

# Fasten heute

Matthäus 6,16-18

# Matthäus 6,16-18

- Wenn ihr aber fastet, so seht nicht düster aus wie die Heuchler! Denn sie verstellen ihre Gesichter, damit sie den Menschen als Fastende erscheinen. Wahrlich, ich sage euch, sie haben ihren Lohn dahin. Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, damit du nicht den Menschen als ein Fastender erscheinst, sondern deinem Vater, der im Verborgenen ist! Und dein Vater, der im Verborgenen sieht, wird dir vergelten.

# Fasten heute

1. Fasten im Alten und Neuen Testament
2. Fasten heute

# Fasten im Alten Testament

- 2. Mose 34,28: Und Mose blieb vierzig Tage und vierzig Nächte dort beim HERRN. Brot ass er nicht, und Wasser trank er nicht.
- 1. König 19,8: Da stand er auf und ass und trank, und er ging in der Kraft dieser Speise vierzig Tage und vierzig Nächte bis an den Berg Gottes, den Horeb.

# Fasten im Alten Testament

- 1. Samuel 7,6: Und sie (ganz Israel) versammelten sich in Mizpa, schöpften Wasser und gossen es aus vor dem HERRN. Sie fasteten an demselben Tag und sagten dort: Wir haben gegen den HERRN gesündigt!
- Esther 4,16: Geh hin, versammle alle Juden, die sich in Susa befinden! Und fastet um meinetwillen und esst nicht und trinkt nicht drei Tage lang, Nacht und Tag!

# Fasten im Alten Testament



Gott

- Der Tod von Nahestehenden
- Vor/ bei grossen Entscheidungen
- Bei echter Reue (Busse) und Hinwendung zu Gott (Demütigung)
- Für eine intensive und ungestörte Gemeinschaft mit Gott

# Fasten im Neuen Testament

- Matthäus 4,1-2: Dann (nach der Taufe im Jordan) wurde Jesus von dem Geist in die Wüste hinaufgeführt, um von dem Teufel versucht zu werden; und als er vierzig Tage und vierzig Nächte gefastet hatte, hungerte ihn schliesslich.

# Fasten im Neuen Testament

- Apg 13,2: Während sie aber dem Herrn dienten und fasteten, sprach der Heilige Geist: Sondert mir nun Barnabas und Saulus zu dem Werk aus, zu dem ich sie berufen habe! Da fasteten und beteten sie; und als sie ihnen die Hände aufgelegt hatten, entliessen sie sie.
- Apg 14,23: Als sie ihnen aber in jeder Gemeinde Älteste gewählt hatten, beteten sie mit Fasten und befahlen sie dem Herrn an, an den sie gläubig geworden waren.

# Fasten im Neuen Testament

- Apostelgeschichte 9,9: Und er konnte drei Tage nicht sehen und ass nicht und trank nicht.

# Fasten im Neuen Testament

- Lukas 5,33: Sie (Pharisäer und Schriftgelehrten) aber sprachen zu ihm: Warum fasten die Jünger des Johannes oft und verrichten Gebete, ebenso auch die der Pharisäer; die deinen aber essen und trinken?

# Matthäus 6,16-18

- Wenn ihr aber fastet, so seht nicht düster aus wie die Heuchler! Denn sie verstellen ihre Gesichter, damit sie den Menschen als Fastende erscheinen. Wahrlich, ich sage euch, sie haben ihren Lohn dahin. Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, damit du nicht den Menschen als ein Fastender erscheinst, sondern deinem Vater, der im Verborgenen ist! Und dein Vater, der im Verborgenen sieht, wird dir vergelten.

# Fasten im Neuen Testament



Gott

- Vor/ bei grossen Entscheidungen
- Bei echter Reue (Busse) und Hinwendung zu Gott (Demütigung)
- Für eine intensive und ungestörte Gemeinschaft mit Gott

# Fasten heute

1. Fasten im Alten und Neuen Testament
- 2. Fasten heute**

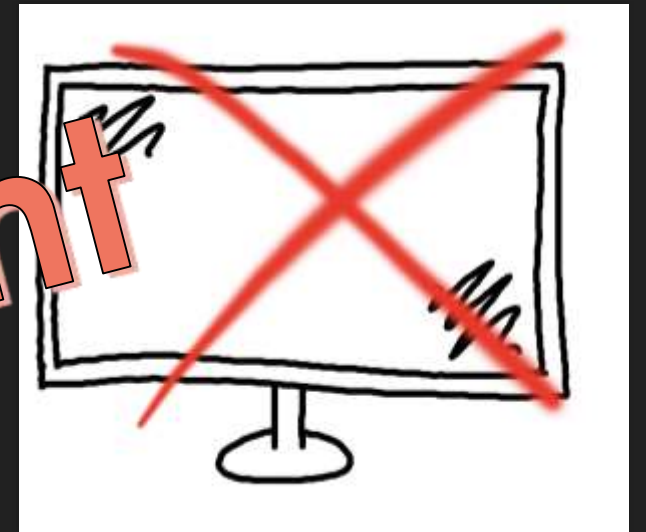
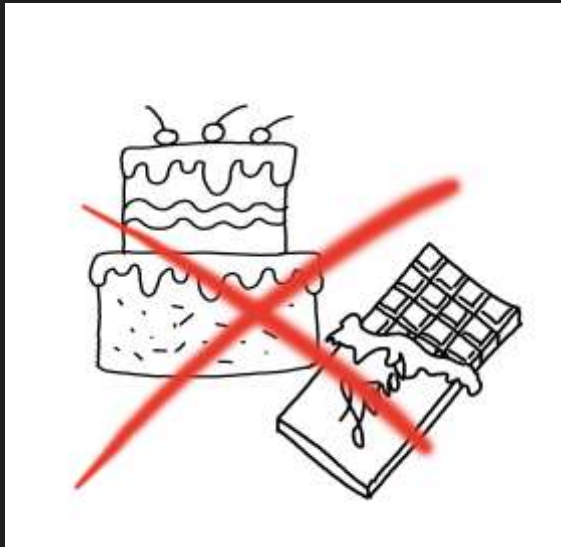
# Fasten – Verzicht auf Nahrung

**2 .5-3 Liter  
Wasser  
Kräutertees  
Gemüsesaft**



# Fasten oder Teilfasten

Gott



verzicht

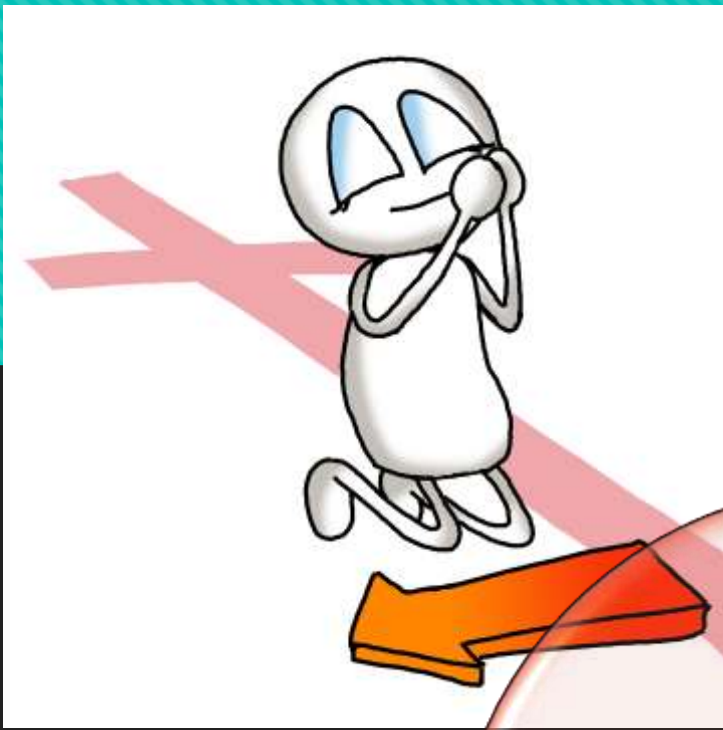


Bild: Rahel Pursell

Glauben an  
Jesus  
Christus

Heiliger Geist  
Kraft Gottes

Vertrauen  
auf Gott

Reden  
mit Gott  
/ Gebet

Wachsam  
auf Gutes  
und Böses

Alternativen

# je nach Veranlagung – je nach Sache

Gott

Verzichts-  
fähigkeit

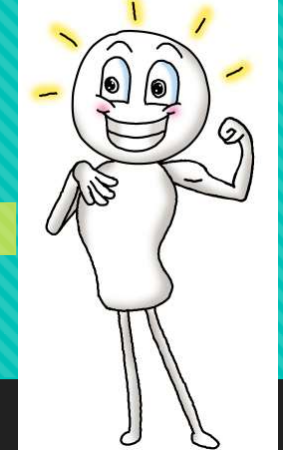
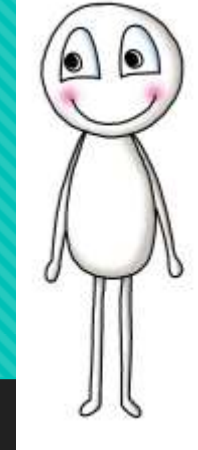
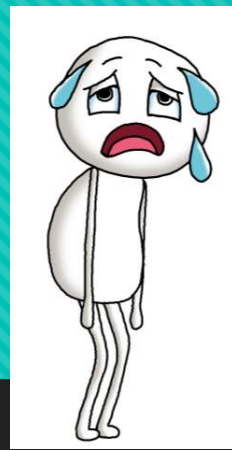
Verzichts-  
fähigkeit

Verzichts-  
fähigkeit

Verzichts-  
fähigkeit



# Matthäus 6,16-18



- Wenn ihr aber fastet, so seht nicht düster aus wie die Heuchler! Denn sie verstellen ihre Gesichter, damit sie den Menschen als Fastende erscheinen. Wahrlich, ich sage euch, sie haben ihren Lohn dahin. Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, damit du nicht den Menschen als ein Fastender erscheinst, sondern deinem Vater, der im Verborgenen ist! Und dein Vater, der im Verborgenen sieht, wird dir vergelten.

# Schlechte Laune / Stolz

Bilder: Rahel Pursell

