

EFS FACEBOOK FASTEKAMPANJ 2021

Följ oss på en **RESA** genom fastetidens 40 dagar där vi stannar vid sex **RASTPLATSER**:

RANNSAKAN inför Guds ansikte
ROTAD i Guds ord
RO i Guds närvaro
RYTMEN i Guds sällskap
RIKTAD till Guds ära
RUSTAD för Guds uppdrag

Live andakter kl 10:00 på EFS Facebook måndag till lördag från Askonsdagen till Påsk.
Måndagar: Karolin Baeach (präst EFS Borlänge) Hanna Berglund (präst Hortlax EFS-krets)
Tisdagar: Magnus Persson (präst och inspiratör EFS Riks)
Onsdagar: Kerstin Oderhem (präst och missionsföreståndare EFS Riks)
Torsdagar: Jonas Norden (präst EFS Betania, Malmö)
Fredagar: Emmeli Karlsson Lundmark (präst EFS Vasakyrkan, Umeå)
Lördagar: Johan Lundgren (präst EFS-kyrkan, Skellefteå)

INLEDNING

Med start under Askonsdagen inleds kyrkans stora påskfasta. Under 40 dagar, med inspiration från Mose, Elia och framförallt Jesu fasta, avskiljer vi oss genom att avstå från sådant som har fått ett allt för stort grepp om kropp och sinnen, tid och fokus. Sådant som drar oss bort från Gud, distraherar oss och ger näring åt felaktiga begär. Poängen med att avstå är att avskilja den tiden och uppmärksamheten för bön.

Vad är det som tar onödigt mycket av uppmärksamhet och utrymme i våra liv, vår tid och tanke? Vilka distraktioner är det vi behöver avgränsa oss ifrån? Vad är det som drar iväg

med oss i en riktning som vi egentligen inte önskar? Vilka destruktiva mönster har formats som behöver avslöjas och brytas? Vad är det som skymmer Guds närvaro i vårt liv?

Fasta syftar i de bibliska texterna i regel på matfasta. Vi uppmuntrar dem som vill och där hälsan tillåter att avsätta antingen en period eller kanske en dag per vecka under dessa 40 dagar, till att helt eller delvis avstå mat. Men man kan även avstå kött, sötsaker, vin eller liknande. Man kan också avstå en lunch per vecka för att istället ägna lunchrasten till en bönepromenad.

Man brukar tala om bukens fasta men även sinnenas fasta. I vår tid där våra sinnen är konstant underhållna och distraherade, kan det vara en mycket god idé. Att exempelvis fasta från sociala medier, tv-tittande eller internetsurfande för att istället avsätta denna tid för bön.

När vi stänger av bruset och den konstgjorda stimulansen, som vi ofta flyr till när rastlösheten och oron kryper i oss, skapar vi utrymme för stillhet och lyssnande, reflektion och bön. Vi får smaka och se att Herren är god och att i hans närvaro finner vi en djupare tillfredsställelse och en kristallklar skärpa.

Fastan är även en solidaritetshandling med dem som lider brist och fattigdom. Vi får tillfälle att öva oss i att avstå överflödigt konsumtion och shopping, som ibland bara är ytterligare ett uttryck för rastlöshet, och istället öva oss i förnöjsamhet. De pengar som vi avstår kan man om man vill och har möjlighet skänka till förmån för dem som lider brist, mitt i vårt överflöd.

Fastan ska hållas med måttlighet och måste alltid anpassas efter den enskildes situation och man ska inte frestas till jämförelse. Därför kan det ibland vara en god regel att hålla för sig själv vad man fastar från. Detta är en möjlighet att »smaka och se att Herren är god« och att »inte bara leva av bröd utan av varje ord som utgår ur Herrens mun.«

Den tidiga kyrkan hade ett talesätt om fastan. »Den som avstår mycket får inget beröm. Den som avstår mindre får inget klander.« Fastan ska alltså varken producera högmod eller missmod. Man kan säga om fastan som man säger om träning: den bästa fastan är den som blir av. Med andra ord bör vi använda det lilla måttet så att fastan blir möjlig. Det är inte ett tvång utan ska ses som ett tillfälle för den långtande och en påminnelse om vårt ständiga behov av rannsakan och omvändelse. Det är en period av bot och bättring, bikt och bekännelse. Men det handlar inte om att bli inkrökt i sig själv utan snarare om att lyfta sin blick och fästa sina ögon på Jesus.

Fastan är en tid då vi får stanna upp och bli stilla.

Fastan är en tid då vi får granska oss själva.

Fastan är en tid då vi får säga som det är.

Fastan är en tid av gränsdragning och sätta ner foten.

Fastan är en tid då vi får hänge oss till det mest centrala.

Fastan är en tid av fördjupning och formning.

Fastan är en förberedelse för festen – en vårstädning och utrensning där vi frigör utrymme för det verkliga och nya livet.

Tanken är att vi under dessa 40 dagar ska upptäcka något som vi inte vill överge när fastan efter påsk är över. Vår förhoppning är att ett mönster formas i våra liv under fastan som

fortsätter även efteråt. En rytm där vi regelbundet får rannsaka oss själva inför Guds ansikte, roas i Guds ord och Guds nåd, finna ro i Guds närvaro, finna en hållbar rytm i Guds sällskap, bli riktade till Guds ära och rustade för Guds uppdrag i vardagen och världen.

INNEHÅLL

Under fastans första fyra dagar går Jonas Nordén (präst i EFS Betania) och Magnus Persson (präst och inspiratör EFS Riks) igenom en introduktion till fastetiden och dess olika teman.

Under fastans resterande sex veckor bearbetar vi sex olika teman som vi kallar för »rastplatser«. Se översikt och förklaring nedan av teman och rastplatser:

17 - 20 februari INTRODUKTION

Jonas och Magnus ger en grundläggande förklaring och inriktning för fastetiden. Dess historia och innebörd. De presenterar olika lärdomar och verktyg som kan ge både djup och förhållningstid till fastetiden. Under resterande period får du förutom Jonas och Magnus möta fyra präster som vid vardera sex tillfällen ger sitt perspektiv på nedanstående teman.

»Välsigna vår fastetid, Herre. Ge oss botfärdiga hjärtan, så att vi i bön och fasta vandrar korsets väg till påskens glädje. Hjälps oss att avkläda oss den gamla människan och hennes vanor, och iklädda oss den nya människan som är skapad i Kristi Jesu avbild. Amen.«

22-27 februari RANNSAKAN inför Guds ansikte

Utifrån texterna i första söndagen under fastan med temat »Prövningens stund« bearbetar vi ämnen som rannsakan, självprövning och omvändelse. Det bärande motivet för vår fasta är Jesu 40 dagarsfasta i ödemarken, där han sattes på prov av fienden. Det står att »Jesus fördes av Anden ut i öknen för att frestas av djävulen«. Fastetiden är en tid då vi frivilligt utsätter vårt tros- och själsliv för påfrestning för att upptäcka brister, skevheter och synd. Avslöja felaktiga drivkrafter, onda begär och avgudar som har greppet om våra liv. En årlig påminnelse om vårt behov av bikt och bot.

»O Gud, du som utgav din Son i oro och ångest och lät honom bli prövad, hjälp oss att följa honom, så att vi i kraften från hans lidande och seger kan motså ondskans alla angrepp. Genom din Son Jesus Kristus, vår Herre. Amen.«

1-6 mars ROTAD i Guds ord

Utifrån texterna i andra söndagen under fastan med temat »Den kämpande tron« bearbetar vi behovet att vara grundad i Guds ord, att tron får djupa och fasta rötter, att meditera över Guds ord. Att lära sig hålla fast vid Guds ord i tro och använda det till både anfall och försvar. Under Jesu fasteperiod är hans vapen mot fiendens frestelser just »Det står skrivet«.

»O Gud, du som ser att vår egen kraft inte räcker mot synd och ondska, hjälp oss att leva fasta i tron på vår frälsare Jesus Kristus, och bli bevarade från allt ont till kropp, själ och ande. Genom din Son Jesus Kristus, vår Herre. Amen.«

8-13 mars **RO** i Guds närvaro

Utifrån texterna i tredje söndagen under fastan med temat »Kampen mot ondskan« bearbetar vi vårt behov av att ta vår tillflykt hos Gud och bli stilla och besinna att Herren är Gud. Lära känna hans väldiga makt och hans stora omsorg oss. I Guds närvaro kan vi finna friden mitt under striden. Men vi behöver öva på bli närvarande i Guds ständiga närvaro. Att »söka Herren medan han låter sig finnas, åkalla honom medan han är nära« (Jes 55:6) och bli bekväma i hans närvaro.

»O Gud, du som har all makt i himlen och på jorden, hör våra böner och var vårt beskydd, så att vi, frälsta från mörkrets välde, kan vandra som ljusets barn. Genom din Son Jesus Kristus, vår Herre. Amen.«

15-20 mars **RYTMEN** i Guds sällskap

Utifrån texterna i midfastosöndagen under fastan med temat »Livets bröd« bearbetar vi vårt behov av att lära oss vandra med Gud i vardagen. Att finna en regelbunden rytm och goda rutiner för vårt gudsliv. Precis som vi behöver näring för vår kropp behöver vi näring för vårt inre. Regelbunden andlig kost och heliga vanor för såväl bön och bibelläsning som församlingsgemenskap och gudstjänstfirande är grundläggande för att råda bot på andlig näringsbrist.

»All godhets Gud, du som ger oss att äta av brödet från himlen, ge oss hunger och törst efter din rättfärdighet, och låt oss leva av din frälsning. Genom din Son Jesus Kristus, vår Herre. Amen.«

22-27 mars **RIKTAD** till Guds ära

Utifrån texterna i femte söndagen under fastan med temat »Guds mäktiga verk« behandlar vi temat tillbedjan. Tillvarons djupaste mening och högsta mål är att ge Gud ära. Tillbedjan är människans naturliga disposition. Syndens djupaste väsen är, inte att vi slutat att tillbe, men att denna tillbedjan missriktats. Något annat än Gud har tagit centrumplatsen kring vilket allt annat i livet börjat att kretsa. Tillbedjan handlar inte bara om gudstjänst utan om att göra hela livet till en lovsång.

»O Gud, du som sände din ängel med bud till Maria, lär oss av henne att lyssna i tro, så att vi kan prisas dina mäktiga verk. Genom din Son Jesus Kristus, vår Herre. Amen.«

29 mars-3 april **RUSTAD** för Guds uppdrag

Under påskveckan närmar vi oss vår kristna tros hjärtpunkt - korset. Guds uppdrag är försoning. De goda nyheterna är att i Kristus, genom hans död och uppståndelse, är hela världen försonad med Gud. Evangelium är grundtonen i hela kristendomen. Därför är mission, spridandet och delandet av evangelium, inte en verksamhet i kyrkan utan snarare hennes väsen. Precis som korsets grova bjälkar sträcker sig ut mot alla väderstreck och Kristi uppspikade armar är Guds öppna famn för hela världen, behöver vi rustas för att i samma anda leva mission i vardagen och i världen.

»Evide Gud, vi tackar dig för att din Son blev människa och tog på sig förnedring och lidande ända till döden på korset. Hjälpa oss att följa honom i tro och lydnad och låt oss med honom uppstå till evigt liv. Genom din Son Jesus Kristus, vår Herre. Amen.«