

Das Fasten in der Syrisch-Orthodoxen Kirche

Mor Ignatius Zakka I. Iwas
Patriarch von Antiochien und dem ganzen Osten und
das Oberhaupt der Universal-Syrisch-Orthodoxen Kirche

Das Fasten ist eine freiwillige Askese, ein Hinweis darauf, Gott und seinen Geboten gehorsam zu sein und ein Praktizieren der Gebote Gottes, in dem man sich freiwillig des Essens und des Trinkens für eine bestimmte Zeit enthält, danach nimmt man leichte Speisen zu sich, die frei von tierischen Fetten sind, so dass der Fastende sich auf das Verzehren von Getreide, Hülsenfrüchten, Obst und pflanzlichen Fetten beschränkt und sich der tierischen Produkte enthält mit Ausnahme der Fische und aller Meerestiere und dem Honig, denn die Bienen sind Tiere ohne Begierde.

Die Stufen des Fastens

Der gelehrte Bar Hebräus († 1286) sagt: "Es gibt für das Fasten drei Stufen: ein allgemeines, ein spezielles und ein sehr spezielles. Das allgemeine Fasten ist, daß der Fastende sich den ganzen Tag jeglichen Essens und Trinkens enthält und am Abend sich mit dem Essen von Getreide und Hülsenfrüchten begnügt oder sich tagsüber des Fleisches und tierischer Produkte enthält. Und für dieses Fasten gibt es Regeln. Denn obwohl es sein kann, daß einige ohne eine bestimmte Absicht zu hegen sich der Nahrung enthalten müssen, sind sie trotzdem keine Fastende. Aber das spezielle Fasten ist das Fasten der Einsiedler ... und das ganz spezielle Fasten ist das Fasten der Vollkommenen, die das Fasten vor dem Verzehren von Speisen mit dem Fasten für die Sinne verbinden, indem die Seele frei von schlechten Gedanken wird. Die einzige Bedingung dieses Fastens ist die Eliminierung jeglichen weltlichen Denkens aus dem Herzen. Obwohl das Erreichen dieser Stufe sehr schwer ist, wird es jedoch durch die Übung leichter, denn es wurde gesagt: Der Geist ist willig, wenn Du ihn willig machst, und wenn Du ihn zur Genügsamkeit führst, wird er genügsam." (2)

Der Zweck des Fastens

Die Absicht des Fastens ist die Schwächung der Leibeskraft, der Begierde und die Übung, den Körper unter Kontrolle zu bringen und der Seele die wertvolle Gelegenheit zu geben, sich den irdischen Dingen fernzuhalten und den himmlischen Dingen zuzuwenden; sie wird geläutert, gereinigt und drückt ihre Liebe zu Gott dem Erhabenen aus und sie bevorzugt das geistliche Leben statt des leiblichen und so besiegt der Geist das Fleisch; in diesem Sinne sagt Paulos: "Darum sage ich: Lasst euch vom Geist leiten, dann werdet ihr das Begehren des Fleisches nicht erfüllen. Denn das Begehren des Fleisches richtet sich gegen den Geist, das Begehren des Geistes aber gegen das Fleisch; beide stehen sich als Feinde gegenüber, so dass ihr nicht imstande seid, das zu tun, was ihr wollt. Wenn ihr euch aber vom Geist führen lasst, dann steht ihr nicht unter dem Gesetz." (Gal 5,16-18). Und an einer anderen Stelle sagt er: "Wenn ihr nach dem Fleisch lebt, müsst ihr sterben; wenn ihr aber durch den Geist die (sündigen) Taten des Leibes tötet, werdet ihr leben."

(Röm 8, 13). Und der Psalmist sagt: "Ich aber zog ein Bußkleid an, als sie erkrankten, / und quälte mich ab mit Fasten." (Ps 35,13)

Die Demütigung der Seele ist das Trauern, das der Herr erwähnte, als er den Jüngern von Johannes das Fasten beschrieb: "Jesus antwortete ihnen: Können denn die Hochzeitsgäste trauern, solange der Bräutigam bei ihnen ist? Es werden aber Tage kommen, da wird ihnen der Bräutigam genommen sein; dann werden sie fasten." (Mt 9,15)

Die Demütigung und das Trauern ist ein und dasselbe, und sie sind das sichtbare Zeichen der wahren Buße, die die wichtigste Absicht des Fastens ist, welches von Gott angenommen wird. Eine seiner Bedingungen ist es, daß nicht nur der Leib vom Essen und Trinken fastet, sondern die Seele auch mitfastet vor der Begehung der Sünde und das beide ihre Ursache vermeiden. Und das ist es, was wir von dem Gebot Gottes verstehen durch den Propheten Jöel: "Auch jetzt noch - Spruch des Herrn: / Kehrt um zu mir von ganzem Herzen / mit Fasten, Weinen und Klagen." (Joel 2,12)

Die Befreiung vom Fasten

Das Fastensgebot wird allen gesunden und volljährigen Gläubigen auferlegt und von diesem Gebot werden die Betagten, die Kleinkinder, die Säuglinge, die Kranken, die stillenden Mütter und die schwangeren Frauen befreit und die Befreiung der vorhin genannten Gruppen ist keineswegs ein Zeichen des Wohlstandes, sondern eine Notwendigkeit.

Das Fasten in den Schriften des Alten Testamentes

Gott, erhaben sei sein Name, verpflichtete den ersten Menschen zu fasten, als er ihm im Garten Eden gebot: "Von allen Bäumen des Gartens darfst du essen, doch vom Baum der Erkenntnis von Gut und Böse darfst du nicht essen; denn sobald du davon isst, wirst du sterben." (Gen 2, 16-17). Weil der Mensch das Gebot Gottes nicht bewahrte und das Gebot Gottes zu fasten brach, hat Gott ihn bestraft und ihn aus dem Paradies in das Land des Elends vertrieben. Es wird auch berichtet, daß die Speise des ersten Menschen im Garten Eden ein Fastensessen war, daß sich auf Getreide und Früchte der Bäume beschränkte, und als Hinweis darauf hören wir, was in Genesis steht: "Dann sprach Gott: Hiermit übergebe ich euch alle Pflanzen auf der ganzen Erde, die Samen tragen, und alle Bäume mit samenhaltigen Früchten. Euch sollen sie zur Nahrung dienen." (Gen 1,29)

Nach der Sintflut erlaubte Gott den Menschen in der Person Noahs, das Fleisch der Tiere zu essen: "Alles Lebendige, das sich regt, soll euch zur Nahrung dienen. Alles übergebe ich euch wie die grünen Pflanzen." (Gen 9,3)

Die Väter des Alten Testamentes, die Propheten, die Rechtschaffenen, die Gerechten haben das Gebot des Fastens praktiziert, um Gott durch Glauben und gute Werke näher zu sein. So steht es in der Heiligen Schrift über den Propheten Mose, bevor er die Tafeln der Zehn Gebote aus der Hand Gottes empfing, fastete er vierzig Tage und vierzig Nächte; er aß kein Brot und trank kein Wasser. "Mose blieb dort beim Herrn vierzig Tage und vierzig Nächte. Er aß kein Brot und trank kein Wasser. Er schrieb die Worte des Bundes, die zehn Worte, auf Tafeln." (Ex 34,28)

Über Elia steht geschrieben, in Gehorsam gegenüber Gott "... stand er auf, aß und trank und wanderte, durch die Speise gestärkt, vierzig Tage und vierzig

Nächte bis zum Gottesberg Horeb.". Und der Prophet Daniel vermied den Verzehr von Fleisch und das Trinken von alkoholischen Getränken, und er sagt über sich selbst: "Nahrung, die mir sonst schmeckte, aß ich nicht; Fleisch und Wein kamen nicht in meinen Mund" (Dan 10, 3)

Von der Geschichte Daniels und seiner Freunde wissen wir, daß sie sich mit pflanzlicher Nahrung begnügten (Dan 1, 8-16); sie sind ein Vorbild für die Fastenden, deren Essen sich auf pflanzliche Nahrung beschränkt, aber dem Propheten Ezechiel befahl Gott: "Du, nimm dir Weizen, Gerste, Bohnen, Linsen, Hirse und Dinkel; tu sie zusammen in ein Gefäß und mach dir Brot daraus! Solange du auf der Seite liegst, dreihundertneunzig Tage lang, sollst du davon essen. Das Brot, das du isst, soll genau abgewogen sein, zwanzig Schekel am Tag; davon sollst du von Zeit zu Zeit essen. Auch das Wasser, das du trinkst, soll genau abgemessen sein: ein sechstel Hin; davon sollst du von Zeit zu Zeit trinken." (Hes 4, 9-11)

Das Fasten zur Buße

Und als der Prophet Jona die Bewohner von Ninive gemäß dem Befehl Gottes warnte und sagte: "Jona begann, in die Stadt hineinzugehen; er ging einen Tag lang und rief: Noch vierzig Tage und Ninive ist zerstört! Und die Leute von Ninive glaubten Gott. Sie riefen ein Fasten aus und alle, Groß und Klein, zogen Bußgewänder an. Als die Nachricht davon den König von Ninive erreichte, stand er von seinem Thron auf, legte seinen Königsmantel ab, hüllte sich in ein Bußgewand und setzte sich in die Asche. Er ließ in Ninive ausrufen: Befehl des Königs und seiner Großen: Alle Menschen und Tiere, Rinder, Schafe und Ziegen, sollen nichts essen, nicht weiden und kein Wasser trinken. Sie sollen sich in Bußgewänder hüllen, Menschen und Tiere. Sie sollen laut zu Gott rufen und jeder soll umkehren und sich von seinen bösen Taten abwenden und von dem Unrecht, das an seinen Händen klebt. Wer weiß, vielleicht reut es Gott wieder und er lässt ab von seinem glühenden Zorn, so dass wir nicht zugrunde gehen. Und Gott sah ihr Verhalten; er sah, dass sie umkehrten und sich von ihren bösen Taten abwandten. Da reute Gott das Unheil, das er ihnen angedroht hatte, und er führte die Drohung nicht aus. Sie erfuhren, dass er vor Jahwe auf der Flucht war; er hatte es ihnen erzählt." (Jona 3,4-10)

Das Kanonische Fasten

Die Kinder Israels haben in allen Generationen das Gebot des Fastens praktiziert, speziell mit dem Ziel, Buße zu tun und zu Gott umzukehren. So wie Gott ihnen durch die Propheten und seine Vertrauten gebot. Was Fasten zu verschiedenen Anlässen betrifft, so lesen wir im Levitikus-Buch dazu: "Folgendes soll euch als feste Regel gelten: Im siebten Monat, am zehnten Tag des Monats, sollt ihr euch Enthaltung auferlegen und keinerlei Arbeit tun, der Einheimische und ebenso der Fremde, der in eurer Mitte lebt. Denn an diesem Tag entsühnt man euch, um euch zu reinigen. Vor dem Herrn werdet ihr von allen euren Sünden wieder rein." (Lev 16,29-30)

Ebenso lesen wir bei Sacharja: "So spricht der Herr der Heere: Das Fasten des vierten, das Fasten des fünften, das Fasten des siebten und das Fasten des zehnten Monats werden für das Haus Juda Tage des Jubels und der Freude und froher Feste sein. Darum liebt die Treue und den Frieden!" (Sach 8,19)

Das wohlgefällige Fasten ist ein Fasten, das mit den Werken der Barmherzigkeit begleitet wird: Der Sinn des Fastens, das von Gott angenommen wird, wie es im Alten Testament geschrieben steht, wird

deutlich durch das Wort des Herrn an den Propheten Jesaja: "Nein, das ist ein Fasten, wie ich es liebe: / die Fesseln des Unrechts zu lösen, / die Stricke des Jochs zu entfernen, die Versklavten freizulassen, / jedes Joch zu zerbrechen, an die Hungrigen dein Brot auszuteilen, / die obdachlosen Armen ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden / und dich deinen Verwandten nicht zu entziehen." (Jes 58,6-7)

Das Fasten der zwei Wochentage

Der geläuterte Jude fastete zwei Tage, den Montag und den Donnerstag in jeder Woche, wie uns aus dem Beispiel des Pharisäers und des Zöllners, das der Herr Jesus erzählte, deutlich wird: "Zwei Männer gingen zum Tempel hinauf, um zu beten; der eine war ein Pharisäer, der andere ein Zöllner. Der Pharisäer stellte sich hin und sprach leise dieses Gebet: Gott, ich danke dir, dass ich nicht wie die anderen Menschen bin, die Räuber, Betrüger, Ehebrecher oder auch wie dieser Zöllner dort. Ich faste zweimal in der Woche und gebe dem Tempel den zehnten Teil meines ganzen Einkommens. Der Zöllner aber blieb ganz hinten stehen und wagte nicht einmal, seine Augen zum Himmel zu erheben, sondern schlug sich an die Brust und betete: Gott, sei mir Sünder gnädig! Ich sage euch: Dieser kehrte als Gerechter nach Hause zurück, der andere nicht. Denn wer sich selbst erhöht, wird erniedrigt, wer sich aber selbst erniedrigt, wird erhöht werden"(Lk 18, 10-14)

Die Vorsteher gebieten ein Fasten

Auch die Vorsteher des Volkes des Alten Testaments haben von Zeit zu Zeit ein Fasten in Zeiten der Bedrängnis ihrem Volk auferlegt, wie Esra es tat, als er sagte: "Dann rief ich dort am Fluss bei Ahawa ein Fasten aus; so wollten wir uns vor unserem Gott beugen und von ihm eine glückliche Reise erbitten für uns, unsere Familien und die ganze Habe.

Denn ich schämte mich, vom König Soldaten und Reiter zu fordern, die uns gegen Feinde auf dem Weg schützen sollten. Vielmehr hatten wir dem König gesagt: Die Hand unseres Gottes ist schützend über allen, die ihn suchen; doch seine Macht und sein Zorn kommen über alle, die ihn verlassen." (Esr 8,21-22)

Und die Heilige Schrift erwähnt, daß dem israelischen Volk ein einwöchiges Fasten auferlegt wurde, als Zeichen der Trauer über den König Saul und seine Kinder. "Dann nahmen sie die Gebeine, begruben sie unter der Tamariske von Jabesch und fasteten sieben Tage lang." (1Sam 31,13)

Das individuelle Fasten

Der Prophet David fastete und demütigte sich vor dem Herrn, damit sein Sohn die Genesung erlangt (2Sam 2,21) und wie David haben viele Stämme und Gruppen das individuelle Fasten, das sie sich selbst auferlegt haben, praktiziert, freiwillig von Zeit zu Zeit, damit Gott sich ihrer erbarmt und sie aus der Versuchung errettet, die ihnen widerfahren war.

Das Fasten bei den Christen

Aber im Neuen Testament hat der Herr Jesus Christus das Gebot des Fastens erlassen, indem er selbst vierzig Tage und vierzig Nächte fastete (Mt 4,2).

"Die ganze Zeit über aß er nichts; als aber die vierzig Tage vorüber waren, hatte er Hunger." (Lk 4,2)

Der Herr bräuchte nicht zu fasten, er fastete dennoch, damit er uns das Fasten lehrt, und er übergab uns dieses Gebot, um uns die geistige Kraft des Fastens zu zeigen, ganz besonders, wenn es mit dem Gebet verbunden wird und so wird das Fasten mit dem Gebet zu einer geistlichen Waffe, die gegen unseren geistlichen Feind, den Teufel und seine Helfer, gerichtet ist, und der Herr zeigte uns dies auf indem er sagte: "Aber diese Art (von Dämonen) kann nur durch Gebet und Fasten ausgetrieben werden" und in seiner Erwiderung auf die Frage der Jünger von Johannes, die protestierten, und fragten warum seine Jünger nicht fasten? "Jesus antwortete ihnen: Können denn die Hochzeitsgäste trauern, solange der Bräutigam bei ihnen ist? Es werden aber Tage kommen, da wird ihnen der Bräutigam genommen sein; dann werden sie fasten." (Mt 9, 14-15)

Diese Aussage wurde von seinen Jüngern als Auftrag verstanden, die Zeiten des Fastens festzulegen. Ausgehend von diesem Auftrag haben die seligen Apostel und die rechtschaffenen Jünger angefangen zu fasten nach Christi Himmelfahrt. Sie fasteten zu verschiedenen Anlässen und auf verschiedene Art und Weise und wir lesen über sie in der Apostelgeschichte folgendes: "Als sie zu Ehren des Herrn Gottesdienst feierten und fasteten, sprach der Heilige Geist: Wählt mir Barnabas und Saulus zu dem Werk aus, zu dem ich sie mir berufen habe. Da fasteten und beteten sie, legten ihnen die Hände auf und ließen sie ziehen." (Apg 13,2-3)

Und der Apostel Paulos ist stolz darauf, das Gebot des Fasten zu praktizieren, indem er sagt: "Unter Schlägen, in Gefängnissen, in Zeiten der Unruhe, unter der Last der Arbeit, in durchwachten Nächten, durch Fasten" (2Kor 6,5)

Und der Herr Jesus, der seine Jünger beauftragte, das Gebot des Fastens zu praktizieren, wenn der himmlische Bräutigam nicht mehr bei ihnen ist, hat sie beauftragt, durch die Eingebung des Heiligen Geistes den Sonntag zu heiligen anstatt den jüdischen Sabbat und Bischöfe, Priester und Diakone zu wählen und die Art und Weise der Weihe durch Handauflegung, also die Ordnung der Priesterweihe, zu praktizieren. Auch der Heilige Geist, der zu Pfingsten auf sie herabkam inspirierte sie, einen Ritus zu schaffen und den Dienst der Sakramente zu organisieren, um seine Kirche zu leiten.

Der Herr hatte auch erklärt, wie ein wohlgefälliges Fasten auszusehen hat, indem er sie vor Heuchlerei und Prahlerei mahnte und er sagte: "Wenn ihr fastet, macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler. Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, dass sie fasten. Amen, das sage ich euch: Sie haben ihren Lohn bereits erhalten. Du aber salbe dein Haar, wenn du fastest, und wasche dein Gesicht, damit die Leute nicht merken, dass du fastest, sondern nur dein Vater, der auch das Verborgene sieht; und dein Vater, der das Verborgene sieht, wird es dir vergelten." (Mt 6,16-18) Und es bedeutet nicht, wenn er sagt "wenn ihr fastet", daß ihr die Freiheit habt, das Gebot des Fastens je nach Belieben zu praktizieren oder es abzulehnen, oder seine Aussage "wenn ihr betet" (Mt 6,5) bedeutet nicht, daß Du die Freiheit hast, das Gebet zu praktizieren oder nicht, oder dass es nicht nötig wäre, Plätze der Anbetung zu schaffen oder an einem öffentlichen Gottesdienst teilzunehmen oder zu einem solchen Gebet einzuladen oder dass es keine festgesetzten Zeiten dafür geben muß.

Jesus Christus hat den Grundsatz des Gebetes und des Fastens eingesetzt. Er hat seine Kirche beauftragt, ihre Zeiten zu ordnen und die passende Zeit für den Anlass zu bestimmen, so daß es den Gläubigen nützlich wird. Was die individuelle Fastenzeit angeht, so hat jeder Gläubige sich selbst dieses Fasten aufzuerlegen, damit er vollkommener in der Gottesfurcht wird, ebenso wenn er das individuelle Gebet zusätzlich sucht und praktiziert.

Aber was das Schreiben des Apostel Paulos an die Gläubigen in Kolosser betrifft: "Darum soll euch niemand verurteilen wegen Speise und Trank oder wegen eines Festes, ob Neumond oder Sabbat. Das alles ist nur ein Schatten von dem, was kommen wird, die Wirklichkeit aber ist Christus. Niemand soll euch verachten, der sich in scheinbarer Demut auf die Verehrung beruft, die er den Engeln erweist, der mit Visionen prahlt und sich ohne Grund nach weltlicher Art wichtig macht." (Kol 2,16-18) Damit will er sicherlich die Gläubigen warnen, sich nicht in die Irre führen zu lassen, mit dem, was die bekehrten Juden beabsichtigt haben, weil sie an den alten Gebräuchen festhielten, denn sie hatten die Beschlüsse der Synode in Jerusalem im Jahre 51 nicht anerkannt, darin festgeschrieben wurde, daß die Gläubigen sich nicht an die Regel der Beschneidung und an andere jüdische Regeln gebunden fühlen sollen, und sie begnügten sich damit, daß sie angewiesen wurden "Verunreinigung durch Götzen (Opferfleisch) und Unzucht zu meiden und weder Ersticktes noch Blut zu essen." (Apg 15,20)

Der Apostel Paulos, als er die Brautleute ermahnte, die Ehe zu achten und rein zu bewahren, erklärte auch, daß die Brautleute keine Ehegemeinschaft während der Fastenzeit haben dürfen, indem er sagt: "Entzieht euch einander nicht, außer im gegenseitigen Einverständnis und nur eine Zeit lang, um für das Gebet frei zu sein. Dann kommt wieder zusammen, damit euch der Satan nicht in Versuchung führt, wenn ihr euch nicht enthalten könnt." (1Kor 7,5)

Und einige widersprechen dem Gebot des Fastens, indem sie sagen, daß es gegen den Willen des Herrn sei, der sagt: "Nicht das, was durch den Mund in den Menschen hineinkommt, macht ihn unrein, sondern was aus dem Mund des Menschen herauskommt, das macht ihn unrein." (Mt 15,11) Es ist klar, daß der Herr nicht meint, daß wir nicht fasten sollen, wo er uns erklärt hat, was ein rechtes und wohlgefälliges Fasten bei Gott ist, sondern er wollte die Pharisäer widerlegen als sie gegen seine Jünger protestierten, als sie sie beim Essen ertappten ohne dass sie vorher die Hände gewaschen hatten, wie es nach dem pharisäischen Ritus üblich war, den sie als obligatorisch betrachtet haben, damit der Mensch rein wird, bevor er Essen zu sich nimmt, egal wie sauber die Hände des Menschen sind, so hat er diesen formalen Ritus zu praktizieren, damit er zu den Reinen gezählt wird. Und sie hatten ihre spezielle Methode, das Essen zu reinigen. Wenn diese Regeln nicht praktiziert wurden, galt das Essen als unrein. So hat Jesus diesen nichtigen Einwand widerlegt und ihnen die Notwendigkeit des reinen Herzens gezeigt, als er sagte: "Nicht das, was durch den Mund in den Menschen hineinkommt macht ihn unrein, sondern was aus dem Mund des Menschen herauskommt, das macht ihn unrein." (Mt 15,11) Das bedeutet, das was aus dem Herzen des Menschen an sündigen Gedanken und schlechten Reden und abscheulichen Werken hervorgeht, das macht den Menschen unrein.

Das Fasten ist also eine göttliche Einsetzung und eine himmlische Ordnung, das hat Jesus selbst praktiziert, damit es das beste Mittel wird, womit die Gläubigen ihrem Glauben an den Herrn Ausdruck geben und festhalten an seinen Geboten und die geistigen Dinge vor den leiblichen und das Leben der Engel der materialistischen Lebensweise vorziehen.

Die Ordnung des Fastens im Neuen Testament

Der Herr Jesus erließ das Gebot des Fastens, und die Apostel haben es als geistiges Prinzip übernommen, doch seine Anlässe und die Dauer und wie gefastet wird, obliegt der Verantwortung der Kirche, der der Herr die geistliche Vollmacht gab, als er seinen reinen Jüngern sagte: "Wer euch hört, der hört mich, und wer euch ablehnt, der lehnt mich ab; wer aber mich ablehnt, der lehnt den ab, der mich gesandt hat." (Lk 10,16)

Oder auch als er sagte: "Wenn dein Bruder sündigt, dann geh zu ihm und weise ihn unter vier Augen zurecht. Hört er auf dich, so hast du deinen Bruder zurückgewonnen. Hört er aber nicht auf dich, dann nimm einen oder zwei Männer mit, denn jede Sache muss durch die Aussage von zwei oder drei Zeugen entschieden werden. Hört er auch auf sie nicht, dann sag es der Gemeinde. Hört er aber auch auf die Gemeinde nicht, dann sei er für dich wie ein Heide oder ein Zöllner. Amen, ich sage euch: Alles, was ihr auf Erden binden werdet, das wird auch im Himmel gebunden sein und alles, was ihr auf Erden lösen werdet, das wird auch im Himmel gelöst sein." (Mt 18,15-18) Und sein Wort an Petrus das Haupt der Apostel: "Ich werde dir die Schlüssel des Himmelreichs geben; was du auf Erden binden wirst, das wird auch im Himmel gebunden sein, und was du auf Erden lösen wirst, das wird auch im Himmel gelöst sein." (Mt 16,19)

Durch diese geistliche Vollmacht, die die Kirche vom Herrn empfangen hat, ordnete sie die allgemeinen kanonischen Fastentage und verpflichtete den Klerus und das Volk, sich daran gebunden zu fühlen. Wer sich außerhalb stellt, begeht eine Sünde, denn der Gehorsam gegenüber der Kirche ist auch ein Gehorsam gegenüber dem Herrn und ein Auflehnen gegen ihre Gebote ist auch ein Auflehnen gegen Gott.

Der Klerus und das Volk haben seit Beginn der Christenheit das Fasten, das eine Enthaltung vom Essen und Trinken ist, während einer Zeit, die von der Kirche festgelegt wurde, praktiziert und sie haben sich beim Fastenbrechen nur vegetarisch, d.h. ohne tierische Produkte, wie Fleisch, Milchprodukte, Eier usw. ernährt. Die apostolischen Kirchen kamen überein, überall auf der Welt das Prinzip des Fastens zu heiligen, und sie hat es immer als heiliges und von Gott eingesetztes erachtet.

Das Paschafasten

Das erste Fasten, das von der Kirche eingesetzt wurde ist das Paschafasten, das auch das Fasten der Leiden (Karfasten) genannt wird, in diesem Fasten enthalten sich die Gläubigen des Essens und Trinkens vom Abend des Karfreitags - an dem den Leiden Christi, seiner Kreuzigung und seinem Sterben gedacht wird - bis nach Mitternacht des Ostersonntags, um Teil zu haben am lebensspendenden Leiden, das Christus für uns zur Erlösung der Menschheit erlitten hat, um teilzunehmen an seinem Leiden für uns, in Übereinstimmung mit dem Apostel Paulus, der sagt: "Wisst ihr denn nicht, dass wir alle, die wir auf Christus Jesus getauft wurden, auf seinen Tod getauft worden sind? Wir wurden mit ihm begraben durch die Taufe auf den Tod; und wie Christus durch die Herrlichkeit des Vaters von den Toten auferweckt wurde, so sollen auch wir als neue Menschen leben." (Röm 6,3-4)

Die Kirche hat dieses Fastens und des Gedächtnisses des Leidens unseres Herrn Jesus Christus, des Todes und seiner Auferstehung alle 33 Jahre

gedacht und feierlich begangen und praktiziert. Und als klar wurde, daß viele, die geboren und gestorben sind ohne dass Glück gehabt zu haben, an diesem Gedenken teilhaben zu können, beging sie es feierlich jährlich. Im Laufe der Zeit wurde diesem Fasten vier vorrangende Tage hinzugefügt und so wurde eine ganze Woche daraus, die die Leidenswoche genannt wurde. Es wurde in dieser Woche bis zum Abend ohne Essen und Trinken gefastet, und am Abend nahm man trockenes Brot mit salzigem Wasser zu sich. Heutzutage wird so gefastet: Einige enthalten sich des Essens und trinkens bis zum Mittag oder bis zum Abend und danach nimmt man Fastenessen zu sich, dass heißt Vegan, ohne jegliche tierische Produkte, oder Süßigkeiten um am Leiden des Erlösers teilzunehmen der, als er dürstete, man ihm Essig vermischt mit Galle zu trinken gab.

Das vierzigtägige Fasten

Das vierzigtägige Fasten wurde im dritten Jahrhundert verkündet und im zweiten Viertel des vierten Jahrhunderts hat man die Leidenswoche hinzugefügt, die lange Zeit vor diesem Fasten gefastet wurde und so wurde aus dem vierzigtägigen Fasten zusammen mit der Leidenswoche ein siebenwöchiges Fasten. (1)

Das Gebot des vierzigtägigen Fastens ist eine Erinnerung für die Gläubigen an den Kampf Christi und an sein Fasten in der Wüste. Der Herr, der des Fastens nicht bedurfte, hat es öffentlich im Fleisch praktiziert, er fastete vierzig Tage und vierzig Nächte und bekam Hunger, (Mt 4,2) um uns das Fasten und den geistlichen Kampf gegen den Widersacher zu lehren. Und er besiegte den Versucher und verlieh uns die Kraft den Versucher in seinem Namen zu besiegen. Er hat uns auch aufgezeigt wie bitter das Geheimnis des geistlichen Sieges ist durch sein Wort: "Aber diese Art (von Dämonen) kann nur durch Gebet und Fasten ausgetrieben werden" (Mt 17,21)

Die Gläubigen haben früher das vierzigtägige Fasten ohne Essen und Trinken bis zum Abend gehalten, danach nahmen sie ein Fastenessen zu sich, das nur aus Brot, Wasser, das gesalzen wurde, Hülsenfrüchten, Getreide und pflanzlichen Ölen, bestand. Während dieser Zeit übten sie mit den Armen Barmherzigkeit, und darum sagt der Heilige Ephräm der Syrer († 373) im vierten Jahrhundert: "Faste das Fasten der vierzig Tage und gib Brot dem Hungrigen, und bete am Tage siebenmal so wie du es von dem Sohn Jesse gelernt hast."

Man unterbricht die Enthaltensamkeit vom Essen und Trinken an den Tagen des Samstags und des Sonntags, in denen die Eucharistiefeier gefeiert wird, nach dem Gottesdienst nimmt der Fastende ein Fastenessen zu sich. Diesbezüglich steht in den Kanones der Apostel: "Jeder, der am Samstag und Sonntag - außer dem Samstag der Frohen Botschaft - fastet, wird, wenn es ein Kleriker ist, seines Amtes enthoben und wenn es ein Laie ist wird er ausgesondert." Der Gelehrte Bar Hebräus († 1286) schreibt in seinem Buch "die Taube" Teil 2, Kapitel 6, das er als Hilfestellung für die Mönche und Asketen, die keinen Berater und Leiter haben, verfasste. "Es ist nötig, das Fastengebot aufzuheben in den Tagen des Samstags und des Sonntags, damit die Gesetze eingehalten werden."

Zur Heiligung und Verehrung des Sonntags beging unsere Kirche keine Fastentage an einem Sonntag und ebenso auch wenn der Termin des Beginns einer Fastenzeit auf den Sonntag fällt, um den Sonntag zu verehren, beginnen

wir erst am Montag mit dem Fasten. So wird die Anzahl der Fastentage in dem betreffenden Jahr um einen Tag verkürzt.

Es wurde untersagt, große Feste während der vierzigägigen Fastenzeit zu veranstalten, gemäß dem Beschluss der Heiligen Synode von Latakia aus dem Jahre 364. Ebenso hat man auf der genannten Synode beschlossen in der Fastenzeit die Eucharistiefeier nicht zu feiern bis auf die beiden Tage, die des Sonnabends und des Sonntags. Anstatt der Eucharistiefeier hat man in der Fastenzeit die Liturgie des Rschom Koso praktiziert, Bezeichnung des Kelches, das ist eine Messe, in der die Eucharistie in einem früheren Gottesdienst konsekriert wurde. Diese Ordnung wurde von Mor Severus († 538) in unserer Kirche eingeführt. Daher wird die Eucharistie in dem vierzigägigen Fasten nur am Sonnabend und am Sonntag gefeiert. Eine weitere Ausnahme bildet der Mittwoch "Mitte der Fastentage" und der Freitag, wo die vierzig Tage des Fastens vollendet werden. Sowie Gründonnerstag und der Sonnabend der Frohen Botschaft. Wenn das Fest der Verkündigung terminlich in die Fastentage fällt, dann wird es mit einer Eucharistiefeier gefeiert auch dann, wenn dieser Termin am Karfreitag liegt, und der Gläubige nimmt nach der Eucharistie ein Fastenessen zu sich.

Diesbezüglich lautet der fünfte Kanon im ersten Teil, Kapitel 5, aus dem Buch Hudojo von Bar Hebräus wie folgt: "Die Kirche begeht das Fest der Verkündigung, wie es terminlich festgelegt wurde", denn es ist das Fundament aller Herrenfeste und darum sind die Termine dieser Feste absolut unveränderlich. Wir halten das Fasten als Verehrung für das Fasten am Karfreitag oder am Sonnabend der Frohen Botschaft und beten die kanonischen Gebete.(3)

Wenn das Fest der Darstellung Christi mit einem Montag der großen Fastenzeit terminlich zusammenfällt, so begeht man die Heilige Eucharistie an diesem Tag auch dann, obwohl es selten vorkommt, wie es 1915 der Fall war und im Jahre 2010 der Fall sein wird, und wenn es so ist, feiert man am Morgen die Eucharistiefeier, die Liturgie des Fastens wird am Mittag gebetet und danach nimmt man Fastenessen zu sich. Aber die Liturgie der Vergebung (S ubqono), die normalerweise am Beginn der Fastenzeit gehalten wird, wird in diesem Fall am nächsten Tag begangen.

Die Kirche verbot das Trinken von Wein und der übrigen alkoholischen Getränke während der Fastenzeit.

Die Heilige Kirche hat nicht die Absicht mit ihrer Festlegung der Fastenzeit, in der sie eine bestimmte Art von Speisen erlaubt und andere nicht, zu erklären, dass ein bestimmtes Essen rein ist und das andere nicht oder dass an bestimmten Tagen das eine Essen rein ist und an einem anderen Tag dasselbe nicht, sondern sie hat die Absicht, den Willen der Gläubigen Gott, erhaben sei sein Name, in Reinheit gefügig zu machen, sie zu veranlassen das Gute zu tun und ganz besonders die Tugend bei ihnen zu schärfen, gehorsam gegenüber Gott zu sein, der seinen Knechten, den Prälaten der Kirche, die Vollmacht verlieh zu lösen und zu binden und die Kanones zu erlassen und Gesetze und Ordnungen zu schaffen, zum Nutzen der Gläubigen und zur Verherrlichung seines heiligen Namens.

Da jedoch die Kirche eine barmherzige Mutter und eine gute Lehrerin ist, bürdet sie den Gläubigen nicht mehr als das auf, was sie im Stande sind zu ertragen, indem sie die Worte des Herrn bedenkt: "Weh auch euch

Gesetzeslehrern! Ihr ladet den Menschen Lasten auf, die sie kaum tragen können, selber aber rührt ihr keinen Finger dafür." (Lk 11,46)

Aus diesem Grunde erließ der Patriarch Ellias III. († 1932), selig sei sein Gedenken, ein Dekret, Fisch während der vierzigtägigen Fastenzeit essen zu können, und er erlaubte den Gliedern der Kirche in Amerika, lediglich die erste und letzte Woche von der großen Fastenzeit vor Ostern zu fasten und die Tage des Mittwochs und des Freitags dazu, und an den anderen Tagen dazwischen dürfen sie das Fasten brechen.

Der Patriarch Aphram I. Barsaum († 1957), selig sei sein Gedächtnis, erlaubte ebenso auf eine Bitte der Kirche in Indien, die restlichen Fastentage im Jahr für die gesamte Kirche zu reduzieren.

Der Patriarch Yacoub III. († 1980) erlaubte, lediglich die erste und letzte Woche von dem vierzigtägigen Fasten vor Ostern zu fasten und die Tage des Mittwochs und des Freitags dazu, und an den anderen Tagen dazwischen dürfen der Klerus und das Volk das Fasten brechen. Er erlaubte ihnen an den Tagen, die sie innerhalb dieses Fastens nicht fasten, auch tierische Produkte zu sich zu nehmen. Dies geschah im Jahre 1966. Und er erlaubte zusätzlich, auch in den Tagen zwischen den beiden Wochen, also die Woche mit dem Beginn der Fastenzeit und die letzte Woche, die die Leidenswoche ist, Feste, Hochzeiten, Taufen, die Eucharistie und das Gedenken der Heiligen zu feiern. (6)

Die Erlaubnis meiner berühmten Vorgänger im Amt, das vierzigtägige Fasten zu reduzieren, geschah aus Barmherzigkeit. Denn wenn die Gläubigen das Gebot des Fastens brechen, sind sie in einem Zustand, Gott bewahre, wo sie den Zorn Gottes auf sich laden. Wer also von diesem Erlass Gebrauch macht, sündigt nicht und wird zu denen gezählt, die die Gebote einhalten, aber wer das vierzigtägige Fasten und zusätzlich die Leidenswoche dazu einhält, erhält ein vielfaches an Lohn.

An alle Weiestufen der Kleriker klein und groß, außer den Betagten und Kranken unter ihnen wird gesagt, daß sie ein gutes Vorbild sein sollen, in der Bewahrung der Gebote Gottes und seiner Weisungen und sich an das Gebot des vierzigtägigen Fastens mit der Leidenswoche gebunden fühlen, so wie unsere heiligen Väter es praktiziert haben, sich des Essens und Trinkens zu enthalten bis zum Mittag, und danach ein Fastenessen zu sich zu nehmen. Und es ist lobenswert, wenn alle Gläubigen diese Art des Fastens praktizieren würden.(4)

Das Fasten an den Tagen des Mittwochs und Freitags jeder Woche

Die heilige Kirche praktizierte vom Ende des ersten Jahrhunderts nach Christus das Fasten der zwei Wochentage, den Mittwoch und den Freitag, anstatt der üblichen zwei Tage, den Montag und den Donnerstag, die die gottesfürchtigen Juden praktiziert hatten, wie dies aus dem Beispiel des Pharisäers und des Zöllners deutlich wird. (Lk 18,12)

Die Christen fasten am Mittwoch, denn an diesem Tag wurde verabredet, Christus gefangen zu nehmen und ihn zu töten. Am Freitag wird ebenso gefastet, denn an diesem Tag wurde Christus gekreuzigt und ist gestorben zu unserer Erlösung. Dieses Fasten wurde in dem Buch "Didaskalia" (Lehre der Apostel) erwähnt, dessen Entstehung auf das Ende des ersten Jahrhunderts oder den Beginn des zweiten Jahrhunderts zurückgeht. Ebenfalls findet dieses

Fasten in einigen Schriften, der Kirchenväter des ersten Jahrhunderts, Erwähnung und es gibt Apostolische Kanones, nach denen diejenigen von den Gläubigen unter Fluch stehen, die dieses Gebot nicht einhalten.

Es war üblich seit vielen Generationen, dass die Kirche in der Zeit zwischen Ostern und Pfingsten die Fastentage, den Mittwoch und den Freitag, nicht fastete.

Wir fasten ebenso nicht, wenn an diesen Tagen ein Fest des Herrn oder der Heiligen Jungfrau Maria oder das Fest des Patrons einer Gemeinde oder einer Gegend zu feiern ist. Es ist ebenso in den späteren Generationen üblich geworden zu erlauben, in den Tagen zwischen der Woche nach Weihnachten und dem Epiphaniastag mittwochs und freitags nicht zu fasten. Das ist die Woche des Gedächtnisses der verstorbenen Priester und die Woche des Gedenkens der übrigen Seelen.

Wir fasten an diesen beiden Tagen, indem wir bis zum Mittag weder essen noch trinken und danach nehmen wir Fastenessen zu uns oder man fastet vom Abend des jeweiligen Tages bis zum Abend des nächsten Tages, so wie es unsere Väter zu Beginn der Christenheit taten.

Die Fastenzeit zu Weihnachten

Die Einsetzung des Fastens zu Weihnachten geht auf die Zeit vor dem vierten Jahrhundert zurück. Dies wird deutlich durch die Lektüre der Mimre von Mor Ephräim dem Syrer († 373) und seine Madrosche, die er im vierten Jahrhundert verfasst hat. Dieses Fasten wird praktiziert, um vorbereitet zu sein, das Fest der Geburt Christi im Fleisch würdig zu begehen.

Und zum Andenken daran, wie wir vor der Geburt unseres Herrn ein Leben in Zustand der Sünde lebten, in der Dunkelheit der Unkenntnis, der Knechtschaft des Teufels und im irdischen Leiden der Schöpfung in der Erwartung erlöst zu werden. Der Erlöser ist geboren und erlöste uns durch seine Fleischwerdung. Wir fasten dieses Fasten, damit wir an Seele und Körper geläutert werden, damit wir würdig werden das Gedächtnis der Geburt unseres Erlösers, das fleischgewordene Wort Gottes zu feiern, so wie Mose fastete bevor er das geschriebene Wort Gottes, also die zehn Gebote, die Gebote des Alten Testaments, in Empfang nahm.

Früher fastete man vierzig Tage vor Weihnachten. Die Kirche hat diese Fastentage auf 25 reduziert, und dann im Jahre 1946 nach Beschluss der Synode von Homs in Syrien reduzierte sie Patriarch Aphram I. Barsaum auf 10 Tage. Das Fasten beginnt am 15. Dezember und endet am 25. Dezember, am Tage des Festes der Geburt unseres Erlösers.

Das Fasten der Apostel

Dieses Fasten wurde deshalb so genannt, weil es von den Aposteln eingesetzt wurde, denn man fastet zu Gott allein und wir fasten dieses Fasten, weil wir uns die Apostel als Vorbild nehmen. "Denkt an eure Vorsteher, die euch das Wort Gottes verkündet haben; schaut auf das Ende ihres Lebens, und ahmt ihren Glauben nach!" (Hebr 13,7) denn sie fasteten um das Wort Jesu zu erfüllen, der gesagt hat: "Es werden aber Tage kommen, da wird ihnen der Bräutigam genommen sein; dann werden sie fasten." (Mt 9,15)

Nach Christi Himmelfahrt und der Herabkunft des Heiligen Geistes auf die Jünger begannen sie zu fasten, und darum lesen wir in der Apostelgeschichte folgendes: " Als sie zu Ehren des Herrn Gottesdienst feierten und fasteten, sprach der Heilige Geist:"

Und die Zeit des Fastens war mal länger oder mal kürzer entsprechend der östlichen Zeitrechnung. Es begann am Tag der dem Pfingstfest folgt und endete am Festtag der Apostel Petrus und Paulos. Die Kirche hat die Tage dieses Fastens durch verschiedene Generationen reduziert, so daß seine Dauer heute drei Tage beträgt. Es beginnt am 26. Juni und endet am 29. desselben Monats nach dem Beschluß der Synode von Homs im Jahre 1946.

Das Fasten der Jungfrau Maria

Durch dieses Fasten sind wir vorbereitet, das Fest Mariä Himmelfahrt zu begehen, und wir nehmen sie in diesem Fasten als Vorbild oder wir ahmen die Apostel nach, die gefastet haben, als sie verschied. Die Zeit dieses Fastens betrug 15 Tage und wurde nach dem Beschluß der Synode von Homs im Jahre 1946 auf fünf Tage reduziert. Es beginnt am 10. des Monats August und endet am 15. desselben Monats, am Festtag Mariä Himmelfahrt.

Der Patriarch Aphram I. Barsaum, selig sei sein Andenken, erließ ein Dekret am 7. Dezember im Jahre 1946, in dem er alle alten Tage der Fastenzeit, die für Weihnachten, die Jungfrau Maria und die Apostel, die alle im Buch Hudoyo von Bar Hebräus Erwähnung finden, neu festsetzte. Dieses wurde kanonisch, die Gläubigen richten sich danach.

Das Ninivefasten

Es wurde so genannt, denn die Menschen von Ninive waren die ersten, die dieses Fasten begangen haben, als sie um Barmherzigkeit und Vergebung baten. Sie wurden als Vorbild genommen, weil sie auf die Warnung Gottes durch den Mund des Propheten Jona hörten. Sie fasteten alle, Mensch und Tier, klein und groß, in dem sie bei Gott um Vergebung baten, und so hat Gott Abstand genommen von seinem Zorn und es reute ihn das Unheil, das er ihnen angedroht hatte. (Jona 3)

Die Ausübung dieses Fastens in unserer Kirche geht auf das vierte Jahrhundert zurück. Wir finden Zeugnisse dafür in den Mimre und Madrosche von Mor Ephräm dem Syrer. Die Zeitdauer dieses Fastens war früher sechs Tage, aber heutzutage fastet man drei Tage. Es beginnt am Montag der dritten Woche vor dem großen Fasten zu Ostern. Dieses Fasten hat über Generationen keine Beachtung gefunden und der heilige Dionysios Bar Salibi († 1171) erwähnt, dass Mor Marutha von Tagrit († 649) derjenige gewesen sei, der seiner Kirche im Osten, zuerst in dem Gebiet von Ninive, zu fasten gebot. Bar Hebräus sagt, indem er sich auf andere beruft, dass die Festlegung dieses Fastens durch die Verfolgung geschah, die der Kirche in al-Hire widerfahren ist. Die Einwohner dort fasteten drei Tage und drei Nächte, im Gebet verharrend, in Gehorsam zu dem Rat ihres Bischofs. Und Gott hat sie von einer Prüfung gerettet.(5)

Von den Syrern haben die Armenier dieses Fasten übernommen und nennen es "Surob Sarkis" und ebenso übernahmen es die Kopten zur Zeit Anba des Syrsers, der 62. Patriarch von Alexandrien.

Dieses Fasten ist sehr beliebt bei den Syrern, einige Gläubige fasten drei Tage ohne zu essen und zu trinken bis zum dritten Tag. Nach der Eucharistiefeier nehmen sie Fastensessen zu sich. Die meisten fasten aber bis zum Mittag oder bis zum Abend und nehmen dann ein Fastensessen zu sich. Das Fasten ist verbunden mit dem Gebet nach derselben Melodie, die in der großen Fastenzeit gesungen wird. Es kann der Fall sein, dass das Ende dieses Fastens auf den 2. Februar fällt, das ist der Tag, an dem das Fest "Darstellung des Herrn im Tempel" gefeiert wird, dann wird an diesem Tag die Eucharistie mit dem Gebet dieses Festes am Morgen gefeiert, wie es üblich ist und danach am Mittag wird das Gebet des Fastens gebetet. Das Fasten endet nach der Feier der Eucharistie mit dem Fastensessen.

Anmerkungen

(*) Veröffentlicht im Arab. in: The Patriarchal Journal of the Syrian Orthodox Patriarchate of Antioch and All of the East, Nr. 104, (Damascus 1991), S. 178-196.

(1) Iwas, Severius Zakka, *al-hamamah. ktobo d-yauno l-maphryono bar 'ebroyo: mukhtasar fi tarwidh al-nssak lil-'alamah Ibn al-Ibri (†1286) tahqiq wa-ta'rib*. [Die Taube: Kompendium zur Leitung der Asketen von Bar Hebräus († 1286)], arab. Übersetzung mit kritischem Kommentar, al-Adib Druckerei, Bagdad 1974. Herausgegeben von der Syrischen Sprachakademie mit einem gekürzten Vorwort von A. Wensinck. Die 2. Auflage erschien von Maktabat as-Sa-eh, Libanon 1981, (nur arabisch) Teil 2, Kapitel 6, S. 113-115.

(2) *ad-durar an-nafisa fi mukhtasar tarikh al-kanisa* [Wertvolle Perlen in der kurzgefassten Kirchengeschichte], Homs 1940, S. 404-405.

(3) Dekret des Patriarchen Aphram Barsaum von 24. Juni 1938, Homs.

(4) Dekret des Patriarchen, herausgegeben am 10. Februar 1966, in: The Patriarchal Journal, Nr. 37, (1966), S. 370.

(5) Dekret des Patriarchen, vom Verfaßer herausgegeben anlässlich des vierzigstägigen Fastens, am 17. Februar, 1987, in: The Patriarchal Journal, Nr. 62, (1987), S. 66-71.

(6) Vgl. *Magallat al-hikmah*, Bd. 4, (Jerusalem 1930), S. 62.

Übersetzt von Dipl. Ing. Amill Gorgis
