

Vasten en Bidden

Paul de Cock



Pinkster Gemeente Immanuël
Kraanvogelstraat 1 3815 TP Amersfoort

Vasten en bidden

Het kan zijn dat je als kind van God met bepaalde problemen vast bent komen te zitten. Je bidt al zo lang voor iets, maar ziet geen uitkomst. Misschien bid je niet goed of heb je te weinig vertrouwen. Het kan ook zijn dat er een enorme geestelijke strijd woedt in de hemelse gewesten en de boze probeert je te intimideren en te ontmoedigen door allerlei tegenslagen. Als je voor iets bidt lijkt het soms net of de strijd er alleen maar erger door wordt. Een kind van God is nooit uitgepraat. Als je niet meer weet wat je moet doen, dan helpt vasten en bidden in het geloof voor Gods aangezicht. God geeft Zijn kinderen uiteindelijk altijd de overwinning.

De discipelen van Johannes de Doper waren verbaasd over het feit dat de discipelen van de Here Jezus niet vastten. Johannes de Doper en zijn discipelen deden dat wel, evenals de Farizeeën. Jezus was trouwens Zelf Zijn bediening begonnen met een periode van vasten en gebed.

De Heer legde uit dat het slechts een tijdelijke zaak was dat de discipelen niet vastten. Het vasten is geen verplichting. Voor de discipelen was er géén aanleiding toe zolang de Bruidegom nog lijfelijk bij hen aanwezig was. Als Hij eenmaal van hen weggenomen zou zijn dan zouden ze weer tijd apart zetten om te vasten in de dienst van de Heer (Matt. 9:15). Het is een middel om geestelijke strijd te voeren. De Heer beveelt het aan als een weg tot overwinning en geeft richtlijnen voor zinvol vasten en bidden.

Het vasten in de dienst van God is wezenlijk anders gericht dan al het andere vasten. Soms wordt vasten gebruikt als een manier om af te vallen of verkeerde stoffen uit het lichaam kwijt te raken. Zo nu en dan een dagje vasten is heel gezond en kan heel nuttig zijn. Maar het heeft niets te maken met de geestelijke zin van het vasten.

Die nuttige bij-effecten moeten niet stillertjes het hoofddoel worden van een periode van vasten en gebed en daarmee de geestelijke kracht ervan teniet doen.

Vasten voor God

In de maatschappij vinden vaak hongerstakingen plaats. Minderheidsgroepen proberen daarmee aandacht te trekken en een oplossing te forceren voor hun specifieke probleemsituatie. Meestal heeft het toch minstens enig effect.

Het vasten voor God is in zeker opzicht hiermee te vergelijken. Met kracht wil men een zaak bepleiten. Het grote verschil is natuurlijk dat men zich daarbij niet richt tot mensen, maar uitsluitend zijn stem doet horen in de hoge (Jes 58:4). Jezus weet hoe arglistig het mensenhart is. Het vasten onder het Oude Verbond ging gepaard met uiterlijke soberheid en rouwgewaad. Maar hoe gemakkelijk was het om op die manier een religieus vasten te laten worden tot een show voor de mensen of een vorm van verzet. Dan heb je het toch weer gedaan om goedkeuring van mensen te verkrijgen. Je krijgt wat je verlangt, maar dan moet je ook niet meer rekenen op loon bij God.

In Israël waren de motieven van het vasten soms om medemensen onder een psychologische druk te zetten, tot twist en strijd, om met snode vuist te slaan (Jes. 58:3-4).

Jezus verbiedt daarom terecht alle uiterlijk vertoon. Was en kleeft je fatsoenlijk en doe je aftershave op. Zorg maar gerust voor een lekker geurtje, want wie vast ruikt uit zijn adem. Alleen het vasten dat in stilte gedaan wordt zal openlijk door God worden beloofd. Zo min mogelijk outsiders moeten weten dat u vast (Matt. 6:16-17). Wanneer u alleen of in een groep vast, toets uzelf dan en zorg dat u het inderdaad alleen voor God doet (Zach. 7:5).

Te Antiochië vastten de leidende broeders van de gemeente met elkaar in de dienst van de Heer (Hand. 13:2). Er was geen directe aanwijsbare aanleiding. In het werk van de Heer zijn altijd wel noden en wensen. Een tijd van bidden en

vasten is altijd zinvol. Zo vasten en bidden talloze Evangelische Christenen in de tweede week van ieder nieuw jaar voor plaatselijke en wereldwijde opwekking. God begon in die periode van vasten heel gericht tot de broeders te Anti-ochië te spreken en gebood hen om Paulus en Barnabas uit te zenden.

Toen Paulus en Barnabas eenmaal aangewezen waren en op het punt stonden uitgezonden te worden, was dat de directe aanleiding om dat opnieuw te doen met gezamenlijk vasten en gebed (Hand. 13:3). Het is een goede gewoonte om iedere belangrijke beslissing of gebeurtenis voor te bereiden met vasten en gebed.

Geestelijke strijd

De discipelen waren niet in staat om de maanzieke jongen te bevrijden van de demonische invloeden. Jezus verweet hierin hun kleingeloof, Hij kon dat maar moeilijk verdragen. Kleingeloof veroorzaakt kleingezag in de geestelijke strijd. Nu is het gevaar dat men in zo'n situatie geneigd is om de moed te laten zakken. Maar een discipel met kleingeloof is nog niet uitgepraat. De Heer zegt dat men dan met vasten en bidden de overwinning alsnog mag behalen. Als de kleingelovige gaat vasten en bidden groeit zijn kleingeloof als een mosterdzaadje uit tot geestelijke rijpheid en volwassen geloof. Hij krijgt geestelijk gezag (Matt. 17:14-21).

Andere keren laat God allerlei verzoeken toe, voor zover we ze aankunnen. Dit is om ons te trainen en krachtig te maken in de geestelijke strijd. Gretig valt de boze aan op de gelovige en probeert hem onderuit te halen. Weerstand bieden en overwinnen in de strijd doe je o.a. door gelovig te vasten en te bidden. Zo gaf de Here Jezus Zelf ons het voorbeeld bij de verzoeking in de woestijn (Luk. 4:1-2).

Als iemand gezondigd heeft en van God is afgedwaald en zich bekeert tot God met berouw en boete, dan kan vasten daarbij een zinvolle rol spelen. Zo kwam b.v. Israël terug tot God met vasten en gebed en bekeerde zich ook de stad Ninevé. God liet Zich daardoor verbidden en wijzigde Zijn straf in een nieuwe kans en nieuwe zegen (1 Sam.7:6, Jona 3:5).

David vastte ten tijde van rouw, toen Saul, Jonathan en vele Israëlieten in de strijd waren omgekomen (2 Sam. 1:12). Wat is er beter dan om je emoties te ontladen op deze wijze voor het aangezicht van God. Het is niet goed om met spanningen, frustraties of verdriet te blijven lopen.

Koningin Esther riep haar volk op tot een vasten toen ze een moeilijke weg moest gaan, die haar mogelijk het leven kon kosten (Esther 4:16). Zo kan ieder gebed, iedere beslissing, iedere nood, iedere schreeuw tot God bekrachtigd worden door vasten en gebed.

Vormen

Bij het vasten komt het aan op de gesteldheid van het hart, beslist niet op de uiterlijke vorm. Gaat men zich in loze vormen, tradities of ritueel verliezen, dan ligt het accent absoluut verkeerd. Hoe men ook vast, men moet het doen uit geloof en met gebed en oprechte toewijding. Er zijn vele vormen van vasten in de Bijbel terug te vinden. Vasten betekent dat men zich voor korte tijd iets aangenaams onttrekt.

Esther en haar volksgenoten aten en dronken drie dagen niets en verkregen uiteindelijk een glorieuze overwinning. Dat is wel heel streng vasten wat ze deden. Voor langere tijd niet drinken is schadelijk voor het lichaam. We kunnen niet lang zonder vocht en moeten daar dus voorzichtig mee zijn. Maar er zijn ook andere manieren van vasten.

Jezus vastte door veertig dagen niet te eten, enkel te drinken. Voor iemand die vaker vast is dat wel haalbaar. Men kan er niet bij werken. Jezus trok Zich dan ook terug in de volkomen rust van de woestijn. Na drie dagen vasten verdwijnen de hongergevoelens. Die keren pas weer terug na enkele weken; bij Jezus was dat na 40 dagen. Dan moet men absoluut weer gaan eten, maar wel heel voorzichtig. Eerst wat licht verteerbaar, vloeibaar voedsel en dat langzaam over enkele weken weer opbouwen. Als de Here Jezus had toegegeven aan de verzoeking van satan om stenen tot brood te maken om Zijn honger te stillen, dan had Hij Zijn lichaam vernield en Zijn goddelijke kracht verkeerd gebruikt. Het was een enorme test in zelfbeheersing. Na dit vasten brak voor Hem een tijd aan van geestelijke rust, zegen en grote overwinningen op het rijk van de boze.

en terugtrekken uit het maatschappelijk leven? Het kan echter ook anders. Gewoonlijk vasten de kinderen Gods een of enkele dagen tegelijk. Toen Daniël begon met vasten en bidden kreeg hij dezelfde dag nog antwoord. De engel Gabriël werd met een boodschap tot hem gezonden (Dan. 9). Hij wilde echter meer van God. Gezien zijn werkzaamheden en verantwoording t.o.v. de koning kon hij het zich niet veroorloven om voor een langere periode te vasten. Daarom maakte hij voor zichzelf het plan om gedeel-telijk te vasten en voor drie weken zich de smakelijke spijsen te ontfagen. Ook dat vasten en bidden werd verhoord en hij kreeg antwoord. Vanaf de eerste dag was het antwoord al onderweg. Het werd enkel opgehouden doordat er geestelijke strijd was in de hemelse gewesten.

Door zijn volhardend gebed en vasten streed hij dus mee en had deel aan de overwinning op de boze (Dan. 10:2-14). Paulus zegt dat men ook zou kunnen vasten door voor korte tijd zich te onthouden van huwelijksgemeenschap en zich te wijden aan gebed. Maar dat is alleen acceptabel voor een

bepaalde periode en met de uitdrukkelijke instemming van beide partners (1 Cor. 7:5).

Zo kan het vasten in vele vormen gegoten worden. Het gaat er niet om hoe, maar dat het met geloof, gebed en toewijding geschiedt.

God wil dat we bij vasten ons positief en liefdevol opstellen voor de mensen om ons heen. We hebben een taak en uitdaging. Verbreek de boeien der goddeloosheid, help de mensen die onder druk leven, heb oog voor de noden van de zwakken in uw omgeving en probeer voor ieder tot zegen te zijn (Jes. 58:6-7).

Moet u eens zien hoe zinvol en voldoeninggevend uw vasten en bidden dan wordt.

Het artikel uit deze brochure is ontleend aan het boek
"Er helemaal bijhoren" van Paul de Cock.
Dit boek over de fundamenteën van het christelijke geloof is
op aanvraag verkrijgbaar bij de boekentafel.