenspeisen sind oftmals Fisch, Kartoffeln oder einfache Fastensuppen. Aber auch das Fastengebäck, wie die Fastenbrezel/-brezen oder ringförmige Beugeln, zählen dazu. Der Name „Breze“ kommt vom althochdeutschen Wort „brezzitela“, was wiederum vom lateinischen Begriff „bracchium“ (= Arm) abgeleitet wird. Die verknotete Form der Breze(l)n wird dabei gerne als die verschränkten Arme der Gebetshaltung, interpretiert.

Das Fastengebäck ist eng an die ehemals traditionelle Beichte als Vorbereitung auf das Osterfest geknüpft: Nach der Beichte konnten Fastenbreze(l)n, Beugel oder auch Beichtkipferln erstanden werden, teilweise wurden sie auch den Daheimgebliebenen mitgebracht (Burgstaller 1957: S. 50ff.). Das Gebäck wurde an den Beichttagen gegessen oder (die Reste, zerhackt) als Suppeneinlage aufbewahrt. Im Salzkammergut nennt man diese Brezensuppe auch „Beichtsuppe“. Am Familienfasttag, der seit 1958 am 2. Fastenfreitag stattfindet, organisiert die Katholische Frauenbewegung schon viele Jahre ein gemeinsames „Fastensuppenessen“, bei dem - teilweise von prominenten Köch*innen wie Teilnehmenden unterstützt - Spenden für wohltätige Zwecke gesammelt werden (Kriechbaum/Scherer: S. 131). Als Spiel hat sich in der Fastenzeit das Beugel- oder Brezenreißen entwickelt: Zwei Personen ziehen gleichzeitig am Gebäck und wer das größere Stück bekommt (bei der Breze geht es darum, das Mittelstück zu behalten), darf alles behalten ([Fasten](#)). Weitere (historische) Fastenspeisen waren die div. „Farverln“ (Farfel oder Eiergraupen, mit den Händen gekrümelte Form von einfachsten Nöckelchen/Nüdelchen aus Mehl, Ei, Wasser und Salz, ähnlich „Reibgerstln“ oder Tarnonya) wie Sterb-, Brenn-, Käse-, Zwiebel- oder Milchfarverln. Weiters viel Einbrenn, Schottsuppe, Käse-, leere Brot-, oder eingebrannte Kartoffelknödel sowie weitere Gemüse- und Getreidespeisen wie einfach Brennsterze. Im adeligen oder klösterlichen Bereich gehörten dazu auch viel Fisch bzw. alle am Wasser lebenden Vögel und Tiere wie Biber oder Otter bis hin zu Schildkröten.

Fastentücher

Bereits um das Jahr 1000 gab es die Aufforderung, Gegenstände wie Altar, Kreuze, und Bilder in der Zeit vor Ostern (von Aschermittwoch bis zum Karsamstag, teilweise auch nur bis Gründonnerstag) zu verhüllen. Damit sollte die Unwürdigkeit der Menschen Gott zu erkennen symbolisiert werden und diese Zeit wurde so auch zu einem „Fasten für die Augen“ und einer „Buße für den Geist“. Zwischen dem 15. und 17. Jahrhundert erlebte das Fastentuch im Alpenraum nochmals eine Wandlung: Die Leidensgeschichte Jesu wurde darauf seitdem in einzelnen Szenen, einer Bildgeschichte gleich, dargestellt. Ein bekanntes Beispiel ist das größte und älteste Fastentuch in Österreich, das im Gurker Dom im Kärnten ganzjährig ausgestellt ist und aus dem 15. Jahrhundert stammt ([Fastentücher](#)). Diese Fastentücher stellten auch eine „biblia pauperum“, eine „Armenbibel“ dar, die das Heilsgeschehen auch für Leseunkundige verständlich wiedergab.

Andere Bezeichnungen für das Fastentuch sind „Hungertuch“ (darauf bezieht sich auf bis heute die Redensart „Am Hungertuch nagen“ als Ausdruck für das Erleiden von Mangel/Not) oder „Schmachtetzen“ (da die dargestellten, dramatischen Szenen die Menschen zum „Schmachten“ und Mitleiden brachten). Eine übertragene Bedeutung dieses Begriffes bezeichnete lange ein, „kitschiges“, oberflächliche Gefühlsregungen ausbeutendes Musik-, Theaterstück oder einen so gearteten Kinofilm.

In einer bischöflichen Aktion 1967 wurde der Brauch der Fastentücher neu belebt und so entstanden in den vergangenen Jahrzehnten in Österreich viele neue Fastentücher, die z.T. von zeitgenössischen Künstler*innen oder auch von Jugendgruppen gestaltet wurden. Heutzutage wird mit den Tüchern nicht mehr der gesamte Altarraum verdeckt, sondern die Tücher vor den Hochaltar oder an eine Wand gehängt ([Fastentuch](#)). In Salzburg, das nicht durch die Colloredoschen Reformen, keine klassische „Fastentuchlandschaft“ ist, sind besonders interessante, neuere Fastentücher in der r.-k. Pfarrkirche von Kuchl (Tennengau), nach dem Entwurf von Bildhauer Josef Zenzmaier (1933-2023, ins Werk gesetzt durch Elisabeth Höllner und Bettina Glück) sowie in der r.-k. Pfarrkirche Saalfelden nach dem Entwurf von Brigitte Loske zu sehen. (Kriechbaum/Scherer: S. 131-133)

Fasten- oder Passionskrippen

Heilige Gräber wurden bereits im Mittelalter als Nachbildungen jenes „Heiligen Grabes“ Christi aus Jerusalem errichtet.

In verkleinerter Form stellen, ähnlich wie Weihnachtskrippen das Geburtsgeschehen Christi, die Fastenkrippen die Leidensgeschichte und Auferstehung Jesu in szenischen und anschaulichen, figuralen Bildern dar. Besonders in der Zeit des Barock waren sie weit verbreitet ([Fastenkrippe](#)). In der Zeit der Aufklärung erfuhren die Krippen - wie auch die Weihnachtskrippen - eine Ächtung; sie wurden vielfach zerstört oder verschwanden auf Dachböden (siehe hierzu auch [Krippenverbote](#)). Zur Präzisierung dieser „Krippenverbote“ soll hier unbedingt dazugesetzt werden (Neureiter, 2022), dass Fürsterzbischof Colloredo nicht die gesamte Krippenszenarie, sondern nur, seiner Meinung nach „überflüssigen Flitterstaub“, „unnötiges Zierwerk“ entfernen bzw. „unschickliche Nebendinge“, „ungereimte Vorstellungen“, die vom Kern des Geburtsgeschehens ablenkten, verbieten ließ. Das waren freilich häufig jene Szenen, die unter den Menschen die Schaulust und die Begeisterung für die großen Landschaftskrippen hoch hielten, wie ausladende Hirten-, Jagd- und Almszenen mit allerlei, auch humorvollen „Nebentätigkeiten“, Szenen der bäuerlichen und dörflichen Arbeit, Soldaten etc.

Erst in den letzten Jahrzehnten gewannen die Fastenkrippen wieder mehr Bedeutung und Sichtbarkeit, besonders in Tirol sind sie noch verbreitet. In Salzburg entstand unter Hans Köhl, dem langjährigen Leiter des Salzburger Heimatwerkes, ab 1998 eine jährliche Fasten-„Krippenschau“, bei der das Interesse, besonders auch zeitgenössischer Künstler*innen für die Fastenkrippen erneut geweckt wurde (Kriechbaum/Scherer: S. 132). Besonders interessante Salzburger Beispiele sind (dort z. B. bis Pfingsten ausgestellt) in der Pfarrkirche von Unken (gefertigt nach einer Idee von Alt-Pfarrer Ernst Mühlbacher von Damen des Krippenbauvereins Lofer unter Obfrau Heidi Scheul), in der St. Michaels-Kirche am Stadt-Salzbürger Residenzplatz (hier eine Wechselkrippe, betreut von den Benediktinern von St. Peter) oder in der r.k. Pfarrkirche von Puch bei Hallein zu sehen. Für alle DIY-Begeisterte war 2024 die bekannte *Papier-Fastenkrippe des Tiroler Malers Philipp Schumacher* mit sieben Szenen aus der Leidensgeschichte Jesu als Vorlage zum Selbstgestalten im Internet erhältlich.

Weitere Bräuche zur Fastenzeit

Am ersten Fastensonntag („Invocavit“, benannt nach dem ehemaligen lat. Eingangspsaln der Messe) findet in Vorarlberg (aber auch in Teilen Nord-, Süd- und Osttirols) der sogenannte „Funkensonntag“ statt (Johler 2000). Er markiert das Ende des Faschings und den Beginn der Fastenzeit mit der Entzündung eines hohen „Funken“-Feuers bei Einbruch der Dunkelheit. „Das traditionelle Verbrennen einer Stroh puppe [ehemals einer stilisierten „Funkenhexe“ an der Spitze des Funkens - V.M./M.J.G.] bezieht sich auf das Ende der Fasnacht. Um dies zu unterstreichen, gehen viele Funkenzünfte dazu über, nur mehr geschlechtslose Stoffpuppen, die keine Ähnlichkeit mit einer Frauengestalt mehr haben, zu verbrennen“, heißt es in der Erklärung auf der Seite der Österreichischen UNESCO-Kommission, in deren Verzeichnis des [nationalen immateriellen Kulturerbes](#) der Brauch seit 2010 aufgenommen ist ([Funkensonntag](#)). Der Funken-Brauch wird häufig auch von Brauchformen wie dem „Scheibenschlagen“ begleitet.

Auch der „Liebstatsonntag“ steht seit 2014 in diesem Verzeichnis. Er findet am Mittfastensonntag (Laetare) in Gmunden (und mittlerweile auch in den umliegenden Gemeinden des Salzkammergutes bzw. des öö. Traunviertels, sogar in Gemeinden des Mühl- sowie des Innviertels) statt. Verschiedene Vereine sind dazu eingeladen „Liebe zu bestätigen“ oder „Liebe abzustatten“ in Form von verzierten Lebkuchenherzen, die nach einem Festumzug verschenkt und in Krankenhäusern, Seniorenheimen und sozialen Einrichtungen verteilt werden ([Liebstatsonntag](#)).

(Weitere Beschreibungen von Karwochen-Bräuchen, z.B. zum Ölberg-/Leiden-Christi-Singen, dem Ratschen und den Palmprozessionen mit Palmbuschen und Palmeseln finden sich in den Beiträgen von Ulrike Kammerhofer-Aggermann zu [Palmsonntag](#) und zur [Karwoche](#))

Passionszeit (Fastenzeit in der evangelischen Kirche)

Die vierzig tägige Fastenzeit vor Ostern heißt in der evangelischen Kirche Passionszeit. Dabei ist das Fasten keine Verpflichtung, sondern eine Freiwilligkeit, die sich an der individuellen Voraussetzung eines maß- und verantwortungsvollen Umgangs mit der Schöpfung orientiert. Die Fastenaktion „7 Woche ohne“ der evangelischen Kirche lädt seit 40 Jahren dazu ein, die Zeit zwischen Aschermittwoch und Ostern für eine Reflektion der eigenen Gewohnheiten zu nutzen. Der Karfreitag wird als höchster Feiertag im evangelischen Kirchenjahr oftmals als Fastentag begangen ([Konfessionen](#)). Die evangelische Kirche in Österreich beteiligt sich 2024 auch am interreligiösen Aufruf zum Autofasten.

(Weitere Informationen geben auch die Beiträge zum [Osterfest in der evangelischen Kirche](#) und zum [Aschermittwoch](#))

Vivienne Marquart/Michael J. Greger

Literatur:

Adam, Adolf: Das Kirchenjahr. Schlüssel zum Glauben. Betrachtungen. Freiburg 1990.

Burgstaller, Ernst: Brauchtumsgebäcke und Weihnachtsspeisen. Linz 1957.

Kriechbaum, Reinhard; Scherer, Erika (Fotos): Salzburger Brauch. Salzburg 2016.

Johler, Reinhard: Die Formierung eines Brauches. Funken- und Holepfannsonntag. Wien 2000.

Neureiter, Michael: Das „Krippenverbot“ von Fürstbischof Colloredo. (Medieninfo, 15.1.2022)

www.katholisch.at

www.bischofskonferenz.at

www.oekumene.at

www.evangel.at

Autofasten: <https://www.autofasten.at/>

Fasten: <https://www.brauch.at/folge02/ch02s03.html> (Bes. Kapitel 2.3.8.2.: „Die Fastenzeit“, im Teil: 2.3.8.: „Bräuche des Osterfestkreises“ von Ulrike Kammerhofer-Aggermann)

<http://brauchtumskalender.at/brauch-92-fasten> Fastenkruppe: <https://www.erzdioezese-wien.at/site/glaubenfeiern/imkirchenjahr/ostern/article/92648.html>

Österliche Wunder lassen sich nachbauen und gestalten | SN.at

Fastentuch: <https://www.erzdioezese-wien.at/fastentuch>

Fastentücher: <http://brauchtumskalender.at/brauch-170-fastentuecher>

Funkensonntag: <https://www.unesco.at/kultur/immaterielles-kulturerbe/oesterreichisches-verzeichnis/detail/article/funkensonntag>

Konfessionen: <https://www.katholisch.at/aktuelles/2015/02/13/fastenzeit-christliche-konfessionen-fasten-unterschiedlich>

Krippenverbote: <https://www.brauch.at/folge01/ch04s19.html>

Liebstatsonntag: <https://www.unesco.at/kultur/immaterielles-kulturerbe/oesterreichisches-verzeichnis/detail/article/liebstatsonntag-in-gmunden>