

Eisbreaker:

Auf welchen Alltagsgegenstand würdest du auf keinen Fall verzichten wollen?

Nehmt euch Zeit für Lobpreis!**Fragen zur Predigt und zu den Texten**

1. Warum hat Fasten aus religiösen Gründen heutzutage oft so einen schlechten Ruf? Was könnte das Gute am Fasten sein?

2. „Der Mensch lebt nicht nur von Brot, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt.“ (Matthäus 4,4)

Welche Stimmen sind in deinem Alltag am lautesten und präsentesten (z.B. Medien, Eltern, Chef, Kollegen, Freunde, Gott, ...)? Welche Folgen hat das in deinem Leben?

3. Jesus hat gesagt, dass Menschen, die mit der richtigen Einstellung fasten, von Gott belohnt werden. (Matthäus 6,16-18)

(Wo) hast du das schon erlebt? Inwiefern ist das ein Anreiz für dich, Gott in dieser Fastenzeit mehr Raum zu geben in deinem Leben?

Vor dem Abschluss: Gibt es etwas, worauf du in der Fastenzeit verzichten möchtest, um mehr Raum für anderes zu haben?

Sei konkret und mache einen Plan, den du mit jemandem aus der Gruppe besprichst. Gerne kannst du als Anleitung dafür den KIK-Fastenführer nutzen!

Betet füreinander und ermutigt euch unter der Woche!

Begleitheft zum Jahresschwerpunkt

Sonntag 18. Feber 2024



Matthäus 9,14-15:

- ¹⁴ Einmal kamen die Jünger des Johannes zu Jesus und fragten: „Wie kommt es, dass wir und die Pharisäer so viel fasten, deine Jünger aber nicht?“
- ¹⁵ Jesus erwiderte: „Können die Hochzeitsgäste denn trauern, wenn der Bräutigam bei ihnen ist? Die Zeit kommt früh genug, dass der Bräutigam von ihnen weggenommen sein wird. Dann werden sie fasten.“

Raum für Notizen zur Predigt

Was möchtest du für dich festhalten?

Matthäus 6,16-17:

¹⁶ „Wenn ihr fastet, setzt keine Leidensmiene auf wie die Heuchler. Sie vernachlässigen ihr Aussehen, damit die Leute ihnen ansehen, dass sie fasten. Ich sage euch: Sie haben ihren Lohn damit schon erhalten.

¹⁷ Wenn du fastest, pflege dein Haar und wasche dir das Gesicht wie sonst auch,
¹⁸ damit die Leute dir nicht ansehen, dass du fastest; nur dein Vater, der auch im Verborgenen gegenwärtig ist, soll es wissen. Dann wird dein Vater, der ins Verborgene sieht, dich belohnen.“

Matthäus 4,1-4:

¹ Danach wurde Jesus vom Geist Gottes in die Wüste geführt, weil er dort vom Teufel versucht werden sollte. ² Nachdem er vierzig Tage und Nächte gefastet hatte, war er sehr hungrig.

³ Da trat der Versucher an ihn heran und sagte: „Wenn du Gottes Sohn bist, dann befiehl, dass diese Steine hier zu Brot werden!“

⁴ Aber Jesus gab ihm zur Antwort: „Es heißt in der Schrift: Der Mensch lebt nicht nur von Brot, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt.“

Einleitung zum Predigttext

Seit vielen Jahrhunderten haben Christen in den 40 Tagen vor Ostern gefastet – in Erinnerung an das Fasten von Jesus in der Wüste.

Auch wenn in unserer Zeit Dinge wie Heilfasten oder digitales Fasten immer noch „in“ sind, so hat das Fasten aus religiösen Gründen sehr stark abgenommen. Es ist uns suspekt, hat einen schlechten Ruf, und wir wissen nicht, wozu es gut sein soll.

Dabei hat Jesus gesagt, dass seine Jünger fasten werden (und wie sie es tun sollen).

Und bei den ersten Christen (sowie in der Kirchengeschichte) hat das Fasten tatsächlich eine wichtige Rolle gespielt: als Zeichen der Hingabe an Gott, als Ausdruck der Abkehr von falschen Verhaltensmustern, als Bestätigung der Ernsthaftigkeit des Gebets, als Bitte um Gottes Führung in wichtigen Fragen, als Wunsch, Gott mehr Raum zu geben im eigenen Leben.

Fasten ist auch heute noch wichtig: es kann uns dabei helfen, unsere Prioritäten neu zu ordnen und als ganzer Mensch gestärkt zu werden. Denn das, was wir mit unserem Körper tun (oder lassen), hat Auswirkungen auf unser ganzes Leben.