



Fasten-Brechen in der Syrisch-Orthodoxen Kirche
in der 40tägigen Fastenzeit nach dem Mittagsgebet (Kadıköy/Istanbul)

Christliches Fasten in der Türkei

Wenn wir in der Türkei vom Fasten sprechen, denkt jeder an den islamischen Fastenmonat: von Sonnenaufgang bis -untergang nichts essen oder trinken. Aber wie fasten die Christen in diesem Land? Haben Sie eine ähnliche Fastenkultur oder spielt das Fasten eine untergeordnete Rolle? Zunächst kurz ein Blick, wie wir Ausländer aus dem Westen es selber sehen.

Am ersten Fastensonntag hatten wir zum Thema „Fasten“ einen Familiengottesdienst, der ökumenisch vorbereitet wurde. Bei der Vorbereitung ist uns aufgefallen, dass die Zugänge dazu von katholischer und evangelischer Seite bei aller Ähnlichkeit auch unterschiedlich sind: Während unsere evangelischen Geschwister in den letzten 20 Jahren das Fasten wieder entdeckt haben, ist es für uns im Laufe des letzten Jahrhunderts immer fragwürdiger geworden. Gemeinsam ist, dass der Hauptgrund des Fastens sich nicht beschränken darf auf die Einhaltung von Speisevorschriften. Es geht um mehr als nur Abnehmen wegen einer guten Figur, Gesundheit oder Wellness – auch wenn das mitschwingen darf.

Hinzu kommt eine spirituelle Dimension: das Aufbrechen eigener Gewohnheiten, um dem Heiligen Geist Raum zu geben. Ein konkretes Beispiel dazu ist die Fastenaktion *7 Wochen Ohne* der Evangelischen Kirche, die 1983 entstand und heute Millionen Menschen in Deutschland anregt, an dieser Aktion teilzunehmen. Auch wir sind in unserem Familiengottesdienst diesem Thema nachgegangen: *Du bist schön – 7 Wochen ohne Runtermachen*. 7 Wochen lang versuchen, Gottes Ebenbild in mir und dem Nächsten zu sehen, miteinander an einer besseren Welt zu bauen.

Die spirituelle Dimension des Fastens

Die Fastenzeit soll eine Zeit sein, in der wir frei werden, um dem Heiligen Geist Raum zu geben. Das ist bereits ein Punkt, der uns mit den einheimischen Christen, größtenteils Syrer und Armenier vereint. Auch wenn das Fasten bei ihnen strenger als in den westlichen Kirchen ist, wird von allen Seiten betont, dass ein noch so strenges Fasten sinnlos ist, wenn es nicht den Dienst hat,

uns frei zu machen für Gott, für die Beziehung zu ihm und zueinander sowie für eine Neuorientierung dessen, was uns wichtig ist.

Es muss verbunden sein mit dem Willen, dass ich mich ändern möchte, dass ich mich verändern lassen will. Traditionell heißt es dann z. B. auf einer armenischen deutschsprachigen Homepage: *Es gibt Tausende von Menschen, die sich vegetarisch ernähren, was selbstverständlich nicht bedeutet, dass sie im geistigen Sinne fasten. Das leibliche und moralische Fasten sind für die Armenische Kirche Bestandteile einer Art geistigen „Reise aus der Finsternis ins Licht“.* ...

Wenn der Mensch seiner moralischen Werte beraubt wird, hört er auf, Mensch zu sein. Das, welche dieses zweibeinige Geschöpf von den anderen Kreaturen unterscheidet, ist nicht sein äußerliches Aussehen, sondern sein moralisches Bewusstsein, sein Gewissen und die Fähigkeit, Gott kennenzulernen und sich an ihn zu wenden.

Es muss auch erwähnt werden, dass durch das Fasten allein keine Vergebung der Sünden erreicht wird. Gott allein ist derjenige, der uns vergibt. Das Fasten ist eine wichtige Hilfe in diesem Vergebungsprozess. Reue, Gebet und Buße, die Bestandteile des Fastens sein müssen, schaffen die Grundvoraussetzungen, in denen Gottes heilende und vergebende Kraft wirkt.

Der biblische Hintergrund

wird bei allen einheimischen Kirchen zitiert. Seien es Beispiele aus dem Alten Testament, z. B. das Buch Jona oder Jes 58,6f als Zeichen, dass Fasten immer mit Werken der Barmherzigkeit verbunden ist: *das ist ein Fasten, wie ich es liebe: die Fesseln des Unrechts zu lösen, ... 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.* Im Neuen Testament wird v. a. auf das Fasten Jesu in der Wüste verwiesen, aber auch immer wieder auf Paulus: z. B. Röm 8,13: *Wenn ihr nach dem Fleisch lebt, müsst ihr sterben; wenn ihr aber durch den Geist die (sündigen) Taten des Leibes tötet, werdet ihr leben.*

Wie fasten die einheimischen Christen?

Fasten heißt der Verzicht auf Fleisch und tierische Produkte. Der Fastende ernährt sich mit anderen Worten nicht nur vegetarisch, sondern vegan, wobei Fisch erlaubt ist. (Samstags und sonntags können bei Bedarf tierische Produkte gegessen werden)

In der syrisch-orthodoxen und in der armenischen Kirche kommt noch hinzu, dass beim ganz strengen Fasten während des Tages – ähnlich zum muslimischen Fasten – ganz auf Essen und Trinken verzichtet wird und zum Sonnenuntergang das „vegane“ Fastenbrechen stattfindet.

Oft fasten Menschen aber auch nur bis zum Mittag: Z. B. feiern alle syrischen Gemeinden in Istanbul ein Mittagsgebet und anschließend wird das Fasten mit einer Suppe aus Hülsenfrüchten, etwas Obst und mit in der Kirche gesegnetem Brot gebrochen.

Wann fastem sie?

Die Syrer fasten gewöhnlich mittwochs und freitags. Hinzu kommt die 40tägige Fastenzeit (Rosenmontag – Ostern), 10 Tage vor Weihnachten sowie jeweils ein paar Tage vor Pfingsten und vor Maria Himmelfahrt. Eine besondere Bedeutung hat für die Gläubigen der syrisch-orthodoxen Kirche von Antiochien das Ninive-Fasten drei Wochen vor der Fastenzeit: *An drei Tagen wird dabei, je nach individueller Abstufung, auf Essen und Trinken verzichtet und sieben Mal pro Tag das Gebet gesprochen. Dabei müssen drei Gebete in Kirchen durchgeführt werden und vier Gebete privat. Bei der Eucharistiefeyer des dritten Fastentages wird gemeinsam von allen Gläubigen und deren Familienangehörigen das Fastenbrechen gefeiert, wofür alle Beteiligten spezielles assyrisches Essen bereitstellen und gemeinsam verzehren. ...*



Die Ursprünge des Ninivefastens lassen sich bis in das 6. Jahrhundert nach Christus zurückverfolgen. Der Namensursprung geht auf die Stadt Ninive

zurück, deren Bewohner dieses Fasten begangen haben, als sie um Barmherzigkeit und Vergebung baten. Viele Menschen im persischen und irakischem Gebiet (einschließlich der direkten Umgebung um Ninive) litten unter der Pest. Durch die hohe Anzahl an Todesfällen wurde von den Geistlichen der Ostkirche ein Fastenaufruf an die Gläubigen erlassen. Dieses Fasten erhielt später den Namen Ninive-Fasten, denn die ersten Gläubigen, die diesem Aufruf gefolgt waren, waren aus der Umgebung Ninives. Vgl. auch den biblischen Hintergrund, den Fastenaufruf des alttestamentlichen Propheten Jona im Buch Jona 3,4-10.

Interessant fand ich, dass auch in der Syrisch-Orthodoxen Kirche die Fastenpraxis sich im Laufe der Zeit verändert hat. So heißt es im Blick auf die Große Fastenzeit: *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)“.* Patriarch Ellias III. (†1932) erlaubte während der 40tägigen Fastenzeit Fisch zu essen. Auch gestattete er den Mitgliedern der Kirche in Amerika, lediglich die erste und letzte Woche von der großen Fastenzeit vor Ostern, sowie an Mittwochen und Freitagen zu fasten. Patriarch Yacoub III (†1980) weitete diese Art des Fastens 1966 auf die ganze syrisch-orthodoxe Kirche aus, was mir auch eine meiner syrisch-orthodoxen Schülerinnen hier in der Türkei im Rahmen des Religionsunterrichtes erzählt hat: Ihre Oma, die inzwischen über 80 Jahre alt ist – und daher schon lange vom Fastengebot ausgenommen wäre – habe bis vor zwei Jahren die ganzen 40 Tage gefastet, während sich ihre Mutter aber an die neue Regel hält.

Gerda Willam

verwendete Quellen:

Armenische Kirche: Vater Serovpé Issakhanyan: *Die erlösende Wirkung des großen Fastens:*

www.armenierberlin.de/wp-content/uploads/2008/02/groesse-fastenzeit-medz-bahq.pdf

Syrisch-Orthodoxe Kirche: Mor Ignatius Zakka I. Iwas (Patriarch von Antiochien und dem ganzen Osten und das Oberhaupt der Universal-Syrisch-Orthodoxen Kirche), *Das Fasten in der Syrisch-Orthodoxen Kirche:*

www.suryoyo.uni-goettingen.de/library/fasten-patr.htm