

6. Engagemang för medmänniskan

(Jes 58:6)

Så här vill jag satsa mer på medmänniskor i nöd: (t.ex. brev, besök, pengar, rättvisa)

7. Annat

NÅGRA PRINCIPER FÖR FASTA

1. Meningsfullt *(Jes 58:5, Kol 2:20-23)*

Jag skall känna att det jag beslutar är rätt och konstruktivt och inte en börda som andra lägger på mig.

2. På evangeliets grund *(Kol 3:17)*

Jag kan aldrig genom fasta förtjäna nåden. Men jag kan under fastan söka avstå något som står i vägen, för att komma närmare Gud, rensa upp i egen bråte och ge medmänniskan större plats i mitt liv.

3. Hemligt/fördolt! *(Matt 6:16-21)*

Jag bör helst hålla min fasta hemlig, så att jag inte frestas att skryta med den .

"Till dig får man infria löfte"

(Psalt 65:1)

**Dessa löften till Gud vill jag försöka
infria under denna fastetid:**

1. Övertlod, som försloar

Detta vill jag avstå från, för att leva en-
klare och sätta värde på vad jag har
(t.ex. mat, kläder)

2. Njuttingar, som frestar

Här märker jag, att jag börjar bli för-
slapp och vill minska ned eller avstå (al-
kohol, tobak, TV, dator. mobil)

3. Kroppen, som missköts

På detta sätt vill jag sköta min kropp
bättre (t.ex. viss motion)

4. Skötesynder

På dessa områden vill jag ta upp kampen
mot synden mera målmedvetet:

5. Tid för Gud

Så här vill jag ge mer tid åt Gud under
min dag/vecka: