

# Fasten

## Kann das weg?



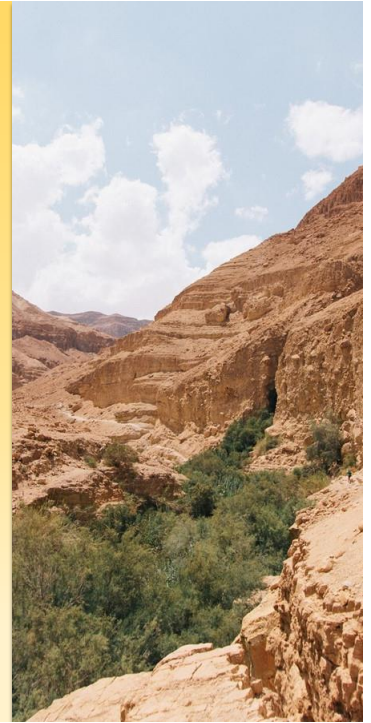
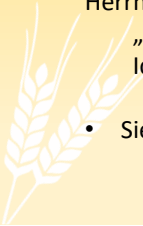
## Fasten – Kann das weg?

Wer?	Bibelstelle
Mose	2. Mose 34:28
Bürger Judas	2. Chronik 20
Bürger aus Ninive	Jona 3
Juden in Susa	Esther 4
Daniel	Daniel 10
Volk Israel	Joel 1-2
Jesus	Lukas 4:1-2
Gemeinde in Antiochia	Apg 13:2 & Apg 14:23



## Fasten – Bürger Judas

- 2. Chronik 20
  - Ein riesiges Heer zieht heran um Stamm Juda anzugreifen
  - 3 Diese Nachricht jagte Joschafat Angst ein. Er wandte sich an den HERRN um Hilfe und rief ganz Juda zum Fasten auf.
  - 4 Aus allen Städten Judas kamen die Menschen nach Jerusalem, um zum HERRN um Hilfe zu beten.
- Blick auf die darauffolgenden Gebete & dass sich alle versammeln zeigt Vertrauen in Gott
  - Eine Person wird vom Geist erfüllt und spricht im Auftrag des Herrn:
    - „Habt keine Angst! Fürchtet euch nicht vor diesem großen Heer! Ich werde gegen sie kämpfen, nicht ihr!“
- Sie wurden erhört!



## Fasten – Bürger Judas

Warum?

- Gefahr, Bedrohung
- Aufforderung

Wie?

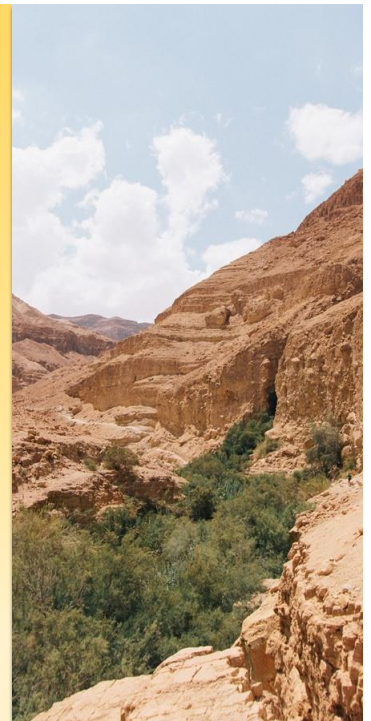
- Die Art ist nicht eindeutig

Wer?

- Alle

Auffällig/besonders:

- Die Folge der Angst war der Hilferuf an den Herrn
- Das Vertrauen/der Glaube in den Gebeten
- Gott erhört und beschützt sie



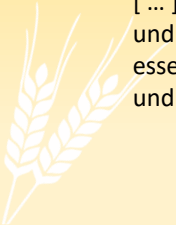
## Fasten – Bürger aus Ninive

- Jona 3
  - Jona sollte im Auftrag von Gott nach Ninive gehen, um ihnen eine Botschaft mitzuteilen

4 „Jona ging in die Stadt hinein, und nachdem er einen Tag lang gelaufen war, rief er: Noch vierzig Tage, dann legt Gott Ninive in Schutt und Asche!“

5 „Da glaubten die Einwohner von Ninive an Gott. Sie beschlossen zu fasten, und alle, von den einflussreichsten bis zu den einfachen Leuten, zogen als Zeichen ihrer Reue Kleider aus grobem Stoff an.

[ ... ] 7 In der ganzen Stadt ließ er ausrufen: »Hört, was der König und die führenden Männer anordnen: Niemand darf etwas essen oder trinken, weder die Menschen noch die Rinder, Schafe und Ziegen.



## Fasten – Bürger aus Ninive

8 Menschen und Tiere sollen Tücher aus grobem Stoff tragen und mit aller Macht zu Gott schreien. Jeder muss von seinen falschen Wegen umkehren! Keiner darf dem anderen mehr Unrecht tun!

9 Vielleicht lässt sich Gott ja noch umstimmen und hat Erbarmen mit uns; vielleicht wendet er seinen glühenden Zorn von uns ab, und wir kommen mit dem Leben davon.«

10 Gott sah, dass die Menschen von ihren falschen Wegen umkehrten. Da taten sie ihm leid, und er ließ das angedrohte Unheil nicht über sie hereinbrechen.



## Fasten – Bürger aus Ninive

### Warum?

- Reue
- Umkehr vom Sündigen Leben
- Hoffnung, dass Gott sie erlöst
- Aufforderung des Königs

### Wie?

- Vermutlich 40 Tage
- Nichts essen und trinken

### Wer?

- Alle

### Auffällig/besonders:

- Die „schwere“ des Fastens.
- Allein hierdurch könnten sie ihre ganze Lebensgrundlage verlieren
- Gott sah die Umkehr und verschonte sie



## Fasten – Daniel

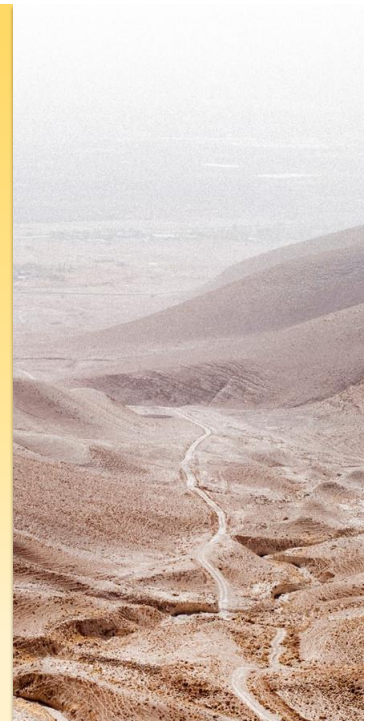
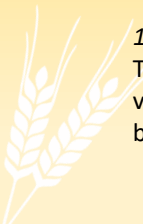
- Daniel 10
  - Daniel bekam eine Vision von Gott.
  - Kündigt eine Zeit großer Not an.
  - → Daniel wollte die Botschaft dahinter verstehen

2 Damals trauerte ich, Daniel, drei Wochen lang.

3 Ich verzichtete auf besondere Speisen, aß kein Fleisch, trank keinen Wein und pflegte mich nicht mit Salbölen bis die drei Wochen um waren.

- Ein Engel kam zu Daniel, um ihm den Traum zu deuten:

12 "Hab keine Angst, Daniel!", sagte er zu mir. "Denn vom ersten Tag an, als du dich vor deinem Gott beugtest, um seinen Plan zu verstehen, hat er dein Gebet erhört. Und wegen deiner Worte bin ich gekommen."



## Fasten – Daniel

### Warum?

- Auf der Suche nach Weisheit
- War bedrückt/traurig über die drohende Not

### Wie?

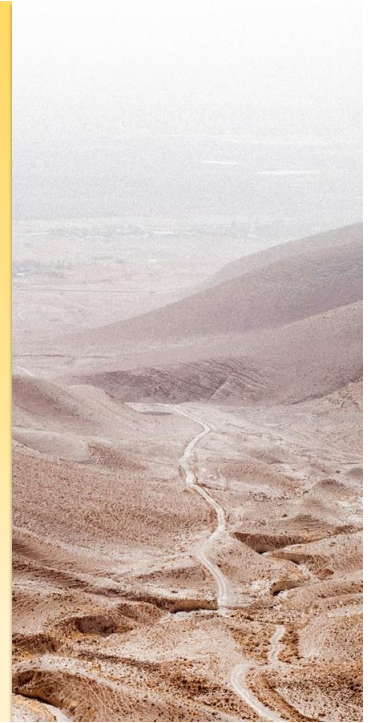
- 21 Tage
- verzichtete auf besondere Speisen, aß kein Fleisch, trank keinen Wein und pflegte sich nicht mit Salbölen

### Wer?

- Nur Daniel

### Auffällig/besonders:

- Kein Total-Verzicht auf Speisen und Getränke
- Gott erhörte seine Gebete bereits am erste Tag

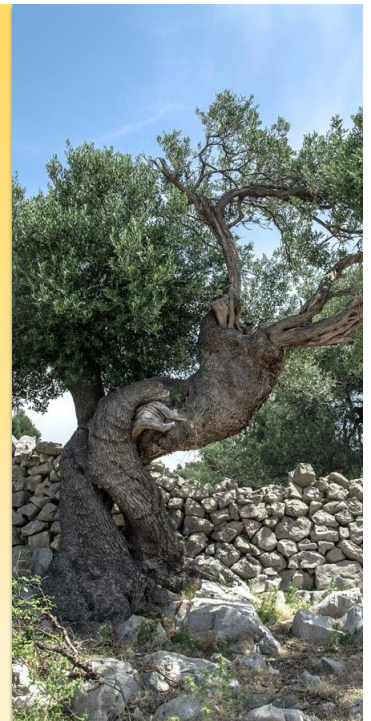


## Fasten – Volk Israel

- Joel 1-2
  - Schilderung von einer bevorstehenden Heuschreckenplage die alles zerstören wird.

### Vers 12

So spricht der HERR: »Auch jetzt noch könnt ihr zu mir umkehren! Tut es von ganzem Herzen, fastet, weint und klagt! 13 Ja, zerreißt eure Herzen vor Trauer und nicht bloß eure Kleider!« Kommt zurück zum HERRN, eurem Gott, denn er ist gnädig und barmherzig, seine Geduld ist groß, und seine Liebe kennt kein Ende. Die Strafe, die er angedroht hat, tut ihm selbst leid.



## Fasten – Volk Israel

- Joel 1-2

...

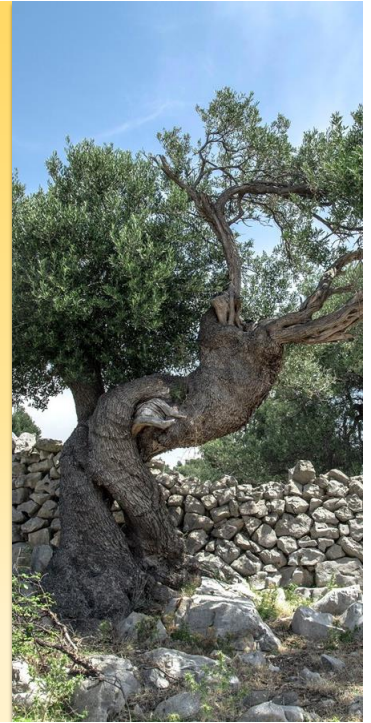
15 Blast das Horn auf dem Zion! Ruft die Menschen zum Fasten auf! Sie sollen sich alle zum Gottesdienst versammeln.

...

18

Da erwachte im HERRN die leidenschaftliche Liebe zu seinem Land, und er hatte Mitleid mit seinem Volk.

19 Er antwortete ihnen: »Ich schenke euch wieder so viel Getreide, Wein und Öl, dass ihr genug zu essen habt. Ich setze euch nicht länger dem Hohn und Spott anderer Völker aus!



## Fasten – Volk Israel

Warum?

- Die bevorstehende Katastrophe

Wie?

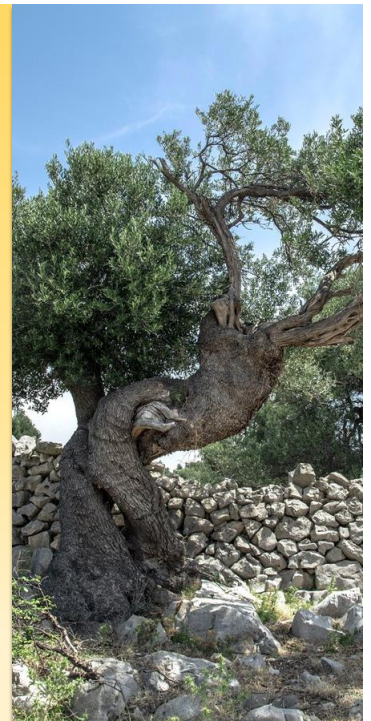
- Die Art ist nicht eindeutig

Wer?

- Alle

Auffällig/besonders:

- Tut es von Herzen!
  - 12 So spricht der HERR: »Auch jetzt noch könnt ihr zu mir umkehren! Tut es von ganzem Herzen, fastet, weint und klagt!
  - 13 Ja, zerreißt eure Herzen vor Trauer und nicht bloß eure Kleider!« ...
- Gott sah die Umkehr und verschonte sie



## Fasten – Gemeinde in Antiochia

- Apostelgeschichte 13:2-3
  - 2 Als diese Männer während einer Zeit des Fastens gemeinsam beteten, sprach der Heilige Geist zu ihnen: »Gebt Barnabas und Saulus für die Aufgabe frei, zu der ich sie berufen habe!«
  - 3 Da fasteten und beteten sie weiter, legten Barnabas und Saulus die Hände auf und sandten sie zum Missionsdienst aus.
  
- Apostelgeschichte 14:23
  - 23 In jeder Gemeinde wählten sie Älteste aus und befahlen sie mit Fasten und Gebet dem Herrn an, an den sie nun glaubten.



## Fasten – Gemeinde in Antiochia

### Warum?

- Auf der Suche nach Gott / Beziehungspflege / „Christsein“
- Treffen von wichtigen Entscheidungen

### Wie?

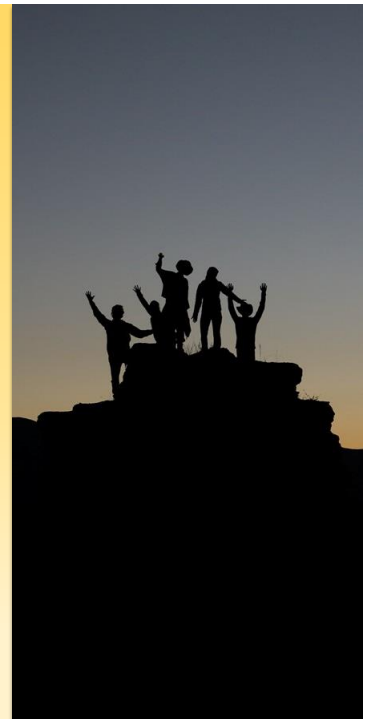
- Die Art ist nicht eindeutig

### Wer?

- Einzelne aus der Gemeinde / eine Gruppe

### Auffällig/besonders:

- Einheit von Fasten & Gebet



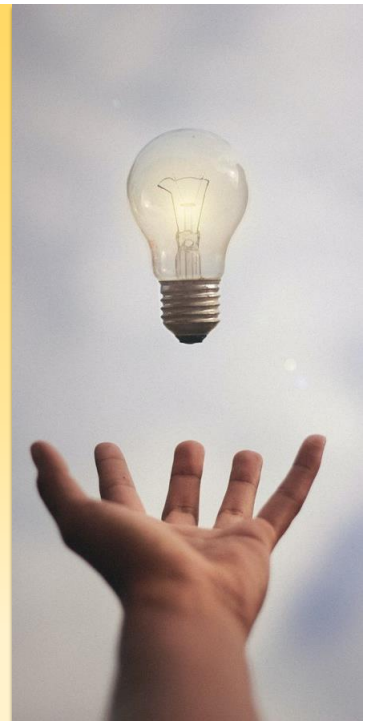
# Fasten

## eigene Erfahrungen



## Fasten – Meine Erfahrungen

**Johannes 6;35:** »Ich bin das Brot des Lebens«, sagte Jesus zu ihnen.  
»Wer zu mir kommt, wird niemals wieder hungrig sein, und wer an mich glaubt, wird nie wieder Durst haben.





## Fasten – Übersicht

### Warum?

- Auf der Suche nach Weisheit
- Treffen von wichtigen Entscheidungen
- Bedrohungen im Alltag
- Umkehr von Sünde
- Trauer
- Bessere Beziehung zu Gott

### Wie?

- Von ganzem Herzen!
- Begleitet durch Gebet

### Wer?

- Einzelpersonen
- Gemeinsam mit anderen



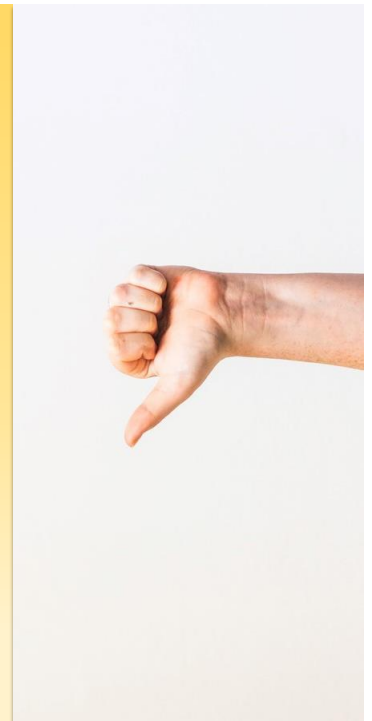
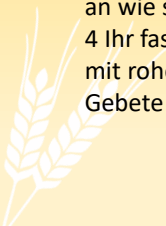
## Fasten – Wie nicht!

### Jesaja 58

2 Ach, für wie fromm sie sich doch halten! Sie rufen Tag für Tag nach mir und fragen nach meinem Willen. Sie kommen gern zum Tempel gelaufen, um meine Nähe zu suchen. Weil sie sich einbilden, nach meinen Geboten zu leben, darum fordern sie von mir auch ihre wohlverdienten Rechte.

3 ›Warum siehst du es nicht, wenn wir fasten?‹, werfen sie mir vor. ›Wir plagen uns, aber du scheinst es nicht einmal zu merken!‹ Darauf antworte ich: Wie verbringt ihr denn eure Fastentage? Ihr geht wie gewöhnlich euren Geschäften nach und treibt eure Arbeiter genauso an wie sonst auch.

4 Ihr fastet zwar, aber gleichzeitig zankt und streitet ihr und schlagt mit roher Faust zu. Wenn das ein Fasten sein soll, dann höre ich eure Gebete nicht!



## Fasten – Wie nicht!

5 Denkt ihr, mir einen Gefallen zu tun, wenn ihr bloß auf Essen und Trinken verzichtet, den Kopf hängen lasst und euch in Trauergewändern in die Asche setzt? Nennt ihr so etwas ›Fasten‹? Ist das ein Tag, an dem ich, der HERR, Freude habe?

6 Nein – ein Fasten, das mir gefällt, sieht anders aus: Löst die Fesseln der Menschen, die man zu Unrecht gefangen hält, befreit sie vom drückenden Joch der Sklaverei und gebt ihnen ihre Freiheit wieder! Schafft jede Art von Unterdrückung ab!

7 Teilt euer Brot mit den Hungrigen, nehmt Obdachlose bei euch auf, und wenn ihr einem begegnet, der in Lumpen herumläuft, gebt ihm Kleider! Helft, wo ihr könnt, und verschließt eure Augen nicht vor den Nöten eurer Mitmenschen!

8 Dann wird mein Licht eure Dunkelheit vertreiben wie die Morgensonne, und in kurzer Zeit sind eure Wunden geheilt. Eure barmherzigen Taten gehen vor euch her, und meine Herrlichkeit beschließt euren Zug.



## Fasten – Wie nicht!

9 Wenn ihr dann zu mir ruft, werde ich euch antworten. Wenn ihr um Hilfe schreit, werde ich sagen: ›Ja, hier bin ich.‹ Beseitigt jede Art von Unterdrückung! Hört auf, verächtlich mit dem Finger auf andere zu zeigen, macht Schluss mit aller Verleumdung! 10 Nehmt euch der Hungernden an und gebt ihnen zu essen, versorgt die Notleidenden mit allem Nötigen! Dann wird mein Licht eure Finsternis durchbrechen. Die Nacht um euch her wird zum hellen Tag.

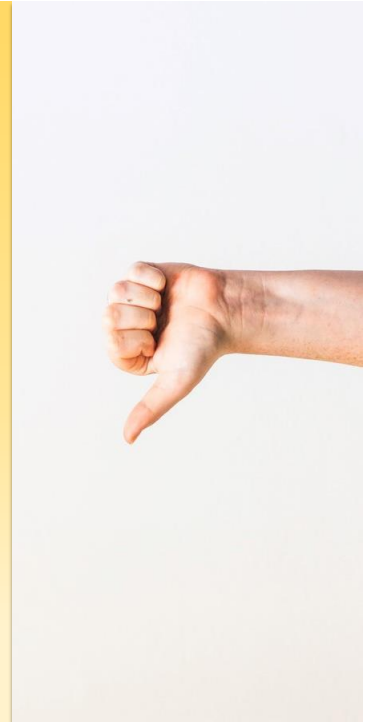


## Fasten – Wie nicht!

Matthäus 6:16-18

16 »Wenn ihr fastet, dann schaut nicht so drein wie die Heuchler! Sie setzen eine wehleidige Miene auf und vernachlässigen ihr Aussehen, damit jeder merkt, dass sie fasten. Ich versichere euch: Diese Leute haben ihren Lohn schon erhalten!

17 Bei dir soll es anders sein: Wenn du fastest, dann pflege dein Äußeres so,<sup>18</sup> dass keiner etwas von deinem Verzicht merkt – außer deinem Vater im Himmel. Denn er ist auch da, wo niemand zuschaut. Und dein Vater, der auch das Verborgene sieht, wird dich dafür belohnen.«



## Fasten – Deine Erfahrungen

Warum?

- Auf der Suche nach Weisheit
- Treffen von wichtigen Entscheidungen
- Bedrohungen im Alltag
- Umkehr von Sünde
- Trauer
- Bessere Beziehung zu Gott

Wie?

- Von ganzem Herzen!
- Begleitet durch Gebet

Wer?

- Du!
- Gemeinsam mit anderen

Auffällig/besonders:

- ...

