

## BIDDEN EN VASTEN

*Oscar Griffioen*



*Artikelen voor de website in juli en augustus 2016 in aanloop naar de week van Bidden en Vasten (6-9 september 2016, Zout & Licht Hilversum)*

Mijn ervaring met een week van bidden en vasten heb ik vanuit Rusland. Daar zijn meerdere gemeenten die een aantal keer per jaar een week hebben van bidden en vasten. Veelal in aanloop naar een christelijk feest, zoals Kerst, Pasen en Pinksteren.

Het kan heel goed zijn om gezamenlijk als leden van een gemeente rondom een thema extra aandacht te hebben en tijd te maken om God te zoeken.

Toch zijn we dat als Zout & Licht niet zo gewend, dat vasten. Er zijn weinig studies en preken over geweest. De afgelopen 6 jaar dat ik voorganger ben, niet éénmaal. Ik weet dat er mensen in de gemeente zijn die met regelmaat zelf een dag hebben of een aantal dagen per jaar nemen om te vasten.

In aanloop naar onze eerste week van vasten – 6 tot en met 9 september – is het goed om o.a. via deze website wat aandacht te geven aan gebed en vasten.

### **1) Het gevaar van vasten**

Indien het ons ontbreekt aan inzicht en onderwijs vanuit de Bijbel als Gods Woord, kan vasten een gevaar zijn in de betekenis dat men het doel mist of het doet vanuit een verkeerde, misschien zelf wel zondige, motivatie.

Vasten is niet iets religieus dat we doen om ons vlees te prikkelen en onszelf een goed gevoel te geven.

Paulus waarschuwt daarvoor: Pas op voor mensen die je willen afhouden van voedsel dat juist door God gegeven is om dankbaar tot je te nemen, zie 1Tim.4:1-3. Wanneer we christenen zijn, kinderen van God, dan zijn we vrij van de religieuze wet en regels. Hij vraagt dan geschokt aan de christenen in Colosse: waarom onderwerp je je aan regels als 'dat mag je niet aanraken, dat mag je niet proeven, ...?' (zie Col.2:20-21).

Vasten – zeker ook wanneer we niet eten – maakt ons geen beter christenen, noch heiliger, noch effectiever. Zie bijv. 1Cor.8:8. Neem ook de Farizeeër die tweemaal per dag vastte, het maakt hem niet rechtvaardig voor God – zie Jezus' verhaal in Luk.18:12-14.

Vasten wordt een gevaar en misschien zelfs wel een valkuil voor ons wanneer we het doen met verkeerde intentie en motivatie.

1. Vasten is niet verhongeren. Wanneer je afvalt, dan kan dat een fijne bijkomstigheid zijn. Nooit het doel.
2. Vasten is niet God manipuleren en onder druk zetten. Door te vasten draaien we Gods arm niet op Zijn rug om Hem te dwingen onze gebeden extra serieus te nemen.
3. Vasten maakt je gebed niet serieuzer. Er bestaat niet zoiets als serieus gebed. Gebed is serieus of niet. Indien niet, dan is het geen Bijbels gebed!
4. Vasten maakt je niet heiliger of beter als christen. Degenen die in 'onze' week van bidden en vasten niet mee doen – om wat voor reden dan ook – zijn niet minder serieus of een ander slag leerlingen van Jezus.
5. Vasten is niet het overslaan van een maaltijd om later extra te eten om de gemiste hapen weer binnen te krijgen
6. Vasten is niet het niet aan tafel verschijnen om je tijd dan door te brengen voor de TV of slapend op de bank
7. Vasten is niet uitsluitend afstand doen voor God van één of meerder maaltijden. Men kan ook vasten door tijd te maken voor God door afstand te doen van andere gebruiken, gewoonten en behoeften, zoals bijv. koffie, suiker, lekkere snacks, TV, internet, mobiele telefoon, games, etc.

Vasten en gebed gaan altijd samen op. Het is mogelijk te bidden zonder te vasten. Vasten is echter niet mogelijk – omdat Bijbels te doen – zonder gebed. We vasten om extra tijd te hebben om God te zoeken en dan doen we door middel van gebed (persoonlijk in de binnenkamer als gemeenschappelijk in een dienst bijvoorbeeld).

## 2) Vasten en gebed

We schreven aan het slot van het vorige gedeelte al dat vasten en gebed altijd samen op gaan. Het is mogelijk te bidden zonder te vasten. Vasten is echter niet mogelijk – omdat Bijbels te doen – zonder gebed. We vasten om extra tijd te hebben om God te zoeken en dan doen we door middel van gebed (persoonlijk in de binnenkamer als gemeenschappelijk in een dienst bijvoorbeeld).

Door niet te eten, door een aantal dagen geen TV of internet te gebruiken, maak ik meer tijd voor God. Door te vasten van genotsmiddelen (alles wat ik fijn vind maar niet daadwerkelijk nodig heb, zoals suiker, koffie, wijn, snacks) maak ik mezelf meer attent op de Heer.

Die tijd en aandacht wordt geuit in gebed. In het met God tijd doorbrengen. Vaak zien we dat rondom een thema. Daniël vastte omdat hij in het Boek Jeremia gelezen had van de belofte terugkeer van Gods volk uit ballingschap. Hij bad gericht voor de vervulling van deze belofte. (Onze eerste week van bidden en vasten in september zal zijn rondom groei.)

Vasten doen we dan niet voor God. Want we manipuleren God niet met ons vasten noch ons bidden. Vasten doen we voor onszelf. John Piper schrijft in zijn boek over vasten ("A Hunger for God") over een verliefd zijn waardoor je alle trek voedsel verliest en je alleen wil zijn in de aanwezigheid van je geliefde. Jezus heeft gezegd dat zijn maaltijd – voedsel – is het doen van de wil van Degene die Hem gezonden heeft (Joh.4).

Vasten doen we voor onszelf. Het is een keuze om voor een tijdje – misschien maar één maaltijd of één dag – ervoor te kiezen meer naar God te verlangen dan naar voedsel of dat andere waarvan je vast.

De tijd en aandacht die we dan 'extra' hebben wegens het vasten, besteden we dan in aanwezigheid van God. Door gebed en met Hem Zijn Woord (de Bijbel) te lezen en zo in lijn met Zijn wil te bidden en voorbede te doen in overeenstemming met het thema (de reden) waarvoor we vasten.

Vasten – niet eten – en dan wel extra tijd doorbrengen in bed en voor de TV (om het nare gevoel van een lege maag te vergeten) is geen Bijbels vasten. Dat mag hopelijk nu wel duidelijk zijn. Vasten en bidden gaan dus samen op... Daarom dat we extra avonden hebben op 6 tot en met 9 september om elkaar te ontmoeten van 8 tot 9 uur voor bemoediging, Gods Woord en samen te bidden en voorbede te doen.

### 3) Vasten en ons gedrag en relaties

In Jesaja 58:6 staat: Is niet dit het vasten, dat Ik verkies: dat gij losmaakt de knopen der goddeloosheid, dat gij ontdoet de banden des juks, en dat gij vrij loslaat de verpletterden, en alle juk verscheurt?

Het hoofdstuk gaat over de arrogantie van religieuze mensen onder Gods volk dat vast voor zichzelf. Indruk maken op jezelf en de mensen om je heen.

Ook Jezus spreekt daarover in De Bergrede: En wanneer u vast, toon dan geen droevig gezicht, zoals de huichelaars. Zij vervormen namelijk hun gezicht, zodat zij door de mensen gezien worden als zij vasten. Voorwaar, Ik zeg u dat zij hun loon al hebben. 17 Maar u, als u vast, zelf dan uw hoofd en was uw gezicht, 18 zodat het door de mensen niet gezien wordt als u vast, maar door uw Vader, Die in het verborgene is; en uw Vader, Die in het verborgene ziet, zal het u in het openbaar vergelden. (Matt.6:16-18).

We kunnen erg onder de indruk zijn van onze eigen godsdienst en wat we allemaal wel niet 'voor God doen'... Maar doen we het echt voor God, of eigenlijk gewoon voor onszelf?

Jakobus maakt duidelijk dat het mogelijk is te bidden voor je eigen lusten. (zie Jak.4:3)

Paulus spreekt over een eigenwillige godsdienst – hiep hiep hoera voor jezelf! (Col.2:23)

In de context van bidden en vasten, geeft God aan wat het vasten is dat Hij verkiest, dat Hem pleziert: namelijk dat vasten en bidden dat ten dienste is van onze relatie en te zien is in ons gedrag naar andere mensen. Wanneer we oordelen en met het vingertje wijzen dan stelt ons vasten en bidden niets voor vanuit hemels oogpunt.

Laat ons bidden en vasten – persoonlijk en als gemeente – ten dienste zijn van onze relaties in deze wereld en van invloed zijn op ons veranderen – groeien – naar het beeld van Jezus. Dat we meer worden gevuld met Gods bewogenheid voor de mensen om ons heen.

#### 4) Gods grootste tegenstanders zijn Zijn gaven

Gods grootste tegenstanders zijn Zijn gaven, schrijft John Piper in "A hunger for God". Hij bedoelt daarmee dat al het goede dat God ons geeft, tot gevolg kan hebben dat we die giften en gaven belangrijker gaan vinden dan God zelf.

Zoek de Gever niet de gaven, wordt wel eens gezegd.

Voedsel is Gods zegen voor ons lichaam. Er is niets verkeerd aan, in tegendeel mogen we met dankbaarheid ontvangen wat God ons geeft. Wie met dankbaarheid en vreugde eet en drinkt, eert God. Zie bijv. Pred.5:18-20; 8:15; 9:7-10.

Vergelijk deze gedeelten uit Prediker met Jezus' gelijkenis in Luk.12:13-21. Deze rijke man besloot te doen wat Prediker zegt: eten, drinken en vrolijk zijn. God zegt echter in de verhaal van Jezus over deze man: Dwaas!

Het dwaze van deze man was dat hij rijk was voor zichzelf en niet rijk was in God.

Alle gaven van God – incl. eten en drinken – kunnen we gebruiken en God daarmee met dankbaarheid eren.

Wanneer de gaven los van God komen te staan en een doel worden in zichzelf, dan zijn we daadwerkelijk 'dwaas'.

Mensen die vasten merken vaak hun oude vlees op, dat hunkert naar de gaven (voedsel, koffie, TV, wijn). Vasten is dan een besluit om God hoger te achten dan zijn gaven. Vasten is dan tevens een nieuwe toewijding aan de Schepper en Gever!

## 5) Extra aandacht voor de Heer

Zoals al eerder geschreven, met vasten nemen we extra tijd voor gebed. Gebed is praten met God. Meer dan een religieuze activiteit.

Iemand zei eens dat je alles kan weten, maar dat het er uiteindelijk omgaat Wie je kent. Kennis over God of het kennen van God. Zo ook: vasten als een activiteit of vasten als een ontmoeting.

Martyn Lloyd-Jones zei dat vasten het tijdelijk afstand doen van datgene wat we gewoon zijn om te doen om specifiek God te zoeken en te ontmoeten. Het is meer dan niet-eten.

Indien een tijd van vasten en bidden – zoals we als gemeente gaan doen in de eerste week van september – niet leidt tot een verandering in ons leven vanuit het ontmoeten en kennen van God, dan was het misschien fijn en goed om te doen maar heeft het verder geen vrucht. En dat zou erg jammer zijn, want daardoor heeft Bijbels gezien ons vasten en bidden een 'zin' gehad.

Vasten is gebaseerd op de 'vreze des Heren'. We vasten omdat we ontzag hebben voor God, meer dan onszelf. Hem willen zoeken en vol van Hem willen worden, zijn en blijven dan van alles wat Hij geven kan. Vasten is het zoeken en ontmoeten van de Heer en door Hem veranderd worden naar Zijn beeld dan een verlangen naar de tijdelijke dingen die verzadigen. In het vasten en bidden zeggen we 'nee' tegen alles – hoe goed ook – maar dat niet God zelf is.

## 6) Vasten, wat het wel en niet is

*Wat vasten is...*

a.. Een vrijwillig afzien van een levensbehoefte.

b.. Vasten is in twee opzichten nuttig. In lichamelijk opzicht wordt het gehele lichaamsgestel erdoor gereinigd; het rust uit en de geest en gevoelens worden helderder. In geestelijk opzicht worden de toewijding en het vertrouwen op God erdoor opgebouwd, als het wordt gecombineerd met gebed en Bijbel lezen en studie.

c.. Door een langere periode van vasten worden de giftige stoffen die door verkeerde gewoonten in het lichaam zijn opgeslagen, verbrand. Allerlei verstoppende afvalstoffen worden verwijderd, waardoor de "tempel van de Heilige Geest" wordt gereinigd.

d.. Vasten kan dagelijks in praktijk worden gebracht door te beperken van wat wordt gegeten, of door gedurende een bepaalde periode af te zien van alle maaltijden. Het overslaan van een paar maaltijden zal weinig kwaad en veel goed doen!

*...en wat vasten niet is...*

a.. Vasten is geen verhongeren!

b.. Vasten is op zich geen geestelijke verdienste. Het is een middel voor het ontvangen van meer kracht, indien het goed wordt gedaan: met een goede motivatie, eer brengend aan God en niet ten behoeve van eigen geestelijkheid (trots).

Lijst van beloften (voor degenen die vasten naar de wil van God) die Derek Prince maakte naar aanleiding van Jesaja 58:

1. herstel gezondheid
2. heil en verlossing
3. beantwoord gebed
4. leiding van God in een specifieke situatie
5. verzadiging en verfrissing
6. werk dat stand houdt

## 7) Vasten als wapen tegen ongeloof

De Bijbelleraar F. Dake haalt Matt.17:24-21 aan om vasten en gebed een middel te noemen tegen ongeloof.

Geloof heeft gebed nodig om te ontwikkelen en te groeien tot een volle maat. Gebed heeft daarbij dan weer vasten nodig om volledige aandacht eraan te geven.

In het verleden hebben veel mannen en vrouwen Gods getuigd van de kracht van gebed in combinatie met vasten. Velen getuigen van gebedsverhoring, geestelijke doorbraken, opwekking en wonderen en tekenen.

Wanneer we vasten

- a. dan vernederen we ons voor God, Ps.35:13
- b. kruisigen we onze verlangens en verloochenen we hen om ons te richten op God in gebed, zie oa. 2Sam.12:16-23 en Matt.4:1-11
- c. tonen we aan ons vlees (onze oude natuur) onze ernst in het verlangen en zoeken naar God en Zijn wil boven al het andere (hoe goed dat ook mag zijn), zie 1Cor.7:5
  - want eten en drinken zijn goede gaven van God
- d. geven we ons lichamelijke stelsel rust en tijd voor herstel, vergelijk Matt.6:16-18; 9:15; Luk.5:33
- e. laat zien dat we 'heer' zijn over onze menselijke verlangens
- f. ontwikkelt geloof en geestelijke autoriteit, Matt.17:14-21



## 8) Verschillende soorten vasten

Eerder schreven we al dat je niet alleen kan vasten van eten, maar bijv. ook van alles wat je aan de kant kan zetten om tijdelijk meer aandacht en gelegenheid te hebben om God te zoeken, zoals bijv. internet, TV en telefoon.

Arthur Wallis in zijn broek "God's chosen fast", haalt uit de Bijbel aan dat er verschillende soorten vasten zijn betreffende eten (wat ook toe te passen is op andere vormen van vasten):

- het gebruikelijke, of normale vasten, waarbij we voor een vastgestelde periode niet eten, Matt.4:2 en Luk.4:2
- een absoluut vasten, waarbij je niet eet en niet drinkt. NB. dit kan slecht een dag of twee, max. drie! Hand.9:9
- een gedeeltelijk vasten waarbij je alleen het nodige tot je neemt, Dan.10:3 ('een Daniël-vasten')

Christenen zeggen wel eens, dat we nu we niet onder de wet maar de genade zijn dat vasten niet voor deze tijd is van genade. Jezus spreekt echter niet over "als je vast" maar over "wanneer je vast" (Matt.6:2, 5, 16). Het idee is hier dat sinds zijn hemelvaart vasten net als bidden en Zijn Woord lezen en bestuderen goede gebruiken zijn om te doen.

Op welke manieren kunnen we vasten? In de Bijbel zien we voorbeelden van persoonlijk vasten maar ook als gemeenschap in tijden van nood en op reguliere, vastgestelde, momenten. Kijk bijvoorbeeld naar Jer.36:6 en Joël 2:15.

Er bestaat uiteraard het gevaar dat wanneer we regelmatig vasten dit een 'lege' gewoonte wordt als een vorm die zijn geestelijke impact mist.

*Het gevaar hiervoor is echter nooit een goede reden dan maar niet te vasten, te bidden, Bijbel te lezen of andere christenen te ontmoeten in een (zondagse) samenkomst!*

## 9) Doel van vasten

In de Bijbel worden verschillende situaties aangehaald die iets leren over het waarom – met welk doel – mensen vasten en baden tot God:

1. voor persoonlijke heiliging en toewijding
  - Ps.69:11; Matt.5:4
  - God voorzag de trots en de valkuil daartoe door de volle zegen van het Beloofde Land in voedsel en andere 'goede gaven', zie Ezech.16:49; Deut.8:2-3, 11-14
2. Om door God gehoord te worden
  - Ezra 8:23; Jer.29:10-13; Dan.9
  - Dit is niet vasten om God te manipuleren, maar kracht bij te zetten voor ons eigen geloof in Gods luisterende oor en voorziening in antwoord!
  - Het zou heel goed zo kunnen zijn dat de Heer wacht op ons tot we ons vernederen en Hén zoeken zoals Daniël deed!
3. Om Gods gedachten te veranderen...
  - Jona 3:5, 10
  - Heel bijzonder dat deze niet-Joden, Heidenen in Nineve, het idee hadden om Gods plan niet zomaar fatalistisch aan te nemen, maar te bidden en te vasten en dat God zijn plan herzag!
  - Zie ook Abraham's voorbede voor Sodom en Gomorra. Dit is niet een vasten om God te dwingen of te manipuleren maar een samenwerking met God als het gaat om Zijn wil en plan dat niemand verloren gaat maar allen tot verlossing en redding en herstel komen (vgl. 2Petr.3:9).
4. Om mensen in de vrijheid te stellen
  - Jes.58:6 en 49:24-25
  - Vasten en bidden en voorbede doen we niet zo zeer voor onszelf alleen maar als priesters ten behoeve van anderen.
5. Voor inzicht en openbaring (in een situatie)
  - Dan.9:2-3, 21-22; Hand.2:17 (citaat van Joël 2:28)
  - In het vasten en bidden willen we de Heer beter kennen, wat Zijn wil is, wat Hem blij maakt of verdrietig, boos of blij.
  - Vasten dient ons idee aangaande God te veranderen, niet als louter kennis, maar openbaring van wie Hij is vanuit een ontmoeting met Hem
  - Vgl. Ef.1:15-23
6. Om ons lichaam en zijn verlangens en begeerten te beteugelen
  - 1Cor.9:27; Deut.32:15-16 en Rom.13:14
  - Het werk dat ook een atleet doet, afzien van genotsmiddelen en 'goede gaven' ten behoeve van het bereiken van een hoger doel, vgl. 1Cor.9:25-27
  - Zie ook 2Tim.2:22; Tit.2:12; 1Petr.2:11

7. Voor gezondheid en genezing
  - 3Joh.2 en Jes.58:8

## 10) Een vasten beginnen

Voor het vasten als een persoonlijke keuze als wel als een gemeenschappelijke tijd van vasten en bidden, kunnen de volgende vragen helpen.

1. Ben ik persoonlijk overtuigd dat dit vasten Gods verlangen voor mij is? Wil Hij dat is deels vast (een maaltijd of afstand doen van bijv koffie, TV, ...) of een normaal vasten doe (afzien van een maaltijden gedurende een aantal dagen)?
2. Wat is mijn motivatie om dit vasten te doen of aan dit gezamenlijk vasten mee te doen? Is er een verborgen verlangen om indruk te maken op mezelf en/of anderen?
3. Wat is mijn geestelijk doel van dit vasten?
  - Persoonlijke heiliging en toewijding en groei?
  - Voorbede voor specifieke zaken en mensen? Heeft de Heer een 'last' op mijn hart gelegd om voorbede te doen? Zo ja, voor wat en wie?
  - Zoek ik specifieke antwoorden op vragen, leiding in een situatie?
4. Is één van de doelen van het vasten een gevaar voor me omdat het meer een zoeken van mezelf en eigen verlangens en vervulling is dan die van de Heer en anderen?
  - Waar moet ik bedacht op zijn dat mijn 'vlees' of de duivel er geen eer aan behaalt?
5. Is het boven alles mijn diepste verlangens om met deze periode van bidden en vasten God te eren en Hem te dienen?

## 11) Herman Boon: "Vasten is niet een wedstrijdje niet-eten"

Overgenomen van <https://www.eo.nl/geloven/nieuws/item/herman-boon-vasten-is-niet-eten-wedstrijdje-niet-eten-1/>

Herman Boon (1958) is een spraakwaternut. Stel hem een vraag over vasten en hij geeft je een soort Bijbelstudie als antwoord, met af en toe een grapje. Dat is niet raar, want Herman Boon is niet alleen cabaretier, maar ook organisator van de bidden- en vastenconferentie.

Hij heeft zojuist een tiendaagse bidden- en vastenconferentie achter de rug. "Je honger duurt maximaal drie dagen, daarna heb je er minder last van. Je komt in een andere dimensie. Tijdens de tiendaagse conferentie bidden we, vasten we en geef ik onderwijs. Vasten is *niet* een wedstrijdje niet-eten. Het gaat erom dat je God beter leert kennen. Dat je dezelfde bewogenheid krijgt als Hij. Dan zie je mensen veranderen; ze genezen en worden verliefd op Jezus. Geweldig is dat! Ik knap er enorm van op. Na afloop voel ik me ook lichamelijk een stuk fitter."

Volgens Herman Boon is het gevolg van bidden en vasten dat je de geestelijke wereld ontdekt. "Toen ik het de eerste keer deed, werden mensen spontaan bevrijd van boze geesten. Ik ontdekte dat achter iedere verslaving boze geesten zitten. Als je verslaafd bent, is iemand anders de baas over jou. Om van verslaving af te komen, is bevrijding een belangrijk aspect. Ik hoefde maar een boze geest aan te spreken en hij kwam eruit."

*Komt dat door het vasten?*

"Ja, vasten is dé sleutel voor bevrijding. In Mattheus 17:21 zegt Jezus dat sommige geesten er alleen maar door bidden en vasten uitgaan. De opdracht die Jezus geeft in Marcus 16 is: verkondig het Evangelie, geneest de zieken en verdrijf de boze geesten, spreek in tongen. Ik merkte dat veel christenen daar niet mee bezig zijn. Maar Jezus begon in de woestijn met bidden en vasten. Daar kreeg hij de duivel op visite."

### **Lichamelijke verlangens**

Uit onszelf kunnen we het Evangelie niet vertellen, geen zieken genezen, boze geesten uitdrijven of in tongen spreken, stelt Boon. "Jezus vraagt bovennatuurlijke dingen van ons. Door te vasten krijg je de kracht om te doen wat Jezus van je vraagt, omdat je dan 'nee' zegt tegen je eigen verlangens."

Een mens heeft een lichaam, een ziel en een geest, vervolgt Boon, die veel mensen ontmoet met ontspoorde lichamelijke verlangens, zoals eetproblemen, alcoholisme, of pornoverslaving. "Een vrouw vroeg mij eens: 'Mijn man is al 39 jaar verslaafd aan porno, wat moet hij doen?' Het antwoord is dat hij het niet zelf kan stoppen, maar God kan dat wel. Daarvoor moet hij bidden, vasten en zich klein maken. Vasten is een keuze. Jezus zegt in Mattheus 6:17: 'Als jullie vasten...'; Hij gaat er dus vanuit dat we dat regelmatig doen. Bij vasten zeg je 'nee' tegen je lichamelijke verlangens en 'nee' tegen je zielsverlangens. Maar je

---

Over Gebed en Vasten (voor de week van Bidden en Vasten Zout & Licht Hilversum 6-9 sept 2016)

Oscar Griffioen

zegt 'ja' tegen de Geest. We worden vaak geregeerd door lichaam en ziel, maar we moeten geregeerd worden door de Heilige Geest. Dan wordt de mens zoals hij bedoeld is. Het gaat erom dat je je klein maakt en zegt: 'Heer, ik kan het niet, maar wilt U Uw werk doen in mij?' Erkennen dat je het niet kunt, is heel moeilijk. Dan doorbreek je iets in de geestelijke wereld. Satan vindt het af-schuw-elijk als christenen vasten. Als wij vasten, zijn we een bedreiging voor zijn rijk. We zijn geen bedreiging als we in de kerk preekjes aanhoren waar we toch niets mee doen."

*Jezus spreekt wel over vasten, maar zegt niet dat we het per se moeten doen.*

"Niets moet, inderdaad. We zijn vrij. Liefde moet de drijfveer zijn. Als je vast, doe je dat omdat je van God houdt. Zo leer je Hem beter kennen. Veel mensen nemen niet de tijd om Hem echt te ontmoeten. Maar het is zo heerlijk om tijd te nemen voor God; dan kan Hij je aanraken met Zijn liefde."

*Er zijn talloze mensen die met hart en ziel van God houden, Christus enthousiast volgen en zich klein maken voor Hem – zonder dat ze vasten.*

"Dat klopt, maar er is onwetendheid over vasten; ze moeten daar onderwijs over krijgen. Jezus begon met bidden en vasten. Als Hij het al nodig had, wie ben ik dan dat ik zonder kan? Ik heb het ook nodig. Vasten is een schoonmaak van lichaam én ziel. Dan komen geheimen boven en kunnen mensen eerlijk worden, bijvoorbeeld over seksuele zonden. Tijdens een bidden- en vastenperiode kun je alles belijden. Dat lucht enorm op."

*Dan moet ook Herman Boon met de billen bloot. Kun je een voorbeeld geven uit je eigen leven?*

Boon denkt even na. Dan: "Ik moest het een keer goedmaken met een vriend uit de kerk, omdat ik als leidinggevende in de kerk een besluit moest nemen waar hij niet blij mee was. De vriend verbrak de relatie. Vijf jaar lang hadden we geen contact, terwijl we elkaar daarvoor wekelijks spraken. Na vijf jaar stuurde ik een kaartje en schreef: "Sorry als ik je ooit gekwetst heb, dat was niet mijn bedoeling. Zie je het zitten om te lunchen?" Hij kwam hier eten en nu is de vriendschap hersteld. Het is belangrijk dat we nederig van hart zijn. Trots is hét probleem van de mens. Of ik dat zelf herken? Nou, ik vast al enkele jaren, dus ik heb al het nodige opgeruimd."

### **Spontaan de straat op**

Sommige mensen vasten niet, omdat ze geen goede werken willen doen. Alleen de genade van Christus brengt je immers bij God. Maar Boon stelt dat het bij vasten "absoluut niet draait om goede werken om zo dichterbij God te komen". "We zijn al gered door Jezus en dat is voldoende. We vasten om op één lijn te komen met God, zodat Hij je kan gebruiken. Ik heb onvoorstelbaar veel wonderen meegemaakt tijdens de bidden- en vastenconferenties; mensen die genezen van kanker, verslavingen en occulte invloeden. Deelnemers gingen een keer spontaan de straat op om het Evangelie te verkondigen. Bidden en vasten zet mensen in beweging voor Jezus, daar gaat het om. Prachtig toch?"

*Stel nou dat er géén genezing plaatsvindt, of mensen vallen toch weer terug in die verslaving...*  
"Alle mensen hebben een eigen verantwoordelijkheid. Wij leren hen om dicht bij God te leven. Maar als je dat niet doet, is de kans groot dat je terugvalt in oude patronen."

*Als je niet geneest van kanker na bidden en vasten, is dat toch niet je eigen verantwoordelijkheid?*

"God geneest, niet mensen. Maar we geven Hem de gelegenheid om te genezen. Er kunnen allerlei oorzaken zijn waarom een genezing even niet plaatsvindt. Maar hoe dichter je bij God komt, hoe groter de kans op wonderen."

*Na de Reformatie hebben protestanten het vasten uit de katholieke kerk niet voortgezet, omdat het teveel om uiterlijk vertoon zou gaan.*

"Daar moet het nadrukkelijk niet om gaan. Vasten moet je met de juiste motieven doen. En je moet ook niet vasten en intussen arbeiders uitbuiten of een slechte relatie met anderen hebben. Je moet ook niet vasten met de bijbedoeling: 'Kijk eens God, hoe geweldig ik ben voor U.' Anders wordt het een poppenkast en daar rust geen zegen op."

*Is dat voor jou ooit een valkuil geweest waar je bent ingetrapt?*

"Nee. Je moet allemaal waken over je motieven. Maar ik ben daar wel heel scherp in. Ik geef er veel onderwijs over, dus moet ik het zelf natuurlijk wel in praktijk brengen, anders wordt het ongeloofwaardig."

*Zeker, maar het zou toch kunnen? Ook Herman Boon is uiteindelijk een zondig mens.*

"Jazeker. We zijn heiligen die af en toe wat zondigen."

*Heb je eigenlijk nooit last van een geloofsdip, of dat je het even niet weet?*

"Je hebt allemaal wel eens mindere dagen, maar omdat ik zoveel bid en vast, heb ik daar niet zoveel last van. Al besef ik heel goed dat het morgen anders kan zijn. In de Bijbel lezen we dat de kinderen van Job sterven. Ik weet niet hoe ik zou reageren als mij dat overkomt."

*Tekst: EO-Visie - Sjoerd Wielenga / 11 maart 2014*

## 12) Wat heeft het vasten jou (en ons) gebracht?

Na de week van bidden en vasten, is het goed om terug te kijken op de periode. En wat vragen te stellen aan jezelf en zo mogelijk aan elkaar.

De bedoeling is dat we de dingen die we doen niet zomaar doen, maar te kijken wat we leren en wat mogelijk voor herhaling vatbaar is en zo ja, hoe en wanneer?

Na de week van vasten – als je daar helemaal of gedeeltelijk aan mee doet – is het goed om de volgende vragen biddend door te nemen:

1. Is het vasten makkelijker of moeilijker geweest dan je van te voren dacht? Welke strijdvrage en moeilijkheden kwamen tevoorschijn? Welke karaktertrekken van jezelf manifesteerde zich?
2. In welke mate had je een verlangen om te stoppen en juist meer te eten of dat te doen waarvan je vastte (bijv. TV, Internet, telefoon, koffie, ...)? En ook: heeft het vasten je geleerd om meer vrij te zijn en overwinning te halen en daaruit te leven en moet je misschien je gedrag aanpassen om weer niet onder de tirannie te staan van de 'goede dingen' die zo makkelijk tussen God en jou in de weg staan?

<<OG  
07.2016