

Beten und Fasten

„Fasten? Ja, bedeutet denn Fasten nicht Hungern? Nein, Fasten und Hungern sind zweierlei. Das nutzlose und gefährliche Hungern beginnt erst dann, wenn das so nützliche und segensreiche Fasten beendet ist.

Die alten Kulturvölker und die Priester und Ärzte vergangener Zeiten legten auf das Fasten größten Wert, da sie aus eigener Erfahrung wußten, daß das Fasten Seele und Leib reinigt und entgiftet und zur geistigen Aufschließung und Aufbereitung wesentlich beiträgt. Die Perser und Spartaner härteten ihre Jugend durch Fasten ab und übten sie für Notfälle in Entbehrungen.

Der Leib als Tempel der unsterblichen Seele bedarf einer besonderen diätischen Pflege. Leider wurde dies später von den christlichen Konfessionen immer mehr übersehen und vergessen. Fasten bedeutet Buße tun. Falsches Denken führt zu falschem Handeln. Während des Fastens wird das Denken „in der Wüste“ überprüft und in richtige Bahnen gelenkt; damit wird auch das Handeln in das richtige Geleise geschoben. Durch Gedanken der Angst, der Hoffnungslosigkeit, der Erfolgslosigkeit, des Neides, des Hasses usw. vergiften wir uns geistig-seelisch. Diese geistig-seelische Vergiftung wirkt sich, wie namhafte Ärzte, so auch Professor Carrel, nachgewiesen haben, auch körperlich aus.

Durch Mißbrauch von Tabakerzeugnissen, Alkohol, Kaffee, Gewürzen, zum Beispiel Kochsalz u.a.m., haben wir unseren Organismus vergiftet. Durch übermäßige und zu einseitige Ernährung mit Fleisch, Fett, Eiern, falsch zubereiteten Gemüsen usw., haben wir unseren Leib verschlackt. Der Mangel an Bewegung in frischer Luft, an Licht und Wasser hat auch dazu beigetragen. Von sonstigen Sünden wider der Natur und Gott wollen wir gar nicht reden. – Während des Fastens ruht nun die Nahrungszufuhr. Außer Flüssigkeit wird nichts genossen. – Die Kräfte, die sonst zur Verarbeitung der Nahrung notwendig sind, werden auch frei, und es beginnt ein geheimnisvolles Entrümpeln im ganzen Menschen. Starke Ausscheidungen, besonders durch die Haut und den Urin, treten auf. Die ersten drei Tage der Umstellung sind für viele oftmals die härtesten Tage; dann geht es vielfach ohne Beschwerden acht Tage lang, ja bis zu drei Wochen, und in schweren Erkrankungsfällen bis zu vierzig und sechzig Tagen, und zwar ohne jede Nahrung. Nur Wasser oder Tee, also Flüssigkeit, sind gestattet.

Der Fastende büßt tatsächlich alle Verstöße gegen den Schöpfer und seine Schöpfung. Während des Fastens geht noch etwas ganz Sonderliches im Menschen vor sich, nämlich die Neuorientierung. Das geistig-seelische Prinzip im Menschen erfährt eine ganz wundervolle Wandlung. Aus diesem Grunde vor allem haben die alten Priester das Fasten gepflegt.

Namhafte Ärzte der Gegenwart führen das Fasten als wohl die strengste und wirksamste Kur zur körperlichen Wiederherstellung in leichten, schweren und schwersten Fällen der Erkrankung durch, insofern sich der Patient charakterlich auf die Enthaltbarkeit umstellen kann.

Die meisten Leiden erfahren durch das Fasten vielfach noch Heilung. Das Fasten, diese Umstimmungs- und Stoffwechselkur hat nach Dr. med. Kapferer, einem erfahrenen Facharzt, sogar schon Geisteskrankheiten geheilt.“

- Wilhelm Otto Roesermueller (Auszug - Hilfe aus dem Jenseits- Was Gebet vermag)