

Inhalt

I Einleitung	9
1 Ausgangslage: Fasten in Deutschland	9
2 Forschungsanliegen und Forschungsfrage	16
3 Methodik und Aufbau der Studie	18
 II Theoretischer Hintergrund: christliches Fasten und die vorösterliche Fastenzeit	21
1 Grundlegende und historische Aspekte	22
a) Allgemeine Definitionen des Phänomens Fasten	22
b) Biblische Grundlagen	23
c) Historische Schlaglichter	27
d) Reformatorische Kritik	30
e) Anzeichen einer neuen Offenheit	40
2 Die Wiederentdeckung des Fastens: zeitgenössische Fastenaktionen	44
a) Fasten als Solidarität: die Misereor-Fastenaktion	44
b) Fasten als anderer Alltag: »7 Wochen Ohne«	48
c) Fasten als religiöses Neuwerden: »7 Wochen anders leben«	53
d) Fasten als Verzicht: die Aktion Klimafasten	58
e) Merkmale zeitgenössischer Fastenaktionen aus (religions-)soziologischer Perspektive	61
3 Modernes Fasten aus praktisch-theologischer Perspektive: Chancen und Kritikpunkte	68
a) Fasten als spirituelle Übung	69
b) Fasten als Körpertechnik: zwischen »Körperkult« und »Ganzheitlichkeit«	72
c) Fasten als Konsumkritik: zwischen Zweckfreiheit und Orthopraxie	79
d) Fasten in der Kritik: Wie religiös sind moderne Fastenaktionen?	82
e) Kritische Würdigung und Implikationen für die empirische Studie	84
 III Fasten in der Gegenwart: die empirische Studie	91
1 Metatheorie und Methodologie	91
a) Metatheoretische Verortung: eine funktionale Perspektive auf das Fasten	91
b) Datenauswertung: die Dokumentarische Methode	94
c) Datenerhebung: teilnarrative Leitfadeninterviews	99

2	Orientierungen und Bezugsprobleme im Fasten	108
a)	Orientierung an Prinzipien	109
b)	Orientierung an Selbsterfahrung	130
c)	Orientierung an Relationen	156
d)	Fasten als konstruktive Auseinandersetzung mit nicht lösbaren Problemen	177
IV	Im Gespräch mit der Empirie: praktisch-theologische Perspektiven	181
1	Die Differenz zwischen Überzeugung und Handeln: Sünde als Bezugsproblem?	182
a)	»Bewusst auf etwas verzichten, weil es nicht in Ordnung ist« – Ethik und Lebensführung	182
b)	»Da bin ich gescheitert« – die theologische Rede von der Sünde als Bearbeitungsstrategie für das Bezugsproblem der Befragten	186
2	Herausforderungen moderner Individualität: zwischen »tiefer Adressierung« und Gesundheitsstress	194
a)	»Eine wirklich gute Körpererfahrung« – Pilgern und Salbungsgottesdienste als funktionale Äquivalente des körperlich praktizierten Fastens	194
b)	»Ich bin auch eigentlich so gut wie nie krank« – Diät und Gesundheit als Konfliktfelder	198
3	Resonanz durch communitas: Fasten als liminale Praxis	207
a)	»Ich bin einfach hellhöriger« – Resonanzerfahrungen im Fasten	208
b)	»Außerdem ist das unglaublich, wie schnell man eine Gruppe wird« – Liminalität und communitas beim Fasten	211
V	Schluss	219
VI	Literatur	225
1	Printmedien	225
2	Digitale Medien	235
a)	Texte auf Websites mit Autor*innenangabe	235
b)	Websites und Texte ohne Autor*innenangabe	236