

KRAFT durch FASTEN

KRAFT durch FASTEN

1. Allgemeines zum FASTEN
2. 3 Arten des FASTENS
3. WOZU fasten?

1. Allgemeines zum FASTEN

- Fasten ist relativ verbreitet, insbesondere aus gesundheitlicher Sicht (entschlacken, abnehmen...).
- Heilfasten nach Dr. Otto Buchinger ist seit Jahrzehnten DIE Fastenmethode (Trinkkur: Brühe, Säfte, Tee)

1. Allgemeines zum FASTEN

- 64 mal im AT
- 40 mal im NT
- Im NT nur in den Evangelien und Apg.
 - Manchmal umschrieben (z.B. 2.Mo.34,28; Luk.4,2)

1. Allgemeines zum FASTEN

- Im AT bei Tod im Bekanntenkreis (1.Sam.1,2), vor großen Entscheidungen (2.Sam.12,16), oder bei tiefer Buße und Demütigung von Gott (Neh.9,1) und bei besonders intensiver und ungestörter Gemeinschaft mit Gott (5.Mo.9,9).

1. Allgemeines zum FASTEN

- Pharisäer fasteten Do. und Mo. (jüdische Tradition der Sinaibesteigung von Mose).
- Johannes der Täufer und dessen Jünger fastete, Jesus auch, Paulus auch, Christen auch.

2. 3 Arten des FASTENS

a) Teilweises FASTEN

- Verzicht auf bestimmte Elemente der täglichen Nahrung (Daniel 3 Wochen kein Fleisch, feine Speisen und Wein).

2. 3 Arten des FASTENS

a) Teilweises FASTEN

- Johannes der Täufer aß Heuschrecken, Honig wie seine Jünger auch.

2. 3 Arten des FASTENS

b) Gewöhnliches FASTEN

- Man isst nichts, nimmt aber Flüssigkeit zu sich. Mt.4,2 und Luk.4,2 (Jesus hat Hunger nicht Durst, der Teufel will Brot, kein Wasser).

2. 3 Arten des FASTENS

c) Absolutes FASTEN

- Nichts essen und nichts trinken. Mose tat dies 40 Tage auf dem Berg, ebenso Elia – übernatürlich.
- Pharisäer fasteten zweimal in der Woche auch absolut (interessant auch Apg.9,9).

3. Wozu FASTEN?

- Gesundheitliche Gründe
- Geistliche Gründe (Selbstbeherrschung, Fasten und Gebet gehört zusammen)
 - Gebetsverstärker, Focus auf IHN
 - Mt.17,14-21

Und als sie zur Volksmenge kamen, trat ein Mensch zu ihm, fiel auf die Knie und sprach: Herr, erbarme dich über meinen Sohn, denn er ist mondsüchtig und leidet schwer; er fällt nämlich oft ins Feuer und ins Wasser! Und ich habe ihn zu deinen Jüngern gebracht, aber sie konnten ihn nicht heilen. Jesus sprach: O du ungläubiges Geschlecht! Wie lange soll ich bei euch sein? Wie lange soll ich euch ertragen? Bringt ihn her zu mir! Und Jesus befahl dem Dämon, und er fuhr von ihm aus, und der Knabe war gesund von jener Stunde an.

*Da traten die Jünger allein zu Jesus und sprachen: Warum konnten wir ihn nicht austreiben? Jesus aber sprach zu ihnen: Um eures Unglaubens willen! Denn wahrlich, ich sage euch: Wenn ihr Glauben hättet wie ein Senfkorn, so würdet ihr zu diesem Berg sprechen: Hebe dich weg von hier dorthin!, und er würde sich hinwegheben; und nichts würde euch unmöglich sein. **Aber diese Art fährt nicht aus außer durch Gebet und Fasten.***

3. Wozu FASTEN?

- Wer sich weiter damit befassen möchte:, lese Jesaja 58 (Überschrift: Rechtes und falsches Fasten)

KRAFT durch FASTEN

1. Allgemeines zum FASTEN
2. 3 Arten des FASTENS
3. WOZU fasten?