

Fasten und beten

Was die Bibel dazu sagt

Fasten und beten als Christ

- Hat nicht den Fokus „Gesundheit“
- Sondern: Freie Zeit und Konzentration für das Gebet und die Gemeinschaft mit Gott
- Bewusster Verzicht hilft zum Blickwechsel: Weg von mir > hin zu inneren Ruhe/Hören
- Fasten+beten gehören zusammen!

Jesus – das Vorbild

- Er begann seinen Dienst mit einem großen Fasten (40 Tage > nicht wiederholt/gefordert)
- Zeichen seiner Liebe zum Vater
- Einstieg in seine Mission

Warum fasten Gläubige?

- Sehnsucht nach der Wiederkunft von Jesus
- Sie zeigen maßvoll-geistliche Lebensführung
- Sie zeigen Hingabe und Leidenschaft
- Fasten als Ausdruck von Buße
- Fasten als Bitte um Gottes Eingreifen
- Fasten mit Bitte um göttliche Weisung
- Fasten im geistlichen Kampf
- Fasten als Sehnsucht nach Gerechtigkeit

Angemessene Haltung

- Fasten ist Herzenshaltung > demütiges Sichbeugen unter den heiligen Gott
- Jesus lehnt unehrliches Fasten ab
- Fasten ist Ausdruck der Liebe zu Gott/Menschen

Fasten und beten praktisch

- ... In der Karwoche
- ... Vor dem Abendmahl
- ... Bei besonderen Anlässen/Anliegen
- ... Vor weitreichenden Entscheidungen

„Jesus setzt selbstverständlich voraus, dass die Nachfolgenden die fromme Übung des Fastens halten ... Solche Übungen haben den einzigen Zweck, den Nachfolgenden für den ihm befohlenen Weg und für das ihm befohlene Werk bereiter und freudiger zu machen.“ – D. Bonhoeffer