

Vragen om over na te denken over het persoonlijk toepassen van vasten

1. *Wat is vasten?*

2. *Pas jij dit wel eens toe? Waarom niet? Of waarom wel en op welke manier? In een groep of persoonlijk?*

3. *Wat is het doel van vasten? Wat wil of kun je ermee bereiken?*

4. *Vind je dat tijdelijk selectiever eten, bijvoorbeeld geen snoep / snacks / alcohol / vlees of minder TV kijken ook vormen van vasten is?*

5. *Hoe zou jij meer op God gericht kunnen zijn? Kan vasten daarin een rol spelen? Zou je in de periode voor Pasen hier concreet mee bezig willen zijn?*

Vragen om aan de hand van Bijbelteksten het onderwerp vasten te overdenken

6. De Joden kenden gedurende het jaar enkele perioden van vasten.

Welke periode wordt genoemd in Esther 9:21-32 en wat werd er dan gevierd?

7. Behalve vastgestelde dagen in het jaar kenden de Joden ook speciaal uitgeroepen perioden van vasten.

Waarom werd er een periode van vasten afgekondigd in 2 Kronieken 20:3-4?

Wie deden er aan mee volgens vers 13?

8. Gezamenlijk vasten kwam dus geregeld voor. Maar we lezen in het oude testament ook over persoonlijk vasten.

Zoek in de volgende teksten eens op wie er vastte en met welk doel en op welke manier:

Ezra 8: 21

2 Samuël 12:16-23

2 Samuël 1:12

Jona 3:5-8

Daniel 9:3

9. *Heeft vasten altijd zin?*

Jeremia 14: 11-12

Jesaja 58:3-5

10. *Waar gaat het om?*

Jesaja 58:6-7

11. Jezus heeft ook gevast.

Hoe lang was de periode van vasten van Hem en op welke manier vastte Hij?

Mattheus 4:2.

12. Uit het voorgaande blijkt wel dat vasten bij de Joden normaal was. De discipelen van Johannes de Doper vonden het daarom opmerkelijk dat de discipelen van Jezus niet vastten.

Wat zegt Jezus daarover?

Lucas 5:33-35 Mattheüs 9:14-17

Wat leer je uit de voorgaande Bijbeltekst over de manier van vasten?

En zou in Mattheüs 9:16 - 17 worden bedoeld dat het oude Joodse systeem met allerlei perioden van vasten is vervangen door een nieuw verbond, waarin het vasten geen rol meer speelt?

Hoe verhoudt zich dat tot Mattheüs 9:15?

13. Nadat Jezus was opgevaren en de gemeente was gevormd, wordt vasten slechts twee maal genoemd.

Door wie werd er in de volgende gedeelten gevast en met welk doel?

Handelingen 14:23

Handelingen 13:2-3

14. In de Bijbel is sprake van het oefenen voor de geestelijke strijd. Je kunt namelijk trainen om je niet te laten leiden door je vlees met zijn begeerten.

Zie je een relatie tussen dit oefenen en vasten?

1 Korinthiërs 9: 25