



20.02. | Fasten, wie Gott es wünscht

In der heutigen Tageslesung im Buch Jesaja (Jes 58, 1-9a) dreht sich alles rund um das Fasten. Die Worte des Propheten in den Versen 6 und 7 erinnern uns daran, wie Gott sich wohl ein Fasten wünscht: Unrecht lösen, Joche abnehmen, Unterdrückte freilassen. Und Jesaja öffnet noch weiter einen anderen Blick: Brot teilen mit dem Hungrigen, Obdach geben, Kleidung anbieten.

Heute wird Fasten oft mit Lifestyle verbunden: Verzicht, Detox, Selbstoptimierung. Das kann sinnvoll sein, aber bleibt meist bei uns selbst.

Jesaja beschreibt Fasten als praktische Nächstenliebe. Als Hinwendung statt Rückzug. Fasten beginnt dort, wo wir wahrnehmen, was fehlt oder belastet – bei uns selbst und bei anderen. Als besonders bemerkenswert empfinde ich den letzten Abschnitt von Vers 7: „...und dich deiner Verwandtschaft nicht zu entziehen.“

Gemeint ist wohl, dass Fasten nach Gottes Art bedeutet: nicht fliehen!

Es heißt, DA zu sein; in Verbindung zu bleiben – auch im Alltäglichen, im Langweiligen, vielleicht Schwierigen, vielleicht Ungelösten.

Denn Befreiung beginnt oft genau dort, wo wir uns einander wieder zumuten und einander wieder anvertrauen.

Vielleicht beginnt genau hier ein Fasten, das etwas verändert: ein offener Blick, eine ausgestreckte Hand, ein Schritt auf jemanden zu.

Esther Dufner, Köln