

Geistliche Muntermacher

Was tut meinem Glauben gut?

THEMENVORSCHLAG FÜR
EINE KLEINGRUPPE MIT
INTERAKTION:

 **NACHLESEN**

 **AKTION**

 **FRAGEN**

 **AUSTAUSCH**





**Auch online
verfügbar:**
www.KGT.lgv.org



scorrapong - istock

Zwischen Ostern und Pfingsten bietet der Liebenzeller Gemeinschaftsverband im Rahmen von ER:FÜLLT 2020-LGV Pfingsttreffen die Aktion „7und40 – beten und fasten“ an. In den 47 Tagen zwischen Ostermontag und Pfingstsonntag laden wir ein, uns gemeinsam im Gebet auf das Pfingsttreffen an Pfingstmontag, den 1. Juni 2020, vorzubereiten und Gott um Erneuerung zu bitten. Während für viele Christen „Gebet“ ein sehr bekanntes und vertrautes Thema ist, scheint „Fasten“ eine unterentwickelte Rolle im christlichen Alltag zu spielen. Mit dieser Einheit „Fasten – die geistliche Dimension des Fastens neu entdecken“ möchte ich gemeinsam mit Ihnen anschauen, was Jesus zu diesem Thema zu sagen hat. Mein Ziel ist es, dass wir durch die Bibelbetrachtung neuen Appetit aufs Fasten bekommen.

..... 
Welche Erfahrungen haben Sie bisher mit dem Thema Fasten gemacht? Wie geht es Ihnen persönlich damit?
Welche Fragen kommen Ihnen zu diesem Thema?
.....

..... 
Beten Sie, dass Gott Ihnen die Texte in der Bibel durch seinen Heiligen Geist aufschließt und lebendig macht.
.....

In dieser Ausarbeitung sind vor allem 2 Texte ausgewiesen, die Sie als Gruppe miteinander lesen sollen. Es empfiehlt sich darüber hinaus auch die zahlreichen Verweisstellen in das gemeinsame Gespräch einzubeziehen.

1. FASTEN ALS GEISTLICHE ÜBUNG

In der Bergpredigt spricht Jesus über falsche und wahre Frömmigkeit. Insbesondere geht er dabei auf drei geistliche Übungen näher ein: das Almosengeben (Mt 6,2-4), das Gebet (V. 5-15) und das Fasten (V. 16-18).



.....
Lesen sie gemeinsam Matthäus 6, 16-18
.....

Wenn der Glaube an Gott lebendig ist, wird er seine Auswirkungen haben. Eine dieser geistlichen Lebensäußerungen ist das Fasten. Jesus geht bei seinen Jüngern ganz selbstverständlich von dieser geistlichen Praxis des Fastens aus. Er sagt nicht *falls* ihr fastet, sondern *wenn* ihr fastet. Zur Zeit des Neuen Testaments war Fasten eine bekannte geistliche Übung. Jesus selbst fastet vor Beginn seines öffentlichen Wirkens 40 Tage in der Wüste (Mt 4,2). Für die Jünger von Johannes dem Täufer sowie für die Pharisäer war das Fasten ebenfalls ein wichtiger Bestandteil ihrer geistlichen Praxis (vgl. Mt 9,14; Lk 18,12).



.....
Praktizieren Sie geistliche Übungen?

Wenn ja, welche?

Welche fallen Ihnen leicht, mit welchen tun Sie sich schwer?

Kennen Sie Menschen, die regelmäßig fasten?

Was wissen Sie darüber?
.....

2. VERSCHIEDENE ARTEN DES FASTENS

Fasten wird in der Bibel als selbständige geistliche Übung oder in Verbindung mit Gebet beschrieben. Bei letzterem eröffnet das Fasten die Möglichkeit zum intensiven Gebet. Generell finden wir in der Bibel das regelmäßige Fasten (vgl. Mt 6,16; Apg 13,2) sowie das Fasten in besonderen Situationen. Einige Beispiele seien hier erwähnt:

- a) Vorbereitung auf einen geistlichen Dienst, z.B. Einsetzung von Missionaren oder Ältesten (vgl. Apg 13,3; 14,23, vgl. Mt 4,2).
- b) Bitte um Gottes Eingreifen in Notsituationen (vgl. 2Chr 20,3).
- c) Ausdruck der Umkehr und Hinwendung zu Gott (vgl. Jona 3,5; Joel 2,12.13).



.....
Wir haben keine spezifischen Informationen wie genau das Fasten zum Beispiel bei der Aussendung der Missionare oder der Einsetzung der Ältesten in der Apostelgeschichte ausgesehen hat. Aber warum spielt das Fasten hier offensichtlich eine markante Rolle?

Wie könnte das Fasten ganz praktisch ausgesehen haben?

Könnten Sie sich so etwas in Ihrem Gemeindekontext vorstellen?
.....

3. KEINE FROMME SCHAUSPIELEREI!

Mit Nachdruck tritt Jesus gegen jede Art der zur Schau-stellung der eigenen Frömmigkeit ein. Geistliche Übungen sind Lebensäußerungen eines lebendigen Glaubens, aber sie verlieren ihren Wert, wenn sie um der Menschen willen ausgeübt werden. Der Gläubige soll sich sein Fasten nicht äußerlich anmerken lassen (etwa durch Vernachlässigung der Körperpflege) und so die Aufmerksamkeit auf falsche Weise auf sich ziehen. Der Fastende sucht die intensive Begegnung mit Gott und nicht die Bewunderung der Menschen (vgl. Apg 5, 1-11; 1Kor 13,1-3).



.....
Wie öffentlich leben Sie Ihren Glauben?

Wo wäre es richtig und sinnvoll den Glauben öffentlich (stärker) auszuleben und wo ist Ihrer Meinung nach Zurückhaltung angebracht?
.....

4. DIE BELOHNUNG

Wer Gott im Verborgenen sucht, der wird von ihm belohnt werden. Darauf legt Jesus in seinen Ausführungen in Matthäus 6,1-16 viel Wert. Mit dem Lohn-Gedanken tun wir uns manchmal schwer, weil er gewiss missverständlich ist. Wir können uns vor Gott nichts verdienen, denn unser Leben und unser Glaube ist ein Geschenk. Alles, was wir sind und tun, vermögen wir nur durch Gottes Kraft (vgl. Joh 15,5). Gleichzeitig ermutigt uns Jesus, dass gelebter Glaube von Gott gesehen und gesegnet wird. Neben der Aussicht auf einen ewigen Lohn (vgl. Röm 6,23) veranschaulicht Jesus in Matthäus 6,33 Gottes Versorgen in ganz lebenspraktischen Dingen (Nahrung und Kleidung). Mit anderen Worten: wenn *wir* Gott und sein Reich suchen, wird *er* sich um unsere Belange kümmern (vgl. Ps 37,4). Der größte Lohn ist jedoch Gott selbst, *der Vater, der im Verborgenen ist* (Mt 6,18). Gott zu erkennen, darin besteht das Leben (vgl. Joh 17,3; Eph 1,17).

5. HINGABE AN GOTT

Die geistliche Übung des Fastens ist eine Möglichkeit der Gottesbegegnung. Sie bietet eine Form, meiner Hingabe an Gott Ausdruck zu verleihen:

- a) **Durch das Fasten lebe ich freiwilligen Verzicht:** Ich drücke damit aus, dass ich mich von den (materiellen) Dingen dieser Welt nicht ausfüllen oder gefangen nehmen lassen will. Das Fasten hilft eine gesunde Distanz zu setzen und mich neu an Gottes Willen auszurichten (vgl. Röm 12,1.2 – das Leben als Gottesdienst). Gerade in einer Zeit des Überflusses kann das Fasten diesbezüglich ein wichtiges Hilfsmittel sein, vom Angebot der materiellen Möglichkeiten nicht aufgesogen zu werden.
- b) **Durch das Fasten lebe ich freiwillige Hingabe:** Gott, dem ich mein Leben verdanke, stelle ich mich zur Verfügung.

Im Fasten verdeutliche ich meine Abhängigkeit von Gott. Bei der Einsetzung der Missionare und der Ältesten z.B. wird durch das Fasten sowohl die Hingabe als auch das Angewiesensein auf Gottes Wirken unterstrichen (Apg 13,3; 14,23).

c) Durch das Fasten veranschauliche ich meinen Hunger nach Gott: Nach 40 Tagen Fasten in der Wüste hungerte Jesus. Als der daraufhin vom Teufel versucht wird, antwortet Jesus, worin das wahre Leben zu finden ist: „Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von einem jeden Wort, das aus dem Mund Gottes geht.“ (Mt 4,4). Die tiefe Sehnsucht des Lebens nach Beziehung, Heimat und Erfüllung kann nur in Gott gestillt werden kann (vgl. Ps 63,4).



.....
 Wo stehen Sie in Gefahr, sich von den (guten) Dingen dieser Welt gefangen nehmen zu lassen? Was bindet in einem un-guten Maß Ihre Zeit, Geld und Energie?
 Was hilft Ihnen, Gott im Zentrum zu behalten?
 Wie könnten diesbezüglich das Fasten oder andere geistliche Übungen eine Unterstützung sein?

6. JETZT IST DIE ZEIT DES FASTENS!

In einem weiteren Text spricht Jesus über das Fasten und warum seine Jünger fasten sollen/werden:



.....
 Lesen Sie gemeinsam Matthäus 9,14.15

Dieser Text ist ein Gleichnis für den Grund und die Zeit des Fastens. Im Bild des Gleichnisses ist Jesus der Bräutigam. Als er bei seinen Jüngern war, gab es keinen Anlass zu fasten. Aber die Zeit der Trennung wird kommen. Und in dieser Zeit, so Jesus, werden auch seine Jünger fasten. Jesus spricht von der Zeit zwischen seiner Himmelfahrt und Wiederkunft. In dieser Zeit seiner sichtbaren Abwesenheit werden seine Jünger fasten.

Diese Zwischenzeit ist eine besondere Zeit. Sie ist geprägt von einem „schon jetzt“ und „noch nicht“. Als Christen leben wir schon jetzt in einer Beziehung mit Jesus, Gottes Geist wohnt in uns und wir haben einen Gott im Himmel, den wir „Abba, Vater“ nennen. Aber wir leben noch nicht im Schauen, sondern im Vertrauen. Wir sehen Gott nicht. In dieser Zwischenzeit haben wir Sehnsucht nach ihm. Die Christen der ersten Gemeinden haben diese Sehnsucht mit dem Ausruf „Maranatha“ „Unser Herr, komm!“ geprägt (1Kor 16,22).

Die geistliche Übung des Fastens ist nun eine Hilfe, diese Sehnsucht aufrechtzuerhalten, Ausschau zu halten auf den Tag, an dem wir ihn, Jesus, von Angesicht zu Angesicht sehen werden. Die geistliche Übung des Fastens ist eine Form des Nicht-Vergessens. Sie hilft uns zu erinnern, dass das Beste noch kommt, die Vollendung noch aussteht. Wer fastet, hat eine Hoffnung, die über die Versprechen dieser Welt hinausreicht. Wer fastet, wartet auf

Jesus, den wiederkommenden Herrn. Wer fastet, nährt seinen geistlichen Hunger nach Gott.

Gleichzeitig hat dieses Verlangen unsererseits eine Entsprechung in der Sehnsucht Jesu nach seinen Brüdern und Schwestern: „Vater, ich will, dass, wo ich bin, auch die bei mir seien, die du mir gegeben hast, damit sie meine Herrlichkeit sehen, die du mir gegeben hast“ (Joh 17,24, vgl. Joh 15,9; Offb 22,20). Bei seiner Wiederkunft wird sich Jesus freuen, wenn er von seiner Gemeinde erwartet wird (vgl. Lk 18,8; Mt 25,1-13).

7. PRAKTISCHE ÜBERLEGUNGEN

1. „Verachte nicht den Tag der kleinen Anfänge.“ Im normalen Alltag kann ich mir persönlich nicht vorstellen, einen oder mehrere Tage auf Essen zu verzichten. Aber ich schaffe den Verzicht auf eine oder zwei Mahlzeiten.
2. Wer über mehrere Tage auf Nahrung verzichtet oder sich eingeschränkt ernährt, sollte sich unbedingt über gesundheitliche Aspekte informieren (Grundregeln für Fastende) bzw. sich medizinischen Rat einholen (z.B. bei Einnahme von Medikamenten, Schwangerschaft etc.)!
3. Lernen Sie von den Erfahrungen anderer.
4. Die geistliche Übung des Fastens geht mit dem Verzicht auf Lieblosigkeit einher (vgl. Jes 58,1-12).
5. Machen Sie es konkret. Planen Sie z.B. einen Tag, an dem Sie fasten. Auf was, wollen Sie verzichten? Welche geistlichen Anliegen wollen Sie vor Gott bringen? Vielleicht finden Sie jemand, mit dem Sie gemeinsam fasten können.



.....
 Welche Fragen zum Thema sind offen geblieben?
 Welche konkreten Schritte möchten Sie umsetzen?



.....
 Beenden Sie den Abend mit einer Gebetsgemeinschaft. Danken Sie Gott für seine Liebe zu Ihnen, die in Jesus un-überbietbar sichtbar geworden ist. Beten Sie füreinander, dass Gott Ihnen die Gnade schenkt, Ihr Leben ihm immer wieder neu zur Verfügung zu stellen.



FRANK CLAUS

... ist verheiratet mit Conny. Sie haben vier Kinder. Er lebt und arbeitet als LGV-Gemeinschaftspastor in Ihringen a.K. Außerdem koordiniert er ER:FÜLLT, das LGV-Pfingsttreffen.