

När ni fastar...



Exempel på fasta i GT:

- För att söka vägledning och beskydd: Esra 8:21-23
- För att rådfråga Herren och söka hjälp hos honom i svåra tider , 2 Krön 20:1-5 (läs gärna hela kapitlet)
- Inför hotande fara, Ester 4:15-17
- För att rena sig i en oren omgivning, Daniel kap 1. (Här handlar det om att byta ut en sorts mat mot en annan. Det är inte otänkbart att "kungens mat" även handlade om att äta mat som var helgad eller offrad åt babylonska gudar)
- För att omvända sig och söka Gud inför framtiden, Joel 1:14, 2:12-13, 15-17

Exempel på fasta i NT:

- Fasta inför Gud, inte inför människor, Matt 6:16-18
- Vid sändande till tjänst, Apg 13:2
- Vid avskiljning för tjänst, Apg 14:23

Enkla råd vid fasta:

- Be Gud leda dig.
- Bestäm vad du ska fasta från: mat, nöjen, tv, dator etc.
- Om du fastar från mat, se till att dricka ordenligt med vatten.
- Bestäm om du ska helfasta eller delfasta.
- Bestäm tid för fastan.
- Ta gärna extra tid för bibelläsning under fastan.
- Var klok och förståndig. Pröva dig fram. Börja försiktigt.
- Berätta gärna för någon av dina nära kristna vänner att du fastar.

Herren välsigne dig under din bön och fasta.

/David Axelsson