

Zur Fastenzeit – Was sagt die Heilige Schrift über das Fasten

## EIN FASTEN, WIE GOTT ES LIEBT

*Das Fasten ist heute wieder in Mode gekommen, etwa nach dem Motto: „Wer fastet, hat mehr zum Leben“. Was aber sagt das Alte und Neue Testament über das Fasten?*

Es sei überraschend, dass das Fasten nicht zu den Hauptthemen der beiden Testamente gehöre, sagt Ulrich Fistill, Professor für Altes Testament an der Phil.-Theol. Hochschule Brixen. Grundsätzlich ist das Fasten, so Fistill, in der Heiligen Schrift „nie Selbstzweck, sondern eine Begleiterscheinung von Buße, Trauer oder der Bitte um die Gnade Gottes“. So war das Fasten als Zeichen öffentlicher Trauer eine selbstverständliche Gewohnheit. Nach dem Tode Sauls war ein Fasten von sieben Tagen angesagt (1 Sam 31,13). David fastete aus Sühne über begangene Sünden. Man fastete auch, um sich auf eine Begegnung mit Gott vorzubereiten. So fastete Mose 40 Tage lang, bevor er die Zehn Gebote entgegennahm (Ex 34,28). In diesem Zusammenhang ist auch das 40-tägige Fasten Jesu in der Wüste zu sehen.

Feste Vorschriften für das Fasten gab es im Alten Testament nicht, vor allem für den privaten Bereich galt eine recht spontane Praxis. Bei öffentlicher Buße trug man manchmal ein Bußgewand, streute sich Asche auf den Kopf oder schor sich den Kopf kahl; das alles war mit Klagen und Weinen verbunden. Bezüglich der Dauer des Fastens erwähnt die Bibel unter anderem einen Tag, sieben oder vierzig Tage. Dabei handelt es sich um symbolische Zahlen. Wenn die Bibel vom „Fasten“ redet, verwendet sie laut Fistill den Ausdruck wörtlich, im Sinne von „nicht essen“.

Besonders bei den Propheten fehlt es nicht an kritischen Stimmen zu geläufigen Fastenpraktiken. Dazu zitiert Fistill ein bekanntes Beispiel aus dem Jesajabuch. Dort beklagt sich das Volk, warum Gott das Fasten und Büßen nicht sieht und das Gebet nicht erhört. Darauf verkündet der Prophet als Antwort Gottes: „Obwohl ihr fastet, gibt es Streit und Zank, und ihr schlagt zu mit roher Gewalt...Nein, das ist ein Fasten, wie ich es liebe: Die Fesseln des Unrechts zu lösen, die Stricke des Jochs zu entfernen, die Versklavten freizulassen, jedes Joch zu zerbrechen, an die Hungrigen dein Brot auszuteilen, die obdachlosen Armen ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden und dich deinen Verwandten nicht zu entziehen.“ (Jes 58,3b–7).

Im Neuen Testament ist davon die Rede, dass die Pharisäer und Johannesjünger fasteten, während dies bei Jesus und seinen Jüngern anscheinend nicht der Fall war; man stellte ihn deswegen auch zur Rede (vgl. Mk 2,18–20; Mt 11,19). Als Begründung heißt es bei Markus: „Können denn die Hochzeitsgäste fasten, solange der Bräutigam bei ihnen ist? Solange der Bräutigam bei ihnen ist, können sie nicht fasten. Es werden aber Tage kommen, da wird ihnen der Bräutigam genommen sein; an jenem Tag werden sie fasten.“ (Mk 2,19–20). Aus dieser Stelle lässt sich laut Fistill nicht sicher sagen, ob Jesus und seine Jünger grundsätzlich

nicht gefastet haben oder ob sie es nur nicht dann getan haben, wenn dies zum Beispiel die Pharisäer taten.

Für das christliche Verständnis von „Fasten“ ist aber laut Fistill auf jeden Fall der Abschnitt aus der Bergpredigt maßgeblich, der in unserer Liturgie am Aschermittwoch gelesen wird (Mt 6,16–18): „Wenn ihr fastet, macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler. Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, dass sie fasten. Amen, das sage ich euch: Sie haben ihren Lohn bereits erhalten.“ Der Ausspruch ist laut Fistill in einen „sehr polemischen Abschnitt über die Selbstgerechtigkeit eingebettet und will vor allem dazu motivieren, von einem rein äußerlichen Tun abzusehen und dafür eine innere Verwandlung und Bekehrung anzustreben“. (pr)

Aus: Das Katholische Sonntagsblatt vom 16 März 2015