



VASTEN: WIE, WAAROM EN WANNEER?

Amersfoort

Elk jaar, aan het begin van het nieuwe jaar gaan wij als gemeente vasten!

Mat. 6:33 Maar zoekt eerst Zijn Koninkrijk en Zijn gerechtigheid en dit alles zal u bovendien geschonken worden.

NBV Erbijgegeven worden

Er zijn heel wat dingen die we 'toegevoegd willen zien worden' aan ons leven.

Jezelf onthouden van voedsel vanwege geestelijke redenen

Lukas 5:35 Doch er zullen andere dagen komen, en wanneer de bruidegom van hen weggenomen is, dan zullen zij vasten, in die dagen. NBV Maar er komt een dag dat de bruidegom bij hen wordt weggehaald, en dan is het hun tijd om te vasten.

Vasten is **niet** iets wat alleen gedaan wordt door fanatiekelingen, het is een normaal deel van je relatie met God!

Mattheus 6:16 En wanneer jij vast, toont dan niet, zoals de huichelaars, een somber gelaat; want zij maken hun aangezicht ontoonbaar, om zich aan de mensen te vertonen, wanneer zij vasten. Voorwaar, Ik zeg u, zij hebben hun loon reeds. 6:17 Maar jij, zelf uw hoofd, als jij vast, en was uw gelaat, 6:18 om u niet bij uw vasten aan de mensen te vertonen, maar aan uw Vader, die in het verborgene is; en uw Vader, die in het verborgene ziet, zal het u vergelden.

We lezen in de Bijbel dat vele Bijbelfiguren betrokken waren in vasten. O.a. Mozes, Elia, Paulus vastten en zelfs Jezus vastte! Daarom geloven wij dat in principe iedereen mee kan doen.

Als je nog nooit hebt meegedaan is het goed om te weten dat je je de 1^{ste} dag een beetje slecht zult voelen. Je zult wat hoofdpijn krijgen en misschien wat slap voelen, weet dan dat hoort er een beetje bij! Vasten is 'Ontslakken', 'Detoxen', Ontgiften, het loslaten van afvalstoffen. Het is een bewezen feit: Vasten is gezond voor je! Je lever, nieren en darmen gaan het 'detoxen', voeren giftige stoffen af en dat ervaar je, maar je gaat je vanzelf beter voelen. Je wordt alerter en gaat meer open staan voor Gods stem.

Waarvoor vasten we?

Vasten is **niet** gewoon een tijd hebben zonder voedsel, dat is dieet. Vasten is Jezelf onthouden van voedsel vanwege geestelijke redenen en het is krachtig wanneer het onderwerp waarvoor je vast specifiek is! Bv: Om duidelijkheid en richting van God te ontvangen

Jezus zegt: Mijn schapen horen naar Mijn stem, Hij spreekt en wij zouden Hem moeten kunnen horen. Als je wilt horen in welke richting Hij je leven wil hebben kun je gaan vasten! Elke opdracht voor je leven, elke roeping van God begint ergens. Paulus ontving zijn roeping toen hij aan vasten was!

Hand. 13:2 En terwijl zij vastten bij de dienst des Heren, zeide de Heilige Geest: Zondert Mij nu Barnabas en Saulus af voor het werk, waartoe Ik hen geroepen heb. 3 Toen vastten en baden zij, en legden hun de handen op en lieten hen gaan.

God wil je schakelen aan je missie en dat zal niet snel gebeuren als je niet vast & bidt.



Heb je nood voor een duidelijk woord van God? Dat God je vertelt wat je in dit stadium van je leven moet doen! Vast! Als je wilt horen in welke richting Hij je leven wil hebben: Ga vasten!

- Mozes ontving de 10 geboden tijdens 40 dagen vasten (Ex. 3:27-28)
- Cornelius was aan 't vasten toen een engel kwam en hem vertelde wat hij moest doen
- Handelingen kerk vastten gezamenlijk om te kijken wie uitgezonden zou worden

Soms moeten er 'Boeien der goddeloosheid' los gemaakt worden!

Jes 58:6 Is dit niet het vasten dat Ik verkies: de boeien der goddeloosheid los te maken, de banden van het juk te ontbinden, verdrukten vrij te laten en elk juk te verbreken?

Zijn er zonden waar je geen overwinning over lijkt te krijgen, waar je steeds weer in 'valt'. Je kunt vasten om verslavingen en slechte gewoonten die God niet welgevallig zijn te overwinnen. Vasten is 'tuning', de fijne afstelling! Het versterkt overtuigingen, je wordt gevoeliger.

In Mat. 17 brengt een vader zijn bezeten zoon naar de discipelen. Ze konden de boze geest demon niet uitdrijven. Jezus Zelf later wel. Ze vroegen Hem: Waarom wij niet?

Het Boek Mat 17:19 Achteraf, toen ze alleen met Hem waren, vroegen de leerlingen Hem: 'Waarom konden wij die boze geest niet uit die jongen wegdrijven?' 20 'Omdat jullie zo weinig geloof hebben,' antwoordde Jezus. 'Als jullie geloof zoveel kracht heeft als een mosterdzaadje, dan kun je tegen deze berg zeggen: "Ga weg" en dan gaat hij weg. Dan is niets onmogelijk voor je. 21 Dit soort boze geesten wordt alleen verdreven wanneer jullie ervoor bidden en vasten.'

Er zijn 'soorten' die je weg kan bidden maar sommige demonen beginnen pas te reageren als iemand begint te vasten. De discipelen konden 't niet omdat ze niet gevast hadden.

Nog een reden zou kunnen zijn dat je door een moeilijke tijd gaat

Jes 58:6 Is dit niet het vasten dat Ik verkies: de boeien der goddeloosheid los te maken, de banden van het juk te ontbinden, verdrukten vrij te laten en elk juk te verbreken?

Een Juk is een zware Last die je elke dag met je mee zeult.

Ezra ging door een moeilijke tijd. Hij was op weg om de tempel in Jeruzalem te herbouwen Maar er waren vele vijanden die hen tegen willen houden. Hij had gezegd tegen koning dat hij geen hulp nodig had: God zal voor me zorgen. Maar hij maakte zich grote zorgen. In midden van 'niet meer weten wat hij moest doen' riep hij een vasten uit

Ezra 8:21 Toen riep ik daar, bij de rivier Ahawa, een vasten uit om ons te verootmoedigen voor onze God, en van Hem een voorspoedige tocht af te smeken voor ons, onze kinderen en al onze have. 22 Want ik had mij geschaamd van de koning een leger en ruiters te vragen om ons te beschermen tegen vijanden onderweg; wij hadden namelijk tot de koning gezegd: De hand van onze God is ten goede over allen die Hem zoeken, maar zijn macht en zijn toorn zijn tegen allen die Hem verlaten. 8:23 Dus vastten wij en smeekten onze God hierover, en Hij liet Zich door ons verbidden.

Vs 31 Wij braken dan op van de rivier Ahawa op de twaalfde van de eerste maand om naar Jeruzalem te gaan, en de hand van onze God was over ons en redde ons uit de macht van vijanden en struikrovers.

Wanneer wij moeten vasten?

Luc 5:33 Doch zij zeiden tot Hem: De discipelen van Johannes vasten dikwijls en doen hun gebeden, en zo ook die der Farizeeën, maar die van U eten en drinken. 34 Jezus zeide tot hen: Kunt gij soms de bruiloftsgasten laten vasten, terwijl de



bruidegom bij hen is? 35 Doch er zullen andere dagen komen, en wanneer de bruidegom van hen weggenomen is, dan zullen zij vasten, in die dagen.

Wanneer zijn die andere dagen? Heb je duidelijkheid & Richting nodig, zijn er boeien die los moeten, ga je door moeilijke tijden?

Wat doe je tijdens het vasten? Zodat je vasten....Meer kracht krijgt?

Nehemia 9:1 Op de vierentwintigste dag nu van deze maand kwamen de Israëlieten bijeen, vastende en in rouwgewaad en met aarde op het hoofd. 9:2 De nakomelingen van Israel scheidden zich af van alle vreemdelingen en zij stelden zich op en deden belijdenis van hun zonden en van de ongerechtigheden hunner vaders. 9:3 Toen zij op hun plaats waren gaan staan, las men voor uit het boek der wet van de Here, hun God, een vierde deel van de dag; en een ander vierde deel deden zij belijdenis en bogen zich neer voor de Here, hun God.

Ze kwamen bijeen met andere (vastende) gelovigen. Ze zorgden ervoor dat ze in buurt waren van andere vastende gelovigen

Gebed op zich is krachtig, gebed & Vasten is nog krachtiger, maar gebed en vasten en dan met elkaar is het krachtigst!

NBV Mat 18:19 Ik verzeker het jullie nogmaals: als twee van jullie hier op aarde eensgezind om iets vragen, wat het ook is, dan zal mijn Vader in de hemel het voor hen laten gebeuren.

Nehemia zegt: Vs 2 De nakomelingen van Israel scheidden zich af van alle vreemdelingen...

Ofwel: Alle invloeden, die niets met geloof te maken hebben. Je geest is heel open en Gevoelig tijdens 't vasten. Zowel voor goddelijke als goddeloze dingen! Zit niet teveel op je telefoon, wees niet te veel bezig met entertainment.

Vs 3 Toen zij op hun plaats waren gaan staan, las men voor uit het boek der wet van de Here, hun God, een vierde deel van de dag

Een 4^{de} deel van de dag lazen ze Gods Woord, ze spendeerden extra tijd in het Woord en ze lazen het hardop!

Wat zou er gebeuren als....

Elke Christen zegt: Ik ga vasten! Tot ik van God gehoord heb, tot ook 'dit soort' uitgedreven is en het juk verbroken is

Welke soldaat zou als hij slechts 2 wapens heeft (bidden en vasten) ze niet beide gebruiken? Vooral als er vijanden zijn waarbij dit de enige wapens zijn die werken.

NBV Joel 2:12 Daarom - spreekt de HEER - keer nu terug tot mij met heel je hart en begin te vasten...

Succes!!