



Die Welt sollte für uns ein Ort für unsere guten Taten sein, wie ein Wochenmarkt, an dem wir durch gute Werke und Fasten himmlisch reich werden.

Hl. Johannes Chrysostomus:

„Solange der Markt dauert, wollen wir uns bemühen, viel zu gewinnen, daß wir nicht mit leeren Händen davon gehen, die Beschwerde des Fastens zwar tragen, den Lohn dafür aber verlieren.“

Werde himmlisch reich durch Mildtätigkeit und wahres Fasten!

Jesus antwortete ihm: Wenn du vollkommen sein willst, geh, verkauf deinen Besitz und gib ihn den Armen; **und du wirst einen Schatz im Himmel haben**; und komm, folge mir nach!

Mt 19, 21

Die Fastenzeit geht also zu Ende, und das Schiff erblickt von ferne den Hafen; doch es handelt sich nicht darum, in den Hafen zu kommen, sondern daß wir nicht mit einem unbefrachteten Schiffe einlaufen. Ich ersuche und bitte euch flehentlich alle,

daß Jeder in seinem Gewissen diesen geistigen Handel des Fastens bedenke: findet einer, daß er schon grossen Gewinn gemacht hat, so trachte er noch mehr zu gewinnen; hat er aber noch Nichts gesammelt, so verwende er die übrige Zeit zu diesem Geschäfte. **Solange der Markt dauert, wollen wir uns bemühen, viel zu gewinnen, daß wir nicht mit leeren Händen davon gehen, die Beschwerde des Fastens zwar tragen, den Lohn dafür aber verlieren.** Denn man kann die Beschwerde des Fastens ertragen und die Frucht desselben verlieren. Wie das?

- Wenn wir uns nämlich der Speisen, nicht aber der Sünden enthalten;
- wenn wir zwar kein Fleisch essen, aber die Häuser der Armen verspeisen;
- wenn wir uns zwar nicht im Weine berauschen, aber von schändlichen Listen taumeln;
- wenn wir zwar den ganzen Tag nüchtern bleiben, aber denselben bei unzüchtigen Schauspielen zubringen.

Siehe, das heißt die Mühe des Fastens haben, aber keinen Gewinn daraus ziehen, wenn wir zu den Schauspielen des Lasters hinlaufen...

...Damit will ich aber nicht sagen, dass wir die Heiligen nicht anrufen sollen, sondern nur, dass wir nicht gleichgültig werden sollen und uns nicht gehen lassen, dass wir nicht einschlafen und nicht ausschließlich anderen die Sorge um unser Seelenheil überlassen dürfen. Denn wenn der Herr sagt: "Macht euch Freunde", so bleibt er dabei nicht stehen, sondern fügt hinzu "vom ungerechten Mammon", damit auch da die Sache dein eigenes Verdienst werde; denn er wollte damit nichts anderes andeuten als das Almosengeben. Und dabei muß man sich noch verwundern, dass er nicht einmal große Anforderungen stellt, wenn wir nur von dem Unrecht lassen wollen. Er sagt nur gleichsam: Hast du dein Geld auf unrechte Weise erworben? Verwende es zu guten Zwecken! Hast du ungerechtes Gut zusammengerafft? Teile es auf gerechte Weise aus. Und doch! Was soll da für eine Tugend dabei sein, wenn man mit solchem Gelde Almosen gibt? Gleichwohl geht Gott in seiner Liebe soweit, dass er sogar damit zufrieden ist; wenn wir nur wenigstens das tun, verspricht er uns schon großen Lohn. Wir freilich sind schon so verhärtet, dass wir nicht einmal von unserem ungerechten Besitz etwas hergeben wollen; und wenn wir tausendfach unrecht Gut erworben haben, so glauben wir doch unserer Pflicht

schon vollauf genügt zu haben, wenn wir auch nur einen noch so geringen Teil davon opfern. Hast du denn nicht gehört, wie Paulus sagt: "**Wer sparsam sät, wird auch sparsam ernten**".

Warum bist du also so karg (geizig)? **Ist denn das Almosen ein bloßer Aufwand? ist es eine einfache Auslage? Nein, ein Gewinn ist es und ein gutes Geschäft. Wo aber ein Geschäft ist, da ist auch Erwerb; wo eine Aussaat ist, da ist auch eine Ernte.** Wenn nun du ein fettes, fruchtbares Land bebauen wolltest, auf dem man gar viel anpflanzen kann, so würdest du allen vorrätigen Samen ausstreuen, und sogar noch bei anderen entleihen, und würdest alle Sparsamkeit in dieser Beziehung für Verlust ansehen. Da du nun aber für den Himmel anbauen sollst, wo es keine schlechte Witterung gibt, wo alle Aussaat mit reichlichem Gewinn zurückkommt, da zögerst du und zauderst und denkst nicht, dass hier Sparsamkeit Verlust ist und Verschwendung Gewinn.

Streu also aus, damit du nichts verlierest, behalte nicht, damit du bewahrest; wirf es von dir, damit du es behaltest; gib aus, damit du einnimmest. Und wenn schon jemand diese zeitlichen Güter behüten muß, behüte sie wenigstens du nicht; du würdest alles verlieren:

- übergib dein Eigentum viel lieber Gott; ihm raubt es niemand.
- Betreib wenigstens du keine weltlichen Geschäfte, du verstehst doch keinen Gewinn zu machen.
- Leihe dem, der dir mehr Zins gibt, als dein Kapital beträgt.
- Leihe da, wo kein Neid ist, kein Streit, keine Hinterlist, keine Gefahr.
- Leihe dem, der nichts benötigt, und es doch um deinetwillen bedarf; dem, der alle Menschen nährt, der hungert, damit du nicht zu darben brauchst, der arm ist, damit du reich würdest.
- **Leihe dahin, wo es keinen Tod gibt, wo man das Leben für den Tod erntet.**

Diese Zinsen verschaffen dir den Himmel, jene die Hölle; denn die einen sind die Frucht des Wuchers, die anderen die der Frömmigkeit; diese entspringen der Hartherzigkeit, jene der Liebe.

Hl. Johannes Chrysostomus

Lobenswert ist Gebet in Verbindung mit Fasten und Almosengeben und Gerechtigkeit; besser ist ein kleiner Besitz mit Gerechtigkeit als ein großer mit Ungerechtigkeit; besser Almosen spenden als Gold aufhäufen.

Tob 12, 8

Fasten: Auf die richtige Einstellung kommt es an

Wenn ihr fastet, sollt ihr nicht sauer dreinsehen wie die Heuchler; denn sie verstellen ihr Gesicht, um sich vor den Leuten zu zeigen mit ihrem Fasten. Wahrlich, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn schon gehabt. Wenn du aber fastest, so salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, damit du dich nicht vor den Leuten zeigst mit deinem Fasten, sondern vor deinem Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der in das Verborgene sieht, wird dir's vergelten.

Mt 6, 16-18

Viele haben ihren Körper mit asketischen Übungen gequält, aber da sie keine Unterscheidungsgabe erlangten, befanden sie sich weit weg von Gott... Die Speise ist keine Sünde, sondern es ist Sünde ohne Dankbarkeit, Anstand und Enthaltbarkeit zu essen

Hl. Antonius der Große

Wenn ihr fastet, sollt ihr euch nicht selbst loben, ansonsten wäre es besser ihr würdet Fleisch essen. Denn es ist besser für den Menschen, Fleisch zu essen als eitel und arrogant zu sein.

Hl. Isidor der Älteste

Nicht nur beim Essen sollten wir Maß halten, sondern uns auch jeder Sünde enthalten. So wie wir mit unserem Magen fasten, sollten wir auch mit unserer Zunge fasten. Ebenso sollten wir mit unseren Augen fasten, also z.B. keine erregenden Dinge betrachten und unseren Augen nicht erlauben, schamlos und ungezügelt umherzustreifen. Genauso sollten wir unsere Arme und Beine davon abhalten, Böses zu tun... Es ist unmöglich, sich über seinen Nachbar zu empören, ohne sich zuvor über ihn zu erheben, ihn zu erniedrigen und sich als höherstehend als er zu betrachten.

Hl. Dorotheus von Gaza

Wahres Fasten – Der Prophet Jesaja und die Heiligen

Verliere den Lohn für das Fasten nicht

Rufe laut, halte nicht an dich! Erhebe deine Stimme wie eine Posaune und verkündige meinem Volk seine Abtrünnigkeit und dem Hause Jakob seine Sünden! Sie suchen mich täglich und wollen gerne meine Wege wissen, als wären sie ein Volk, das die Gerechtigkeit schon getan und das Recht seines Gottes nicht verlassen hätte. Sie fordern von mir Recht, sie wollen, dass Gott ihnen nahe sei.

»Warum fasten wir und du siehst es nicht an? Warum kasteien wir unseren Leib und du willst's nicht wissen?«

Siehe, an dem Tag, da ihr fastet, geht ihr doch euren Geschäften nach und bedrückt alle eure Arbeiter. Siehe, wenn ihr fastet, hadert und zankt ihr und schlägt mit gottloser Faust drein. Ihr sollt nicht so fasten, wie ihr jetzt tut, wenn eure Stimme in der Höhe gehört werden soll. Soll das ein Fasten sein, an dem ich Gefallen habe, ein Tag, an dem man sich kasteit oder seinen Kopf hängen lässt wie Schilf und in Sack und Asche sich bettet? Wollt ihr das ein Fasten nennen und einen Tag, an dem der HERR Wohlgefallen hat?

Ist nicht das ein Fasten, an dem ich Gefallen habe:

- Lass los, die du mit Unrecht gebunden hast, lass ledig, auf die du das Joch gelegt hast! Gib frei, die du bedrückst, reiße jedes Joch weg!
- Heißt das nicht: Brich dem Hungrigen dein Brot,
- und die im Elend ohne Obdach sind, führe ins Haus!
- Wenn du einen nackt siehst, so kleide ihn,
- und entziehe dich nicht deinem Fleisch und Blut!

Dann wird dein Licht hervorbrechen wie die Morgenröte, und deine Heilung wird schnell voranschreiten, und deine Gerechtigkeit wird vor dir hergehen, und

die Herrlichkeit des HERRN wird deinen Zug beschließen. Dann wirst du rufen und der HERR wird dir antworten. Wenn du schreist, wird er sagen: Siehe, hier bin ich.

- Wenn du in deiner Mitte niemand unterjochst
- und nicht mit Fingern zeigst
- und nicht übel redest,
- sondern den Hungrigen dein Herz finden lässt
- und den Elenden sättigst,

dann wird dein Licht in der Finsternis aufgehen, und dein Dunkel wird sein wie der Mittag. Und der HERR wird dich immerdar führen und dich sättigen in der Dürre und dein Gebein stärken. Und du wirst sein wie ein bewässerter Garten und wie eine Wasserquelle, der es nie an Wasser fehlt.

Und es soll durch dich wieder aufgebaut werden, was lange wüst gelegen hat, und du wirst wieder aufrichten, was vorzeiten gegründet ward; und du sollst heißen: »Der die Lücken zumauert und die Wege ausbessert, dass man da wohnen könne«. Wenn du deinen Fuß am Sabbat zurückhältst und nicht deinen Geschäften nachgehst an meinem heiligen Tage und den Sabbat »Lust« nennst und den heiligen Tag des HERRN »Geehrt«; wenn du ihn dadurch ehrst,

- dass du nicht deine Gänge machst
- und nicht deine Geschäfte treibst
- und kein leeres Geschwätz redest,

dann wirst du deine Lust haben am HERRN, und ich will dich über die Höhen auf Erden gehen lassen und will dich speisen mit dem Erbe deines Vaters Jakob; denn des HERRN Mund hat's geredet.

Jes 58

Beschränke das Gute des Fastens nicht nur auf die Enthaltbarkeit im Essen. Denn wahrhaftes Fasten bedeutet, nichts Unrechtes zu tun: "Lass los, die du mit Unrecht gebunden hast" (Jes 58, 6-7)...

Ein wirkliches Fasten ist die Entfremdung von dem Bösen, die Enthaltbarkeit der Zunge, die Enthaltung von der Wut, die Abtrennung von den Begierden, dem Richten, der Lüge und dem falschen Schwören...

Verzeihe deinem Nächsten das Böse, das er dir angetan hat und vergiss, was er dir schuldig ist. "Euer Fasten soll rein sein von jeder vergeltenden Tat und Konfrontation."

Hl. Basilius der Große

Habt ihr nicht gehört, wie Paulus sagt: "Zu unserer Besserung ist das alles geschrieben worden"? Wenn du das Evangelium in die Hände nehmen müsstest, würdest du es nicht wagen, dies mit ungewaschenen Händen zu tun; und da solltest du glauben, sein Inhalt sei nicht so übermäßig wichtig? Ja, darum ist jetzt alles so verkehrt. **Wenn du wissen willst, welchen Gewinn du aus der Hl. Schrift ziehen kannst, dann prüfe dich selbst, in welcher Stimmung du bist, wenn du Psalmengesang hörst, und in welcher, wenn du auf teuflische Lieder horchst?**

Wie du dich in der Kirche benimmst und wie im Theater? Da wirst du dann sehen, welcher Unterschied ist zwischen der Seele hier und der Seele dort, und doch ist's nur eine Seele. Darum sagte ja der hl. Paulus: "Schlechte Reden verderben gute Sitten". Aus diesem Grunde haben wir fortwährend die Gesänge des Hl. Geistes vonnöten. Gerade sie erheben uns ja über die unvernünftigen Tiere, obwohl wir wegen der anderen Dinge gar sehr unter ihnen stehen. Sie sind die wahre Seelenspeise, sie ihr Schmuck, sie ihr Halt. Auf sie nicht zu hören bedeutet Hunger und Verderben.

Hl. Johannes Chrysostomus

So ist der Mensch, der für seine Sünden fastet und immer wieder sündigt: Wer wird sein Gebet erhören, und was hilft ihm, dass er sich erniedrigt hat?

Sir 34,26

Ich weinte und kasteite mich durch Fasten, doch es brachte mir nur Beschimpfung ein.

Ps 68, 11

Der Prophet Sacharja - Sinnloses Fasten wegen der Unbußfertigkeit und Sünde

Mit Ungehorsam fasten bringt Schaden

Im vierten Jahr des Königs Darius erging das Wort des HERRN an Sacharja, am vierten Tag des neunten Monats, im Monat Kislew. Damals schickten Bet-El-Sarezzer und Regem-Melech und seine Leute, um das Angesicht des HERRN gnädig zu stimmen, eine Gesandtschaft mit der Anfrage an die Priester im Haus des HERRN der Heerscharen und die Propheten: Soll ich weiterhin im fünften Monat weinen und enthaltsam sein, wie ich es so viele Jahre getan habe? Da erging an mich das Wort des HERRN der Heerscharen:

Sag dem ganzen Volk des Landes und den Priestern:

Wenn ihr im fünften und im siebten Monat gefastet und Klage abgehalten habt, und das siebzig Jahre lang - **bin etwa ich es, für den ihr gefastet habt? Und wenn ihr esst und trinkt, seid denn nicht ihr selbst es, die essen, und ihr selbst es, die trinken?** Sind es nicht die Worte, die der HERR durch die früheren Propheten verkündete, als Jerusalem bewohnt und sorglos war samt den Städten ringsum, als der Negeb und die Schefela noch bewohnt waren?

Und das Wort des HERRN erging an Sacharja: So spricht der HERR der Heerscharen:

- Haltet gerechtes Gericht,
- erweist Güte und Erbarmen, ein jeder gegenüber seinem Bruder;
- unterdrückt nicht die Witwe und Waise, den Fremden und Armen
- und plant in eurem Herzen nichts Böses gegeneinander!

Doch sie weigerten sich hinzuhören, sie zeigten störrisch die Schulter und verstopften ihre Ohren, um nicht zu hören. Sie machten ihr Herz zu hartem Diamant, um die Weisung und die Worte nicht hören zu müssen, die der HERR der Heerscharen gesandt hatte durch seinen Geist, im Mund der früheren Propheten. Deshalb kam ein großer Zorn vom HERRN der Heerscharen und es geschah: Wie er gerufen hatte und sie nicht hörten, so sollten sie nun rufen und ich wollte nicht hören, spricht der HERR der Heerscharen, sondern wollte sie verwehen über alle Nationen hin, die ihnen unbekannt waren. Nach ihnen aber verödete das Land, sodass niemand mehr darin hin- und herzog, und **so haben sie ein begehrenswertes Land zur Wüste gemacht.**

Sach 7





Das Beste Beispiel des Fastens: Das Fasten des Herrn

Darauf wurde Jesus vom Geist in die Wüste geführt, damit er vom Teufel versucht würde. Und als er 40 Tage und 40 Nächte gefastet hatte, war er zuletzt hungrig. Und der Versucher trat zu ihm und sprach: Wenn du Gottes Sohn bist, so sprich, dass diese Steine Brot werden! Er aber antwortete und sprach: Es steht geschrieben: »Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von einem jeden Wort, das aus dem Mund Gottes hervorgeht!« Darauf nimmt ihn der Teufel mit sich in die heilige Stadt und stellt ihn auf die Zinne des Tempels und spricht zu ihm: Wenn du Gottes Sohn bist, so stürze dich hinab; denn es steht geschrieben: »Er wird seinen Engeln deinetwegen Befehl geben, und sie werden dich auf den Händen tragen, damit du deinen Fuß nicht etwa an einen Stein stößt«. Da sprach Jesus zu ihm: Wiederum steht geschrieben: »Du sollst den Herrn, deinen Gott, nicht versuchen!« Wiederum nimmt ihn der Teufel mit auf einen sehr hohen Berg und zeigt ihm alle Reiche der Welt und ihre Herrlichkeit und spricht zu ihm: Dieses alles will ich dir geben, wenn du niederfällst und mich anbetest! Da spricht Jesus zu ihm: Weiche, Satan! Denn es steht geschrieben: »Du sollst den Herrn, deinen Gott, anbeten und ihm allein dienen!« Da verließ ihn der Teufel; und siehe, Engel traten hinzu und dienten ihm. *Mt 4, 1-11*