

## Vasten: het feest dat bevrijdt

### Jack Hayford

*Vaak richten verenigen we onze harten als gemeente in een biddend vasten. Er zijn veel echte, rijke en nuttige redenen om dit te doen. Vasten wordt dan een soort feest en een viering in een geestelijke dynamiek. Ik wil graag iets met jullie delen over deze betekenisvolle praktijk.*

**Vasten is schriftuurlijk:** Het Woord van God stelt duidelijk dat vasten een instrument is van geestelijke kracht, een sleutel waardoor satanische banden worden verbroken en Gods raad wordt ontvangen en gevestigd in het leven van de mens (Jesaja 58:6-8; Markus 9:29; Handelingen 13:2,3).

**Jezus onderwees over vasten:** Door Zijn eigen woorden en voorbeeld, onderwees Jezus over vasten en Hij zei dat in de tijd die volgde op Zijn aardse bediening, het een onderdeel zou zijn van de disciplines van Zijn mensen (Mattheüs 4:2; 6:16; Markus 2:20).

De Bijbel zegt niet dat over vasten onderwezen moet worden als een middel om de gunst van God te verdienen, of dat men zijn status bij God kan verbeteren. Daarom vasten we niet als een religieuze of een bijgelovige oefening, in de hoop speciale aandacht van God te verkrijgen, of de onzichtbare weegschaal van zegeningen naar onze kant door te laten slaan. We geloven dat elk goede ding als een gift van God komt (Jakobus 1:17), en dat het het product is van zijn genade en niet van een menselijke onderneming (Efeziërs 2:8-9).

Maar de Bijbel laat ook duidelijk weten dat er bepaalde middelen zijn waardoor de mensen van Christus een partner van de almachtige God kunnen worden door de aanvaarding en toepassing van bepaalde principes; je zou ze 'Koninkrijkssleutels' kunnen noemen. De Schrift leert zowel door voorschrift als voorbeeld een aantal middelen waardoor gelovigen binnen kunnen gaan door het uitoefenen van geestelijke heerschappij, door eenvoudige disciplines die in de Bijbel worden onderwezen.

In samenhang met zulke over het algemeen erkende zaken als (a) het deelnemen aan de Tafel van de Heer en (b) zalven met olie (c), het geven van tienden en offergaven (d), aanbidding en zingen (e), het lezen en bestuderen van Gods Woord, is het ook waar dat gebed in samenhang met vasten een bewezen middel is om geestelijke doelen te bereiken. We weten dat we niets verdienen door te vasten, dus door te vasten worden we geen prooi van de onjuiste opvatting dat een hogere geestelijke staat door een rigoureuze zelfdiscipline kan worden verkregen. In contrast hiermee geloven we dat we iets door vasten kunnen leren. We leren een eenvoudige, dynamische route naar spirituele verovering.

We beweren niet dat we precies weten waarom vasten en gebed zo krachtig is. Maar, de Bijbel maakt duidelijk dat het effectief en belangrijk is en Jezus gaf aanwijzingen dat het een onderdeel is van het leven van Zijn kerk. Wanneer de heilige Geest aan allen een oproep doet tot gezamenlijk gebed en vasten, gehoorzamen we in gehoorzaamheid.

### Het doel van vasten

In gebed heb ik begrepen dat het doel van de Heer voor ons met dit vasten drievoudig is. Nadat ik het aan de hele gemeente had voorgelegd, was het overweldigende antwoord hierop dat de Heilige Geest aan bijna ieders hart bevestigde dat we waren afgestemd op Gods Woord en wil voor ons dat we geroepen zijn om te vasten.

Enkele redenen hiervoor zijn:

1. Er is een zuivering en een reiniging van het Lichaam van de Heer, die de Heer tot stand wil brengen. Vasten is een middel van fysieke reiniging in het fysiologische koninkrijk en we geloven dat de Heer klaar staat om op een speciale bepaalde dingen in onze levens te reinigen als we op bepaalde dagen van vasten en gebed op Hem wachten. Open vaak de Bijbel, het

reinigt (Johannes 15:3). Belijd zonden in gebed en maak ruimte voor reiniging (1 Johannes 1:7). Zoals Daniël en zijn vrienden het dieet van de wereld om hen heen weigerden en Gods superieure werking in hun eigen levens bewezen (Daniël 1), laten we dan ook met vasten voor God komen en een zuivering verwachten van dode werken en manieren (2 Timotheüs 2:20-21).

2. Omdat de geestelijke strijd in onze tijd het karakter heeft van een speciale crisis op nationaal en internationaal niveau. Als gemeente leven we met een speciaal gevoel van bijbelse opdracht om prioriteit te verlenen aan voorspraak in gebed voor deze zaken, omdat we weten dat vrede afhankelijk is van zulk gebed (1 Timotheüs 2:1-3). Met een vasten stapelen we aanvallen op in het strijdperk van de inzichtbare wereld, en we gaan er helemaal van uit dat gebed door een doorbraak de ingewikkelde problemen van politieke, economische en militaire aard in de hele wereld kunnen veranderen. Met een eenvoudig geloof roepen we God aan om boosheid neer te slaan, leiders genade en wijsheid te geven, mensen van onderdrukking te bevrijden en de verwarrende werken van het vlees en het kwaad omver te werpen.
3. Omdat er familieleden en persoonlijke vrienden zijn die verlossing en geestelijke vrijheid nodig hebben. Een van de meest bewogen episodes in de bediening van Jezus is de bevrijding en genezing van de zoon van een vader door de kracht van de Verlosser. De discipelen verwonderden zich over het werk dat Jezus deed en vroegen waarom ze niet in staat waren de demonische macht de baas te worden die ze zagen gebeuren, die ze vaak bezaten, door de autoriteit die Jezus hun had gegeven. Jezus antwoordde: 'Maar dit soort (demonen) gaat niet uit dan door bidden en vasten' (Mattheüs 17:21; Markus 9:29).

Op deze manier begrijpen wij ook de Heilige Geest als Hij zegt dat ons gebed en vasten bedoeld zijn als een middel waardoor een nieuwe golf van genade de omstandigheden zal gaan binnenkomen die door zowel menselijke als helse middelen hopeloos verwikkeld lijken. De belofte die al klinkt, is dat een nieuwe golf van evangelisatie en wonderen over de hele aarde op het punt staat uit te breken. Ons vasten en gebed is er op gericht om een doorbraak te zien ontstaan in onze huizen, onze gezinnen en in onze relatiekringen.

### **De inachtneming van het vasten**

Hoe een vastenperiode wordt nagekomen, kan van deelnemer tot deelnemer verschillen. Natuurlijk bestaat de vasten in grote lijnen uit (1) voortdurend gebed in de dagen van het vasten en (2) als fysieke inname alleen water voor de duur van de vasten.

We dienen gevestigde religieuze procedures te vermijden en de richtlijnen zouden alleen moeten worden ontvangen ter assistentie en advies voor degenen die willen deelnemen, maar kunnen om verschillende redenen niet dienen om een volledige vasten in acht te nemen. Laat niemand zich gedwongen voelen om te vasten uit schuldgevoelens, of, aan de andere kant, door om hun vlees zich wat aangener te laten voelen minder te vasten dan hun persoonlijk door God geleide, door de Heilige Geest aangewakkerde plicht en mogelijkheden. Binnen deze parameters kunnen deze richtlijnen helpen om een vasten door te zetten in, wat een leider noemde 'de geest van vasten'. Met andere woorden, vasthouden aan het idee van vasten.

### **Praktische overwegingen waarop men moet letten met het oog op vasten**

Omdat we God niet proberen te overtuigen van onze waardigheid, maar in plaats daarvan moeten letten op disciplines die door de Bijbel worden geleerd, is het niet ongeestelijk om de functionele realiteiten op een fysiek niveau te erkennen die in het oog moeten worden gehouden.

1. Vast niet als medische redenen of dieet-gerelateerde zaken dat verbieden.
2. Drink altijd veel water terwijl je vast, want het spoelt fysieke onzuiverheden weg die door het vasten vrijkomen in jouw systeem (een beetje citroen uitknijpen in het water kan hier uitkomst brengen).
3. Sommigen wier dieetregels een volledige vasten niet lijken te kunnen verdragen, kunnen er baat bij hebben een sapje te drinken, om 'in de geest van het vasten' te blijven.

4. Degenen die, om welke reden dan ook, niet in staat zijn om mee te doen in het zich onthouden van voedsel, merken vaak dat 'de geest van vasten' kan worden volgehouden door regelmatige gedisciplineerde gebedstijden buiten hun gewone patroon van devotie of intercessiegebed om.
5. Mensen wier werk zoveel extra energie kost dat een totale vasten het redelijke ver te boven gaat, merken vaak dat een beperking van voedselinname een soort van 'offer' is. Net als het voorbeeld van Daniels 'gedeeltelijke vasten'. Daniel 3 beschrijft dat de profeet voor een langere periode geen 'smakelijk voedsel' at, terwijl hij nog steeds zijn plicht deed in de kantoren van de overheid.. Deze vrijwillige beperking in de maaltijden, het laten staan van delicatessen, terwijl hij toch at wat nodig was om de basisenergie op peil te houden, is een manier van vasten die voor sommigen haalbaarder is.

(Praktische wijsheid beveelt aan dat een vasten kan worden afgesloten met een lichte maaltijd, om het lichaam te laten wennen aan de gewone spijsvertering. In dit geval kan soep of een licht ontbijt zonder vlees wijs zijn.)

In het inachtnemen van een vastentijd is ook gebed en wachten op God besloten. Het idee van vasten heeft niet te maken met een opvatting over zelfverloochening, maar met het zoeken van God.

Daarom zijn de volgende onderdelen van een vastentijd van belang:

1. Trek speciale tijden uit voor gebed, lofprijs en intercessie. Wijd dagelijks specifieke tijden toe, misschien gebedstijden van vijf minuten, of een gehele lunchtijd, en geef die in gebed aan de Heer.
2. Zoek een gelegenheid om samen met anderen te bidden. Zoek broeders en zusters in Christus die dagelijks met jou willen bidden. Hun partnerschap wordt een sterke band van gemeenschap in het vasten. Zelfs telefonische contacten kunnen een dynamiek hebben en door overeenstemming in gebed wordt het doel van vasten versterkt.
3. Vraag de Heer hoe vaak jij zou vasten en gehoorzaam Hem daarin. Jezus zei: 'Mijn voedsel is dat Ik de wil doe van Hem Die Mij gezonden heeft.' (Joh. 4:34) en wanneer we vasten zoals de Heer ons heeft opgeroepen, geven we voedsel aan onze gehoorzaamheid aan Hem.
4. Trek extra tijd uit om in het Woord van God te lezen. David zei over de bepalingen van de Heer: '...zoeter dan honing en honingzeem uit de raat' en Jezus maakte duidelijk dat het Woord van God ook voedsel is voor de ziel (Mat. 4). Zie het als jouw voedsel en je zult kracht vinden voor het vasten.

### **Het offer van het vasten**

Jesaja sprak over Gods wil betreffende het vasten en hij legde er de nadruk op dat God het vasten instelde als een weg tot geestelijke overwinning en praktische dienst (Jesaja 58-6-8). Er worden niet alleen jukken van geestelijke gebondenheid verbroken, maar ook voor fysieke noden is er een oplossing voor degenen die vasten.

Het is onze gewoonte om een offer te geven in samenhang met vasten, in de vorm van het geld dat we niet hoeften uit te geven aan voedsel en onderhoud en we maken dat geld over aan die fondsen die de hongerigen daarmee voeden en kleren voor degenen die ze nodig hebben. Als sluitstuk van onze vasten brengen we samen dit offer. Onze kerk distribueert dit geld via instellingen die niet alleen Jezus Christus daarmee eren, maar die ook de hongerigen voeden in streken in de wereld waar dat hard nodig is. Met deze middelen verlichten we de menselijke behoeften op een fysieke manier, terwijl we de weg vrijmaken voor de verkondiging van het evangelie op een geestelijke manier.

Vertaling: Jan Radder