

Fasten

Ganz egal, ob du dir vorstellen kannst auf Fleisch, Süßigkeiten, eine Mahlzeit, alles Essen am Karfreitag oder an beiden Tagen zu verzichten. Ich lad dich herzlich ein zu fasten!

Zeit zum anschließenden Austausch über Zoom gibt es am Ostersamstag um 16 Uhr.

Gott stirbt am Kreuz. Wir wissen, dass er den Tod besiegt hat und auferstanden ist! Im Blick auf diese Hoffnung gibt es an Karfreitag und Karsamstag insbesondere die Möglichkeit, zu trauern und an das Sterben Jesus zu denken. Gerade so kurz vor Ostern schließt ein Essenfasten die schon beinahe hinter uns liegende Fastenzeit.

Das Fasten kann unsere Beziehung zu Gott stärken. Es kann unter anderem ein Zeichen der Trauer, der Hingabe oder der Buße sein. Gott rät uns zu fasten, weil er weiß, dass es *uns* guttut. Nicht, weil *er* es braucht.

Vielleicht verstehen wir durch den Verzicht auf Essen auch ein kleines bisschen besser wie groß das Sterben Jesu war. Gott Sohn verzichtet darauf zu leben, er verzichtete darauf das Angenehme zu tun. Stattdessen folgt er dem Plan seines Vaters, dem er völlig vertraut, obwohl er weiß, was auf ihn zukommt.

Unsere Einstellung beim Fasten ist wichtig. Nicht aus Zwang, nicht als Beweis des eigenen Könnens, nicht um zu zeigen, was für ein toller Christ wir sind, sondern betend, demütig, Gott zugewandt. Vielleicht auch fröhlich.

Ich bin gespannt, was das Fasten mit mir macht und was Gott mit mir vorhat. Ich ermutige dich, lass es uns gemeinsam ausprobieren.