

Fasten – noch zeitgemäß?

Vor einiger Zeit las ich in Markus 9 die Begebenheit von dem Besessenen mit dem stummen Geist, den sein Vater zu den Jüngern gebracht hatte, damit sie ihn von seiner Besessenheit heilten. Die Jünger waren dazu nicht in der Lage. Als der Vater dann mit seinem Sohn zu dem Herrn Jesus kam, heilte Er ihn sofort. Später fragten die Jünger Ihn, warum sie den Dämon nicht austreiben konnten. Die Antwort des Herrn Jesus lautete: „Diese Art kann durch nichts ausfahren als nur durch Gebet und Fasten“ (V. 29). Seitdem lässt mich das Thema des Fastens nicht mehr los. – Ich stellte mir die Frage, ob es auch heute Probleme geben mag, wo es gut wäre, zu *beten* und zu *fasten*?

Kurze Zeit danach bekam ich einen Brief, wo mir jemand Folgendes schrieb: „Am meisten freuen wir uns, dass unser Sohn (24. J.) ... eine klare Entscheidung für den Herrn getroffen hat. Als er jünger war, ging er mit uns aus Gehorsam [zu den Gemeindezusammenkünften]. Als Student ist er in die Welt mitgerissen worden. Wir haben gefastet und gefleht um seine Rettung. Der Herr ist gnädig.“ Wieder fragte ich mich, ob mir die Errettung eines Menschen einmal so wichtig war, dass ich für seine Rettung *gefastet* und *gebetet* hätte.

Wieder kurze Zeit später las ich in einer kleinen Biografie folgendes¹: „Eine Kleinigkeit aus dem privaten Bereich wird die Leser sicherlich interessieren, denn auch ich (etwa 20 Jahre jünger als Dar-

¹ W. Kelly, *JND – wie ich ihn kannte*.

by) bekam dadurch praktischen Anschauungsunterricht. Anlässlich eines Abendessens bemerkte Bruder Darby beiläufig: ‚Ich möchte euch gern sagen, wie ich lebe. Euretwegen habe ich heute mehr gegessen als üblicherweise. Ansonsten ist es meine Gewohnheit, am Samstag einen kleinen, warmen Braten zu mir zu nehmen, am Sonntag esse ich kalt, am Montag esse ich kalt, desgleichen am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag. Freitags habe ich nichts gegen ein Kotelett oder ein Steak einzuwenden, und am Samstag schließt sich der Kreis wieder.‘ Wie Bruder Darby hatte auch ich als junger Christ asketisch gelebt. Durch meine allgemeine Gleichgültigkeit äußeren Dingen gegenüber hatte ich so stark abgenommen, dass mir der Arzt genau das als notwendig verschrieb, was ich in Selbstverleugnung aufgegeben hatte. Wie ungewöhnlich, dass ein Mensch, dem eine so außergewöhnliche Fähigkeit des abstrakten, generalisierenden Denkens verliehen war, sich gleich dem Apostel herabneigen konnte, um einem noch unerfahrenen Jünger klarzumachen, alles, auch Essen und Trinken, zur Ehre Gottes zu tun. Zu diesem Zeitpunkt wies Bruder Darby keinerlei asketische Züge auf, sondern lebte in völliger Freiheit in Bezug auf die notwendige Nahrung (dabei war sein Herz darauf gerichtet, dem Herrn zu gefallen). Obwohl dies manchem unwesentlich erscheinen mag, war es für mich doch ein wertvoller Hinweis für mein tägliches Leben, und durch mich auch für andere; denn mancher Gläubige, ‚vom Aussatz gereinigt‘, vergisst oder vernachlässigt, in levitischer Ausdrucksweise, all sein Haar zu scheren und seine Kleider zu waschen, obwohl er vorschriftsmäßig gebadet haben mag (3Mo 14, 8.9). Es ist sehr menschlich, wie einer von ihnen gesagt hat, unsere natürliche ‚Ehrenhaftigkeit‘ behalten zu wollen und diese dem Herrn zu geben, eine Gabe, die in Seinen Augen verabscheuungswürdig ist, weil sie zutiefst weltlichen Charakter trägt.“ ... ein Blick in das Alltagsleben geschätzter Männer Gottes im vorigen Jahrhundert – und wieder fragte ich mich, ob uns nicht manches verloren geht, wenn wir eine solche Bescheidenheit kaum kennen.

Die Seele kasteien

Im Alten Testament ist häufig die Rede vom „Kasteien der Seele“, hauptsächlich in Verbindung mit dem großen Versöhnungstag (3Mo 16,29.31; 23,27.29.32; 4Mo 29,7; 30,14). Darüber hinaus auch in Psalm 35,13 und Jesaja 58,3.5. In Psalm 35,13 gibt David uns einen Schlüssel in die Hand, was dieser Ausdruck bedeutet: „Ich aber, als sie krank waren, kleidete mich in Sacktuch; ich *kasteite mit Fasten meine Seele.*“ In dieser Stelle wird die enge Verbindung zwischen dem Fasten und einer echten Beugung der Seele (Demütigung) deutlich.

Vorkommen von Fasten in der Bibel

In den Büchern Mose finden wir (abgesehen von „Kasteien der Seele“) den Ausdruck „Fasten“ nicht. Im Alten Testament kommt das Wort vor in Ri 20,26; 1Sam 7,6; 31,13; 2Sam 1,12; 12,16.21.23; 1Kön 21,9.12.27; 1Chr 10,12; 2Chr 20,3; Esra 8,21.23; Neh 1,4; 9,1; Est 4,3.16; 9,31; Ps 35,13; 69,10; 109,24; Jes 58,3.4.5.6; Jer 14,12; 36,6.9; Dan 6,19; 9,3; Joel 1,14; 2,12.15; Jona 3,5; Sach 7,5; 8,19; im Neuen Testament in Mt 4,2; 6,16.17.18; 9,14.15; 17,21; Mk 2,19.20; 9,29; Lk 2,37; 5,33.34; 18,12; Apg 10,30; 13,2.3; 14,23; 2Kor 6,5; 11,27.

Wenn wir uns die Mühe machen, diese Stellen einmal nachzulesen, kommen wir zu folgenden Schlüssen, die wir über das Fasten ziehen können. Gefastet wurde

- in Zeiten besonderer persönlicher Not/Sünde oder Not/Sünde unter dem Volk Gottes
 - Bruderkrieg unter dem Volk Israel
 - Bedrängnis durch Feinde außerhalb des Volkes Israel
- in Verbindung mit Trauer beim Tode von Angehöri-

gen/Fürsten des Volkes

- in Verbindung mit Demütigung über Sünde und einen falschen Weg
- in Verbindung mit dem ernstesten Erforschen des Willens Gottes und der Bitte um Wegweisung in bestimmten Lagen
- in Verbindung mit einer ausdrücklichen Zusammenkunft zur Demütigung wegen Sünde
- zur Unterstützung ernstesten Gebets/Flehens
- in Verbindung mit hingebungsvollem Dienst für Gott

In Jesaja 58; Jeremia 14 und Sacharja 7,5 deckt Gott ein formelles, heuchlerisches, selbstgefälliges Fasten auf, an dem Er keine Freude hat. Warnende Worte finden wir auch aus dem Mund des Herrn Jesus in Matthäus 6. Auf die Gefahren des Fastens kommen wir noch zurück.

Verschiedene Bereiche des *Fastens*

Fasten kann sich auf sehr unterschiedliche Bereiche beziehen. Hier einige Beispiele:

- a) Zuerst einmal bezieht sich Fasten auf die Nahrungsaufnahme. Wir finden Beispiele in der Schrift für kurzzeitiges Fasten (Ri 20,26), aber auch für lang andauerndes Fasten (Ps 109,24), so dass der Körper sehr geschwächt wurde. Fasten ist der Verzicht auf irdische Dinge, die an sich nicht sündig sind (es sei denn, dass jemand unmäßig isst und trinkt).
- b) Dann denken wir an alkoholische Getränke. Wenn die Bibel auch kein striktes Alkoholverbot lehrt, ist doch ein vorsichtiger Umgang mit alkoholischen Getränken angebracht. Wie zurückhaltend spricht der Apostel über das Trinken von Alkohol (1Tim 5,23); an anderer Stelle warnt er vor einem falschen Gebrauch von Wein (Eph 5,18).

- c) In 1. Korinther 7,5 schreibt Paulus über Enthaltbarkeit in der Ehe, um Muße zum Gebet zu haben.
- d) Fasten kann sich auf Lebensnotwendigkeiten wie Schlaf, Ruhe oder Umgang mit Menschen beziehen.
- e) Fasten hat es auch mit Selbstbeherrschung und Enthaltbarkeit zu tun, die in Galater 5,22 zur Frucht des Geistes gezählt werden.

Kann man auch von uns sagen, dass wir genussüchtig, willensschwach und verweichlicht sind, was gewisse Annehmlichkeiten betrifft?

Ziel des Fastens

Geistlich motiviertes Fasten kann niemals Selbstzweck sein. Es dient dazu, in einer bestimmten Notlage die Demütigung vor Gott auszudrücken und die Abwendung von irdischen und natürlichen Dingen zu fördern, damit wir mehr geistliche Energie für das Gebet finden. Zugleich ist Fasten eine Übung in Selbstbeherrschung und Enthaltbarkeit.

Gefahren des Fastens

Zum Schluss wollen wir auf ernste Gefahren des Fastens hinweisen. Das Fasten kann in zweierlei Hinsicht missbraucht werden: Im Gebet suchen wir Gott näherzukommen und legen Ihm unsere Nöte vor. Das Gebet und das Fasten als ein Druckmittel Gott gegenüber zu benutzen, wäre völlig falsch. Andererseits ist das Fasten von Menschen wie den Pharisäern zur Zeit des Herrn Jesus benutzt worden, vor den Menschen besonders fromm und Gott hingegeben zu erscheinen. Das ist die Sünde der Heuchelei, vor der der Herr Jesus die Jünger ernstlich warnt: „Wenn ihr aber fastet, so seht nicht düster aus wie die Heuchler; denn sie verstellen ihr Gesicht, damit sie den

Menschen als Fastende erscheinen. Wahrlich, ich sage euch, sie haben ihren Lohn schon empfangen. Du aber, wenn du fastest, so salbe dein Haupt und wasche dir das Gesicht, damit du nicht den Menschen als Fastender erscheinst, sondern deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der im Verborgenen sieht, wird es dir vergelten“ (Mt 6,16–18). Der selbstgerechte Pharisäer prahlte mit den Worten: „Ich faste zweimal in der Woche“ (Lk 18,12). In solchen Fällen unterstützt das Fasten nicht das demütige Niederbeugen vor Gott, sondern die hochmütige Selbsterhöhung über andere.

Nachahmenswerte Beispiele aus der Zeit der Apostel

Wir schließen mit einigen Zitaten aus der Apostelgeschichte und dem 2. Brief an die Korinther und lassen diese Bibelstellen auf uns einwirken: „Während sie aber dem Herrn dienten und *fasteten*, sprach der Heilige Geist: Sondert mir nun Barnabas und Saulus zu dem Werke aus, zu dem ich sie berufen habe“ (Apg 13,2). „Als sie ihnen aber in jeder Versammlung Älteste erwählt hatten, beteten sie mit *Fasten* und befahlen sie dem Herrn an, an den sie geglaubt hatten“ (Apg 14,23). „In Schlägen, in Gefängnissen, in Aufständen, in Mühen, in Wachen, *in Fasten*“ (2Kor 6,5). „In Mühe und Beschwerden, in Wachen oft, in Hunger und Durst, *in Fasten oft*, in Kälte und Blöße“ (2Kor 11,27).

Sicher tun auch wir gut daran, das Verhalten und die geistliche Gesinnung dieser frühen Christen und Diener des Herrn nachzuahmen: „Seid meine Nachahmer“ (1Kor 4,16; 11,1; Heb 6,12). Dann wird der Herr Jesus uns helfen, auch im Blick das Fasten das vor Ihm Wohlgefällige zu tun.

Werner Mücher