

## De Christen en het vasten

### Vraag: Moeten wij als Christenen vasten?

‘Wanneer u vast, ver-toont geen droevig gelaat, zoals de huichelaars; want zij mismaken hun aangezichten, op-dat het door de mensen gezien wordt dat zij vasten. Voorwaar Ik zeg u: zij hebben hun loon al. Maar u, als u vast, zalf uw hoofd en was uw aange-zicht, opdat het niet door de mensen gezien wordt dat u vast, maar door uw Vader, Die in het verborgen is; en uw Vader, Die in het verborgen ziet, zal het u vergelden’ (Matth. 6:17-18).

Vasten was vroeger primair een Joodse handeling, hoewel we in de geschiedenis van Jona leren dat ook het heidense volk van Ninevé zich berouwvol aan een vasten onderwierp.

Wanneer we nu door het Nieuwe Testament bladeren, valt ons op dat we in de Brieven niet worden aangespoord tot vasten. In 2 Korinthe 6:5 en 11:27 spreekt de apostel Paulus er wel van dat hij zelf vaak heeft gevast. Maar we vinden geen enkel gebod, geen enkele aanmoediging dat Christenen moeten vasten; zelfs de Heer Jezus spooft niet aan tot vasten.

We moeten dus heel voorzichtig zijn als het gaat om uitspraken over dit thema. We hebben geen grond om het vasten generaliserend als een Christelijke oefening voor te stellen. Betekent dat dan dat Christenen niet mógen vasten?

Vasten is het resultaat van een persoonlijke verootmoediging voor God. Het komt dus voort uit een persoonlijke ervaring of overtuiging van individuele gelovigen. De basisgedachte van het vasten is dat men tijdelijk afstand doet van menselijke of aardse aangename dingen. Het doel ervan is om in gebed te zijn, om tijd door te brengen voor God vanwege een groot verdriet, of berouwvol in de tegenwoordigheid van de Vader te zijn. Die gedachte is zeker mooi. Misschien zouden we er op die manier meer dan eens voor bewaard worden afgetrokken te worden door aardse dingen. Dat is niet voor niets het onderwerp van Mattheüs 6 vanaf vers 19: verzamel je geen schatten op aarde, daar bederven ze toch.

Even als voorbeeld: is het niet gezegend wanneer bijvoorbeeld jonge Christenen afstand doen van een ontspannen vakantie om een week kalenders of evangelietraktaten uit te delen? En de Heer zal er ons zeker rijk voor zegenen, wanneer we geld dat we voor onszelf zouden kunnen gebruiken (en dat mag ook!), investeren in Zijn werk. Een betere investering bestaat er niet!