

Preek over vasten, gebaseerd op bijbelse principes van toewijding, bezinning en verandering.

Geliefde gemeente!

Het vasten in de moderne, welvarende cultuur is een vreemd concept geworden. Wij kennen sprookjes en bijbelse verhalen over de traditie van het vasten. Levende verhalen zijn er ook nog maar weinig.

Sommige mensen willen een dieet, of moeten afvallen op medisch advies, en dan bij koffiegesprekken komt het bijbels vasten aan de orde. We hebben geld, en zijn gewend aan direct bevredigen van behoeften. Vasten—het bewust afzien van voedsel (of andere zaken)—lijkt achterhaald.

Er is geen sprake van hongerstaking om God te dwingen iets te doen, noch is het een spirituele prestatietocht. Vasten is een daad van toewijding, overgave en honger naar meer van God. Het is het bewust "nee" zeggen tegen onze zonden, tegen onze oude mens, om "ja" te zeggen tegen het geestelijke, om ruimte te laten maken voor Gods liefde.

Jezus trok zich veertig dagen terug in de woestijn om te vasten. Hij werd door de Geest geleid, **juist voordat Hij aan Zijn openbare bediening begon**. ---Laten we denken aan de eerste gemeente, naar het moment, dat Paulus en Barnabas maandaat kregen voor de zending tussen de heidenen: toen gingen ze ook vasten en bidden. Handelingen 12, 2.- In de woestijn ontdekte Hij honger, maar ook totale afhankelijkheid van de Vader. --- GEMEENTE, vasten is in de christelijke traditie een krachtig middel om de honger naar God te stillen door tijdelijk af te zien van voedsel, luxe of gewoontes. Als wij vasten—of dat nu 3 of 4 dagen is, of de veertigdagentijd—**stappen we ook in onze eigen "woestijn"**. We laten de dagelijkse drukte los en richten ons op God.

De lichamelijke veranderingen: Na ongeveer 36 tot 48 uur verandert je stofwisseling. Je zult honger voelen, misschien hoofdpijn. Juist op die momenten, als je lichaam hongert, leert de geest te vertrouwen op God. Je leert: "De mens leeft niet van brood alleen." Gebed en Gods Woord helpen je tot kracht te komen in de vastentijd...- Het "Vasten dat God verkiest" staat nauwkeurig beschreven in Jesaja 58. *1Roep luidkeels, houd niet in, verhef uw stem als een bazuin en maak mijn volk zijn overtreding bekend en het huis van Jakob zijn zonden. 2Wel zoeken zij Mij dag aan dag en hebben zij een welgevallen aan de kennis mijner wegen, als een volk dat gerechtigheid doet en het recht van zijn God niet veronachtzaamt. Zij vragen Mij rechtvaardige verordeningen, zij hebben er een welgevallen aan tot God te naderen. 3Waarom vasten wij, als Gij er toch niet op let: verootmoedigen wij ons, als Gij er toch geen acht op slaat?*

Zie, op uw vastendag doet gij zaken en drijft gij al uw arbeiders aan. 4Zie, tot twist en tot strijd vast gij en om te slaan met snode vuist; gij vast heden niet om uw stem in den hoge te doen horen. 5Zou dit het vasten zijn, dat Ik verkies, een dag, waarop de mens zichzelf verootmoedigt:

dat hij zijn hoofd laat hangen als een bieze en zich rouwgewaad en as tot een leger spreidt? Noemt gij dat een vasten, dat een dag die de Here welgevallig is? 6Is dit niet het vasten dat Ik verkies: de boeien der goddeloosheid los te maken, de banden van het juk te ontbinden, verdrukten vrij te laten en elk juk te verbreken? 7Is het niet, dat gij voor de hongerige uw brood breekt en arme zwervelingen in uw huis brengt, ja, als gij een naakte ziet, dat gij hem bekleedt en u niet onttrekt aan uw eigen vlees en bloed? 8Dan zal uw licht doorbreken als de dageraad en uw wond zich spoedig sluiten; uw heil zal voor u uit gaan, de heerlijkheid des Heren zal uw achterhoede zijn. 9Als gij dan roept, zal de Here antwoorden; als gij om hulp roept, zal Hij zeggen: Hier ben Ik. Wanneer gij uit uw midden het juk wegdoet, het wijzen met de vinger en het spreken van boosheid nalaat, 10wanneer gij de hongerige schenkt wat gij zelf begeert en de verdrukten verzadigt, dan zal in de duisternis uw licht opgaan en uw donkerheid zal zijn als de middag. 11En de Here zal u voortdurend leiden, u in dorre streken verzadigen en uw gebeente krachtig maken; dan zult gij zijn als een besproeide hof en als een bron, waarvan het water niet teleurstelt. 12En de uwen zullen de overoude puinhopen herbouwen, de grondvesten van vorige geslachten zult gij herstellen, en men zal u noemen: Hersteller van bressen, Herbouwer van straten.

13Indien gij niet over de sabbat heenloopt door uw zaken te doen op mijn heilige dag, maar de sabbat een verlustiging noemt, de heilige dag des Heren van gewicht, en die eert door noch uw gewone bezigheden te doen, noch uw zaken te behartigen, of ijdele taal uit te slaan, 14dan zult gij u verlustigen in de Here en Ik zal u doen rijden over de hoogten der aarde en u doen genieten het erfdeel van uw vader Jakob, want de mond des Heren heeft het gesproken.

Iemand zei in een preek, dat vasten zonder gebed slechts lijnen. Jesaja 58 leert ons dat vasten hand in hand gaat met daden van gerechtigheid en barmhartigheid: Je brood delen met de vluchtelingen en de hongerigen in de wereld; -De boeien van de goddeloosheid losmaken Via een herdenkingsconferentie rondom Michiel de Ruiter luisterden wij naar lezingen, waarin wordt verteld, hoe hij de gebroken predikanten heeft vrijgelaten.

Als je vast, maak je tijd vrij. Gebruik die tijd voor gebed, maar ook om God te zoeken in de noden van de naaste. Het geldt dat je uitspaart, kun je geven aan hen die niets hebben.

Vasten is een mogelijkheid om ruimte te maken voor Jezus in ons leven en om te groeien in zelfbeheersing. Het helpt ons om de Heilige Geest te laten werken in de gebieden waar wij vastzitten.

Laat het vasten geen demonstratief gebeuren zijn, Door vasten maken we ruimte voor de kracht van Jezus in ons leven. Het avondmaal is een beloning en een voorbeeld voor de christenen. Laten wij gebruik maken van deze hemelse gaven.

Amen.

Zwolle, 22 februari 2026