

„Fasten - nein danke! Das brauch ich Gott sei dank nicht! Mein Gewicht ist völlig in Ordnung“ -so lautete meine Antwort auf die Frage einer Freundin.

Natürlich war mir klar, dass sie ihre Frage bzgl. des Fastens komplett anders gemeint hatte. Ich wollte sie nur ein wenig auf die Schippe nehmen. Also Spaß beiseite und mal ernsthaft -was sagt eigentlich die Bibel - mein Lieblingsbuch - zu diesem Thema?

In Matthäus 6,16 heißt es: „Wenn ihr fastet, sollt ihr nicht sauer dreinsehen wie die Heuchler; denn sie verstellen ihr Gesicht um sich vor den Leuten zu zeigen mit ihrem Fasten.“ Hier wird deutlich, dass zum Fasten offenbar eine bestimmte innere Herzenshaltung notwendig ist und nicht die äußere Zurschaustellung im Vordergrund steht.

Bei Christen dauert die Fasten- oder Passionszeit von Aschermittwoch bis Ostern. In dieser Zeit soll sich der Mensch durch Enthaltensamkeit neu besinnen, Buße tun und die Nähe zu Gott suchen. Aber kann bzw. muss ich das unbedingt durch das Fasten erreichen? Interessant ist, dass Jesus und seine Jünger selbst nicht gefastet haben – mit Ausnahme von Jesu Fastenzeit in der Wüste vor Beginn seines öffentlichen Wirkens.

Ich denke, dass das Fasten, d.h. auf etwas zu verzichten, das mir wichtig und lieb ist, etwas ist, worüber es sich nachzudenken lohnt. Es gilt herauszufinden, ob ich tatsächlich auch mal eine gewisse Zeit auf etwas verzichten kann – freiwillig, um festzustellen, ob ich von manchen Dingen und Gewohnheiten nicht schon abhängig bin. Denn wie hat Martin Luther so schön festgestellt: „Woran mein Herz hängt, das ist mein Gott“. Ich habe tatsächlich einmal bewusst auf einige Dinge in der Fastenzeit verzichtet, die mir wichtig waren. Und ich musste feststellen, dass mir dies doch schwerer gefallen ist, als ich gedacht hatte! Inwieweit mich das allerdings näher zu Gott bringt, das lässt sich nur ganz individuell beantworten. Ich bin überzeugt, wer die Nähe Gottes sucht, wird ihn finden – auch wenn er nicht fastet! Schließlich hat Gott in Jeremia 29,13 versprochen: „Wenn ihr mich von ganzem Herzen suchen werdet, so will ich mich von euch finden lassen.“ Und Jesus formuliert es so: „Bittet, so wird euch gegeben,; suchen, so werdet ihr finden, klopft an , so wird euch aufgetan!“ (Matthäus 7,7). Welche wunderbaren Zusagen, die uns auch noch heute gelten!

Egal, ob Sie sich für oder gegen das Fasten in der Passionszeit entscheiden, wichtig ist und bleibt Ihre innere Herzenshaltung auf der Suche nach Gott.

Ich bin überzeugt, dass Sie ihn finden werden, weil ER Sie ein Leben lang suchen wird – aus lauter Liebe!

Gabi Klimmt

Evang. Religionspädagogin