

2019 overweging vastentijd Aswoensdag 6 maart 2019

Ds. Marieke Brouwer - Oude Lutherse Kerk Amsterdam

Vanavond vieren we Aswoensdag Met Aswoensdag begint de vastentijd of veertigdagentijd, de tijd van inkeer, bezinning en vasten.

Voor wie onder ons katholiek is, betekent dit de terugkeer van een bekende en vertrouwde periode, de voorbereidingstijd voor passie en pasen. In de protestantse traditie is vasten niet echt een gewoonte, ik heb het als kind niet meegekregen, maar de laatste jaren is er veel meer aandacht voor gekomen en veel protestanten nemen tegenwoordig ook een vastentijd in acht, geïnspireerd door de katholieke en oosters-orthodoxe traditie.

Al een heel aantal jaren vieren we dan ook als Heilige Vierhoek, de Engelse kerk, de doopsgezinde kerk, de Oude Lutherse kerk en de Krijtberg, een oecumenische vastenvesper hier in de Krijtberg en beginnen we samen in verbondenheid deze veertigdagentijd of vastentijd. Ik vind het een groot goed dat we dit zo samen kunnen doen.

In deze tijd die komen gaat vasten de gelovigen. Van oudsher ziet men af van vlees, alcohol, snoeperijen. Het is een tijd van versobering, van gebed, van het geven van aalmoezen en we keren ons naar God toe. We hoorde de woorden hierover uit het evangelie van Mattheus.

Alle godsdiensten kennen het gebruik van het vasten, van het niet eten, of weinig of anders eten. Waar zit de kracht van vasten in? Over de heilzaamheid van vasten valt van alles te vertellen, maar voor ons, zoals we hier zitten is het volgende misschien van het meeste belang: vasten haalt ons uit onze vaste gewoontes, het doorbreekt ingesleten gedragspatronen en gewenning, schudt ons leven op.

En geen gewoonte is zo vast als eten. We doen het drie keer op een dag gemiddeld en tussendoor is er vaak nog koffie en thee met iets lekkers erbij en voor velen hoort daar ook nog alcohol bij. En voor wie het wel eens geprobeerd heeft die weet hoe je kunt hechten aan een stuk chocola, een glas wijn of heerlijk eten. En hoe lastig het kan zijn van zulke dingen af te zien.

Waarom is het heilzaam om dan toch hier een tijdje mee op te houden?

Behalve dat we ons lichaam voeden met voedsel werken we vaak onze onlust weg met eten. Eten en drinken, zeker van iets lekkers, troost ons. Als we ons ongelukkig of gespannen voelen is een manier om dat ongelukkig zijn minder te voelen: eten, of drinken, denk maar aan een bakje troost. Zijn we gestresst dan drinken we een glas wijn en nog een, dan voelen we ons beter en kunnen we ontspannen. Doorbreken we deze gewoonte door op een of andere manier te vasten, dan is die vluchtweg er niet meer en worden we geconfronteerd met onszelf en wat er in ons speelt: onze onrust, onze onvervuldheid, ons verdriet, onze pijn, onze kleine en grote verslavingen,. Als we afzien van eten en genotsmiddelen, dan komen we dat allemaal tegen in ons binnenste. Maar willen we ruimte maken in onszelf voor God, willen we ons voorbereiden op Pasen, dan moeten we dit alles onder ogen zien en ons daar doorheen werken.

En al vastend komen we ons falen tegen, onze onmacht, onze schuld en schaamte, onze boosheid, onze wanhoop, ons tekort en onze tragiek. Vasten brengt ons zo dicht bij onszelf, wat er in ons leeft, en het maakt ons deemoedig want we ervaren en beseffen dat we mensen zijn, onvolmaakt en geen god. Deemoed is een ouderwets woord, maar het is wel een mooi woord: en er in opgesloten zitten zelfkennis, het besef hebben van je grenzen, besef hebben van je tekort, van je beperktheid en eenvoud en bescheidenheid. Humilitas is het Latijnse woord, en daar zit het woord humus in, grond, aarde. Vasten brengt ons weer terug naar onze grond, naar de aarde waarvan we gemaakt zijn, onze beperktheid, onze lichamelijkeheid en eindigheid. Stof en as zijn we en tot stof zullen we weerkeren, wordt op Aswoensdag gezegd. Vasten brengt ons tot deemoed en dat is heilzaam, want alleen met deemoedige mensen kan God met zijn genade wat aanvangen. Mensen die vol zijn van zichzelf hebben geen ruimte voor God. Deemoedige mensen beseffen dat ze zijn aangewezen op Gods genade en vergeving. En wie oog heeft voor zijn eigen tekort en eigen behoeften en menselijkheid, krijgt als vanzelf oog voor het noden en behoeften en menselijkheid van anderen. Ook dat is een belangrijk aspect van het vasten.

Lieve mensen, ik weet niet of u van plan bent op een of andere manier te gaan vasten de komende weken. Of u van plan bent bepaalde dingen te gaan laten, u zelf dingen te ontzeggen: geen alcohol, of geen vlees of, een moderne manier van vasten: minder met sociale media bezig zijn, minder vaak netflixen. Vergeet dan niet dat vasten geen doel in zichzelf is, maar dat de bedoeling is dat we tot onszelf komen, dicht bij God en de naaste

Misschien wilt u daarom niet alleen dingen laten maar vooral met iets nieuws beginnen: misschien iedere dag een kwartiertje stille tijd of iedere dag een paar minuten bidden voor iemand die het nodig heeft. Of bidden voor een wanhopige situatie in deze gebroken wereld. Of misschien iedere dag een kleine daad van vriendelijkheid verrichten, hoe klein ook: een dakloze groeten, glimlachen naar de mensen die je tegenkomt, je zegeningen tellen die je iedere dag ontvangt. Deze kleine dingen halen ons uit onze vastgeroeste gewoonten, uit onze onverschilligheid en egoïsme, van oude gedrags- en denkpatronen die ons onvrij maken. We keren ons dan toe naar een leven dat meer liefde en meer hoop kent, een leven dat Jezus ons zo gunt. We keren ons dan meer en meer naar anderen zoals Jezus deed.

Dat de veertigdagentijd die voor ons ligt ons duidelijk mag maken waar we van ons van willen afwenden, waar we ons naar toe willen keren. Opdat deze tijd ons nieuw leven, nieuwe hoop, nieuwe mogelijkheden mag brengen.

Amen