

Rabbijn Elisa Klapheck: „Dat is toch dat katholieken met een kruisje van as op het voorhoofd lopen? Ik heb maar een keer mensen met zo'n kruisje op straat gezien. Dat was in New York.”

Bij Bas van der Graaf, in de protestantse Jeruzalemkerk in Amsterdam-West, is de katholieke gewoonte om te vasten in de veertigdagen-tijd al een kleine traditie geworden. Inclusief de viering van Aswoensdag, met askruisje en al. Daar komen vooral twintigers en dertigers op af. „Ik merk dat het helpt”, zegt Van der Graaf. „Ze zijn erg druk, hebben volle levens, met een overvloed aan mogelijkheden en aan prikkels.” Voorzichtig: „We zijn in deze gemeente al een tijdje bezig om het ritme van het kerkelijk jaar te herontdekken, waar de vasten deel van uitmaakt. Ik meen te constateren dat zo'n ritme hen rust geeft. Een basis waarop ze kunnen terugvallen.”

Elisa Klapheck is al jaren gefascineerd door het verhaal van Esther, het mooie Joodse meisje dat in de harem kwam van de koning en die na drie dagen vasten aan hem vroeg of haar Joodse volk gered en gespaard kon worden. De koning stemde toe, Esther werd koningin. Klapheck: „Dit verhaal heeft me laten zien dat vasten kracht kan geven. Esther heeft zichzelf geëmancipeerd, door die drie dagen vasten. Het volk vastte trouwens met haar mee, om haar te steunen.”

Ze zou dat verhaal wel willen voorhouden aan alle meisjes met eetstoornissen. „Vasten kan ook goed zijn. Je moet het op de juiste manier doen. Niet om dun te worden en jezelf kapot te maken, maar om je kracht te ontdekken.”

De christelijke vasten begint vandaag, op Aswoensdag. Dat is altijd ergens in het vroege voorjaar. De precieze datum hangt af van de maanstand. In dezelfde periode van het jaar valt het Joodse Poerim, het feest waarbij er zoveel gedronken moet worden dat 'niemand meer het verschil ziet tussen Esther en Vashti, de Joodse en de heidense koningin, en tussen Mordechai en Haman, goed en kwaad'. Drie dagen voor Poerim is er een vastendag. Die dag heet het 'vasten van Esther'. Elisa Klapheck vast die dag.

Gaat Bas van der Graaf zelf ook vasten? „Ja”, zegt hij. „Maar eerst dus de Aswoensdagviering en dat is best heftig, heb ik vorig jaar gemerkt. Toen ik die as op het voorhoofd bracht, sprak ik de tekst uit: 'Gedenk, o mens, dat je stof bent'. Sommigen schrokken daarvan, vooral jongeren.”

In Van der Graafs kerkelijke traditie lag het accent in de veertig dagen voor Pasen lange tijd vooral op de voorbereiding op Goede Vrijdag. „We hebben dat verbreed, nadat ik het boek van Robert Webber had ge-

Ik heb het idee dat christenen ontdekken dat vasten iets moois is dat vreugde schenkt

Bas van der Graaf



Het is heel moeilijk om niet ostentatief te vasten, dus in het verborgene

Elisa Klapheck

lezen, over de missionaire kansen van vormen, gebruiken en accenten van de vroege kerk.”

Vasten, meent Van der Graaf, kan ruimte geven. „Door het besef dat overvloed ook kan schaden, kan bellemmeren in het geestelijk leven, komt er een proces van loslaten. Dat schept ruimte om je te concentreren op Christus.”

Zelf vast Van der Graaf ook. „In het begin was ik veel te fanatiek. Ik sloeg hele maaltijden over. Dat werkte bij mij niet. Nu ga ik er ontspanner mee om. Het is ook een kwestie van bij jezelf nagaan met welk doel je vast.”

Van der Graaf, bijbelvast als hij is, noemt de passage uit de evangelieverhalen waarbij Jezus de Farizeeën

Elftal

Smalbrugge

De Korte - Hoogenkamp - Kalsky

Leegte - Van Vlastuin - Klapheck

Tollefsen - Van der Graaf

Borgman - Nissen

aan elkaar verwant en juist daardoor vliegen ze elkaar in de haren.”

Ze legt uit waar de Farizeeën voor staan, die in de christelijke theologie vaak in een kwaad daglicht gesteld worden als hypocriete gelovigen die alleen voor de uiterlijke schijn vroom zijn. „Ze zijn begonnen als een beweging van het volk, tegen de macht en het uiterlijk vertoon van de tempeldienst. Hun ideologie was, dat je voor heiligheid niet meer afhankelijk hoefde te zijn van priesters, van tempeldienst, van offers, maar dat je dat heel goed zelf kon verwerven. De Farizeeën legden de verantwoordelijkheid voor heiligheid in de handen van het volk. Een manier om heiligheid te verwerven is door te vasten. Dat is een goede manier om te ontdekken welke krachten in je zitten. Een individuele manier, waarbij er geen priester nodig is. Jezus had ongeveer hetzelfde gedachtengoed: dat je geen priesters of tempels nodig hebt. De Farizeeën zijn eerst door het koningshuis vervolgd van de Hasmonese dynastie, waarbij de koning ook hogepriester was. In de tijd van Jezus hadden ze macht verworven en hechtten ze toch ook aan uiterlijk vertoon. De aanhangers van Jezus waren daarin teleurgesteld en verweten hen hypocrisie.”

Is het beter om te vasten in het verborgene en niet, zoals we nu doen, er in de krant over te vertellen?

Elisa Klapheck: „Het is heel moeilijk om niet ostentatief te vasten, dus in het verborgene. In het jodendom is vasten gebonden aan bepaalde data en is het vasten dus iets gemeenschappelijks.”

Bas van der Graaf: „Vasten kan helpen om te groeien in de gemeenschap met Christus. Als ik zie hoeveel respons wij krijgen op de Aswoensdagviering, en op het leesrooster met dagelijkse bijbelteksten, die we uitdelen voor de veertigdagen-tijd, dan denk ik dat je er best mee naar buiten mag komen. Ik merkte in een gesprek met moslims over de ramadan, de islamitische vasten, dat ik het mijn vond om te zeggen dat dit ook onderdeel is van de christelijke traditie.”

Opgewekt: „Vasten is niet alleen onderdeel van boete en inkeer, maar ook een zaak van vreugde. Ik heb het idee dat christenen opnieuw ontdekken dat vasten iets moois is dat vreugde schenkt.”

Elisa Klapheck: „Dat lichte gevoel dat je door het vasten krijgt, bijvoorbeeld op Jom Kippoer, dat je vrij van het materiële bent, dat ontstaat niet meteen. Nadat je 's avonds begint te vasten komt dit gevoel pas in de loop van de volgende dag. In feite moet je leren vasten, je er al dagen op voorbereiden, om over de drempel van de honger heen te komen. Dan kun je het vasten beleven als een bevrijding en een bewustzijnsvergroting.”