

Baggrunden

Faste i kristendommen

Som tidligere nævnt er fasten ikke en selvstændig højtid, men lægger op til påskehøjtiden. Fasten er en forberedelsestid til den store kristne påskefest og begynder 40 dage før påske. I den første kristne tid var fastetid også den tid, hvor man modtog dåbsoplæring, hvis man ikke var døbt. Så blev alle døbt på kirkens store dåbsdag, påskelørdag.

Fasten indledtes askeonsdag. Den dag skulle man oprindeligt gå i kirke med aske i hår og ansigt. Det blev senere til, at præsten nøjedes med at tegne et kors med aske på hver enkelts pande, idet han sagde: "Menneske, du er kun aske". Korstegningen med asken skete for at minde kirkegængerne om, hvor lille, svagt og dødeligt mennesket er i forhold til Gud. Med dette in mente kunne man så ved at faste og afstå fra verdslige fornøjelser lære fromhed og ydmyghed i den kommende fastetid.

Den kristne faste i dag

Da den lutherske kristendom brød med den katolske kirke (i Danmark skete det med reformationen i 1536), afskaffede man fasten. Hos Peder Palladius, der var den første biskop over Sjælland efter reformationen, kan man i hans berømte "Visitatsbog" (1553) læse ham tordne mod den katolske faste: "Faste er hunger, hunger, hunger, da vor Herre Jesus havde fastet, da hungrede han, da vore munke havde fastet efter hans forbillede til påske, da var de federe og mere rundkindede til påske, end de var til fastelavn." Alligevel opererer vi i Den danske Folkekirke med perioder i kirkeåret, der opfattes som fastetider. Mest tydeligt er det i tiden fra fastelavn til påske, der på en kirkeårskalender hedder "Faste", men også adventstiden fra første søndag i advent til juledag er fastetid. Kirken tolker det ikke mere som en tid, hvor man direkte faster, men som en tid til eftertanke, hvor man kan give til dem, der mangler (jf. Folkekirkenes Nødhjælps årlige fasteindsamling) og til at forberede sig på den kommende højtid – henholdsvis påske og jul. Der er dog

en tendens til, at flere i Den danske Folkekirke beslutter at faste, enten ved at undlade at spise noget af det, man allerbedst kan lide, eller ved at afholde sig fra at gøre ting, som man godt kan lide. Med dette afsavn og dermed ændring i forhold til det vanlige er det tanken at lede sin opmærksomhed hen på den højtid, der er på vej. Nogle lader være med at se tv, hører mindre musik eller lever afholdende og enkelt i de 40 dage fra fastelavn til påske. I en artikel fra Berlingske Tidende fra efteråret 2008 kan man læse, at Bent Flemming Nielsen, lektor ved det Teologiske Fakultet, København mener, at den stigende interesse for faste hænger sammen med, at vores kultur er blevet mere udadvendt og kropslig. Ifølge denne har protestantismen i høj grad stået for en mere indadvendt kristendomsforståelse, som har været kritisk og skeptiske over for ydre ting, ydre tegn og ydre handlinger. Kristendommen går i disse år fra at være meget indadvendt til også at tage de ydre og navnlig kropslige dimensioner med ind i billedet.

Den verdslige faste

Specielt i januar måned kan man jo dårligt åbne et magasin uden at blive præsenteret for den ene eller anden faste- og/eller slankekur. For nogle af kurenes vedkommende handler det udelukkende om at få smidt de 3-5 kg, som mange gerne vil af med. Men for andre af kurene handler det også om at rense sig fysisk og åndeligt. Og der er nok heller ingen tvivl om, at det også påvirker én åndeligt, når man har levet en uge eller mere udelukkende på citronsaft, vand, honning og cayennepeber. En helt ny trend er 5:2 kuren, hvor man faster/spiser meget lidt i to dage og spiser normalt i ugens øvrige fem dage. Dette gør man ikke bare i en periode, men som det normale for at få et øget velvære og en stabil vægt. Uanset hvordan man faster, bryder man i fasten i hvert fald med de gængse vaner, når man afstår fra at spise, og dermed afstår fra de sociale fællesskaber, der ligger i det at spise sammen. Til gengæld



får man måske et fællesskab med andre, der faster. Disse fastekure lanceres ikke som del af et religiøst projekt, eller som forberedelse til en religiøs højtid, men som en mulighed for den enkelte til at få rensset sin krop (og måske også sit sind).

Faste i Den katolske Kirke

I Den katolske Kirke faster man stadig i de 40 dage fra askeonsdag til påskelørdag (undtagen de mellemliggende søndage) som forberedelse til påskefesten. Dette indebærer, at man helt eller delvist afholder sig fra indtagelse af føde og deltagelse i verdslige fornøjelser. Den katolske Kirke foreskriver faste på askeonsdag og langfredag, samt hver fredag, hvor den dog, om nødvendigt, kan erstattes af andre former for bod. Fasten kan være forbundet med afholdelse fra kødspiser. Den katolske Kirke anbefaler i sær i fastetiden de troende at give afkald på nogle af livets goder og fx lade det komme nødlidende til gode.

Faste i jødedommen

Den mest betydningsfulde og kendte fastedag i jødedommen er Jom Kippur, hvor man faster fra lige før solnedgang om aftenen inden Jom Kippur til efter solnedgang på selve dagen. Dvs. at man hverken spiser eller drikker i 25 timer. Jom Kippur falder 10 dage efter den jødiske nytårsfest Rosh Hashanah og regnes også for den helligste dag i det jødiske år. Ved at faste og bede om tilgivelse hos Gud, viser man, at man angrer og gør derved bod for de synder, man har begået i det forløbne år. Dagen er tænkt som en personlig, åndelig renselsesproces, hvor man bilægger evt. fjendskaber og forsoner sig med sine medmennesker.

Ifølge det oprindelige kultiske ritual omkring Jom Kippur, man kan læse om i 3. Mosebog kap. 16, indgik en syndebuk, der blev jaget ud i ørkenen og givet til et væsen kaldet Azazel – en slags gådefuld ørkendæmon, hvis eneste funktion var at tage i mod syndebukken. Ypperstepræsten skulle lægge sine hænder på den udvalgte buks hoved og bekende "al israelitternes synd, alle deres overtrædelser og synder". Bukken blev derefter ført bort af en mand, der skulle slippe bukken løs i ørkenen. Vi har her

at gøre med en eliminationsrite, hvor tanken er, at bukken på denne måde bærer synderne bort – ud i ørkenen, ud i ødemarken. Manden, der ledsagede bukken skulle vaske og rense tøj og krop, før han kunne vende tilbage til samfundet. Formålet med forsoningsdagen er at fjerne urenhed og synd fra samfundet og fra templet, der er Guds bolig og som udgør samfundets centrum. Man mener også, at tidspunktet og fejringen af forsoningsdagen hænger sammen med landets frugtbarhed/bekymringen for høsten – Vil Jahve (Gud) sørge for, at der kommer tilstrækkelig regn og på det rigtige tidspunkt til at give en god høst?

Udover ved Jom Kippur faster jøderne også på mindedagen for templets ødelæggelse "Tishah Beav". Dette er en fastedag, som udtrykker jødernes dybe sorg over de to gange Jerusalems tempel er blevet ødelagt (år 586 f.v.t. og år 70 e.v.t.). Dagen betragtes som den bitreste dag i det jødiske folks historie, fordi jødedommen med templets (der var jødernes helligdom og samlingssted) stod i fare for at uddø. Denne fastedag falder på den 9. Av, i slutningen af juli eller begyndelsen af august.

Faste i islam

Fasten er den fjerde af islams fem søjler. Fasten foregår i måneden ramadan, som er den niende måned. Fasten begynder ved tilsynkomst af nymånen i den niende måned i den islamiske kalender, som hele tiden flytter sig 11 dage frem i forhold til den kristne, som også er blevet den globalt officielle. I en hel måned bør muslimer afholde sig fra at spise, drikke, ryge og have seksuelt samvær mellem daggry og solnedgang. Fritaget for faste er børn, før puberteten, syge og svagelige. Hvis folk er midlertidigt syge, gravide eller ammer kan de udsætte fasten, eller dele af den. Det er også muligt (hvis man har meget svært ved at faste) at betale sig fra fasten ved hver dag at bespise en eller flere fattige. Tanken med fasten i islam er at opøve selvbeherskelse og at lede tankerne hen på de mennesker, der hver dag må sulte. Fasten skal minde én om, hvor heldig man er og motivere til at dele med andre. Udover at afholde sig fra ovenstående bør man også bruge fastemånedens til at forsone sig med sine



medmennesker. I løbet af ramadanen er der tradition for at man læser eller fremsiger hele Koranen. Natten før d. 27. ramadan er hellig og kaldes "Bestemmelsens nat" eller "Skæbnenatten". I den nat modtog profeten Muhammed efter sigende i år 610 den første af de åbenbaringer, der senere blev samlet og kendt som Koranen. Denne nat våger muslimerne verden over i bøn og meditation.

