

# DER KANZELDIENST

## DIE PREDIGT AUS DER ARCHE

Sonntag, den 03.01.2016 / 10:00 Uhr

### *Fasten und Gebet*

Von Pastor Christian Wegert ©

Predigttext: „Und wenn du betest, sollst du nicht sein wie die Heuchler; denn sie stellen sich gern in den Synagogen und an den Straßenecken auf und beten, um von den Leuten bemerkt zu werden. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon empfangen. <sup>6</sup> Du aber, wenn du betest, geh in dein Kämmerlein und schließe deine Türe zu und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird es dir öffentlich vergelten. <sup>7</sup> Und wenn ihr betet, sollt ihr nicht plappern wie die Heiden; denn sie meinen, sie werden erhört um ihrer vielen Worte willen. <sup>8</sup> Darum sollt ihr ihnen nicht gleichen! Denn euer Vater weiß, was ihr benötigt, ehe ihr ihn bittet. ... <sup>16</sup> 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. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon gehabt. <sup>17</sup> Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, <sup>18</sup> damit du dich nicht vor den Leuten zeigst mit deinem Fasten, sondern vor deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der in das Verborgene sieht, wird dir's vergelten.“ (Matthäus 6,5-8+16-18)

Im US-Bundesstaat New Mexico befindet sich ein sehr großes Feld, das „VLA“ (Very Large Array = Sehr großes Feld). Es besteht nicht aus Mais oder Weizen, sondern aus 27 Radioteleskopen (je 230 Tonnen schwer) mit einem Durchmesser von je 25 Metern. Diese Teleskope sind auf drei Schienen montiert, die wiederum wie ein „Y“ angeordnet sind. Zusammengeschaltet erbringen sie die Leistung eines Radioteleskops, das einen Durchmesser von 36 km hätte. Das sind nur ca. 4 km weniger als der ungefähre Durchmesser der Stadt Hamburg.

Warum benötigt man Apparate mit solch gigantischen Ausmaßen? Weil die Radiowellen aus dem Weltall in einer Entfernung von Millionen von Lichtjahren entstehen und auf der Erde sehr schwach ankommen. Man braucht ein großes „Ohr“, um sie wahrzunehmen. Die Gesamtenergie der Radiowellen, die dort gemessen werden, ist kaum so groß wie die Kraft einer Schneeflocke, wenn sie auf den Boden fällt.

Die Ingenieure und Wissenschaftler suchen mit gigantischen Teleskopen die unendliche Dunkelheit des Universums ab, um nur ein „Wort“, eine „Botschaft“ aus dem All zu erhalten. Wir als Christen haben dagegen schon DIE Botschaft – nicht aus dem All, sondern von Gott. Denn es heißt: „*Umso fester haben wir das prophetische Wort, und ihr tut gut daran, dass ihr darauf achtet als auf ein Licht, das da scheint an einem dunklen Ort, bis der Tag anbreche und der Morgenstern aufgehe in euren Herzen*“ (2. Petrus 1,19). Gott hat klar und deutlich durch Sein Wort und durch Seinen Sohn zu uns gesprochen. Aber nicht nur das – Er hat auch sehr feine, sensible Ohren, die jedes Gebet Seiner Kinder hören, auch wenn diese schwächer sind als Schneeflocken, die auf die Erde fallen.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Illustration aus „Spiritual Disciplines for the Christian Life“, Donald S. Whitney, 1991, Seite 65; sowie einige der Gedanken über das Fasten und Gebet aus demselben Buch

In der kommenden Woche (05. - 07.01.16) versammeln wir uns als Gemeinde an drei Abenden zum Gebet. Wir beginnen das neue Jahr immer auf diese Weise, weil das, worauf es wirklich im Leben ankommt, nicht von Menschen, sondern allein von Gott gewirkt werden kann – neue geistliche Geburten, der Glaube an Jesus, die Errettung unserer Kinder, Hingabe an und Feuer für Jesus, Eifer um Reinheit, Kraft für ein diszipliniertes geistliches Leben.

Auch die Belange unserer Gemeinde möchten wir vor Gottes Thron bringen. Wir wollen beten für Mitarbeiter, Schulungen, Kurse, Arbeitsbereiche, z. B. für die Fernsehmission, die Gemeindegründungen in Stade und Hannover, das Pastoren Kolleg, die internationale Mission und auch für persönliche Fragen und Anliegen.

Weil niemand von uns in der Lage ist, all diese Punkte und Bereiche zu managen, versammeln wir uns zum Gebet. Und wir glauben, dass Gott ein großes, gut funktionierendes Ohr hat, das ganz sensibel auf unser noch so schwaches Seufzen reagiert. Denn: „*Euer Vater weiß, was ihr benötigt, ehe ihr ihn bittet*“ (Matthäus 6,8).

Wir nennen diese Tage auch Gebets- und Fastentage. Von diesen beiden geistlichen Übungen handelt unser gelesener Text.

## I. DAS GEBET

### a) Gebet wird von Gott erwartet

Das Erste, was wir sehen, ist, dass Jesus ganz offensichtlich davon ausgeht, dass wir als Seine Kinder beten. Denn Er sagt: „*Und wenn du betest...<sup>6</sup> Du aber, wenn du betest...<sup>7</sup> Und wenn ihr betet...<sup>9</sup> Deshalb sollt ihr auf diese Weise beten...*“ (Matthäus 6,5-7+9). Und in Lukas 11, 9 sagt Er zu Seinen Jüngern: „*Bittet, (so wird euch gegeben), sucht, (so werdet ihr finden), klopft an (so wird euch aufgetan).*“ Gebet ist also eine Erwartung und Forderung an uns von Jesus selbst. Er geht davon aus, dass wir beten.

Aber nicht nur Jesus, sondern das ganze Neue Testament zeigt unmissverständlich auf, dass wir beten sollen. In Kolosser 4, 2 heißt es z. B.: „*Seid ausdauernd im Gebet und wacht darin mit Danksagung.*“ Und in 1. Thessalonicher 5, 17 lesen wir: „*Betet*

*ohne Unterlass (beständig).*“ Wir könnten noch eine Vielzahl weiterer Bibelstellen anführen, die deutlich machen, dass Gott von uns erwartet, dass wir beten. Martin Luther hat gesagt: „*Wie ein Schuster einen Schuh macht und ein Schneider einen Rock, also soll ein Christ beten. Eines Christen Handwerk ist beten.*“

Die Erwartung Gottes an uns, dass wir beten, ist nicht allein Aufforderung, sondern auch Einladung. Auch die Jahreslosung für uns als Arche-Gemeinde lädt uns ein zu beten: „*Darum lasst uns hinzutreten mit Zuversicht zu dem Thron der Gnade, damit wir Barmherzigkeit empfangen und Gnade finden zu der Zeit, wenn wir Hilfe nötig haben*“ (Hebräer 4,16).

Pastor Donald Whitney schreibt: „*Wir können Gebetspessimisten sein und die Erwartung zu beten als reine Verpflichtung sehen. Oder wir können optimistisch sein und das Gebet als eine Möglichkeit und Chance betrachten, Barmherzigkeit und Gnade von Gott zu empfangen.*“

Die Erwartung Gottes an uns, dass wir beten, ist ähnlich wie die Erwartung meiner Frau an mich, wenn ich auf Reisen bin. Ich weiß, dass sie möchte, dass ich mich melde, weil sie gerne von mir hören will. Ihre Erwartung ist also eine Erwartung aus Liebe. Gottes Erwartung an uns ist ähnlich. Seine Aufforderung, dass wir beten, kommt aus einem liebenden Herzen. Weil Er uns liebt, wünscht Er, mit uns durch das Gebet zu kommunizieren. Wir beten nicht, weil wir uns etwas vor Ihm erarbeiten müssten, sondern wir beten, weil wir aus Gnade zu Seinen Kindern geworden sind.

Aber warum müssen viele Christen feststellen, dass sie kaum oder wenig beten? Gebetsmüdigkeit kann auftreten, wenn das Bewusstsein wahrer Not nicht vorhanden ist. Manche Umstände treiben uns sogleich auf die Knie. Aber viel zu häufig glauben wir, wir könnten unseren Alltag aus eigener Kraft meistern. Obwohl Jesus sagt: „*Ohne mich könnt ihr nichts tun*“ (Johannes 15,5), fällt uns diese Wahrheit nicht immer tief ins Herz. In unserem Stolz und unserer Selbstsicherheit leben wir so lange ohne Gebet, bis wir nicht mehr weiterwissen.

Ein weiterer Grund für ein mangelhaftes Gebetsleben kann ein latenter Zweifel daran sein, dass das Gebet wirklich etwas bewirkt. Solche Gedanken würden wohl nur wenige Christen offen zugeben. Aber seien wir ehrlich: Würden wir nicht weitaus häufiger auf unsere Knie fallen, wenn wir bereits wenige Sekunden nach jedem Gebet sichtbare Resultate sehen würden?

Häufig liegt es auch an fehlender Disziplin. Gebetszeiten sind selten im Tagesablauf fest eingeplant. Wir reservieren für alles Mögliche Zeit, lassen es aber zu, dass vermeintlich Wichtigeres uns vom Beten abhält. Obwohl klar ist, wie wichtig Gebet ist, wird es doch von scheinbar dringenderen Angelegenheiten beiseitegeschoben.

Paulus schreibt seinem jungen Schützling Timotheus: „*Übe dich in der Gottesfurcht*“ (1. Timotheus 4,7/Schlachter) „*Übe dich vielmehr darin, so zu leben, dass Gott geehrt wird!*“ (NGÜ) „Trainiere, übe dich!“ Wir vermuten schnell die Gesetzeskeule, wenn wir solche Worte hören, und befürchten, es würde unnötig Druck ausgeübt. Aber Gott selbst ruft uns auf, dass wir üben. Und Üben geht niemals ohne Disziplin. So war das jedenfalls bei mir in der Schule und beim Klavierunterricht. Und so ist es auch bei jedem einzelnen Schüler und Studenten. Aber Üben ohne ein Ziel vor Augen wird zur Plackerei und Schinderei.

Stell dir den kleinen Karl vor. Seine Eltern haben ihn zum Gitarrenunterricht angemeldet. Jeden Nachmittag sitzt er nun im Wohnzimmer und quält sich durch die Noten, während seine Freunde im Park Fußball spielen. Das ist Disziplin ohne Ziel. Stell dir aber vor, der kleine Karl wird an einem Nachmittag, während er Gitarre übt, von einem Engel besucht. In einer Vision nimmt ihn der Engel mit in die fertiggestellte Elbphilharmonie. Ihm wird ein Gitarrenvirtuose gezeigt, dessen Finger auf den Saiten des Instruments tanzen und der spielt wie von einem anderen Stern. Er entlockt dem Instrument so wunderschöne Töne, wie der kleine Karl sie niemals zuvor hörte. Fasziniert schaut der Junge dem Gitarristen auf der Bühne zu. „Na, was denkst du, Karl?“, fragt der Engel. Der Kleine flüstert ehrfürchtig: „Wow!“

Die Vision schwindet, und der Engel steht wieder bei Karl im Wohnzimmer. „Karl“, sagt der Engel, „der Gitarrist, den du eben gesehen hast, das bist DU in einigen Jahren. Aber dafür musst du üben!“ Darauf lässt der Engel den Jungen allein zurück. Wird der Kleine von nun an anders üben? Auf jeden Fall! Denn nun hat er ja ein Ziel vor Augen. Natürlich muss er auch jetzt noch hart arbeiten, aber es ist keine Plackerei mehr.

Mit unserem Gebetsleben, mit unseren geistlichen Übungen ist es nicht anders. Wir müssen verstehen, wer wir eines Tages sein werden. Wir brauchen einen Blick dafür, wo die Reise hingeht. Und Gott zeigt uns das Ziel: „*Denn die er zuvor ersehen hat, die hat er auch vorherbestimmt, dem Ebenbild seines Sohnes gleichgestaltet zu werden, damit er der Erstgeborene sei unter vielen Brüdern*“ (Römer 8,29). „*Geliebte, wir sind jetzt Kinder Gottes, und noch ist nicht offenbar geworden, was wir sein werden; wir wissen aber, dass wir ihm gleichgestaltet sein werden, wenn er offenbar werden wird; denn wir werden ihn sehen, wie er ist*“ (1. Johannes 3,2).

Jesus erwartet, dass wir beten. Dies sollen wir in unserer persönlichen „stillen Zeit“ mit Gott tun. Aber unser Text spricht nicht allein von unserem persönlichen Gebet, sondern auch über das Gebet in Gemeinschaft.

### b) Gebet in Gemeinschaft

Auch das gemeinsame Gemeindegebet ist wichtig. In der Arche betrifft dies vor allem die Gebetsstunde am Dienstag und am Sonntagmorgen vor dem Gottesdienst, aber auch das Gebet in den Hauskreisen und unsere jährlichen Fasten- und Gebetstage.

Interessant ist, dass Jesus uns in Matthäus 6 im Plural beten lehrt. Vers 9: „*Deshalb sollt ihr auf diese Weise beten: Unser Vater, der du bist im Himmel!*“ Vers 12: „*Und vergib uns unsere Schuld.*“ Vers 13: „*Führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.*“ Jesus lehrt uns das Vaterunser und gibt diesem Gebet eine Form, die mehr an ein gemeinsames als an ein individuelles Gebet erinnert. Natürlich kann man dieses Gebet auch für sich alleine beten. Aber wenn wir das tun, erinnern uns die Worte daran, dass wir es als Teil einer Familie sprechen.

Einen weiteren Gemeinschaftsaspekt finden wir in Vers 5: *„Und wenn du betest, sollst du nicht sein wie die Heuchler; denn sie stellen sich gern in den Synagogen und an den Straßenecken auf und beten, um von den Leuten bemerkt zu werden. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon empfangen.“* Da gab es also Menschen, die in den Gotteshäusern und an Straßenecken mit ihrem Gebet auffallen und sich von der Menge der anderen abheben wollten. Sie wollten herausstechen und für ihr Gebet bewundert werden.

Dieser Vers wendet sich natürlich nicht gegen lautes, öffentliches Gebet, sondern gegen Menschen, die mit ihrem Gebet Aufmerksamkeit erhaschen wollen. Das ist etwas ganz anderes, als wenn Christen in echter Gemeinschaft und in Einheit zusammenkommen, um Gott anzubeten. Da sticht keiner hervor und schmückt sich mit seiner Rhetorik. Wir beten zusammen – nicht um Einzelne zu erheben, sondern um eins zu sein mit unseren Brüdern und Schwestern in der Gemeindefamilie.

In Vers 6 sagt Jesus: *„Du aber, wenn du betest, geh in dein Kämmerlein und schließe deine Türe zu und bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der ins Verborgene sieht, wird es dir öffentlich vergelten.“* Dieser Vers lehrt uns, dass das Gebet des Einzelnen im Kämmerlein unerlässlich ist. Das gemeinsame Gebet sollte niemals das persönliche Gebet in der Stille ersetzen. Aber wenn wir alleine im Gebet sind, sind wir mehr versucht, gedanklich in die Ferne zu schweifen, als wenn wir in Gemeinschaft beten.

Beides ist wichtig. Je ernsthafter wir alleine beten, desto machtvoller wird unser öffentliches Gebet sein. Und je intensiver das Gebet in der Gruppe, desto mehr werden wir Gott hinter verschlossener Tür suchen.

Auf dem Gebet liegt eine wunderbare Verheißung, denn Jesus sagt: *„Euer Vater weiß, was ihr benötigt, ehe ihr ihn bittet“* (V.8). Das ist eine große Ermutigung! Unser himmlischer Vater ist nicht abgeneigt, uns Gutes zu tun, denn Er ist ein Vater, kein Feldherr. Und als Vater weiß Er, was wir als Seine Kinder benötigen – und das gibt Er

gerne. Darum musst du dir keine Sorgen um deine Nöte machen!

Charles Spurgeon meint: *„Ich kann mir nicht vorstellen, dass irgendjemand von euch sein Kind quälen würde, indem er in ihm einen Wunsch erzeugt, den er gar nicht erfüllen will. Es wäre furchtbar, den Armen erst Almosen anzubieten und die Gaben dann zurückzuziehen, wenn sie ihre Hände danach ausstrecken. Es wäre furchtbar, Kranke in ein Krankenhaus zu bringen, um sie dort ohne Pflege und Fürsorge einfach sterben zu lassen. Wenn Gott dich in das Gebet leitet, dann will Er dir geben.“*

## II. FASTEN

### a) Fasten wird von Gott erwartet

Genau wie bei dem Gebet geht Jesus auch beim Fasten davon aus, dass Seine Jünger dies tun. Er sagt in unserem Text: *„Wenn ihr fastet, sollt ihr nicht sauer dreinsehen wie die Heuchler; ...<sup>17</sup> Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht,<sup>18</sup> damit du dich nicht vor den Leuten zeigst mit deinem Fasten, sondern vor deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der in das Verborgene sieht, wird dir's vergelten“* (Matthäus 6,16-18).

Auch in Matthäus 9 spricht Jesus davon, dass Seine Kinder in Seiner Abwesenheit fasten werden. *„Da kamen die Jünger des Johannes zu ihm und sprachen: Warum fasten wir und die Pharisäer so viel, deine Jünger aber fasten nicht?<sup>15</sup> Und Jesus sprach zu ihnen: Können die Hochzeitsgäste trauern, solange der Bräutigam bei ihnen ist? Es werden aber Tage kommen, da der Bräutigam von ihnen genommen sein wird, und dann werden sie fasten“* (V.14-15).

Wayne Grudem schreibt dazu: *„Obwohl das Neue Testament nicht ausdrücklich verlangt, dass wir fasten, oder besondere Zeiten ansetzt, zu denen wir fasten müssen, setzt Jesus sicherlich voraus, dass wir fasten werden, denn er sagt zu seinen Jüngern: ‚Wenn ihr aber fastet‘ (Mt 6,16). Außerdem sagt Jesus auch: ‚Es werden aber Tage kommen, da der Bräutigam von ihnen weggenommen sein wird, und dann werden sie fasten‘ (Mt 9,15). Er ist der Bräutigam, wir sind seine Jünger, und während dieses*

*gegenwärtigen Gemeindezeitalters ist er von uns ‚weggenommen‘ bis zu dem Tag, an dem er wiederkommen wird.“<sup>2</sup>*

Doch leider scheint dies bei nur wenigen Christen eine regelmäßige Übung zu sein. Martin Lloyd Jones stellte fest: *„Unter uns Evangelikalen ist das Thema Fasten fast verschwunden, sozusagen völlig aus unserem Gesichtsfeld gerückt. Wie oft und in welchem Maß haben wir schon über das Fasten nachgedacht? Welchen Platz nimmt das Fasten in unserer ganzen Sicht des Lebens eines Christen und der Disziplin in einem christlichen Leben ein? Dringt diese Wahrheit überhaupt noch in unser Denken durch? Ich denke, sehr selten!“<sup>3</sup>* Ich befürchte, er hat recht!

### **b) Was ist biblisches Fasten?**

Biblisches Fasten ist der freiwillige Verzicht auf Nahrung um geistlicher Absichten willen. Fasten ist nicht der Verzicht auf Nahrung, um abzunehmen. Dafür gibt es Weight Watchers und andere Programme. Biblisches Fasten ist mehr, als nur Abstand von Nahrung zu nehmen. Ohne geistliche Zielsetzung wird das Fasten zur Plackerei.

Jemand berichtete Folgendes: *„Ich habe bei verschiedenen Gelegenheiten gefastet, und nichts geschah. ... Vor einigen Jahren sprachen einige Pastoren über das Fasten. Auf ihre Empfehlung hin versuchte ich es das erste Mal. Sie sagten, es sei in der Bibel befohlen und sollte von jedem Christen praktiziert werden. Da ich ein Christ war, entschied ich mich dazu. Nachdem ich es mehrere Tage vor mir hergeschoben hatte, fasste ich genügend Mut, um zu beginnen. Ich konnte nicht mit meiner Familie am Frühstückstisch sitzen, weil ich nicht genügend Willenskraft hatte, nichts zu essen. Also ging ich zur Arbeit. Die Kaffeepause war kaum auszuhalten, und ich log ein wenig, als ich gefragt wurde, warum ich heute nicht mit den Kollegen zusammen Pause machte. Alles, worüber ich nachdenken konnte, war, wie hungrig ich doch war. Ich sagte mir: ‚Wenn ich es irgendwie durch diesen Tag schaffe, dann*

*werde ich es nie wieder tun!‘ Der Nachmittag war noch schlimmer. Ich versuchte, mich auf meine Arbeit zu konzentrieren, aber alles, was ich hörte, war das Knurren meines Magens. Meine Frau bereitete für sich und die Kinder ein Abendessen zu, und es roch sehr gut. Ich überlegte mir, dass ich den ganzen Tag gefastet hätte, wenn ich bis Mitternacht durchhalten würde. Und so kam es. Direkt um 12 Uhr nachts vergrub ich mich in den Speisen unseres Kühlschranks. Ich glaube nicht, dass mir das Fasten auch nur ein wenig geholfen hat.“* Dieser Mann hatte kein Ziel vor Augen. Er wusste nicht, wofür und weswegen er fastete. Ohne eine erkennbare Absicht kann das Fasten eine erbärmliche, elende und jämmerliche Sache sein.

Donald Whitney führt in seinem Buch „Geistliche Disziplinen“ verschiedene Kategorien auf, die uns zeigen, warum und wofür wir biblisch fasten.

Zuvor aber ist es wichtig, daran zu erinnern, dass wir mit Fasten Gott nicht beeindrucken können. Darum geht es Jesus besonders auch in unserem gelesenen Text. Wir können mit Fasten keine höhere Akzeptanz bei Ihm erwirken. Wir sind vor Gott allein durch das Werk Jesu Christi angenehm gemacht und sind gerecht durch an den Glauben an Ihn, nicht aber durch unsere Werke. Fasten ist demnach also keine gesetzliche Vorschrift, sondern eine Möglichkeit und Einladung, um Segnungen zu empfangen.

### **Das Gebet stärken**

Johannes Calvin sagte: *„Wann immer Menschen zu Gott in irgendeiner Sache beten, ist es sinnvoll, das Gebet durch Fasten zu begleiten.“*

Immer wieder haben Kinder Gottes gefastet, wenn sie dringende Angelegenheiten vor den Vater bringen wollten. Als z. B. Esra eine Gruppe von Exiljuden nach Jerusalem zurückbrachte, rief er eine Zeit des Fastens aus, um den Herrn für eine sichere Reise zu bitten, denn ohne militärischen Schutz war die Gruppe vielen Gefahren ausgesetzt. *„So fasteten wir und erbaten solches von unserm Gott; und er erhörte uns“ (Esra 8,23).*

<sup>2</sup> „Biblische Dogmatik“, Wayne Grudem, Seite 433

<sup>3</sup> „Bergpredigt“, D. Martin Lloyd-Jones, 2004, Seite 39

Fasten ist kein geistlicher Hungerstreik, mittels dem wir Druck auf Gott ausüben und Ihn zwingen könnten, auf unsere Bitten zu reagieren. Gott hört gerne die Gebete Seiner Kinder, und Er freut sich, wenn wir die Gebete durch das Mittel des Fastens verstärken, das Er selbst angeordnet hat.

*„Als ich aber diese Worte hörte, setzte ich mich nieder und weinte und trug Leid tagelang und fastete und betete vor dem Gott des Himmels“ (Nehemia 1,4; Nehemias Trauer um Jerusalem). „Und ich kehrte mich zu Gott, dem Herrn, um zu beten und zu flehen unter Fasten“ (Daniel 9,3). Die Gemeinde in Antiochia sandte Barnabas und Paulus auf die erste Missionsreise aus: „Da fasteten sie und beteten und legten die Hände auf sie und ließen sie ziehen“ (Apostelgeschichte 13,3).*

Fasten beeinflusst das Gebet also in stärkender Weise. Es ist einer der besten Freunde des Gebets.

### **Gottes Leitung und Führung erbitten**

In Richter 20 bereiten sich z. B. 11 Stämme Israels vor, gegen den Stamm Benjamin in den Krieg zu ziehen, nachdem in einer der Städte Benjamins ein schreckliches Verbrechen begangen worden war. Bevor sie in den Kampf zogen, suchten sie den Herrn. Doch obwohl ihre Zahl 15-mal so groß war wie der im Vergleich dazu kleine Stamm Benjamin, verloren sie an nur zwei Tagen Tausende von Männern.

Beim dritten Mal suchten sie nicht nur Gottes Führung und Leitung, sondern sie fasteten: *„Da zogen alle Israeliten, das ganze Kriegsvolk, hinauf und kamen nach Bethel und hielten Klage und blieben dort vor dem HERRN und fasteten an diesem Tag bis zum Abend und opferten Brandopfer und Dankopfer vor dem HERRN. ...<sup>28</sup> Der HERR sprach: Zieht hinauf; morgen will ich sie in eure Hände geben“ (Richter 20,26+28). Nachdem sie gefastet hatten, gab der Herr ihnen den Sieg.*

Gemäß Apostelgeschichte 14, 23 fasteten auch Paulus und Barnabas, bevor sie Älteste einsetzten: *„Und sie setzten in jeder Gemeinde Älteste ein, beteten und fasteten und befahlen sie dem Herrn an.“*

Fasten garantiert nicht die Gewissheit, klare Führung von Gott zu erhalten, aber recht angewandt macht es uns empfänglich für den, der uns führt und leitet.

### **Betrübnis zum Ausdruck bringen**

Wenn die Bibel vom Fasten spricht, dann tut sie es bei drei von vier Malen in Verbindung mit dem Ausdruck von Kummer und Betrübnis.

Die Israeliten, die in Richter 20 fasteten, taten dies nicht allein, um Führung von Gott zu erhalten, sondern auch um ihre Trauer auszudrücken, dass 40.000 Männer ihres Volkes zuvor im Kampf gefallen waren. *„Als die Leute von Jabesch in Gilead hörten, was die Philister Saul angetan hatten,<sup>12</sup> machten sich alle streitbaren Männer auf und gingen die ganze Nacht hindurch und nahmen die Leichname Sauls und seiner Söhne von der Mauer zu Bet-Schean und brachten sie nach Jabesch und salbten sie dort.<sup>13</sup> Und sie nahmen ihre Gebeine und begruben sie unter dem Tamariskenbaum bei Jabesch und fasteten sieben Tage“ (1. Samuel 31,11-13).*

*„Da fasste David seine Kleider und zerriss sie, und ebenso taten alle Männer, die bei ihm waren,<sup>12</sup> und sie hielten Totenklage und weinten und fasteten bis zum Abend um Saul und seinen Sohn Jonathan und um das Volk des HERRN und um das Haus Israel, weil sie durchs Schwert gefallen waren“ (2. Samuel 1,11-12).*

Jonathan, der Sohn Sauls, fastete zudem als Ausdruck seiner Betrübnis über die Sünde seines Vaters Saul, der David töten wollte: *„Da merkte Jonathan, dass es bei seinem Vater fest beschlossen war, David zu töten,<sup>34</sup> und stand vom Tisch auf in grimmigem Zorn und aß am zweiten Tage nach dem Neumond nichts; denn er war bekümmert um David und dass ihm sein Vater solchen Schimpf antat“ (1. Samuel 20,33-34).*

Wenn wir fasten, kann dies Ausdruck unseres Kummers bezüglich unserer eigenen Sünden sein (Jona 3,5-8), aber auch bezüglich der Sünden anderer. Unser Herz ist betrübt aufgrund der Sünde in unserem Land. Deswegen wollen wir auch beten für die Obrigkeit und die Politik.

**Befreiung und Schutz erbitten**  
(2. Chronik 20,2-4; Esra 8,21-23)

**Buße und Umkehr ausdrücken**  
(Jona 3,5-8)

**Sich vor Gott demütigen**  
Psalm 35, 13: *„Ich aber legte das Trauergewand an, als sie krank waren; ich beugte meine Seele mit Fasten und betete gesenkten Hauptes für sie.“*

**Sorge um das Werk des Herrn zum Ausdruck bringen**  
(Nehemia 1,3-4)

**Versuchungen überwinden und sich Gott weihen**  
Jesus in der Wüste (Matthäus 4,1-11)

**Liebe und Anbetung zum Ausdruck bringen**  
(Lukas 2,37)

Wayne Grudem fasst all dies in der „Biblischen Dogmatik“ folgendermaßen zusammen: *„Das Fasten begleitete also in vielen Situationen auf geeignete Weise das Gebet: in Zeiten der intensiven Fürbitte, Buße, Anbetung und des Suchens göttlicher Leitung.“*

Wenn wir fasten, tun wir dies mit einer göttlichen Absicht und Zielsetzung. Durch das Fasten können wir uns weder etwas bei Gott verdienen noch Ihn dazu zwingen, das zu tun, was wir wünschen.

Und doch liegt eine wunderbare Verheißung auf dem Fasten. Denn Jesus sagt: *„Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, <sup>18</sup> damit du dich nicht vor den Leuten zeigst mit deinem Fasten, sondern vor deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der in das Verborgene sieht, wird dir's vergelten“* (Matthäus 6,17-18). Gott wird das biblische Fasten Seiner Kinder segnen! Amen.