

Fastetiden: 40 dager, 40 tanker fra paven

Vi gjengir 40 korte utdrag fra Benedikt XVIIs budskap for fastetiden i de årene han har sittet på Peters stol, med en lenke til årets fastebudskap.

27.02.2009

1. Måtte fastetiden i alle familier og kristne fellesskap kunne være en hjelp til å holde på avstand alt som avleder vår ånd, og kunne fremme alt som nærer vår sjel og åpner den for kjærlighet for Gud og nesten. Jeg tenker her særskilt på en større

hengivelse til bønn, åndelig lesning (*lectio divina*), forsoningens sakrament og deltagelse i eukaristien, først og fremst søndagsmessen. (2009)

2. Faste er en stor hjelp for å unngå synd og alt som leder til synd. (2009)

3. Sann faste er, slik Mesteren nevner flere andre steder, snarere å gjøre vår himmelske Fars vilje - Han "som ser i det skjulte" og "skal lønne deg" (Mat 6,18). (2009)

4. Mens altså Adam ikke adlød Herrens befaling om ikke å spise av treet som "gir kunnskap om godt og ondt", underkaster nå den troende seg Gud i ydmykhet, gjennom faste. Derved viser han at han setter sin lit til Guds godhet og barmhjertighet. (2009)

5. Faste bidrar visselig til fysisk helse, men for troende mennesker er fasten først og fremst en "terapi" for å lege

alt som hindrer dem i innrette seg
Guds vilje. (2009)

6. Måtte den sanne og varige
betydning av denne gamle
botspraksis igjen kan bli verdsatt.
Det vil kunne hjelpe oss til å
bekjempe vår egoisme og åpne våre
hjerter for kjærligheten til Gud og
vår neste - altså åpne oss for det
første og største bud i den nye pakt,
som er en sammenfatningen av hele
Evangeliet (jf. Mat 22, 34-40). (2009)

7. Dersom man trofast overholder
fasten, bidrar det også til en sterkere
enhet mellom kropp og sjel, til å
unngå synd og vokse i tillit til Gud.
(2009)

8. Ved forsakelse av materiell føde,
som nærer våre kropp, styrker
man den indre villigheten til å lytte
til Kristus og la seg mette av Hans
frelsende ord. Gjennom faste og
bønn lar vi Ham komme og stille vår
dypeste sult, som vi kjenner i dypet

av vårt hjerte, nemlig sulten og tørsten etter Gud. (2009)

9. Fasten er en hjelp til å åpne øynene for de forhold mange av våre brødre og søstre lever under...

Frivillig faste gjør oss i stand til å etterligne Den gode samaritan, som bøyer seg dypt ned og kommer sin lidende bror til hjelp. (2009)

10. Frivillig forsakelse av mat og andre materielle goder hjelper Kristi disipler til å legge bånd på vår natur, som er svekket av arvesynden, som jo har påvirket hele den menneskelige person negativt. (2009)

11. Den hellige Peter Krysologos skriver: "Faste er bønnens sjel, barmhjertighet er fastens livgivende blod. Om du ber, bør du også faste. Om du faster, bør du også vise barmhjertighet; om du vil at din bønn skal bli hørt, så lytt til andres bønn. Om du ikke lukker ditt øre for

andre, vil Gud høre deg" (*Sermo* 43: PL 52, 320. 322). (2009)

12. Måtte Den salige Jomfru Maria, *Causa nostrae laetitiae* , vår gledes grunn, ledsage og bistå oss i bekjempelse av synden, slik at våre hjerter mer og mer kan bli et "levende tabernakel for Gud". (2009)

13. Hvert år er fastetiden en god anledning til å fordype meningen med og verdien av våre kristne liv, og den stimulerer oss til å gjenoppdage Guds nåde, slik at vi, i gjengjeld, blir mer nådige overfor våre brødre og søstre. (2008)

14. "Dere kan ikke tjene både Gud og pengene" (Luk 16,13). Almisser hjelper oss til å overvinne denne konstante fristelsen, lærer oss å svare på vår nestes behov og å dele med andre av det vi ved Guds godhet er gitt. (2008)

15. Jesus taler på en sterk måte om den materiell rikdoms tiltrekningskraft og akkurat hvor fast vår bestemmelse må være for at vi ikke skal gjøre den til en avgud: "Dere kan ikke tjene både Gud og pengene" (Luk 16,13). (2008)

16. Ifølge Evangeliets lære er vi ikke eiere av, men heller forvaltere av de goder vi har. Disse er da ikke å anse som vår eksklusive eiendom, men midler hvorigjennom Gud kaller hver og en av oss til å overfor vår neste opptre som forvaltere av hans forsyn. (2008)

17. I land hvor majoriteten er kristne, er kallet til å dele enda mer prekært, siden deres ansvar for de mange som lever i fattigdom og fornedrelse er enda større. Å hjelpe dem er en rettferdighetens plikt, mer enn det er en kjærlighetsgjerning. (2008)

18. Dersom vi, når vi gjør en god gjerning, ikke søker Guds ære og vår nestes sanne beste, men heller først og fremst streber etter personlig vinning eller rett og slett andres beundring, da handler vi ikke etter Evangeliets ånd. (2008)

19. Almisser er ifølge Evangeliet ikke kun filantropi. Det er heller en konkret barmhjertighetsgjerning - caritas - en kristen dyd som krever hjertets omvendelse til å elske Gud og nesten. Den etterligner Jesus Kristus, som ved sin død på korset ga seg selv for oss. (2008)

20. Det er til liten nytte å gi andre av det vi eier dersom det fører til at våre hjerter blåses opp av forfengelighet. Den som vet at Gud "ser i det skjulte" og belønner deretter, søker derfor ikke menneskelig anerkjennelse for sine kjærlighetsgjerninger. (2008)

21. Når vi handler i kjærlighet, er det et uttrykk for essensen i vår væren; for vi er ikke skapt for oss selv, men for Gud og våre brødre og søstre (jf. 2. Kor 5,15). (2008)

22. Hver gang vi, av kjærlighet til Gud, deler våre goder med en trengende neste, opplever vi at det er kjærlighet som gir livet fylde og at alt gjengjeldes med velsignelse i form av fred, indre tilfredsstillelse og glede. Vår Far i himmelen belønner våre almisser med sin glede. (2008)

23. Ved å knyttet oss tettere til andre gjennom almisser, kommer vi nærmere Gud; det kan bli et redskap til sann omvendelse og forsoning med ham og våre brødre. (2008)

24. Ved å imitere Kristus kan vi åpne oss selv for å ikke kun gi en del av det vi eier, men hele vårt selv... Ved å gå i skole hos ham, kan vi lære å gjøre våre liv fullt og helt til en gave. (2008)

25. Måtte Maria, Herrens Mor og trofaste tjenerinne, hjelpe alle troende til å, rustet med bønn, faste og almisser, gå inn i fastetidens "åndelige kamp", slik at vi med en fornyet ånd kan delta i feiringen av påskefesten. (2008)

26. Fastetiden er en særlig egnet periode til å lære å, sammen med Maria og den elskede disippel Johannes, leve nær Ham som sitt liv for hele menneskeheten på korset (jf. Joh 19,25). (2007)

27. Det er i Korsets mysterium at kraften i den himmelske Fars overveldede barmhjertighet avdekkes i hele sin fylde. (2007)

28. La oss betrakte den gjennomborede Kristus på korset! Han er den fremste åpenbaring av Guds kjærlighet... På korset er det Gud selv som trygler om sin skapnings kjærlighet: Han tørster

etter kjærlighet fra hver enkelt av oss. (2007)

29. Den Allmektige venter på et "ja" fra sine skapninger, slik som en ung brudgom fra sin brud. (2007)

30. Det er kun den kjærlighet som forener det å gi seg selv som en gave med et lidenskapelig ønske om gjensidighet, som gir den gleden som kan lette de tyngste bærer. (2007)

31. Det svar Herren inderlig ønsker fra oss, er fremfor alt at vi tar imot Hans kjærlighet og tillater oss selv å bli dratt mot Ham. (2007)

32. La oss da leve fasten som en "eukaristisk" tid der vi, gjennom å ta imot Jesu kjærlighet, lærer å gi den videre ved alle våre ord og handlinger. (2007)

33. Måtte fastetiden for alle kristne bli en fornyet opplevelse av Guds kjærlighet, gitt oss i Kristus, en

kjærlighet som vi hver dag må "gi videre" til vår nabo - særlig til den som lider mest og som er trengende. (2007)

34. På korset er det Gud selv som trygler om sin skapnings kjærlighet: Han tørster etter kjærlighet fra hver enkelt av oss. Apostelen Thomas gjenkjente Jesus som "Herre og Gud" da han stakk sin hånd i såret i Hans side. Ikke overraskende fant mange av de hellige det dypeste uttrykk for dette kjærlighetens mysterium i Jesu Hjerte. (2007)

35. Kirken vet at hvis vi skal fremme utviklingen i dens fulle fylde, må vårt blikk på menneskeheten måles mot Kristi blikk. Det er faktisk helt umulig å skille ansvaret for folks materielle og sosiale behov fra oppfyllelsen av den dypeste lengsel i deres hjerter. (2006)

36. Vi må hjelpe andre å finne Gud i Kristi barmhjertige ansikt. Uten dette

perspektiv mangler sivilisasjonen et pålitelig fundament. (2006)

37. De som handler i overenstemmelse med evangeliets budskap, lever ut sin tro som vennskap med den inkarnerte Gud og bærer, som Han, byrden av sin nestes materielle og åndelige nød. De ser dette som et uutømmelig mysterium, verdig uendelig omsorg og oppmerksomhet. De vet at den som ikke gir Gud til sin neste, gir for lite. Som den salige Teresa av Calcutta ofte konstaterte: den verste fattigdom er å ikke kjenne Kristus. (2006)

38. Selv i dødsskyggens dal som salmisten beskriver (Salme 23,4), når fristeren forsøker å få oss til å gi opp eller klamre oss til et fåfengt håp om at vi kan gjøre noe av egen kraft, da er Gud der for å vokte og støtte oss. (2006)

39. Fasten er en privilegert tid for en indre pilegrimsreise frem mot Ham som er nådens kilde. Det er en pilegrimsvandring der Han selv følger oss gjennom vår fattigdoms ørken, støtter oss på vår vei mot påskens intense glede. (2006)

40. Gjennom historien, også når hatet syntes å herske, er Hans lysende vitnesbyrd aldri fraværende. Til Maria "håpets levende kilde" (Dante Alighieri, *Paradiso XXXIII*, 12) , betror vi vår fastevandring slik at hun kan lede oss til sin Sønn. (2006)

.....

pdf | dokument generert automatisk fra
[https://opusdei.org/nb-no/article/
fastetiden-40-dager-40-tanker-fra-
paven/](https://opusdei.org/nb-no/article/fastetiden-40-dager-40-tanker-fra-paven/) (19.03.2026)