



Fasten - für die Gesundheit oder für Gott?

Eine
Karfreitagspredigt

+ Josef, Bischof

Version 1.0
21.04.2017



Eine Predigt über das Fasten

Wir befinden uns am Ende der Quadragesimä, der 40-tägigen Fastenzeit vor Ostern. In dieser Zeit hat die Kirche verordnet, dass sich die Gläubigen in Fasten üben.

Früher galt es als ein strenges Gesetz, welches von der ganzen katholischen Bevölkerung zu beachten war. Heute ist dies fast gänzlich ‘Geschichte’ und ‘Privatsache’; es wäre auch niemand mehr da, der die Einhaltung des Gebotes überwachen würde. Viele, welche noch irgend eine Beziehung zum Glauben haben, nehmen diese Zeit zum Anlass, über ihr Konsumverhalten als Ganzes nachzudenken: Rauchen, Trinken, Fernsehen, Essverhalten - von all dem etwas weniger, alles etwas bewusster; insbesondere vielleicht weniger Fleischgenuss. Man denkt dabei meist eher an sich als an Gott. Die Fastenzeit ist Anlass für eine Diät, um abzunehmen, etwas für die Gesundheit zu tun, etwas, das Leib und Seele gut tut.

Ist das ein Fasten vor Gott? Zählt diese Art des Fastens als kirchliches Fasten? Bringt es uns näher zu Gott und zu seinem Reich? Oder zählt nur jenes Fasten als religiöses Fasten, welches man es um des kirchlichen Gebotes willen hält?

Wir haben gelernt: Die Absicht macht den Unterschied, die Intention. Das Fasten, in welches der Mensch sich mehr aus Lust und Laune begibt, werden wir sagen, zählt nicht als ein Fasten vor Gott. Wie sollte es auch, wenn der Mensch, der fastet, dabei nicht an Gott denkt? Wenn er sein sichtbares Leben nicht betend mit dem Unsichtbaren verbindet?

Wenn einer nur tut was er selbst will, nach eigenem Massstab, vor allem, wenn er nur ein irdisches Ziel hat, ein Ziel nach dem Motto ‘Fit for Fun’, das trägt schon das Merkmal des

Eine Predigt über das Fasten

Unglaubens und der Selbsterlösung in sich. Andererseits: Die verbreitete Suche nach einer eigenen Form des Fastens, nach einem sinnvollen Fasten, das könnte uns durchaus auch wieder näher zu Gott bringen; hat nicht die Kirche selbst das Fasten dem Sinn und der Form nach immer wieder verändert, mal ausgedehnt, dann wieder gelockert?

Wir könnten im Weiteren fragen: Was hat Gott davon, wenn wir für ihn fasten? Was macht es für einen Unterschied, ob ich für Ihn oder für mich selbst faste?

Ganz grundlegend zielt das Fasten auf eine Befreiung des Menschen ab, wie es heisst:

Ist ein Fasten, an dem ich Gefallen habe, etwa wie dies: Ein Tag, an dem der Mensch sich demütigt? Seinen Kopf zu beugen wie eine Binse und sich in Sacktuch und Asche zu betten? Nennst du das ein Fasten und einen dem HERRN wohlgefälligen Tag? Ist nicht vielmehr das ein Fasten, an dem ich Gefallen habe: Ungerechte Fesseln zu lösen, die Knoten des Joches zu öffnen, gewalttätig Behandelte als Freie zu entlassen und dass ihr jedes Joch zerbricht? Besteht es nicht darin, dein Brot dem Hungrigen zu brechen und dass du heimatlose Elende ins Haus führst? Wenn du einen Nackten siehst, dass du ihn bedeckst und dass du dich deinem Nächsten nicht entziehst? (Jes. 58,5-7).

Wir lernen aus diesem Text: Es geht beim Fasten vor Gott nicht

Eine Predigt über das Fasten

zuerst um den eigenen Vorteil, sondern um den Vorteil des Mitmenschen. Es geht um den Vorteil dessen, der nach dem Bilde Gottes geschaffen ist.

Die Grundlage der 40ig-tägigen Fastenzeit der Kirche ist das 40ig-tägige Fasten Jesu, von dem die Evangelien berichten. Er fastete zu Beginn seiner öffentlichen Predigt- und Lehrtätigkeit. Und er lehrte, um diejenigen zu erreichen, welche nicht fähig waren, den Ansprüchen der Gesetzeshüter gerecht zu werden; um solchen zu helfen, welche entweder Gefangene der Religion waren oder bereits als verloren betrachtet wurden.

Geführt vom Heiligen Geist begab er sich in die Wüste, abseits von der Zivilisation mit ihren Annehmlichkeiten. Wie einst Israel Ägypten verliess, um Gott in der Wüste zu dienen. Denn diese Zivilisation, die damalige wie die heutige, macht den Menschen zu einem Sklaven: Sie sagt dir, wie viel du arbeiten und verdienen sollst; wie du dich ernähren und kleiden sollst; sie sagt dies mittels der Werbung, mittels Vernunft und Wissenschaft, und mit Drohungen. Wer nicht mitmacht, wird möglicherweise gemobbt oder verliert seinen Arbeitsplatz. So tut man Vieles, passt sich an und verbiegt sich, nur um in diese Welt hineinzupassen.

Abstand nehmen und zur Besinnung kommen. Das gehört zum Fasten mit dazu. Wir ahnen das, und deshalb möchten wir sowohl dem Diktat der Zivilisation wie auch den alten Gewohnheiten entfliehen, wo wir diese wahrnehmen. Aber wie weit gehen wir damit? Meist hören wir mit dem Fasten auf, wenn es anfängt, weh zu tun; oder noch mehr: Wir hören dann auf, wenn die Vernunft uns sagt: Du musst essen, damit du

Eine Predigt über das Fasten

gesund bleibst; du brauchst die Vitamine, die Proteine, die ungesättigten Fettsäuren etc. Wir haben ein Menschenbild vor uns, ein Bild, das man uns von der Grundschule an vorzeichnet, und dieses Bild hat eine gewisse Macht über uns: Es ist das Bild eines Menschen, der im Wesentlichen nur Biologie ist. Es ist eigentlich das Bild eines Menschen, der nicht Gott zum Haupt hat, sondern der die Stelle Gottes einnimmt. Die Offenbarung nennt es das Bild des Tieres; und dieses Bild schreibt uns vor, nach rein diesseitigen Berechnungen, was wir zu tun haben, damit es uns gut geht. Aber dieses moderne 'Reich des Tieres' ist voll von körperlich, seelisch oder geistig Kranken; und voll von Leuten, die kein Verbrechen scheuen.

Diese Welt mit all ihren Errungenschaften ist nicht perfekt; ich spüre: Es fehlt etwas in ihr, und sie macht mich krank. Ich bin schon krank. Ich bin vielleicht nicht körperlich krank, aber ich kranke insbesondere daran, dass ich allein bin; dass die Beziehung zu meinem Nächsten nur oberflächlich ist. Es beelendet mich, dass ich sehe, dass die Dinge nicht wirklich besser werden, trotz der zahlreichen Erfindungen und politischen Bemühungen. Ich sehne mich nach etwas ganz Anderem. Ich sehne mich nach Gott und nach dem Himmel, nach einem anderen Gesetz; nach Wirkkräften, welche man nicht mechanisch oder elektronisch messen kann. Ich sehne mich nach jenem Frieden, den die Welt nicht geben kann. Ich sehne mich nach Menschen, welche die Wahrheit erkannt haben.

Jesus ging mit seinem Fasten an diese Grenze, wo die Stimme des Gegenspielers überlaut wurde: Tue dies und tue jenes! riet ihm der Hinderer (der Satan), dann bist du am Ziel. Indessen,

Eine Predigt über das Fasten

alle jene Versprechen zielten nur auf eine Verbesserung seiner äusseren Situation. Es ist genau wie heute. Die Mühen und die Versprechen sind extrem. Aber nur auf das Diesseitige gerichtet. Und sie sind morgen schon überholt.

Die Heilung durch das Fasten beginnt da, wo jene Stimme verstummt. Deshalb ging das Fasten Jesu so weit bis jener von ihm liess. Als der erste Adam jener Stimme nachgab und vom Baum der Erkenntnis nahm, da heisst es, dass die Tiere, die bei ihm waren, ihn verliessen. Und die Engel versperrten ihm den Eingang zum Paradies. Nun aber hier, nachdem Jesus dem Versucher widerstanden hatte heisst es: Engel kamen und dienten ihm, und selbst die wilden Tiere suchten seine Nähe (vgl. Mar. 1,13). Vom Messias (Christus) heisst es, dass er mit dem Himmel bekleidet ist. Durch sein Fasten hat Jesus Christus diesen Himmel auch in unsere Nähe gebracht, und das war auch seine Predigt: Das Himmelreich ist nahe herbeigekommen!

Nun, das einmalige Leben Jesu können wir nicht 1:1 nachleben, zumindest nicht mit dem Willen und der Kraft unseres Fleisches. Selbst mit extremen Fastenübungen vermögen wir nicht das zu schaffen, das er geschafft hat. Aber wie bereits gesagt: Seine Siege hat Er, der Gott-Mensch, für uns errungen, und er gibt uns daran Anteil in den Sakramenten, welche er gestiftet hat.

Es ist eine Kraft in den Sakramenten, welche uns aus dem nurirdischen Sein und Befinden zu befreien vermag. Es liegt aber mit an uns, das Tun unseres Gottes und Erlösers nachzuvollziehen, sich an diesem Tun zu beteiligen. Wir sind aufgefordert, mit Jesus 'an einem Strick' zu ziehen. Zu sagen

Eine Predigt über das Fasten

‘ich bin erlöst’ und zugleich ein uneingeschränkt-nützliches Glied des Systems sein zu wollen, das geht nicht. Natürlich, mit unserem Leibe leben wir hier in dieser Welt, wir verdienen hier unser tägliches Brot, wir leisten einen Betrag, dass es mit der Firma weitergeht. Aber es wäre falsch, dieses System in jeder Hinsicht gut zu heissen. Denn die Religion dieser Welt heisst Selbsterlösung; das wirtschafts-wissenschaftliche System verlangt nach ständiger Verbesserung, nach sich aufopferndem Konzern-Mitarbeitern und nach guten Konsumenten.

Die ungerechte Fessel, von der Jesaja spricht, das ist die innerliche Bindung an dieses Weltsystem, an eine gottfremde Sicht der Welt. Es ist das Weltbild, das moderne Menschenbild, das zu uns spricht, das uns vereinnahmt, und wir merken es oft erst dann, wenn wir seelisch ausgebrannt sind, oder, noch schlimmer, wenn dieses Bild den Glauben in unserem Herzen verdrängt. Wir sind weit mehr damit verstrickt, als wir meinen. Fasten heisst: Abstand gewinnen, diese Bindungen wahrnehmen, sie überwinden.

Es gibt eine innerliche Enthaltensamkeit: Haben als hätte man nicht. Das ist eine gute und nützliche Disziplin, aber von Zeit zu Zeit braucht es das konkrete Fasten. Für uns gilt es, nicht nur uns selbst, sondern auch die Geschwister im Glauben, und wenn möglich auch unseren Nächsten, in die andere Richtung mit zu ziehen. Und wir sollten es zulassen, auch von den Geschwistern mitgezogen zu werden. Es tut gut, zusehen: Da ist ein Anderer, der auch fastet. So hat das verordnete vorösterliche Fasten als ein gemeinschaftliches Fasten gerade in der heutigen Zeit den besonderen Sinn, den Anderen mitzuziehen, ihm ein gutes Vorbild zu geben. Das gemeinsame Fasten, so meine Erfahrung,

Eine Predigt über das Fasten

bringt uns einander näher. Heute, wo der Glaube 'Privatsache' ist, spüren wir in diesem Tun, dass wir ein Gottesvolk sind; dass unser Leben auf das Kommende und Bleibende ausgerichtet ist, nach dem, was dann wirklich neu ist.

Das Fasten soll an Ostern nicht aufhören, wie es auch nicht dem Sinn der Fastenzeit entspricht, sich vorher noch sinnlos auszutoben. Durch das gemeinsame Fasten sollten wir durchaus lernen, in dieser oder jener Sache, wo es nötig erscheint, ein neues Mass zu finden, einen neuen Rhythmus, einen neuen Umgang mit allen Dingen. Alle Dinge können und sollen Gott dienen, wenn wir sie nicht unserem irdischen, fleischlichen oder wirtschaftlichen Nützlichkeitsdenken unterwerfen. Denen, die Gott lieben, heisst es, müssen alle Dinge zum Guten gereichen. Wenn wir die Dinge anders sehen, dann vielleicht auch unseren Mitmenschen; und unser Denken über ihn und unser Reden mit ihm muss ein anderes werden.

Der moderne Mensch hat eine Sehnsucht nach Ganzheit. Aber die Welt in welcher er lebt, die Physik und die Chemie, die Arbeit und die Freizeitaktivitäten, das ist nur die halbe Welt, nur ein Teil der Wirklichkeit. Es ist eine HALBE Welt, welche uns jedoch GANZ vereinnahmen möchte.

Die göttliche Seele im Menschen ist die Ursache seiner Sehnsucht, sie lässt ihn suchen, auch in den Formen des Fastens. Irgendwo steht der unsichtbare Feind, der ihn daran hindert, an den Schöpfer und an den himmlischen Vater zu glauben, der zum Menschen gesprochen hat und auch heute noch zu ihm spricht. Wir Gläubigen sagen, wir sehnen uns nach Gott. Das heisst aber auch, wir sehnen uns nach dem wahren Menschen,

Eine Predigt über das Fasten

nach dem Menschen, der bereit ist, zu Gott umzukehren. Sind wir fähig, den Mitmenschen mit der Stimme Gottes anzusprechen? Nicht nur befehlend, Glaubensgehorsam fordernd wie es in der Vergangenheit der Fall war, sondern auch vernünftig und verständig? Derjenige, welcher unseren Nächsten hindert, das ist auch der, welcher uns hindert.

Wenn wir in dieser Fastenzeit dem Ziel etwas nähergekommen sind, wenn wir das Gefühl haben, etwas verstanden zu haben, so lasst uns an diesem Impuls festhalten, etwas davon bewahren, dass es bei uns bleibe, diese Suche nach dem Leben, die auch darin besteht, immer wieder auf gewisse Dinge zu verzichten; zu verzichten, um jene Ganzheit und Heiligkeit des Lebens zu finden, nach welcher sich ein jeder sehnt.

Der Mensch, welcher heute zu Gott umkehren möchte, der möchte vielleicht mehr wissen über sich selbst, als die Kirche ihn in all den Jahrhunderten gelehrt hat. Das ist ein sehr umfangreiches Thema. Ich möchte sie auf unsere Eingangsfrage beschränken: Kann man Fasten für die Gesundheit und gleichzeitig für Gott? Die Erfahrung und die Offenbarung sagen: Nein, das geht nicht. Der Mensch wird den Fokus (seine Aufmerksamkeit), entweder auf das Wohlbefinden, auf die Gesundheit richten, oder auf Gott. Beides gleichzeitig geht nicht. So wie es heisst: Sei heiss oder kalt. Beides zugleich geht nicht.

Das ist die Hauptlektion, welche die Kirche zu Laodicäa, die Kirche im demokratischen Zeitalter zu lernen hat: Was der Mensch kann und was er nicht kann; und was Gott vorbehalten ist. Wir sind so beschaffen, und die Welt, in welcher wir leben,

Eine Predigt über das Fasten

die ist so beschaffen, dass wir in bestimmten Dingen nur das Eine ODER das Andere können. Beides hat seine Berechtigung. Es ist aber Gottes Sache, beide Seiten zu einem Ganzen zu verbinden, so wie er Licht und Finsternis zu einer Einheit verbunden hat, und das Ganze 'Tag' genannt und dem Ganzen Licht-Charakter verliehen hat. Deshalb macht es Sinn, wenn die Gläubigen zu bestimmten Zeiten sagen: Wir wollen für Gott fasten. Nämlich um Ihn wieder zu hören, wenn Er zu uns redet; um Ihn wieder zu spüren, wenn Er zu uns kommt.
