



## 120222 Askonsdagen Evelina Johansson

### Bön och fasta

När ni fastar se då inte dystra ut som hycklarna, säger Jesus. Det är helt uppenbart att han räknar med att hans lärjungar ska fasta, även om de alls inte gjorde det under Jesu tid på jorden (något som ju fariséerna störde sig på). Hycklarnas problem ligger inte i vanan att fasta, utan i motiven och sättet de gör det på: De fastar för att människorna skall se det (underförstått: och tycka att o, så fromma – eller för den delen tappra och hälsosamma – de är). Detta innebär inte att det är förbjudet att tala om sin fasta – som med allt annat i det kristna livet kan det ha sitt värde att utbyta fasteerefenheter och föresatser med andra kristna; det kan också vara ett vittnesbörd om saken skulle råka komma på tal med bekanta som ännu inte hittat in i kyrkans liv.

Man behöver inte vika sig dubbel för att dölja sin fasta (som jag själv och en kamrat i fastetiden för något tiotal år sedan som övervägde om man fick tillgripa nödlögner för att dölja sin fasta) – men man bör vara på sin vakt så att det inte går överstyr, så att inte bieffekten blir huvudsak – så att fastan inte blir något man briljerar med inför omgivningen. Fastan är inte till för att visas upp!

En annan bieffekt som inte får bli huvudsak är de kroppsliga effekterna: Av hävd är kosthållningen en av de saker som ger fastetiden dess särskilda karaktär. Idag när massmedia innehåller mängder av hälsokurer, recept och träningstips behöver vi komma ihåg att fastan inte är en bantningskur med liturgisk inramning.

Fastan är överhuvudtaget inte till för att göra upp med dåliga vanor för sakens skull:

Inte för att öka vår självdisciplin eller minska vårt midjemått och vår hushållsbudget.

Sedan kan fastan råka leda till alltsammans, men det får aldrig leda bort från fastans huvudsyfte:

Fastan är en övning i gudsumgänge.

En nådatid då vi alldeles särskilt får ägna oss åt att komma Herren nära. För att just nu är den tiden i kyrkoåret då vi samlas kring kristendomens största mysterium: Jesu Kristi död på korset för våra synders skull, för vår frälsnings skull, för vårt eviga liv. Det mysteriet är så viktigt att kyrkan avdelat 46 dagar för att riktigt fördjupa sig i det, 46 dagar som sedan mynnar ut i påsken – festen framför alla fester om hur Jesus vinner seger över döden med sin egen död som vapen.

Inför en stor fest behövs det förberedelser. Julstök eller julstädning är ett välkänt koncept. Kanske ännu mer förr än idag ville man inför julen göra extra rent, men bytte ut och tvättade rent överallt, även i skåp och skrymslen där man egentligen inte tittade så noga. Även idag vill många gärna göra rent innan man plockar fram julsakerna.

Fastan är ett tillfälle att göra påskstök, påskstädning, och då inte i bostaden utan i mitt kristna liv.

Ett tillfälle att rannsaka sig själv och sitt liv: Hur står det till egentligen? Vad får jag upp om jag drar med pekfingret så här i mitt hjärta? Hur rinner det ner i avloppet egentligen – är det dags att rengöra det kristliga vattenlåset?

Precis som när vi städar hemma är det många olika ställen som finns i gudsumgänget, i det kristna livet att undersöka och piffa till:



- Enkla saker som att se över sitt böneliv och sin enskilda bibelläsning – fastan är ett bra tillfälle att lägga till en extra bön. Ber man aftonbön, kanske man kan lägga till bordsbön; ber man redan bordsbön, kanske morgonbön eller en bön som en andningspaus mitt på dagen. Det enskilda umgänget med Guds ord i Bibeln (Ordet är en autobahn för den helige Ande) – har bibeln legat ett tag – ta en bibelbok och läs ett kapitel varje dag. Eller kanske någon uppbygglig andaktslitteratur – kanske kan någon i församlingen ge dig tips och råd.
- Något mer arbetsamt att genomföra är kanske gudsumgänget i gudstjänstlivet. Kyrkofadern Ambrosius av Milano rekommenderar daglig mässa under fastan, särskilt om man bor nära kyrkan. Här finns det inte daglig mässa, men 3,5 finns det; kanske man öka på med en mässa mer än man brukar gå på? Åtminstone söndagligen. Kan något vara lämpligare för att fördjupa sig i Kristi död på korset, än att ta emot honom när han ger oss sin utgivna kropp att äta?
- Två saker till, inte mindre viktiga, men mindre uppmärksammade: Avstå saker – mat, nöjen – komma ihåg Jesu lidande – öva sig för prövningar. Avstå också starka känslor, vrede, sorg, fruktan, som tar herraväldet över oss (som berusning av vin).
- Göra kärleksgärningar: Lossa orättfärdiga bojar, dela bröd med den hungrige, klä den nakne. Vad hjälper det om någon säger sig ha tro, men inte har gärningar läser vi i Jakobsbrevet: inte ett dyft, eftersom tron föder gärningar: en levande tro på frälsningen och syndernas förlåtelse i Jesus föder tacksamhet och lydnad mot Guds vilja – och det mynnar ut i tjänst åt nästan. Martin Luther tyckte att St Jakob drev gärningarna å bekostnad av tron, men då gör man St Jakob orätt; gärningarna är ett diagnosmedel. Den som aldrig gör sådant som gud vill ha gjort, det är rimligt att fråga sig; har man då verkligen förstått hur mycket man har att vara tacksam mot Gud för?
- Att gå till bikt – bekänna sina synder enskilt inför en präst och ta emot förlåtelse - är också något som hör fastan till, och som kanske allra bäst lämpar sig för städ-bilden. Vi har bekänt vår synd här i mässan, man kan också bekänna sin synd och få förlåtelse vid sin egen andakt därhemma. Men om dessa täta uppgörelser med synden är som den vanliga regelbundna vardagsstädningen, som måste till för att det inte ska komma bananflugor, då är bikten som en verkligt grundlig storstädning, då man verkligen går igenom de skrymslen som man sällan torkar rena, där det samlar sig smuts som man kanske inte tänker så mycket på, eller som är så jobbiga att städa att man drar sig för det. En sådan som många av oss kanske bara gör när vi ska flytta. Jag har flyttat rätt mycket de sista åren, och tänkt att det är synd att man inte städar så grundligt oftare. Så är det också med bikten – om man gör det ofta så får man leva i det renare, fräschare, öppnare kanaler för det kristna livet – bikten verkar bättring, så det kan öka på gärningarna och bönlivet också.

Ambrosius av Milano skriver: Nu är den utsatta tiden inne då ni ska bekänna era synder för Gud och för prästen och skaffa bort dem genom bön och fasta, genom tårar och gåvor till de fattiga.

Det är fastan: Avståndet, bikten, bön och gudstjänst och kärleksgärningar till herrens minsta bröder – allt sådant hjälper oss till tårarna, till sorgen över vår synd som drev Herren i döden, och därifrån till glädjen över att han ville gå i döden för oss, ville rädda oss från att gå under, ville vinna saligheten åt oss, att han älskade oss så djupt–



Det är bra att fasta bara motiven är rätt – glöm inte att fastan är en nådatid, en glädjetid - det är på sitt vis faktiskt skönt att få städa och om vi riktigt vräker oss i fastan nu på ett sunt vis, då kommer påskens mysterium att få så mycket större glans, precis som uppståndelsebilden i vår altaruppsats glänser så mycket härligare på påskdagens morgon, för att den nu är dold för 46 dagar framåt.

Ära vare Fadern och Sonen och den helige Ande, såsom det var av begynnelsen, nu är och skall vara från evighet till evighet.

Amen.