

Wie sieht biblisches Fasten aus?

Frage 1:

Es geht um dieses „Fasten“. Früher als ich das erste Mal „Fasten“ gehört hab, war es für mich selbstverständlich, dass das heißt: Nichts essen und nichts trinken. Inzwischen gibt es ja so viele Sachen, wo man sagt: Ich faste vom Fernsehen, ich faste vom Internet, ich faste – irgendwas, was mir lieb ist, mach ich jetzt nichts. Wie steht das zur Bibel jetzt? Gilt das auch?

Antwort:

Zunächst mal wenn die Bibel von „Fasten“ redet, dann meint sie: „Um des Glaubens willen auf feste Nahrung verzichten“. Und dabei mehr trinken als normal. Bitte nicht: Dass Leute anfangen und aufhören zu trinken! Das ist lebensgefährlich. Also Jesus 40 Tage gefastet hat, er kommt aus der Wüste – was sagt die Schrift? Es hüngerte ihn. D.h. er hat getrunken! Wenn der 40 Tage nicht getrunken hätte, dann würde da stehen: Es hungerte ihn und es dürstete ihn. Das ist wichtig, dass wir das verstehen! Das ist, was die Bibel meint mit Fasten. Wenn jemand sagt: Ich merke, ich bin hier irgendwie in eine Abhängigkeit geraten von Gummibärchen oder Schokolade oder Internet oder so – dass der dann mal eine Zeit sagt: Okay, ich leg das mal auf Eis – ist okay! Ob man das jetzt unbedingt „Fasten“ nennen soll – „Gummibärchen fasten“ oder „Internet fasten“ weiß ich nicht, aber lass uns einfach in der Sprache klar bleiben – fasten, wenn die Bibel von Fasten redet – sie redet vom freiwilligen Verzicht auf feste Nahrung. Das ist die Definition von Fasten und um die geht es uns. Aber wir sind nicht dagegen wenn jemand solche Abhängigkeiten sieht – oder meinetwegen auf Kaffee oder keine Ahnung was – und er sagt, er will jetzt mal ne Pause machen, ja, gut, dann soll er eine Pause machen.

Frage 2:

Es geht darum, zu sagen, jemand ist krank, wir wollen alle fasten und jeder sucht sich aus wie er fastet, um den wieder gesund zu machen, um im Gebet und Fasten um ihn zu ringen. Und der eine isst nichts, der andere lässt was weiß ich dies oder das oder jenes. Ist das gleichwertig, das war meine Frage.

Antwort:

Okay, wir können niemanden zum Fasten zwingen, und es kann Situationen geben, wo die Gemeindeleitung sagt: Leute, die Sache ist ernst, und bitte, jetzt alle, wir fasten jetzt! Wenn dann jemand das nicht macht – wir kontrollieren das nicht, wir sind keine Sheriffs, die rumlaufen und sagen: Hast du jetzt gefastet oder nicht? Sondern wir vertrauen einfach darauf, hej, jeder versteht, hier ist eine ernste Situation und wir verstärken jetzt unsere Fürbitte, unser Gebet oder unseren Widerstand gegen den Feind mit Fasten. Aber es sollte schon klar sein, wenn die Leitung sagt: Wir fasten – dann fasten wir. Und dann meinen wir nicht, du verzichtest jetzt auf deine Gummibärchen, sondern wir meinen dann wirklich fasten.

Frage 3:

Ich wollt nochmal was zum Fasten sagen. Und zwar: Die Bibel sagt ja auch, ein wahres Fasten ist, wenn man nicht mit Fingern auf andere zeigt – also was dazugehört – oder mit gottloser Faust

reinschlägt. [Jesaja 58](#).

[Jes 58,6](#)

Ist nicht das ein Fasten, an dem ich Gefallen habe: dass ihr ungerechte Fesseln losmacht, dass ihr die Knoten des Joches löst, dass ihr die Unterdrückten freilasst und jegliches Joch zerbrecht?

Also das gehört, denke ich, auch mit dazu. Dass die Gemeinde nicht so untersetzt oder unterlaufen ist vom negativen Reden. Ich denke, das macht auch viel kaputt. Und dann hat das Fasten auch keinen Sinn.

Antwort:

Also alles, was wir mechanisch ohne Glauben und ohne Herz tun, bewirkt das Gegenteil. Diese Schriftstelle sagt nicht, dass wahre Fasten besteht darin, jedes Joch wegzunehmen und nicht mit Unterdrückung usw. zu reagieren, sondern diese Schriftstelle will sagen: Wenn wir fasten – und das kommt nicht dazu, dann ist das Fasten sinnlos, das ist ein religiöses Ritual – wie buddhistische Mönche und alle möglichen anderen auch fasten und es ist völlig sinnlos. Das ist so wie Jesus sagt: Plappern wie die Heiden.

Damit hat er nicht gesagt, wir sollen nicht viel beten! Und möglichst wenig und möglichst kurz beten. Nein! Sondern eben: Das gehört dazu. Wenn das nicht mit Herz ist, mit Glauben ist und „Herr, ich will in deine Ordnung kommen und zeig mir, wo das verborgene Dinge sind“. Wenn das nicht kombiniert ist mit dem Fasten – dann kann das ein totes Ritual werden, was schreckliche Auswirkungen hat. Und das wollen wir nicht.