

Vasten???



Noorderlicht
ROTTERDAM
dienst

Zondag 19 februari 2023
Voorganger: ds. Niels de Jong

Preek


Dienst 19 februari 2023, voorganger: ds. Niels de Jong

Vasten???

Vasten – misschien niet gelijk een heel aansprekend onderwerp... Toch is het wel iets beproefds, allerlei mensen in allerlei tijden, uit allerlei culturen, verspreid over de wereld hebben gevast; en tot op de dag van vandaag wordt er gevast. Miljoenen en miljoenen mensen in verschillende tijden hebben de waarde van het vasten ervaren – en dus is het zo gek nog niet om er over na te denken. De laatste jaren wordt er in Nederland steeds vaker over nagedacht; en waar het vasten behoorlijk in onbruik was geraakt, zou je kunnen zeggen dat het nu aan een voorzichtige comeback bezig is.

De weer wat positievere houding ten aanzien van vasten in onze tijd heeft waarschijnlijk ook te maken met de gezondheidsvoordelen die het oplevert – minder suiker, minder ongezond eten, even een soort detox – we kunnen ons voorstellen dat zulk vasten goed voor ons zou zijn. Maar dat het ons nou aanspreekt, dat het aantrekkelijk is om er eens aan te beginnen – voor de meesten van ons is dat het ook weer niet, zo vermoed ik...

Het is dan wel een beetje als hardlopen bij regen – het zou goed zijn om gewoon te gaan, maar zin heb je er niet in. Maar als je het dan gedaan hebt, ben je er wel weer blij mee en voel je je er beter door. Zo is het ook ten aanzien vasten – we weten dat het goed voor ons zou kunnen zijn, maar zin hebben we er niet in, al weten we dat we er achteraf waarschijnlijk blij mee zijn dat we het gedaan hebben. Waar wij overtuigd moeten worden van nut en noodzaak om te vasten, daar lag dat in vroeger tijden t.a.v. vasten trouwens precies andersom. Daar was de vraag t.a.v. vasten niet: waarom zou je wel vasten? In de tijd van Jezus is de vraag veel eerder: waarom zou je niet vasten? En omdat Jezus en zijn leerlingen niet vasten, krijgen ze die vraag ook. 'Waarom vasten uw leerlingen niet?' Het is ook een vraag richting Jezus: waarom zorgt u er als rabbi niet voor dat uw leerlingen vasten? Misschien is de vraag ook wel: wat is er mis met uw onderwijs – uw leerlingen vasten namelijk niet. Hoe verklaart u dat? Jezus antwoordt – zoals vaker – met een gelijkenis. Niet een heel verhaal, maar een vergelijking. Zelfs met een paar korte vergelijkingen achter elkaar.

Matteüs 9:14-17 

Als je gelooft of als je gaat geloven, dan ga je hoogstwaarschijnlijk op een gegeven moment ook vragen krijgen van andere gelovigen – vragen waarmee je op een bepaalde manier de maat genomen wordt. Ik bedoel vragen die open worden gesteld, maar waarbij je aanvoelt dat je gewogen wordt. En dat je antwoord zomaar tot gevolg kan hebben dat je als 'te licht bevonden' wordt. Zulke vragen gaan vaak over 'buitenkant-dingen van het geloof' - bijvoorbeeld:

- waarom doe jij op zondag bepaalde dingen die ik niet doe?
- waarom denk je zo makkelijk over homoseksualiteit?
- waarom ga je niet naar 2 diensten per zondag?

Zo'n vraag is zelden het begin van een goed gesprek – zo'n vraag die je de maat neemt. En waar je jezelf ook bevindt ten aanzien van geloof, er zijn altijd wel mensen die vinden dat je niet genoeg doet, of het fout vinden dat je bepaalde opvattingen niet hebt, of een reden hebben om je af te schrijven omdat je niet aan de juiste kenmerken voldoet. Het kan bijvoorbeeld gaan over je opvattingen over Israël of de evolutietheorie. Het kan gaan over je keuzes ten aanzien van vaccinatie of je invulling op zondag. Het kan gaan over bepaalde ethische dingen of politieke kwesties. Je voelt je gewogen en grote kans dat je te licht bevonden wordt.

Waar je jezelf ook bevindt ten aanzien van geloof, er zijn altijd wel mensen die vinden dat je niet genoeg doet, of het fout vinden dat je bepaalde opvattingen niet hebt, of een reden hebben om je af te schrijven omdat je niet aan de juiste kenmerken voldoet.

Zo'n vraag van heel religieuze mensen krijgt Jezus ook. En dan van mensen die dichtbij hem staan. En van hoe dichterbij de vraag komt, hoe moeilijker die is. Laatst kreeg ik een vraag van een wildvreemde over ons gevoerde Corona-beleid. Ik vermoed dat mijn antwoord verkeerd was. Maar goed – het gaat over een kwestie die al helemaal niet meer actueel is, en dan van iemand die je niet kent – ach, dat doet geen pijn. Het is veel lastiger als zulke 'controle-vragen' je worden gesteld door mensen van dichtbij – vrienden, je ouders, je familie, je schoonfamilie of een collega met wie je nauw samenwerkt.

Bij Jezus kwam de controlevraag die hij krijgt dus ook van mensen die dichtbij hem stonden. De vraag kwam van de leerlingen van Johannes de Doper. Johannes was de neef van Jezus. Jezus was ook opgetrokken met Johannes. Sommige leerlingen van Johannes de Doper waren later de leerlingen van Jezus geworden. Er waren er blijkbaar ook die leerlingen van Johannes waren gebleven, die in zijn spoor verder wilde blijven gaan. Het zijn mensen waar Jezus zich ongetwijfeld verwant mee voelde. Hun controle-vraag gaat dus over het thema vasten. Ze vragen waarom de leerlingen van Jezus niet net als zij geregeld vasten. Zoals ook de Farizeeën doen – de Farizeeën, ook al een groep die religie ten minste heel serieus nam. Waarom doen de leerlingen van Jezus dat niet?

Even goed om te weten - er lag geen Bijbelse opdracht aan dit vasten ten grondslag. In de Joodse godsdienst was er maar 1 voorgeschreven vastendag, en dat was op de jaarlijkse Grote Verzoendag. Als moment van verdriet, spijt en berouw over de gedane zonden, als dag van boetedoening. Maar deze leerlingen van Johannes waren, net als de Farizeeën, overgegaan tot een levensstijl waarin vasten veel vaker was ingepast - waarschijnlijk twee dagen per week. En dit frequente vasten was voor hen een punt geworden waaraan je kon meten of iemand zijn geloof serieus nam. En omdat zij de leerlingen van Jezus niet zien vasten, vermoedden zij dat die hun geloof ook niet zo serieus nemen. En dat is in hun ogen dan natuurlijk ook de verantwoordelijkheid van Jezus.

Wat ook goed is om te weten, is het moment dat ze het vragen. Ze vragen het op het moment dat Jezus vlak daarvoor ook al zo'n kritische vraag had gehad van de Farizeeën, een groep Joden die hun godsdienst heel serieus namen. Jezus was namelijk aan het eten met mensen die bekend staan als 'zondaren en tollenaars'. Overduidelijk mensen dus die het in religieus opzicht helemaal niet serieus hadden genomen allemaal, die als bijzonder slecht te boek stonden. Maar Jezus bereikt hen, raakt hen, betreft deze mensen erbij, spreekt met hen over God en geloof. Bijzonder natuurlijk – bij die mensen was echte winst te halen, zou je kunnen zeggen. Wonderlijk dat het Jezus lukt om deze mensen te bereiken. Maar Jezus krijgt daar geen applaus voor, maar wel vragen over. De Farizeeën stellen die vraag aan de leerlingen van Jezus: 'waarom eet jullie meester met tollenaars en zondaars?' Voor hen een bijzonder slecht teken dat Jezus met zulke slechte mensen omgaat. In hun visie stelt wordt je namelijk besmet waarmee je omgaat. De vraag was natuurlijk eigenlijk aan Jezus gericht en Jezus geeft dan ook antwoord voor zijn leerlingen. En hij vertelt hen dat hij juist gekomen is voor mensen die het verknald hebben, en niet zozeer voor de godsdienstige mensen die hun leven keurig op orde hebben. En hij zegt er achteraan: het gaat om barmhartigheid, niet om offers. Oftewel, het gaat niet om godsdienstige zuiverheid, maar om een warm hart. Die offers zijn een hulpmiddel, geen doel in zichzelf. Het gaat om de band met God en je medemensen en dat begint met je hart.

En op dat moment zijn daar opeens ook die leerlingen van Johannes. Die hebben ook nog een religieuze controlevraag. Waarom vasten de leerlingen van Jezus eigenlijk niet? Want of Jezus en zijn leerlingen nu wel/niet 'kloppen' is voor hen blijkbaar niet per se af te meten aan met wie Jezus omgaat. Voor hen is dat af te meten aan de praktijk van het vasten.



Jezus schiet niet in de verdediging, zo van: 'goed punt, ik zal er eens op letten'. Jezus probeert er niet een mooie verhaal van te maken om de goedkeuring van de vraagstellers te krijgen, zo van: 'vasten niet echt, maar wat we dan wel weer doen...'. Om zo zijn vragenstellers gerust te stellen, dat ze het allemaal toch wel serieus nemen. Jezus gaat ook niet mee in de fuik van de religie; de fuik van religie die wil meten en vergelijken. Om via die vergelijking zichzelf aan te praten goed genoeg te zijn en om zo zichzelf wijs te maken dat God religieuze mensen zoals zij ook vast wel een voorkeursbehandeling zal geven. En Jezus gaat ook niet in de aanval, zo van: 'ik weet ook nog wel iets over jullie'. Jezus wordt ook niet kwaad op hen, zo van: 'en jullie Johannes de Doper heeft toch duidelijk gezegd dat ik...'.

Jezus doet dat anders. Hij pakt die vraag naar het vasten op. En net als bij die vraag van de Farizeeën maakt Jezus van de gelegenheid gebruik om iets belangrijks door te geven. Wat Jezus hier probeert duidelijk te maken is dit: dat er met zijn komst de dingen veranderd zijn. En dat die leerlingen van Johannes dat blijkbaar nog niet begrepen hebben. Dat er met Jezus' komst namelijk iets nieuws begonnen is, een nieuw tijdperk. En dat is iets vreugdevols. Jezus gebruikt het beeld van een bruiloft. Hij is de bruidegom – en als de bruidegom is gekomen, dan kan het feest beginnen. En als het feest begonnen is, betekent dat het niet gepast is om te vasten, wat dat heeft met boete te maken, verdriet over wat mis ging, over berouw hebben. En daar is het nu even niet de tijd voor. Het is de tijd om blij te zijn. Want Goddank, Jezus is gekomen.

En Jezus gebruikt daarna nog twee beelden om duidelijk te maken dat er echt iets veranderd is, echt iets nieuws begonnen is. En dat je dat nieuwe niet op het oude moet plakken. Want als je dat doet – zoals een nieuwe lap stof op een oude mantel – dat je dan het oude alleen maar meer kapot maakt. En dat je het nieuwe ook niet in het oude moet proberen te passen – zoals jonge wijn in oude zakken, want dan gaat het nieuwe verloren.

Voor ons is dit nog niet zo'n gekke boodschap. Ook omdat 'nieuw' bij ons vaak beter in de oren klinkt dan oud. En het idee dat Jezus iets nieuws was begonnen t.o.v. het Jodendom – dat is voor ons nou ook niet schokkend. Maar toen lag dat anders. Oud was beter dan nieuw, in die tijd. En voor de lezers van Mattheus, veelal Joodse mensen, was het ook iets moeilijks te begrijpen dat God een nieuw iets was begonnen t.o.v. wat zij kenden. En die mensen met een Joodse achtergrond, probeerden Jezus in te laten passen in de godsdienst zoals ze die kenden. Maar Jezus paste niet in hun hokje, niet in hun kaders, sloot niet naadloos aan bij hun manieren van doen. En dat is wat Jezus duidelijk wilde maken. Het oude was niet verkeerd geweest, maar het was wel voorbij. God was verder gegaan, was met Jezus iets nieuws begonnen, iets anders. En die Farizeeën, en ook die leerlingen van Jezus, probeerden met hun vragen Jezus weer in hun systeem te krijgen, in hun manieren van doen, in hun denkwijzen, in hun hokjes, in hun kaders. Maar dat weigert Jezus – want hij past daar gewoonweg niet in. Met Jezus is alles anders geworden.

En daarmee claimt Jezus natuurlijk wel weer heel veel. Zoals Jezus bijna altijd veel claimt. Hij stelt:

Vanwege mij, mijn komst, vanwege wat ik zeg en doe, is alles anders. Een nieuwe tijd is aangebroken. En daar past niet meer de oude manier van vasten.



En dan komen we weer bij het punt waar het om te doen was: het vasten – dat wil niet zeggen dat alles van het oude, de dingen van vroeger, dat die dingen geen waarde meer hebben. Integendeel. Zeker waardevol, maar ze moeten wel hun juiste plek krijgen.

Zo is het vasten toch niet voorbij. Het kan nog steeds iets goeds zijn – ook al is het in het verleden verkeerd ingezet - als 'religieus check-middel' waarmee je jezelf met anderen kunt vergelijken. Of als een soort koud ritueel waar het hart uit was. Of als een soort verplichting voor de meer serieuze gelovigen. Dat allemaal niet. Maar het is geen goed idee om het maar helemaal af te schaffen omdat het ook verkeerd gebruikt is. Nee, het is de bedoeling om dat vasten goed in te zetten. Nu even niet, zegt Jezus, want het feest is net begonnen. Maar straks weer wel – als het weer wachten op de bruidegom wordt. In de tijd – tussen Jezus' eerste komst en zijn terugkomst, een soort tussentijd – in die tijd is het goed om te vasten.

Wij leven nu in die tussentijd. En we hebben niet de verplichting om te vasten. Jezus heeft er geen regels voor gegeven. Maar vasten is wel iets goeds, een goed hulpmiddel. Waarom dan? Omdat nog steeds waar is dat door je iets te ontzeggen, je meer focus kunt krijgen op wat belangrijk is. Dat is het hele idee van vasten – en dat is nog steeds belangrijk, ook binnen het christelijk geloof. Je ontzegt je iets om meer aandacht te hebben op wat werkelijk belangrijk is.

Wat is het belangrijke dan waar op gefocust moet worden? Op die bruidegom. Op Jezus dus. Die is gekomen en terug zal komen. Daarom dat in de christelijke traditie vooral voorafgaand aan Kerst en voorafgaand aan Pasen werd gevast.

De twee centrale feesten in het christelijk geloof. Om te denken aan Jezus' komst op aarde. Om te denken aan zijn leven, zijn lijden, zijn sterven. Om te focussen op wat hij zich allemaal ontzegt heeft om hier te komen. Voor ons, uit liefde. Om iets in te kunnen leven van waar het hem allemaal aan het ontbroken heeft, wat het hem gekost heeft om bij ons te komen, ons te bereiken, te redden. Natuurlijk – je kunt vasten ook op andere manier inzetten. Om een bepaald gebed kracht bij te zetten. Of om in een bepaalde periode leiding van God, een antwoord van God te zoeken. Of omdat je ergens spijt van hebt en je jezelf geestelijk wilt reinigen.

Maar eerst en vooral is het een manier om je op Jezus te richten, op zijn leven, lijden en sterven. En de meest voor de hand liggende manier is om je bepaald voedsel te ontzeggen. Moet je niet doen als je gezondheidssituatie niet goed is, maar anders kan het goed zijn om op bepaalde tijden even niets eet. Dat je gedurende 40 dagen geen chocola, snoep of chips eet. Dat is de laatste jaren mijn manier van vasten geworden. Of dat je het bij enkel drie maaltijden per dag te houden. Of dat je geen alcohol drinkt. Of geen fast food. Of je afhankelijkheid van cafeïne aan te pakken en bv. alleen in de ochtend nog koffie te drinken, of er even helemaal mee te stoppen. In ieder geval, je iets van drank of voedsel ontzeggen om meer focus op Jezus te krijgen.



Maar je kunt je ook andere dingen ontzeggen. Bijvoorbeeld online bestellingen. Of überhaupt shoppen. Of buiten de deur eten. Of iets anders waar je misschien normaal gesproken toch al geneigd bent te veel geld aan uit te geven. Of je kunt je bepaalde websites ontzeggen – nieuwswebsites. Of stoppen met scrollen op Funda omdat je niet eens op zoek bent naar een huis, maar voortdurend zit te vergelijken. Of je social media-gebruik aan banden leggen. Of andere dingen die je eigenlijk toch al veel te veel tijd kosten of te veel afleiden. En hoogstwaarschijnlijk gaat dit je goede bij-effecten geven. Een gezonder eetpatroon. Of het gaat je tijd opleveren. Of geld besparen. Of minder stress. Maar het gaat natuurlijk niet om die bijeffecten, want dan ben je zelf het middelpunt. Het gaat je als het goed is om die focus op Jezus. En zoals altijd is die focus op Jezus goed voor je gezondheid, je tijdsbesteding, je relaties met anderen en je verhouding tot geld. Maar de focus moet blijven liggen op Jezus. En de vrijgekomen aandacht op Hem. Dan baat het je pas echt – het is goed voor je band met Jezus, het is goed voor je gebed, het is goed om eens los te komen van dingen waar je van merkt dat je er al te vast aan zit, het is goed om helder te krijgen waar het op aan komt in je leven.

Misschien heb je al ervaring met vasten. Misschien kun je dan nog eens iets anders proberen. Op een ander vlak. Of op een andere manier. Zodat je erin groeit. Want het is en blijft iets om in te groeien.

Misschien heb je helemaal geen ervaring met vasten. Begin dan ook niet gelijk met 40 dagen niet eten. Maar begin met iets kleiner. Iets haalbaars.

Of je wel of geen ervaring hebt, begin wel aan iets dat iets kost. Ik bedoel als je toch al geen fast food, koffie of alcohol drinkt, dan is het wel, is dat wel al te makkelijk om daarmee te beginnen. Of als je eigenlijk toch al nooit op social media zit, dan helpt het je ook niet om daar dan helemaal een tijdje mee te stoppen. Neem iets wat ook wel iets kost, zodat je er geregeld tegenaan loopt, en dus denkt aan waar je aan wilde denken. Jezus, zijn leven, zijn lijden, zijn sterven.

Jezus geeft nergens regels ten aanzien van vasten. Ook niet over de frequentie. Hij zegt alleen dat er tijd komt dat het weer goed is om te vasten. In die tijd leven wij. Je bent het dus niet verplicht en als het goed is ga je ook helemaal niet anderen de maat nemen. En ook niet om jezelf te bewijzen – voor jezelf, God of anderen. Maar gewoon vasten omdat het goed is om je extra te richten op Jezus. En los te komen van dingen die je al te veel vastzetten. En ik zou zeggen: komende woensdag begint de 40-dagentijd. Er zijn talloze mensen je voorgegaan – de eeuwen door heeft het mensen geholpen. Hoe zou jij het kunnen invullen? Wat zou je je kunnen ontzeggen om meer focus te krijgen op Jezus?

Misschien kun je de komende tijd eens verder nadenken over wie en wat werkelijk belangrijk is.

Amen.

