

# INTERRELIGIÖSES HAUS DER STILLE UND DES GEBETS HEIDELBERG e.V

<http://www.haus-der-stille-hd.de>

VERANSTALTUNGEN MÄRZ –  
OKTOBER 2019



Das Fasten in den Religionen

Unsere neue Veranstaltungsreihe:

## DAS FASTEN IN DEN RELIGIONEN

Fasten oder Heilfasten, früher oft belächelt oder sogar als unsinnig verschrien, ist zurzeit „angesagt“. Dazu haben neuere Forschungsergebnisse beigetragen, mit denen die Heilwirkung des Fastens bei vielen Krankheiten belegt wird. In Religionen wird Fasten seit Jahrtausenden empfohlen oder vorgeschrieben und praktiziert. Daneben gibt es hier auch Empfehlungen zur Ernährung. Damit wollen wir uns in einer neuen Veranstaltungsreihe befassen. An drei Abenden stehen einige der Weltreligionen im Fokus, und an einem weiteren Abend wird ein Fachmann das Fasten in den Religionen aus medizinischer Sicht betrachten.

**Mittwoch, 13.03. 2019:**

### Das Fasten bei den Bahá'í

Referentin: Tarazieh Samandari-Jossé

### Fasten – Warum? Das Darum des Islams

Referent: Ethem Ebreim - Teilseiend e.V.

..."Und da Sonne und Mond die hellsten Leuchten am Himmel sind, so wurden auch für den Himmel der Religion gleichsam zwei Leuchten verordnet: Fasten und Beten"... (Bahá'u'lláh)

„O ihr Gläubigen, euch ist das Fasten vorgeschrieben, wie es auch denjenigen, die vor euch waren, vorgeschrieben war, damit ihr fromm werdet.“ (Qur'an 2:183)

Heißt muslimisches Fasten vor allem Verzicht auf Essen und Trinken (im Ramadan)? Vom Tagesanbruch bis Sonnenuntergang? Was erhoffen sich Muslime vom Fasten? Wie fasten sie und was genau feiern sie eigentlich am Ende der Fastenzeit?

### **Mittwoch, 03.04.2019: Abend der Stille und des Gebets**

Beten ersetzt keine Tat - und ist zugleich ein Schritt, der durch nichts zu ersetzen ist. Wie richtig und schwer das ist, wird jedesmal klar, wenn Religionen pervertiert und instrumentalisiert werden, um Menschen gegeneinander aufzubringen. Angesichts solchen Missbrauchs scheint es ein zarter Versuch, wenn Menschen verschiedener Religion bewusst miteinander (meist ohne

Worte)um Frieden beten. Die Erfahrung zeigt jedoch, welche Kraft in dieser zarten Unternehmung liegen kann.

**Mittwoch, 22.05.2019:**

### **Fasten macht Sinn. Eine jüdische Perspektive**

Referent: Rabbiner Pawelczyk – Kissin (Jüdische Kultusgemeinde Heidelberg)

Im Judentum ist das Fasten durch festgelegte Ruhe - und Fasttage im jüdischen Kalender bestimmt, an denen auf jegliche Art von Nahrungsaufnahme verzichtet wird und die auf eine lange biblische Tradition verweisen. Sie erinnern an bestimmte Ereignisse in der jüdischen Geschichte, laden ein zur Besinnung und Umkehr. Der Versöhnungstag Jom Kippur gilt als höchster jüdischer Ruhe- und Fastentag und findet seinen Ursprung in der Thora.

*Ferner sprach der Ewige zu Mosche wie folgt: „Hingegen am zehnten Tag dieses siebten Monats - es ist der Versöhnungstag - sollt ihr eine heilige Festverkündigung und einen Fasttag halten, auch ein Feueropfer dem Ewigen zu Ehren darbringen“.*

**Mittwoch, 12.06.2019:**

### **Abend der Stille und des Gebets**

**Mittwoch, 03.07.2019:**

### **Religiöses Fasten und Ernährungsregeln aus medizinischer Sicht**

Referent: Dr. Bernhard Dickreiter - Internist, Reha-Experte und Ganzheitsmediziner

Im medizinischen Alltag wird das Fasten immer noch kontrovers diskutiert. „Entschlacken, Entgiften oder Ausleiten“ sind für manche Ärzte ein Teil ihrer Therapiemaßnahmen, von anderen Ärzten werden sie in Frage gestellt oder gar total abgelehnt. Hier ist im Sinne der Patienten dringend eine Klarstellung notwendig, die eine Orientierung ermöglicht. Richtungsweisende Argumente finden wir in der Zellbiologie, Evolutionsbiologie und Systembiologie, die im Rahmen des Vortrages erläutert werden. Diese Erkenntnisse der Medizin ermöglichen eine neue Perspektive auf religiös-spirituell motiviertes Fasten.

**Mittwoch, 11.09.2019: Abend der Stille und des Gebets**

**Mittwoch, 16.10.2019:**

### **Fasten im Buddhismus und Hinduismus**

Referentin: Dorothea Nett, Leiterin des tibetisch-buddhistischen Meditationszentrums in Heidelberg-Handschuhsheim

Auf seinem Weg zur Erleuchtung hat der Buddha intensiv auch das Fasten praktiziert - bis zum körperlichen Zusammenbruch. Spirituelle Fortschritte erreichte er erst, als er wieder Nahrung annahm. Er riet seinen Schülern daher später zu Achtsamkeit und Mäßigung, was die Nahrungsaufnahme angeht, nicht zum völligen Verzicht. Mönchen und Nonnen empfahl er, nach dem Mittag nicht mehr zu essen. Im "Nyung Neh", einem mehrtägigen Meditationsritual, wird abwechselndes Fasten und Halbfasten genutzt, um karmische Eindrücke im Bewusstsein zu reinigen.

Der zweite Teil des Abends befasst sich mit dem Fasten im Hinduismus. Ein Referent dazu ist angefragt.

**Beginn aller Veranstaltungen um 19 Uhr im „+punkt.“ Marsilius-Arkaden, Im Neuenheimer Feld 130, Heidelberg**