

**Titel:** Beten – und Fasten?

**Text:** Jes.58; Apg. 15,20; 1. Kor.7,5; Luk 4,18.19 (Jes 61,1.2)

**Thema:** Fasten im Neuen Bund?

**Kernaussage:** AT-Fasten ist nicht mehr Teil des neuen Bundes.

**Fragesatz:** Warum faste ich? Was ist meine Motivation?

**Gliederung:**

1. Fasten im AT
2. Fasten im NT
3. Enthalten von Götzen, Unzucht, Ersticktem, Blut + Sex in der Ehe
4. Gottgefälliges Fasten

Ihr Lieben!

Seit Jahresanfang beschäftigen wir uns mit dem Glauben und wie wenig nötig ist, um Gottes Reich in Aktion zu sehen. Die Parallelstelle in Matthäus 17, 14-20 beantwortet die Frage der Jünger, warum es ihnen nicht möglich war, diesen Dämon aus dem Jungen auszutreiben. Jesus weist sie darauf hin, dass ein Glaube so klein wie ein Senfkorn reichen würde. Das war die Predigt von Nina Anfang Februar.

Vielen von uns, die schon lange Bibel lesen, und die mit alten Übersetzungen vertraut sind, spukt noch die Zeile im Kopf herum: „Doch diese Art Dämonen gehen nicht, ehe ihr nicht gebetet und gefastet habt.“ Vers 21 Darauf komme ich später noch zurück.

Was braucht es jetzt mehr? Nur Gebet? Oder Gebet und Fasten?

Diese Fragen beschäftigten mich und so habe ich mich auf die theologische Suche nach dem Thema Fasten gemacht. Meine Prägung in diese Richtung ist nicht vorhanden. Als mich vor Jahren einmal jemand fragte, warum ich nicht faste, konnte ich keine zufriedenstellende Antwort geben.

Nachdem die Faschingszeit jetzt vorbei ist, kommt es immer mehr in Mode, auch zu fasten. Manche Kirchen schreiben es vor, manche laden dazu ein. Auch wenn wir um einen geistlichen Aufbruch im Land beten, verbinden viele das mit Fasten. Deshalb möchte ich ein paar Fragen stellen:

Was sagt die Bibel zum Thema Fasten? Was Jesus? Was Paulus? Ist Fasten ein Teil des Neuen Bundes? Wie gehe ich persönlich damit um?

Definition von Fasten:

**Wer fastet, verzichtet für eine begrenzte Zeit auf jegliche Nahrung.**

Im heidnischen Altertum war das Motiv für Fasten Dämonenfurcht und es herrschte die Meinung, das Fasten sei eine wirksame Maßnahme zur Vorbereitung für die Begegnung mit der Gottheit. Man glaubte, es schaffe die rechte Offenheit für göttlichen Einfluss. Deshalb gehörte es in den Mysterienkulten zum Einweihungsritual für Neulinge.

Ebenso verbreitet war es in der Zauberei und bei den Orakeln. Ferner kannte man das Trauerfasten – man fastete, um durch Essen und Trinken eine dämonische Infektion zu verhindern, solange die Seele des Verstorbenen noch nahe war. Gefordert war das Fasten auch bei einigen Fruchtbarkeitsritualen.

### **1. Fasten im Alten Testament**

Die Formen und Zielsetzungen beim Fasten waren in Israel vielfältig. Sie dienten als Vorbereitung für den Umgang mit Gott und waren meist mit Gebet verbunden.

- Als einzelner, wenn einen große Sorgen quälten
- Als Volk bei drohender Kriegs- und Vernichtungsgefahr
- Bei einer Heuschreckenplage
- Zum Gelingen der Heimkehr
- Zur Sühne

Wir kennen die Geschichte von David, wie er um seinen sterbenden Sohn trauert und fastet, dieses Fasten aber beendet, als sein Sohn stirbt. (2. Sam.12,23). David wollte durch das Fasten das Gericht verhindern, das über ihn kam, weil er Bathsebas Mann umbringen ließ, um sie zur Frau zu bekommen, und weil er mit ihr Ehebruch begangen hatte.

Isebel rief zum Fasten auf, um der Mord an Nabot vorzubereiten, damit ihr Mann Ahab das fremde Erbe antreten konnte.

Ahab fastete, um die Strafe für den Mord und das fremde Erbe abzuwenden. Die Folge war, dass Gott nachgab, und erst die nächste Generation das Gericht erfuhr.

Esther ließ ebenfalls ein Fasten ausrufen – dieses Mal drei Tage – um dem möglichen Tod durch ihren Mann, dem König, zu entgehen, weil sie uneingeladen vor ihm erschien.

Durch Gottes Gesetz geboten war das Fasten in Israel nur an einem Tag, einmal im Jahr: am Versöhnungstag.

***Am zehnten Tag des siebten Monats sollt ihr fasten und keinerlei Arbeit tun. An diese Vorschrift sollt ihr euch immer halten. Sie gilt sowohl für jene, die aufgrund ihrer Geburt Israeliten sind, als auch für die Ausländer, die in eurer Mitte leben. Denn an diesem Tag wird Wiedergutmachung für euch geschaffen, um euch zu reinigen, und ihr werdet in der Gegenwart des Herrn von allen euren Sünden rein. 3.Mose 16,29+30***

Das ist die erste und einzige Anweisung Gottes an sein Volk, zu fasten. Nämlich am Versöhnungstag – ein Mal im Jahr. Warum? Um damit zu zeigen, dass sie gereinigt werden und in der Gegenwart des Herrn sein dürfen. Dieses Fasten galt als Sich-vor-dem-Herrn-demütigen.

Im Laufe der Zeit ging in Israel der tiefere Sinn des Fastens verloren: nämlich als Ausdruck, sich vor Gott zu demütigen. Stattdessen wurde es immer mehr eine fromme Leistung!

## **2. Fasten im Neuen Testament**

Fasten kommt im Neuen Testament nur sehr selten vor, und da nur bei den Evangelien des Matthäus, Markus und Lukas und in der Apostelgeschichte; in den apostolischen Briefen nur zweimal durch Paulus. Bei Johannes, dem Jünger, der Jesus am nächsten stand – kein einziges Mal! Gar nicht!

Im Neuen Testament gibt es eine völlig neue Sicht auf das Fasten. Diese kommt am deutlichsten zum Ausdruck in Jesu Antwort in Markus 2, 19-22:

***Jesus erwiderte: »Fasten denn die Hochzeitsgäste, während sie mit dem Bräutigam feiern? Natürlich nicht. Sie können nicht fasten, solange sie mit***

***dem Bräutigam zusammen sind. Doch eines Tages wird er ihnen genommen werden, und dann werden sie fasten – an jenem Tag.*** Niemand flickt ein altes Kleidungsstück mit neuem Stoff. Der neue Flicker würde einreißen und schließlich wäre das Loch im alten Kleidungsstück größer als zuvor. Es füllt auch niemand neuen Wein in alte Weinschläuche. Sie würden platzen, der Wein würde auslaufen und die Schläuche wären verdorben. Neuer Wein gehört in neue Weinschläuche.«

Solange der Bräutigam bei ihnen ist, wird nicht gefastet. Aber an jenem Tag, an dem er ihnen genommen wird. Vielleicht ist das eine Anspielung an den Versöhnungstag, wo ebenfalls alle ihre Schuld von ihnen genommen wurde. Vielleicht wird deshalb manchmal am Karfreitag gefastet.

Aber grundsätzlich kommt in den folgenden Versen von den neuen Kleidern und den neuen Weinschläuchen zum Ausdruck, dass eine neue Zeit anbricht, in der das Fasten nicht mehr notwendig ist!

Der Einbruch des Reiches Gottes in unsere Realität, die Gegenwart des Messias – heute durch den Heiligen Geist –, die frohe Botschaft vom Heil und von der Errettung ohne Vorleistung, nur aufgrund des Glaubens, das alles bedeutet FREUDE, die das Fasten im jüdischen Sinne ausschließt. Es ist vergangen, überholt, nicht mehr notwendig!

Und tatsächlich hören wir im 1. Jahrhundert nach Christi Geburt nichts darüber, dass Christen gefastet hätten! Die Briefe des Neuen Testaments rufen uns kein einziges Mal dazu auf, zu fasten.

Jetzt höre ich schon den Aufschrei, aber ...!

Demgegenüber steht, dass Jesus selbst 40 Tage gefastet hat (Mt 4,2). Aber er hat weder seine Jünger, noch jene die Gemeinden oder Nachfolger aufgerufen zu fasten. Eine Erklärung könnte sein, dass das Reich Gottes erst nahe, aber noch nicht angebrochen war. Vielleicht ist auch der Grund seines Fastens wichtig: Er wurde in die Wüste geführt (wo er fastete), um vom Teufel versucht zu werden. Selbst in seiner größten leiblichen Schwäche blieb Jesus dem Vater treu und gab der Versuchung nicht nach. Das ist für uns nicht mehr notwendig.

In Mt 6,16-18 verurteilt Jesus das Fasten nicht, sehr wohl aber dessen Zurschaustellung. Diese Worte sind aber ausschließlich an Juden gerichtet, die bis dahin gelehrt wurden zu fasten.

Zu Mt 17,21 muss festgehalten werden, dass der Satz: „Manche Dämonen können nur durch Beten und Fasten ausgetrieben werden.“ in den guten und frühen Handschriften nicht auftaucht, und auch Markus (das älteste Evangelium) nur vom Beten spricht. Ihr werdet bei den neueren Bibelübersetzungen feststellen, dass es von Vers 20 gleich zu Vers 22 weitergeht und dieser Vers und Satz inzwischen fehlt.

Selbst Paulus erwähnt nur zweimal, dass er gefastet hat. Aber auch er ist Jude, und war aus seiner Tradition daran gewöhnt. Niemals hat er die Gemeinde oder einzelne aufgerufen, zu fasten.

Wir können aufgrund dieser Faktenlage schließen, dass das alte jüdische Fasten von den ersten Christen aufgegeben wurde; die judenchristlichen Gemeinden aber noch hin und wieder ihre alte Tradition mit neuem Mindsetting (das Gebet unterstreichen) angewendet haben. In den heidenchristlichen Gemeinden deutet das Fehlen der Begriffe des Fastens darauf hin, dass es den Brauch des Fastens nicht gegeben hat.

### **3. Enthalten von Götzen, Unzucht, Ersticktem, Blut + Sex in der Ehe**

Was kennt das Neue Testament an Verzicht und Enthaltensamkeit aber sehr wohl?

In Apg 15,19 ff steht folgendes: *Deshalb bin ich der Überzeugung, dass wir den Nichtjuden, die sich zu Gott bekehren, das Leben nicht unnötig erschweren sollten. Allerdings sollten wir ihnen schreiben und ihnen auftragen, sich nicht durch Götzen zu verunreinigen, alle Unzucht zu meiden und weder Blut noch das Fleisch nicht ausgebluteter Tiere zu essen.*

Also: sich nicht mit Götzen abgeben und auch kein Götzenopferfleisch zu essen, Unzucht meiden (= Sex außerhalb der Ehe) und kein Blut oder blutiges Fleisch essen. Das erste verunreinigt die Beziehung zu Gott, das zweite führt zu Krankheiten (Wisst ihr, dass z.B. Syphilis und andere Geschlechtskrankheiten rapide zugenommen haben?), und das dritte ebenfalls – siehe Coronavirus.

Es gibt noch eine zweite Stelle, wo es um Verzicht geht, und die steht in 1.Kor 7,5+6: *Keiner soll sich dem anderen verweigern, es sei denn, beide Ehepartner beschließen übereinstimmend, sich für eine begrenzte Zeit sexuell zu enthalten, um sich noch intensiver dem Gebet widmen zu können. Danach kommt wieder zusammen, damit euch der Satan nicht in Versuchung führt, weil ihr euch nicht beherrschen könnt. Das ist aber nur eine Empfehlung von mir, kein Gebot.*

Also, wenn wir unser Gebet unterstreichen wollen, können wir auf eheliche Freuden verzichten. 😊 Aber nur, wenn beide einverstanden sind!

#### **4. Gottgefälliges Fasten**

Gibt es jetzt ein Fasten im Neuen Bund, das Gott wohlgefällig ist?

Einen Hinweis finden wir bei Jesaja, 85, 1-11: *„Verkünde es aus voller Kehle, laut wie Trompetenklang, halt dich nicht zurück! Verkünde meinem Volk seine bösen Taten und halte Jakob seine Sünden vor. Sie befragen mich täglich und wollen meine Wege kennenlernen. Man könnte es beinahe für ein gerechtes Volk halten, das die Wege seines Gottes nicht verlässt. Sie bitten mich um Entscheidungen im Rechtsstreit und wünschen sich, dass Gott sich naht. Sie fragen: ›Wozu fasten wir, wenn du es nicht siehst? Weshalb quälen wir uns, wenn du uns keine Beachtung schenkst?‹ Begreift doch: Während ihr fastet, geht ihr euren Geschäften nach und übt Druck auf alle eure Arbeiter aus. Während ihr fastet, zankt und streitet ihr und schlagt mit gottloser Faust zu. Ihr fastet zurzeit nicht so, dass ihr eurer Stimme damit im Himmel Gehör verschaffen könntet. Soll das ein Fasten sein, wie ich es liebe? Und soll das bei mir als der Tag gelten, an dem sich ein Mensch selbst erniedrigt? Ihr senkt den Kopf wie ein Grashalm. Dazu kleidet ihr euch in Sack und Asche. Nennt ihr das Fasten? Glaubt ihr, dass so ein Tag dem Herrn angenehm sein könnte?*

***Fasten, wie ich es liebe, sieht doch vielmehr so aus: Lasst die zu Unrecht Gefangenen frei und gebt die los, die ihr unterjocht habt. Lasst die Unterdrückten frei. Zerbrecht jedes Joch. Ich möchte, dass ihr euer Essen mit den Hungrigen teilt und heimatlose Menschen gastfreundlich aufnehmt. Wenn ihr einen Nackten seht, dann kleidet ihn ein. Verleugnet euer eigenes Fleisch und Blut nicht. Wenn du so handelst, wird dein Licht aufleuchten wie die Morgenröte. Deine Heilung wird schnelle Fortschritte machen. Deine Gerechtigkeit geht dir dann voraus und die Herrlichkeit des Herrn folgt dir nach. Dann wirst du rufen und der Herr wird antworten. Du wirst um Hilfe schreien und er wird antworten: ›Hier bin ich.‹ Entferne die Unterdrückung aus deiner Mitte. Lass die höhnischen Fingerzeichen und das trügerische Reden! Öffne dem Hungrigen dein Herz und hilf dem, der in Not ist. Dann wird dein Licht in der Dunkelheit aufleuchten und das, was dein Leben dunkel macht, wird hell wie der Mittag sein. Dann wird dich der Herr beständig leiten und dir selbst in Dürrezeiten innere Zufriedenheit bewahren. Er wird deinen Körper erfrischen,***

*sodass du einem soeben bewässerten Garten gleichst und bist wie eine nie versiegende Quelle.“*

Ich finde, dass dieser alttestamentliche Text durch Jesu Arbeitsbeschreibung in Luk 4,18+19 legitimiert wird: *»Der Geist des Herrn ruht auf mir, denn er hat mich gesalbt, um den Armen die gute Botschaft zu verkünden. Er hat mich gesandt, Gefangenen zu verkünden, dass sie freigelassen werden, Blinden, dass sie sehen werden, Unterdrückten, dass sie befreit werden und dass die Zeit der Gnade des Herrn gekommen ist.«*

So wie er gesandt war, so hat er uns gesandt. Dieses Fasten ist aktiv und kümmert sich um die Benachteiligten, die Kranken, die Geschundenen und Gebundenen. Es bringt Reich Gottes in eine gefallene Welt. Und es verhindert, dass wir möglicherweise immer und immer wieder meinen, es hänge von unserer Frömmigkeit, von unserer Anstrengung ab. Aber: wir können den Hl. Geist nicht zwingen, das zu tun, was wir wollen. Fasten ist kein Druckmittel, damit Gott tut, was ich mir wünsche.

Wenn du fastest, prüfe deine Motivation. Religiosität will sich immer einschleichen und echten Glauben behindern. In erster Linie sollen wir beten und bitten. Denn was wir auch bitten, wenn es nach seinem Willen ist, werden wir es bekommen. Wenn wir diesen Glauben – und wenn er auch nur so klein wie ein Senfkorn ist – trainieren, wird er wachsen.

### **Fazit: Wie gehe ich jetzt mit dem Fasten um?**

Wir haben jetzt die Gebetslisten aufgelegt, um für eine geistliche Erneuerung in Stadt und Land zu beten.

Wer eine Erinnerung braucht, dass er das Gebet nicht vergisst und deshalb auf irgendetwas verzichtet, der soll das weiterhin so halten.

Wer von irgendwas zu viel macht oder isst oder trinkt oder spielt oder einkauft oder sonst was, kann Verzicht üben lernen. Das ist ein Teil von Jüngerschaft. Wenn du das mit Gebet verbinden willst, ist das ok.

Aber grundsätzlich gilt: Wir leben im Neuen Bund. Wir leben im Reich Gottes auf Erden. Es ist Freude angesagt! Und Dankbarkeit! Und wachsender Glaube!