

# Vasten en Vieren



**Wat eet jij het liefst op je verjaardag? Patat of pannenkoeken? Bij feest hoort lekker eten. Vaak hoort een gerecht ook speciaal bij een feest zoals eieren bij Pasen. Ook in andere religies is dit zo. De mensen eten speciaal voedsel omdat het hen aan God of aan hun geloofsovertuiging herinnert.**



Het Fast Feest Foodspel in Museum Catharijneconvent

## Vasten en vieren bij de christenen

Christenen beginnen de vasten op Aswoensdag, de dag na Carnaval. Veertig dagen lang, tot aan paaszaterdag, eten ze sober: weinig zoetigheid en minder vlees. Zo bereiden ze zich voor op het paasfeest. In de katholieke kerk krijgen mensen op Aswoensdag een kruisje van as op hun voorhoofd. Het askruisje is een teken van spijt voor verkeerde daden en het herinnert eraan dat aan alles een einde komt. Omdat as ook heel vruchtbaar is, staat het ook voor nieuw leven.

## Veertig dagen vasten

De vastentijd duurt veertig dagen omdat Jezus zelf evenveel dagen door de woestijn zwierf zonder eten. Die vastendagen zijn verspreid over zes en een halve week: op zondagen tussen Aswoensdag en Pasen hoeft niet gevast te worden. Het is een serieuze periode: gelovigen staan stil bij het feit dat Jezus veel geleden heeft. Ze denken ook aan mensen die altijd weinig te eten hebben. Ze zamelen daarom geld in. Tegenwoordig vasten christenen niet meer zo streng.

## Eten of niet?

Bijna alle godsdiensten kennen een periode waarin minder gegeten wordt. Zo bereiden gelovigen zich voor op een groot feest. Het minder of helemaal niet eten noemen we vasten.

## Vasten en vieren bij de moslims

Ramadan is een plechtige, maar ook gezellige tijd. Moslims herdenken in deze maand dat Mohammed zijn eerste boodschap van God ontving. Ramadan is een vastenmaand: tussen zonsopgang en zonsondergang mogen moslims niet eten of drinken. Elke avond, na zonsondergang, eindigt de vasten met een uitgebreide maaltijd: de Iftar. Deze maaltijd begint met drie dadels en een slok water. Daarna is er Harira, een stevige soep die goed vult na een lange dag zonder eten en drinken. De Ramadan eindigt met het Suikerfeest.



Suikerfeest, het feest aan het eind van de Ramadan

## Vasten en vieren bij de joden

Rosj Hasjana en Jom Kipoer zijn samen de belangrijkste joodse feesten. Rosj Hasjana is het joodse nieuwjaar. Tien dagen later is het Jom Kipoer, de grote verzoendag. In de tijd tussen deze twee feesten denken Joden na over wat ze goed hebben gedaan en wat verkeerd in het afgelopen jaar. Men probeert fouten recht te zetten en ruzies bij te leggen. Op Jom Kipoer mag je niet eten en drinken en ook niet werken. De vasten eindigt bij zonsondergang van de volgende dag. Dan is er koffie met kaneel en haring-bietensalade en viskoekjes om te eten.

## Vasten en vieren bij de hindoes

Met Divali vieren hindoes het feest van het licht. Het woord divali betekent een rij lichtjes. De lichtjes moeten de duisternis en het kwaad verdrijven. Volgens hindoes is vuil een bron van kwaad. Daarom bereiden ze zich voor op Divali door hun huis schoon te maken en te versieren. Minstens een week lang eten hindoes geen vlees en drinken ze geen alcohol. Tijdens Divali offeren hindoes Gulab Jamun aan de goden. Het zijn gefrituurde melkpoederballetjes met suikerstroop.



Met Divali staan alle huizen vol met lichtjesv

## Trek een lijn

Eten een maand lang niet tussen zonsopgang en -ondergang

Eten 40 dagen sober en op vrijdag geen vlees

Eten een week lang geen vlees en drinken geen alcohol

Eten en drinken niet van zonsonderdag tot en met zonsondergang van de volgende dag

Katholieke  
christenen

Joden

Moslims

Hindoes

## Even rekenen...

Reken de sommen uit. Schrijf de antwoorden in letters op en met de klok mee.

Welk woord vind je in de vakjes?

$$8 \times 3 =$$

$$13 \times 4 =$$

$$9 \times 9 =$$

$$4 \times 25$$

