Fasten aus biblischer Sicht

Vorbemerkung

Die Bibel ist grundsätzlich lebensbejahend und nimmt den Leib und seine Bedürfnisse ernst. Fasten ist deshalb immer etwas Besonderes. Wichtig ist auch immer, dass es ein Fasten für GOTT ist und nicht einfach eine fromme Übung. (Jesaja 58)

Jesus kritisiert nicht das Fasten an sich, sondern den Missbrauch als religiöse Leistung. ER sagt: „Wenn ihr aber fastet...“ (nicht: falls ihr fastet) (Mt 6,16f). Solange ER allerdings bei seinen Jüngern ist, ist ER der Bräutigam, ist Festzeit. Wenn ihnen aber der Bräutigam genommen ist, in der Zeit leben wir jetzt, dann ist Fasten wieder dran (Mk 2,18-20). Vers 20 wird sogar so ausgelegt, dass an diesem Tag, dem Tag an dem uns JESUS genommen wurde, dem Karfreitag, die Jünger fasten werden.

JESUS kannte ursprünglich einen offiziellen Fastentag, das Versöhnungsfest, Jom Kippur (am 10. Tag des 7. Monats). Es geht um Buße und Sündenbekenntnis. (3. Mose 16,29-31)

Die Pharisäer hatten sogar 2 Fastentage pro Woche (Lk 18,12).

Gefastet wurde als Zeichen der Trauer:

So etwa die siebentägige Trauerzeit um König Saul und seine Söhne (1. Chronik 10,12).

Fasten als Zeichen der Buße:

- Israel tut Buße vor dem HERRN und wendet sich neu IHM zu (1. Sam 7,6)
- Die Stadt Ninive reagiert mit Buße und Fasten auf die Gerichtspredigt von Jona, sogar das Vieh ist mit einbezogen (Jona 3,5). Es ist das größte Beispiel in der Bibel für jene kollektive Buße. Durch die Umkehr und Selbsterniedrigung erlebte Ninive GOTTES Gnade und Erbarmen.
- Nehemia trägt Leid um sein Volk und sein Land (Neh 1,4) und lässt auch das Volk Buße tun (Neh 9,13), wobei sie drei Stunden lang ihre Sünden bekannten.
- Joel 2,12 ruft auf: „Bekehrt euch zu mir mit Fasten, mit Weinen und mit Klagen!“

Fasten als Zeichen, dass es mir mit meinem Gebet ernst ist:

- Königin Esther fastet zusammen mit ihren Dienerinnen und allen Juden, um ihre Intervention beim König vorzubereiten (Ester 4,16).
- Esra erbittet sich mit Fasten und Gebet den Schutz GOTTES für die Reise, das anstelle einer Eskorte des Königs (Esra 8,21-23). Das Fasten ist hier ein Zeichen für die ganze Abhängigkeit von GOTT.
- Aber GOTT lässt sich nicht erpressen. So erhört ER das Gebet während des Fastens von König David nicht, der für sein Kind betet. (2. Sam 12,16ff).

Fasten als Hilfe, um GOTTES Willen zu erkennen:

Daniel ist vor GOTT in Buße, Gebet und Fasten um zu erfahren, was GOTT will (Dan 9 und 10).

Fasten als Vorbereitung zum Kampf:

- Josafat lässt ein Fasten ausrufen (2. Chro 20). Aus dem gemeinsamen Fasten und Beten des Volkes folgt die Freisetzung der prophetischen Gabe und des Lobpreises, erfolgt der Sieg.

Fasten als Hilfe zum Hören auf GOTT:

Durch das Fasten werden Gaben freigesetzt. Die leitenden Brüder der Gemeinde fasten und beten, bekommen dadurch Weisung und gehorchen (Apg 13,2).

Fasten als Vorbereitung und Zurüstung zum Dienst:

- JESUS geht 40 Tage in die Wüste, bevor ER öffentlich auftritt (Mt 4).
- Die Aussendung von Paulus und Barnabas geht eine Zeit des Fastens und Betens voraus (Apg 13,3). Der Dienst für GOTT kommt vor dem Dienst für Menschen.
- In der neuen Gemeinde werden Älteste unter Fasten und Beten eingesetzt (Apg 14,23). Das gemeinsame Beten und Fasten war also wesentlich im Blick auf die Entwicklung und

das Wachstum der Gemeinde.

Fasten als priesterlicher Dienst:

- Hanna diente GOTT Tag und Nacht mit Fasten und Beten (Lk 2,37).

Man kann auch fasten (verzichten) aus Rücksicht auf Schwache:

(Röm 14,21)

Dazu gehört auch die solidarische Abstinenz für einen Alkoholkranken, wie sie etwa beim Blauen Kreuz geübt wird.

Unfreiwilliges Fasten:

Auch unfreiwilliges Fasten gibt Vollmacht, wie es Corrie ten Boom aus ihren KZ-Erfahrungen bezeugt.

Arten des biblischen Fastens (unvollständig):

- 1 Tag ohne Nahrung (Jom Kippur)
- 3 Tage ohne Nahrung und Wasser (Ester)
- Daniel-10-Fasten: nur Gemüse, Nüsse und Wasser
- Daniel-21-Fasten: ohne Alkohol, ohne Fleisch, ohne Süßwaren
- 40 Tage fasten ohne Nahrung (JESUS in der Wüste)
- einzelne Mahlzeiten: König Darius fastete für Daniel sein Nachtmahl (Dan 6,19)

Fasten und Gebet:

Fasten sollte in der Regel mit Gebet verbunden werden, sonst erfüllt es nicht den von GOTT vorgesehenen Zweck. Fasten an sich ohne eine klare geistliche Ausrichtung ist nur eine Art von „Hungerkur“. Wenn ich mir Zeit zum Fasten nehme, sollte ich mir auch Zeit zum Gebet nehmen.

Geistliche Sensibilität:

Fasten erhöht unsere geistliche Sensibilität, öffnet uns für das Reden GOTTES, gibt uns mehr Durchblick, Erkenntnis und Vollmacht im Umgang mit den geistlichen Dingen, spart uns Zeit ein und hilft uns nicht zuletzt, unseren Leib mit seinen Bedürfnissen zu disziplinieren. Wichtigster Aspekt ist dabei sicherlich aber die stärkere geistliche Sensibilisierung, die wir erfahren. Dadurch können erstaunliche Erkenntnisse und Ergebnisse erwachsen.

Demut ist notwendig:

Demut wird von GOTT ganz groß geschrieben. Dem Demütigen gibt GOTT Gnade (1. Petrus 5,5). Wenn wir zu GOTT kommen und uns IHM nahen, gibt es dazu keinen anderen Weg als den, der über die Demut führt. Wenn wir uns aber GOTT nahen, naht ER sich auch uns (Jakobus 4,8). Fasten ist ein Ausdruck starker Demütigung, die nicht von außen geschieht, sondern aufgrund unserer freiwilligen Entscheidung einen Weg für GOTTES Wirken bahnt.

Quellenangaben:

Luther Bibel

Schriftenreihe: Glauben praktisch Heft 7, Freie Christengemeinde München e.V.,

www.lehrmaterial.de

zusammengestellt von Manuela Woldt 26.03.2019